

April 1993

Ben-Alexander Bohnke  
Zülpicher Str. 184  
5000 Köln 41  
Tel.: 0221/449899

ALLES IST <sup>M</sup>EINS

oder

WÜRDEN SIE VON IHREM GURU EINEN GEBRAUCHTWAGEN KAUFEN?

Es war einmal ein junger Mann, der wollte gerne zur Erleuchtung gelangen. Deshalb ging er zu einem berühmten Guru und lauschte andächtig dessen Weisheiten: Der Meister lehrte: "Alles ist eins, meine lieben Jünger. In Wahrheit gibt es keine Grenzen zwischen uns, wir gehören alle zur großen Einheit. Nur das Ego, das Macht und Besitz will, das trennt uns. Also müssen wir dieses Ego überwinden."

Der junge Mann war tief beeindruckt. Um die Worte des Gurus konkret umzusetzen, setzte er sich eines Tages in dessen Porsche und fuhr damit zu dessen Villa. Der Freundin des Meisters gefiel der hübsche junge Mann, und so liebten sie sich. Danach aßen sie ein köstliches Mahl.

Plötzlich knallte die Tür auf, und der ehrwürdige Weisheitslehrer stand wutentbrannt im Zimmer: Empört schrie er: "Wer hat von meinem Teller Kaviar gegessen?! Wer ist mit meinem Porsche gefahren?! Und wer hat mit meiner Freundin geschlafen?!" Sein Schüler war erstaunt: "Aber Meister, Sie haben doch gelehrt, wir sind alle eins, wir sind vom Wesen identisch. Dann bleibt es sich doch gleich, ob Sie oder ich das Essen, den Porsche oder die Freundin genießen. Ich wollte nur Ihre Lehren bestätigen." "Nichts hast du verstanden", brüllte der Weise und schmiß ihn raus.

Sicher, diese Geschichte ist ganz unrealistisch, ein Märchen, so naiv wie der junge Mann wird kaum einer sein. Aber warum ist die Geschichte so unreal? Haben wir uns vielleicht unbewußt schon angewöhnt, solche Weisheiten gar nicht wörtlich und richtig ernst zu nehmen? Akzeptieren wir stillschweigend, daß ein Guru "Alles

ist eins" doziert, praktisch jedoch nach dem Motto "Alles ist meins" lebt, gar nicht daran denkt, Besitz und Macht zu teilen?

Es geht also um das Problem der Glaubwürdigkeit, der Echtheit, der Übereinstimmung von Reden und Tun, von Anspruch und Realität. Natürlich besteht dieses Problem nicht nur im Bereich von Esoterik, Spiritualität und Gurutum. Es betrifft auch die Politik, wo wir gerade aktuell eine Glaubwürdigkeitskrise namens "Politikverdrossenheit" erleben; vor allem, weil etliche Politiker ungeniert, am Rande der Legalität abkassieren, während sie zugleich moralische Ehrlichkeitsappelle ablassen und dem Volk Sparbeschlüsse aufdonnern.

Schon seit langem, im Grunde seit Jahrhunderten, ringt die christliche Kirche um Glaubwürdigkeit. Ob sich dabei seit den Zeiten des Ablasshandels Entscheidendes zum Besseren verändert hat, mag man getrost bezweifeln. Auch die Philosophie hat so ihre Probleme mit der Einheit von Lehren und Handeln. Am Anfang meines Philosophiestudiums war ich oft verblüfft über Philosophen, die erst die Nichtigkeit und Sinnlosigkeit der Welt bewiesen, dann aber vergnügt zum Mittagstisch eilten, um eine zünftige Mahlzeit zu futtern. Später begriff ich - enttäuscht -, daß von Ausnahmen wie Sokrates abgesehen, theoretische Lehre und praktisches Leben eines Philosophen wenig miteinander zu tun haben.

Doch am krassesten stellt sich die Frage nach der Glaubwürdigkeit eben doch bei spirituellen Lehrern oder Psychotherapeuten bzw. Begründern von Psychotherapien; denn diese behaupten ja normalerweise, uns Offenheit, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit und Authentizität beibringen zu wollen. Wenn man sich die Lebensgeschichten der Begründer der wichtigsten Therapieschulen wie Freud, Jung, Adler oder Perls ansieht, finden wir viele Widersprüche zwischen Therapie(ideal) und eigenem Leben. Ich möchte mich aber exempla-

risch auf einen jüngeren "Fall" beschränken, Arthur Janov und seine Primärtherapie.

Dies ist die Psychotherapie, die mich persönlich am meisten beeindruckt und beeinflusst hat, auch weil hier ganz besonders emotionale Offenheit und Einfachheit - "einfach ich selbst sein" - propagiert wird. Als ich dann das Glück (?) hatte, "Art" Janov in natura kennenzulernen, fühlte ich mich gefoppt. Zwar empfand ich ihn als eine charismatische Persönlichkeit; aber mit seinem Maßanzug und den perfekten Dauerwellen wirkte er mehr wie ein eitler Showman als ein realer "Primal man".

Schlimmer war für mich jedoch die Erfahrung, daß die Primärtherapie keineswegs so schnell und glatt zum Erfolg führte, wie von Janov in seinen Büchern behauptet. Allerdings ging ich nicht zu einem von Janovs (teuren!) Primal Instituten. Und er warnte; nur in seinen Instituten würde die Therapie richtig praktiziert, bei anderen Primärtherapeuten, "Scheintherapeuten", drohte einem eher neue Traumatisierung anstatt Heilung.

Zwar verlangt die Primärtherapie - als tiefer Einschnitt - in der Tat eine besondere Qualifikation, wie man sie nur bei wenigen Therapeuten antrifft. Und ich akzeptiere auch Janovs Anliegen, "seine" Therapie vor Verfälschung und Mißbrauch zu schützen. Aber andererseits ging es ihm offensichtlich darum, einen Monopolanspruch auf die Therapie zu erheben und so seinen wirtschaftlichen Gewinn zu maximieren.

Außerdem wurde mehr und mehr bekannt, daß die Therapieerfolge an Janovs Hausinstituten ebenfalls nicht überragend waren, daß sich auch dort viele Patienten unzufrieden fühlten. Diese Mißerfolge verschwieg Janov jedoch in seinen Büchern. Er gab nur allmählich zu, daß die Primärtherapie viel länger dauert als ursprünglich angenommen, daß sie im Grunde sogar einen lebenslangen Lernpro-

zeß bedeutet.

Heute steht diese Therapie, die einst als "Urschrei-Therapie" berühmt wurde, kaum noch im Blick der Öffentlichkeit, sie wird daher auch nicht mehr hart attackiert. Dennoch bleibt das Primal Institut bei seiner alten Haltung, nur positive Nachrichten zu verbreiten. Die Zeitschrift "Primal Institute Newsletter" hat nie offen über die Schließung der Institute in San Francisco, New York und Paris berichtet; sie hat nicht einmal zugegeben, daß Arthur Janov das Stammhaus in L.A. verlassen hat, es wird überhaupt nichts mehr über ihn berichtet. Das erinnert befremdlich an das Verhalten von Sekten und hat so gar nichts mit der absoluten Offenheit zu tun, unter deren Banner die Primärtherapie einst angetreten war.

Aber noch stärker als bei Psychotherapien stellt sich bei spirituellen Lehren bzw. Lehrern die Gretchen-Glaubwürdigkeitsfrage. Denn die "Spiris" wollen doch alles Egohafte abstreifen, Imponiergehabe und Besitzdenken, Zorn, Neid und Ehrgeiz, überhaupt jegliches Anhaften am Materiellen. Diese "Guru-Weisheiten" spiegeln sich in Leitsätzen, Kerngedanken wider, von denen wir uns einige näher ansehen werden:

1) "Du sollst nichts wollen!"

Hintergrund dieser Aufforderung ist: Wunsch, Wille und Bedürfnis gelten als Bestandteil des - kleinen - Ich. Unser Ego verfolgt unablässig, oft hektisch und gierig bestimmte Ziele; oder es versucht umgekehrt, Dingen auszuweichen, die es fürchtet. So ist es immer "in action", unter Spannung, und findet keinen Zugang zu dem stillen - großen - Selbst, das uns wahres Wesen ausmacht.

Als erstes fragt sich hier, ob die Aufforderung zur Wunschlosigkeit nicht einen Widerspruch beinhaltet. Folgt man dieser Aufforderung nicht nur aus dem Wunsch nach Wunschlosigkeit? womit man natürlich auf dem Wunschkarussell drauf bleibt. Aber auch,

wenn wir hier keinen logischen Widerspruch erkennen, kommt es zu einem Konflikt mit der Biologie und Psychologie des Menschen. Wir Menschen sind Bedürfniswesen, teils sogar Triebwesen. Wir handeln generell nur aus dem Wunsch, Lust zu erlangen bzw. Unlust zu vermeiden. Diese Antriebsstruktur können wir nicht einfach wie ein Kleidungsstück ablegen.

Zwar stimmt es, daß wir oft starr auf bestimmte Ziele fixiert sind, daß wir - neurotisch übermotiviert - um die Erfüllung von Bedürfnissen kämpfen, häufig sogar Scheinbedürfnissen, die bestenfalls Ersatzbefriedigung erlauben. Zwar mögen wir in der Ruhe tiefer Meditation ein wunschloses Glück erreichen oder zumindestens empfinden. Doch dies macht es weder sinnvoll noch möglich, dem Menschen seine Wunschnatur völlig auszutreiben. Es sind letztlich Wünsche, Hoffnungen, Begierden, die uns (lebenswert) leben lassen.

Man glaube nur nicht, die Weisen seien völlig losgelöst von jeglichem Willen und Wollen. Wozu äußern sie sich denn überhaupt? Wozu nehmen sie Schüler an? Doch um etwas zu erreichen. Schlimmstenfalls verfolgt ein "Meister" sogar höchst egoistische Ziele; die Ausbeutung seiner Anhänger. Und dafür ist es natürlich praktisch, diese auf Wunschlosigkeit zu verpflichten. Denn ein Willenloser läßt sich gut manipulieren, man kann ihm den eigenen Willen aufbürden, frei nach dem Wort "Mein Wille geschehe ..."

Hoch auf der Hitliste der Weisheitssprüche steht auch: 2) "Lebe im Hier-und-Jetzt!" Die Begründung lautet hier: Nur der gegenwärtige Moment ist real; die Vergangenheit ist passé und die Zukunft noch ungeschehen, wird vielleicht nie geschehen. Wir aber fliehen vor dieser Begegnung mit dem wirklichen Dasein im - ewigen - Augenblick, stattdessen hängen wir Vergangenheitserinnerungen nach oder ergehen uns in Zukunftshoffnungen und -ängsten.

Auch hier gibt es wieder einen wahren Kern. Aber die radikale

Forderung, ausschließlich im Hier-und-Jetzt zu leben, bleibt dennoch unerfüllbar, ja unsinnig. Um nur ein Argument zu nennen: Wir finden uns in der Welt zurecht, weil unser Geist ständig auf gespeicherte Informationen aus der Vergangenheit zurückgreift und aus diesen Planungen oder Berechnungen für die Zukunft ableitet. Wir merken diese Gehirnprozesse nur nicht, weil sie überwiegend unbewußt verlaufen. Aber selbst ein so (scheinbar) simple Tätigkeit wie Gehen wäre unmöglich, wenn nicht - aus der Erfahrung - Schrittlänge, Tempo, Bodenbeschaffenheit, Witterungsverhältnisse usw. für jeden weiteren (zukünftigen) Schritt verrechnet würden.

Die Prägung durch vergangene Erfahrungen gilt auch für die spirituelle Selbstentwicklung. Es hat mich immer wieder fasziniert, bei Osho zu lesen: Man kann in jedem Moment zur Erleuchtung gelangen, ohne jegliche Therapie oder Meditation. Man muß nur bereit sein zu "springen", sich augenblicklich von allen Erinnerungen wie Erwartungen zu lösen. Mir ist das leider nie gelungen und wohl auch kaum sonst jemand. Nicht umsonst hat Osho ein riesiges Angebot an Therapien und Meditationsformen konzentriert - weil es eben gerade nicht klappt, einfach aus seinen Vergangenheitsprägungen und Zukunftserwartungen herauszuspringen, in das pure Jetzt.

Die vielleicht prominenteste Spiri-Forderung lautet aber:

3) "Nimm alles an!"

Worum geht es? Der Mensch soll aufhören, gegen Allmögliches anzukämpfen oder vor ihm zu flüchten, nur um sein kleines und kleineliches Ego zu retten. Stattdessen sollen wir lernen, bedingungslos "ja" zur Existenz zu sagen, uns ihr hinzugeben, auf daß das kosmische Bewußtsein, die All-Einheit über uns komme und wir erleuchtet werden.

Auch dies ist wieder eine poetisch-schöne Aufforderung, doch zu schön, um wahr zu sein, um erfüllbar zu sein. Zwar stimmt,

daß wir uns zu sehr abgrenzen, zu enge Grenzen um uns ziehen. Aber können wir deshalb gleich grenzenlos sein?

Betrachten wir noch einmal unseren Körper, unsere Basis. Der Körper besitzt ein kampforientiertes Immunsystem, das Krankheitserreger oder andere Fremdstoffe nach Möglichkeit vernichtet. Ohne diese Körperarmee könnten wir nicht überleben. Was es bedeutet, ein "friedliches", nämlich schwaches Abwehrsystem zu haben, zeigt uns Aids. Ähnlich ist mit unserer Psyche. Wenn wir zu schwache Grenzen anderen gegenüber aufweisen, laufen wir Gefahr, psychotisch zu werden, zumindestens ausgenutzt und mißbraucht zu werden. Insofern kann die Verordnung des Doktor Guru, ein "Annehmer" zu werden, klammheimlich auch dazu dienen, Macht über solche "Ja-Sager" zu gewinnen.

Übrigens droht bei diesem Problem - wie bei der verwandten Problematik mit dem Wunschverbot - sogar ein Widerspruch: Denn wenn ich alles annehme, dann muß ich doch ebenfalls annehmen, daß ich nicht annehme. Ich muß zum Beispiel mein stures Ego-Verteidigen annehmen. Das führt zu einer weiteren Paradoxie: Alles zu akzeptieren, alles hinzunehmen, kann selbst eine subtile Abwehr sein. Wenn ich nämlich zu jeder Belastung ja und amen sage, vermeide ich womöglich nur einen Konflikt, scheue mich vor einer Auseinandersetzung. Und das verrät sicher kein kosmisches Bewußtsein, eher eine Hasenseele.

Und wie halten es überhaupt die weißhaarigen Weisen mit dem konsequenten Annehmen? Wenn der Guru sich das Bein bricht, geht er selbstverständlich auch zum Arzt; und er würde sich kaum über die Anregung freuen: "Nimm den Bruch und deine Schmerzen an! Versuche es nicht zu ändern oder dich medizinisch behandeln zu lassen!" Obwohl ich selbst kein Sannyasin war oder bin, hat mich die Persönlichkeit Oshos fasziniert. Um so verstörter war ich von der

Behauptung Sheilas, Osho verdanke seine beeindruckende Gelassenheit hohen Dosen von Valium. Ich vermute zwar, daß dies eine böswillige Retourkutsche war. Aber fest steht doch, daß Osho seine verschiedenen Gesundheitsstörungen keineswegs bedingungslos annahm, sondern sich in ärztliche Therapie begab.

Was ist also wirklich von solchen Forderungen wie "Du sollst nichts wollen!", "Lebe im Hier-und-Jetzt!" oder "Nimm alles an!" zu halten? Sind es Weisheitssprüche oder nur Spruchblasen? Sprechen hier reife Geistlehrer oder einfach Sprücheklopfer? Mir wäre es zu undifferenziert, hierauf eine Ja-oder-Nein-Antwort, eine Schwarz-Weiß-Antwort zu geben. Das wäre genauso undifferenziert und einseitig, wie die genannten Aussprüche selbst. Alle solche und ähnliche Spirit-Sprüche enthalten einen - mehr oder minder großen - Wahrheitskern, aber nicht die absolute Wahrheit.

Man könnte einwenden, das sei auch gar nicht so wichtig. Denn da die Menschen kraß im Materiellen-Egohaften verwurzelt seien, wäre eine Übertreibung wie "Nimm alles an!" berechtigt oder sogar notwendig, damit sie nur ein bißchen von ihrer Ego-Fixierung ablassen, nur ein wenig anzunehmen und hinzunehmen lernten, sich überhaupt nur in Richtung des Spirituell-Transpersonalen Pols bewegten. Noch einmal zu Osho: Er schreibt sinngemäß; es wäre o.k., einfach "Feuer!" zu rufen, wenn man die Menschen so bewegen könnte, ihr Haus, ihr (Ego-)Gefängnis zu verlassen. Daß es in Wirklichkeit gar nicht brennt, sei unwichtig.

Mag sein, daß manchmal solche Guru-Tricks und Meister-Kniffe notwendig sind, aber das rechtfertigt sicher nicht, wieso die spirituellen Lehren und Forderungen fast durchgängig absolut gesetzt und damit real unerfüllbar sind. Ich möchte solche spirituellen Weisheiten - gerade sie! - ernst nehmen können. Ich mag - gerade hierbei - keinen Doublebind, keine schlitzohrige, augenzwinkernde

Doppelbödigkeit, so mit dem Tenor: "Ist das nicht ein netter Weisheitsspruch? Du darfst das nur nicht so eng sehen. Spirituelle Weisheiten sind eben auch nur Halbwahrheiten. Klar, daß man nicht danach leben kann. Wer das versucht, ist es selber schuld."

Allerdings ist es auch gefährlich, zu hohe Maßstäbe an die Weisen und ihre Weisheiten anzulegen. Fangen wir doch einmal bei uns selbst an. Wie weit sind wir authentisch, offen, tun auch das, was wir sagen? Noch besser, fange ich bei mir selbst an. Natürlich stimmen Handeln und Reden auch bei mir oft genug nicht überein. Besonders schmerzlich bewußt wurde mir das in folgender Situation: Ich schrieb parallel zwei Bücher über Esoterik und New Age, hielt außerdem noch etliche Vorträge und Seminare hierzu, letztlich kreisten alle diese Arbeiten um das Thema Selbstentwicklung. Und während ich den Lesern bzw. Zuhörern berichtete, was sie alles für ihre Entfaltung tun könnten, war ich selbst viel zu überarbeitet, um noch Zeit und Kraft für meine eigene Entwicklung zu haben.

Nun sind wir keine Gurus und erheben auch nicht so hohe Ansprüche. Trotzdem, wir dürfen auch von Meistern keine Perfektion erwarten. Es gibt keine perfekten Menschen, die im reinen Zustand der Erleuchtung leben, jegliches Ichhafte transzendiert haben. Wenn man sich genauer mit dem Leben großer Meister oder anderer Geistgrößen auseinandersetzt, zeigt sich auch Unvollkommenes, Unerlöstes, Unverarbeitetes. Als ein Beispiel Hermann Hesse, der die Erleuchtung in "Siddharta" so wunderschön und überzeugend beschrieben hat. Aber er selbst konnte nicht in dieser Erleuchtungshaltung leben - man lese nur einmal, was seine Frau Ninon über ihn schreibt, wie überhaupt oft so treffend wie entlarvend ist, was die "Frau an seiner Seite" über einen solchen Geistmeister äußert.

Wenn wir uns einen vollkommenen Meister wünschen, dann ist dies nur die andere Seite des Narzißmus. Der Narziß will entweder selbst perfekt und grandios sein, oder er braucht einen anderen Menschen, den er idealisiert und an dessen Grandiosität er teilhat. Mit solchen Idealisierungen und Huldigungen treiben wir den Bewunderten geradezu in eigene Größenphantasien bis hin zum Größenwahnsinn. Denn einerseits schmeicheln wir seinem Narzißmus, zum anderen darf er sich keine Fehler mehr leisten, wenn er uns nicht enttäuschen und damit unsere Bewunderung verlieren will. Daß eine solche Vergöttlichung schief geht, das führt uns die katholische Kirche mit ihrem "unfehlbaren" Papst doch seit Jahrhunderten überzeugend vor.

Mein Wunsch zum Schluß: Mögen die Weisen oder Gurus bescheidener in ihren Versprechungen sein, uns nicht mehr die totale Befreiung durch ihre Lehren vorspiegeln. Und mögen wir bescheidener in unseren Wünschen werden, nicht mehr die absolute Wahrheit von den Meistern fordern. Zwar haben wir dann keine Heiligen mehr - aber dafür auch keine Scheinheiligen.