

Kapitel 1

Kraftvolle Offenheit

Wir fragen nicht, um eine Antwort zu bekommen, sondern um die Wahrheit zu erleben, wie auch immer sie aussehen mag.

Anfangen zu staunen

- 1:1 Der Kern der Sache ist: Um dich in Richtung Erleuchtung zu bewegen, musst du mit Nicht-Wissen anfangen. Echtes Nicht-Wissen ist ein Zustand, in dem der Geist vollständig offen ist. Dieser Zustand geht dem Sprung in eine direkte Bewußtheit des Seins immer voraus. Wenn du diesen Sprung jetzt auf der Stelle machen kannst – der Natur des Selbst und der Realität direkt bewußt zu werden – dann schließ das Buch, und nichts wie ran. Denn um nichts anderes geht es, wenn ich nun anfangen über Selbst, Verstand, Wahrnehmung und Bewußtheit zu reden.
- 1:2 Wenn ich dir sagen würde, dass dich in diesem Moment deine eigener Verstand und deine Wahrnehmungen von einer Erfahrung deiner wahren Natur und der Natur der Realität abhalten, dann wirst du dich wahrscheinlich wundern, worüber ich rede. Das ist okay. Sei einfach offen gegenüber der Möglichkeit, dass es mit dir selbst und der Realität etwas auf sich haben könnte, was der “geraden Sichtweise” verborgen sein könnte. Nicht-Wissen ist sicherlich nicht das einzige Thema dieses Buchs, es ist vielmehr der beste Zustand, aus dem heraus man es lesen kann. Das wahre Thema des Buches bist *du*.
- 1:3 Wenn du daran interessiert bist, was es mit “dir” auf sich hat, dann könnte ich dir bei deinen Mühen behilflich sein. Aber warum solltest du mich überhaupt beim Wort nehmen? Warum würde jemand seine oder ihre Erfahrung von Selbst und Realität hinterfragen? Es sieht doch wohl so aus, als gäbe es wichtigere Dinge im Leben.
- Hack Holz, trag Wasser.*
- 1:4 Einige Zen-Sprüche sollen die Mönche offenbar daran erinnern, sich um irdische Aufgaben zu kümmern. Vielleicht dient das dazu, ihr Bewußtsein in der objektiven Realität geerdet zu lassen.
- Nach der Ekstase die Wäsche*
- 1:5 Auch wenn die Mönche tief über Fragen der Bewußtheit und des Seins kontemplieren, muss das Leben logischerweise weitergehen. Vielleicht ist das

Leben der Mönche genau wie unseres nur eine Wäsche nach der anderen. Aber scheint es nicht so, als wären sie zufriedener mit ihren weltlichen Pflichten als viele von uns, mit all unseren Errungenschaften und unserer Unterhaltung?

Bedenke für einen Moment, dass der menschliche Zustand innerhalb wie außerhalb eines Klosters genau derselbe ist – ein Zustand unbequemer Unsicherheit. Das Fragen nach Selbst und Leben scheint universell zu sein, nur dass wir uns außerhalb des Klosters im Allgemeinen mit Erklärungen abfinden, die Andere für uns bereitstellen. Wir erkennen nicht, wieviel wir gewinnen könnten, wenn wir selbst diese Dinge erkunden würden. 1:6

Über den Selbst-Verstand hinaus

Leute schauen selten nach Antworten, wenn sie keine Fragen haben. Wenn die Realität zuverlässig „bekannt“ ist, schreit das nicht gerade nach einer Untersuchung – warum sollte es auch? Anscheinend nehmen wir die Art, wie wir unser Leben erleben, schon für bare Münze und schauen selten unter die Oberfläche unserer täglichen Existenz. Wir bewegen uns durch verschiedene Umstände – beteiligen uns an Ereignissen, treten mit anderen in Beziehung, urteilen, nehmen wahr, reagieren – und zwar immer innerhalb unserer als selbstverständlich vorausgesetzten Welt. Wir tun so, als ob wir wüßten, worum es bei all dem geht. Aber irgendetwas im Herzen unseres Seins bleibt ängstlich besorgt gegenüber der Möglichkeit, dass unser Sinn für die Realität und unser Sinn für uns selbst irgendwie nur erfunden sind. 1:7

Tja, tatsächlich, das sind sie. 1:8

Von Kindheit an ringt der menschliche Verstand um Sicherheit und zieht ständig Schlüsse in dem Versuch, die Bedeutung all unserer Wahrnehmungen festzustellen. Viele dieser Fertigkeiten sind nötig, um das Selbst zu bewahren. Wir lernen, die Beziehung von Hand und Mund zu verstehen und können die Stimme unserer Mutter erkennen, um dann schnell zum Wesentlichen weiterzugehen: “Wird es mich essen?” oder “Kann ich es essen?” 1:9

Während wir aufwachsen entwickeln und verinnerlichen wir sehr grundlegende Glaubenssätze und Schlussfolgerungen über die Welt und auch über uns selbst. Diese Kern-Glaubenssätze operieren im Hintergrund als ständige Organisationsinstanz für neue Informationen. Als Überlebensmechanismus ist das ziemlich effizient, aber der Nachteil ist, dass alle zukünftigen Ereignisse von diesen vorherigen Schlussfolgerungen beeinflusst werden. Was auch immer wir wahrnehmen – selbst dann, wenn wir es nicht bewusst wahrnehmen – läuft durch diesen Filter unserer Glaubenssätze und Annahmen. Wir bemerken nicht, dass wir derart tief in diese Überzeugungen und Glaubenssätzen eingelassen sind, dass wir sie nicht erkennen können. Unsere Kern-Glaubenssätze erscheinen uns schlicht als Wirklichkeit. 1:10

*Wir wissen nicht, wer Wasser entdeckt hat, aber wir sind
sicher, dass es kein Fisch war.*

John Culkin

- 1:11 Es ist nicht so schwer festzustellen, wenn die Überzeugungen und Glaubenssätze anderer Leute falsch oder eigennützig sind, aber die gleiche Dynamik in uns selbst zu erkennen, ist eine andere Geschichte. Genauso, wie ein Auge sich nicht selber sehen kann, hat die Aufmerksamkeit, von der aus wir die Welt sehen, nicht die Fähigkeit sich selbst zu bemerken. Das macht es so einzigartig schwierig, unsere eigenen Glaubenssätze zu erkennen und zu hinterfragen. Wie beim Sehen, wo wir uns ständig des Gesehenen gewahr sind während wir keinerlei Gedanken an das verschwenden, was das Sehen ermöglicht, so bemerken wir nicht den Satz von Annahmen und Voraussetzungen, aus denen heraus wir die Welt verstehen. Und doch bestimmen diese Annahmen unsere Wirklichkeit in jedem Augenblick.
- 1:12 Unser “Wissen” ist wie ein geschlossener Kreislauf, der die Möglichkeiten unseres Denkens, unserer Beziehungen und unseres gesamten Seins in der Welt begrenzt. Es ist sehr befreiend, aus diesem Kreislauf herauszutreten, aber auch mühsam, und weil das Ende offen ist, kann es sehr beunruhigend sein, sich selbst auf diese Weise zu hinterfragen. Wir müssen bereit sein, verschiedene Orientierungspunkte wie unsere Selbst-Identität und unsere hochgeschätzten Glaubenssätze loszulassen. Dabei ist in diesem Zusammenhang völlig unbedeutend, ob diese Ideen letztlich auf einer Wahrheit oder einer Unwahrheit beruhen. Unsere Aufgabe in diesem Buch ist nicht, zu entscheiden, welche Glaubenssätze die Zutreffendsten sind – stattdessen wollen wir die Wahrheit selbst erleben. Und dazu müssen wir beginnen, uns weniger an dem festzuklammern, was wir bisher für die Wahrheit halten.
- 1:13 Die Alternative wäre, einfach immer so weiter zu machen, wie bisher: ziemlich blind gegenüber den Mechanismen, die uns antreiben und steuern, und der Gnade unserer eigenen vorgefertigten Reaktionen ausgeliefert. Oft akzeptieren die Leute dies als unvermeidbar, aber das muss nicht sein. Schon ein kleiner Schritt aus dieser “Programmierung” heraus kann unser Erleben von Leben und Selbst bedeutend verändern und eine neue Art von Freiheit wird möglich. “Wissen” kann nützlich sein, aber zu lernen, *nicht* zu wissen, erschafft eine kraftvolle Öffnung, die unvorstellbar ist, bis man sie selbst erlebt hat.
- 1:14 Eins der ersten Ziele an dieser Stelle ist, dir dabei zu assistieren, Wissen und Nicht-Wissen in einer anderen Art und Weise zu betrachten. Du wirst sehen, wie die von uns geteilten kulturellen Einstellungen bezüglich Wissen und Selbst uns zu lebenslänglicher Deprimiertheit und Oberflächlichkeit verurteilen können. Beginne damit, selbst darüber nachzudenken. Beachte zum Beispiel, dass ich den negativen Terminus “*nicht-wissen*” aus reiner Notwendigkeit benutze. In unserer Kultur geben wir den Dingen Namen, die uns interessieren, und offenbar haben wir wenig Interesse an dem Zustand des Bewusstseins, der dem Wissen vorausgeht. Wir verunglimpfen Nicht-Wissen als “Dummheit”, oder, etwas freundlicher, als Ahnungslosigkeit. Offenkundig kennen wir alle den Zustand, etwas nicht zu wissen, aber wir missachten die Tatsache, dass dieser Zustand eintritt, bevor wir irgendeine Einsicht erreichen.

1:15

Falls du ernsthaft gewillt bist, dich in diese Betrachtungen zu vertiefen, wirst du durch diese Arbeit in einen Prozess eintreten, in dem du mehr und mehr der wahren Natur von Selbst und Sein bewusst wirst. Wenn du dabei ein paar handliche Tipps für ein besseres Leben entdeckst, gut. Aber das ist nicht das Ziel unserer Kommunikation hier. Um etwas wahrhaftig Nützliches mitzukriegen, musst du es in Form einer *bewussten Erfahrung*, eines bewussten Erlebens bekommen. Wahrscheinlich bist du nicht ganz sicher, was ich damit meine, was einer der Gründe dafür ist, dass wir die ganze Untersuchung so aufziehen, als ob wir einen steilen Berg besteigen würden. Wie wenn wir auf einem Serpentinweg entlangwandern, werden wir wieder und wieder dieselbe Aussicht haben, aber jedesmal aus einem etwas höheren Blickwinkel.

Wissen und Nicht-Wissen

Genie bedeutet in Wahrheit wenig mehr, als die Fähigkeit, auf ungewohnte Art wahrzunehmen.

William James

Bestimmte Namen sind für uns gleichbedeutend mit Genialität. Die Namen Albert Einsteins, Isaac Newtons und Galileos leben in unserer Kultur weiter wegen der bemerkenswerten Entdeckungen, die sie gemacht haben. Obwohl sie auf unterschiedlichen Gebieten Experten waren, begann doch jeder ihrer beeindruckende Beiträge mit nur einem einfachen Prinzip. Leute wie Gautama Buddha, Salomon und Aristoteles sind bekannt als Weise, Leute mit außerordentlicher Einsicht und Weisheit. Deren Einsichten basieren auf demselben Prinzip, das auch wissenschaftliche Neuerungen ermöglicht. Was all diese Leute gemeinsam haben, ist, dass sie über ihre Glaubenssätze und Annahmen hinausgingen in einen Zustand des Nicht-Wissens. 1:16

Aber Nicht-Wissen klingt wie Ahnungslosigkeit, und in wohl allen Kulturen ist Ahnungslosigkeit eine schlechte Sache. Wir knüpfen selten die Verbindung zwischen diesem Zustand der Offenheit und dem daraus resultierenden Staunen, das so notwendig fürs Lernen ist. Seit frühen Kindesjahren werden wir für Wissen gelobt während Nicht-Wissen missbilligt wird. Während wir aufwachsen haben wir vor unserer eigenen Unwissenheit Angst, und fürchten uns, dass sie sich zeigt. Nach einiger Zeit sind wir darauf konditioniert, so wissend zu erscheinen, wie wir können, wobei wir sorgfältig die Grenzen unseres Verständnisses kaschieren. 1:17

Bedenken wir den etwas überstrapazierten Begriff des “Querdenkers”, der suggeriert, dass eine Person über konventionelle Sichtweisen hinaus sehen kann und mit nützlichen neuen Einsichten aufwartet. Die Popularität des Begriffs kommt wahrscheinlich daher, dass er einen kreativen Zugang zum Denken andeutet, ohne aber den “nicht wünschenswerten” Zustand des Nicht-Wissens zu betonen, der so einem Gedankensprung vorausgeht. 1:18

Wir alle kennen das Gefühl, wenn uns eine neue Erkenntnis dämmert oder wenn wir eine neue Idee begreifen, aber Einsicht scheint nichts zu sein, was einem jederzeit willentlich zugänglich ist. Um Zugang zur Genialität zu finden, müssen wir fähig sein, aus unserem vertrauten Selbst-Verstand herauszutreten und dem Drang widerstehen, die leeren Zwischenräume mit 1:19

unserem Wissen zu füllen. Der Wille zum Nicht-Wissen bedeutet, den Mut zu haben, all das aufzugeben was wir meinen zu wissen und für die Wahrheit halten. Wenn wir uns auf diese Weise öffnen, schaffen wir einen Raum, in dem wir *erfahren* können, was wirklich wahr ist. Von da aus kann alles Mögliche ans Licht kommen.

Wir müssen wissen, wenn auch nur um zu lernen, nicht zu wissen. Die höchste Lektion für das menschliche Bewusstsein ist, zu lernen, wie man nicht weiß. Das heißt, wie man nicht stört.

D.H. Lawrence

- 1:20 Wissen hat einen großen Wert für uns, sowohl im biologischen wie im sozialen Bereich. Wir klammern uns so sehr an Wissen und bewundern es, weil die Menschheit kraft ihres wachsenden Wissenskörpers voran gekommen ist. Seit vorgeschichtlichen Zeiten hing unser physisches Überleben davon ab, alle zur Verfügung stehende Information schnellstens zu kategorisieren. Um am Leben zu bleiben, war es nötig zu wissen, wie man Gefahr vermeidet oder einen Feind besiegt, wo es Nahrung gibt oder Rohstoffe für Werkzeuge, wie man eine Unterkunft baut oder eine Krankheit heilt.
- 1:21 Obwohl die mit dem physischen Überleben zusammenhängenden Gefahren im Laufe der Zeit wohl etwas schwächer geworden sind, erfordert unsere zunehmend komplizierter werdende soziale Struktur einen sich immer weiter ausdehnenden Bereich des Wissens. Beim sozialen Überleben geht es um hohe Einsätze. Was wir wissen – oder zu wissen scheinen – erschafft nicht nur unseren Sinn für Identität, sondern bestimmt auch unseren Platz in der Gemeinschaft, der wiederum bestimmt zu welchem Grad wir Zugang zu all dem haben, was wir zum sozialen und physischen Überleben brauchen.
- 1:22 Es ist nicht überraschend, dass wir öfter die Phrase “Wissen ist Macht” zu hören kriegen. Das ist nämlich eine der kulturell akzeptierten Binsenweisheiten, die wie so oft die größere Wahrheit verdeckt. Ohne weiter nachzudenken nehmen wir an, dass, wenn Wissen Macht ist, Nicht-Wissen ein Zeichen von Schwäche ist.
- 1:23 Lass uns das einen Moment zur Seite schieben und einen Blick auf eine andere solche Binsenweisheit werfen, die ebenfalls zum jetzigen Gedankengang passt. “Jeder ist einzigartig” ist eine Behauptung, die wir sicher schon oft gehört haben. Und es ist ja auch wahr, dass unsere Kultur uns eine scheinbar unbegrenzte Anzahl von Möglichkeiten bereitstellt, aus denen wir unsere persönlichen Identitäten, Glaubenssätze und Verhaltensweisen kreieren können. Aber wenn wir genauer hinschauen, erkennen wir, dass unsere kulturellen Voraussetzungen wie ein Filter funktionieren, den manche Ideen einfach nicht passieren können.
- 1:24 Obwohl jeder von uns behaupten kann, in irgendeiner Weise einzigartig zu sein, müssen wir doch im Hinterkopf behalten, dass wir uns alle im Bezug auf die Kultur formen, in der wir leben und uns entwickeln. Der “einsame Wolf” mag die “Schafe” der Gesellschaft verachten, aber andererseits ist der einsame Wolf ein viel weiter verbreitetes Identitäts-Sinnbild als das

Schaf. Beide Begriffe existieren ganz deutlich innerhalb unseres kulturellen Rahmens, und keiner der beiden ist einzigartig. Jeder Aspekt der Individualität einer Person – genau genommen ihr gesamtes Erleben von Selbst, Leben und Realität – ist im Großen und Ganzen ein Produkt der Kultur in der wir leben. Und selbstverständlich basiert alles, was sie weiß, was wahr ist und alles Wissen, zu der sie Zugang hat, auf den denselben unerkannten kulturellen Rahmenbedingungen. Sich dieses kulturellen Rahmens bewusst zu werden schafft die Möglichkeit, davon frei zu sein, und diese Freiheit befähigt uns, die Wahrheit selbst zu entdecken.

Wissen mag machtvoll sein, aber es für “die Wahrheit” zu halten, verengt die Aussichten auf jede weitere Entdeckung. Betrachte nur die Leute, die sich an ein Glaubenssystem oder Dogma klammern als ob es tatsächlich die Wahrheit verkörpern könnte und nicht zwischen dem Glauben an diese Sachen und einer Erfahrung dessen, was wirklich wahr ist, unterscheiden können. Mag dieses Dogma auch von jemandem hergeleitet sein, der einen profunden Zugang zur Wahrheit hatte, so ist es doch immer noch ein Unterschied, ob du an das glaubst und verinnerlichst, was andere Leute erzählen, oder ob du die Wahrheit für dich selbst erlebst. 1:25

Nicht-Wissen erlaubt uns eine offene und authentische Erfahrung dieses jetzigen Moments, und es ist diese Form echter Erfahrung, die große Sprünge in Achtsamkeit und Kreativität ermöglicht. Nur wenige spirituelle Übungen werden zugeben, dass der Glaube an etwas nur eine Idee, eine Möglichkeit bereitstellt. An eine Idee nur zu glauben ist leichter, scheint uns doch jeder Verantwortung zu entheben. Aber es vermindert auch die Neugier, die Wahrheit der Sachen selbst zu erforschen. Vielleicht ist es eine gute Richtung eine alte Kunst oder spirituelle Praktiken zu verfolgen, aber nur insoweit, wie wir damit unsere eigenen ernsthaften Erkundungen voranbringen. 1:26

*Suche nicht, in die Fußstapfen der Altehrwürdigen zu treten;
suche, was sie suchten.*

Matsuo Basho

Das Niveau unserer bewußten Achtsamkeit bestimmt, wie echt wir das Leben erleben. Solange wir nicht gewillt sind, die Wahrheit von etwas für uns selbst zu erfahren, solange hat so eine Erfahrung keine Gelegenheit aufzutreten. Wenn wir uns nur auf Hörensagen verlassen und alle Leerstellen mit Glaubenssätzen füllen ist es unwahrscheinlich, dass sich so eine Erfahrung ereignet. Wann immer wir uns aufmachen und *nicht* wissen, klären wir den Raum für ein Verständnis jenseits unserer Denkgewohnheiten. Auf diese Art hat vielleicht jemand wie Picasso vielleicht plötzlich vermocht, die Welt auf eine neue Art zu sehen. Und für Newton gab es jede Menge Hinweise auf Schwerkraft, aber er musste sein eigenes “Wissen” gewissermaßen erst transzendieren, bevor er die Gravitation begreifen konnte. 1:27

Leute wie Galileo oder Einstein waren aus einem Zustand des Nicht-Wissens heraus fähig, die Fragestellungen zu öffnen und so neue Wege des Denkens über das Universum zu entdecken und zu erfinden. Beachte, dass ihre Entdeckungen nicht nur neue Ideen waren – jeder kann neue Ideen haben. Jeder dieser Leute hatte eine Einsicht, ein plötzliches Erwachen in Verstand oder 1:28

Bewusstsein, eine persönliche Begegnung mit echten Möglichkeiten. Ihre Einsichten waren in der Realität geerdet – als Resultat von etwas, was tatsächlich selbst erfahren wurde – und änderten die Art und Weise, wie wir uns zum physikalischen Universum verhalten. Obwohl es schwieriger zu erkennen sein mag: die gleiche Offenheit, die diesen Einsichten Vorschub leistete, war auch die Quelle von Rumis Dichtung und Gautama Buddhas massiver Erleuchtung.

- 1:29 Die Menschheit schreitet durch die individuellen Beiträge Einzelner voran. Vor jedem Beitrag ist Einsicht, vor der Einsicht ist Offenheit. Die öffnende Kraft des Nicht-Wissens findet sich immer da, wo sich Kreativität regt. Künstler verweilen im Nicht-Wissen, wenn sie etwas erschaffen, Sportler brauchen es, um in die “Zone” zu kommen, Liebende benutzen es, um völlige Einheit miteinander zuzulassen, und Wissenschaftler müssen ständig zu ihm zurückkehren, bevor sie eine neue Entdeckung machen können. Dies gilt ganz unabhängig davon, ob sie sich dessen bewusst sind oder nicht. Dieser Schlüssel zur eigentlichen Quelle der Kreativität ist für jeden Menschen in jeder Situation zugänglich, und wir alle können ihn nutzen, um unseren Weg zu einer tieferen und authentischeren Erfahrung unserer Selbst zu finden.

*Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen,
durch die sie entstanden sind.*

Albert Einstein

Selbst und Sein

- 1:30 Bedenke die Möglichkeit, dass es zwei unterschiedliche Aspekte an dir gibt. Einer ist, was du ursprünglich und von Natur aus bist. Es ist dein “Sein”, das, was du wirklich bist, ohne Verstellung, Getue, Programmierung oder irgendeinen anderen Zusatzprozess. Der andere Aspekt ist, als was du dich selbst kennst – eine Selbst-Identität, die durch all die Glaubenssätze, Vermutungen, und das lebenslang angesammelte Wissen aufrecht erhalten wird. Da das alles ist, was du kennst und weißt, ist nicht so einfach zu sehen, dass dies genau genommen ein sekundärer Prozess ist. Deine Selbst-Identität ist vorgestellt; dein wahres Sein existiert vor aller Vorstellung.

Selbst weiß.

Sein ist.

- 1:31 Unsere Fähigkeit, den vorgestellten Aspekt des Selbst zu transzendieren ist keine mystische Reise mit vielen Gesängen und Weihrauch. Sie braucht keine Rituale, Zeremonien, keine spirituelle Doktrin und vor allem keine Glaubenssätze. Derlei Anstrengungen können uns höchstens zusätzliche Vorstellungen einpflanzen, die meist nur unsere Fantasie anregen, uns aber zumindest vom Ziel einer authentischen Erfahrung ablenken. Das Selbst transzendieren beinhaltet gerade nicht, irgendetwas zu uns oder unserem Wissen hinzuzufügen oder unsere Aktivität zu steigern, sondern im Gegenteil: Es ist einfach die Fähigkeit, eine echte Erfahrung des “Seins” zu lokalisieren und echt zu erfahren.

- 1:32 Wahrscheinlich kriegen wir alle dann und wann einen Schimmer unseres eigenen “Seins”, deshalb können wir ruhig sagen, dass alles, was es zu erreichen gibt, bereits bei uns ist. Es ist auch wahr, dass eigentlich jeder

irgendeinen Widerstand gegen die Arbeit der Bewusstwerdung von Selbst und Sein erlebt. Dieser Widerstand ist am Anfang häufig schwer zu erkennen. Wenn wir offen und ehrlich bleiben ohne zu ignorieren, was auch immer in unserer Erfahrung auftaucht, dann kann uns das helfen, jeder auftretenden Herausforderung zu begegnen. Zeitweise kann die tiefe Ehrlichkeit zu sich selbst beängstigend sein, besonders für jemanden, der noch nicht verstanden hat, wieviel durch diese Arbeit zu gewinnen ist.

Die meisten Leute, die dieser Bewusstseinsarbeit nachgehen bekommen bald Zugang zu neuen Stufen von Bewusstheit und Ehrlichkeit, ob sie nun allein für sich studieren oder zusammen in einer Gruppe. Oft erleben sie einen Kreativitätszuwachs und können mehr Intimität und Vertrautheit zulassen. In allen Lebensbereichen entstehen neue Möglichkeiten, die vorher unvorstellbar waren. Es ist ein kraftvoller und manchmal auch dramatischer Wandel, aber daran ist nichts künstliches besonders mysteriöses. Sich zu öffnen, um die Wahrheit für einen selbst zu erfahren macht uns auf bestimmte Weise verantwortlicher und präsenter für unser Leben. Wir entdecken, dass die Fülle des Lebens nicht nur von Leuten, Ereignissen und Anschaffungen geschaffen wird, sondern von unserer Fähigkeit, uns zu öffnen und vollständig mit dem zu sein, was gerade geschieht – präsent in Herz, Körper und Verstand, und vollständig verbunden mit Anderen und dem Leben. 1:33

Auf dem Papier scheint es einfach genug zu sein, die Unterscheidung zwischen unserem wahren Selbst – das wir “Sein” nennen könnten – und unserem vorgestellten Selbst zu treffen, und im Wesentlichen ist es das auch. Aber in der Praxis werden wir feststellen, dass wir ständig in Hindernisse hineinlaufen, die aus unserem gewohnheitsmäßigen Denken, den vertrauten Gefühlen und den unbewussten kulturellen Voraussetzungen stammen. Daher ist es ein Aspekt dieser Arbeit, zu lernen und zu erkennen, wie kulturelle Annahmen und gewohnheitsmäßige Glaubenssätze jeder echten Erfahrung im Weg stehen. , 1:34

*Die tiefschürfendsten Erfahrungen entstehen aus der
Hinterfragung des Offensichtlichen.*

In unserer Kultur verbringen wir die meiste Zeit damit, befriedigende Erlebnisse außerhalb von uns selbst zu suchen. Wir konzentrieren uns auf die Lebensumstände – unsere Wünsche zu erreichen und unsere Ängste zu vermeiden – doch schlussendlich finden wir trotzdem nur wenig Erfüllung. Wenn die konventionellen Methoden nicht greifen, versuchen wir eben unkonventionelle. In der Hoffnung, uns selbst zu finden, versuchen wir vielleicht Yoga oder irgendeinen Extremsport, meditieren, studieren eine Kunst, schließen uns einer spirituellen Bewegung an oder lesen Bücher über Philosophie. Vielleicht finden wir nicht unser wahres Selbst, aber wir bleiben beschäftigt. 1:35

Jeder von uns hatte schon mal einen oder zwei Augenblicke, in denen wir erlebt haben, einfach nur wir selbst zu sein. Wahrscheinlich gab es dabei ein Element von Überraschung, genauso wie eins von Vertrautheit. Wie und wie oft dies passiert scheint so unterschiedlich zu sein wie es Leute auf der Welt gibt. Jemandem könnte blitzartig aufgehen, dass sie innerhalb eines Schauspiels lebt und immer nur Dinge vortäuscht. Wenn sie die Fassade nur für einen Moment fallen läßt, kann sie einen Schimmer ihres ehrliche- 1:36

ren Selbst mitkriegen. Jemand anders könnte in großer Verzweiflung leben, aber dann aus dem Schmerz ausbrechen und sich als etwas erfahren, was unabhängig vom eigenen Leiden ist – irgendwie frei und doch wirklicher. Eine andere Person versteckt sich vielleicht hinter irgendwelchen Spitzfindigkeiten, angetrieben von dem Verlangen, gemocht, anerkannt und wertgeschätzt zu werden, aber in mutigen Momenten trotz sie ihrer Verletzlichkeit und geht voran mit dem, was wirklich in ihrem Herzen ist. Und noch ein Anderer könnte von jemandem genau angeschaut werden und in dieser Reflektion etwas mit dem eigenen Herzen Unvereinbares erkennen, und in diesem Moment öffnet er sich zu einer authentischeren Wahrnehmung seiner selbst.

1:37 Egal, wie das passiert, es ist, als lichte sich ein unsichtbarer Nebel, um einen Schimmer eines einfacheren und ehrlicheren Selbst zu enthüllen, das nicht von einem Wust von Getue und Komplikationen zugemüllt ist. Dieser Moment ist selbst-reinigend, denn in diesem Augenblick wird eine nicht zu verleugnende wirkliche Erfahrung unserer selbst erweckt – wird “erinnert”. Ob es uns als leichte Ahnung oder als voll entfaltetes Erwachen kommt, die Richtung ist dieselbe – hin zu dem, was wirklich ist.

1:38 Aber der Moment geht vorüber. Auch wenn diese Erfahrung unserer Selbst ganz klar authentischer ist, entgleitet sie wieder aus unserem Blick, und zwar, ohne dass wir es bemerken. Wir schlittern zurück ins Vertraute und die Echtheit wird kaum vermisst, weil sie wieder einmal verschüttet ist. So bleibt kein Kontrast, um uns an den Mangel von Authentizität zu erinnern. Warum geschieht das? Warum ersetzen wir eine derart realere Erfahrung unserer Selbst durch etwas, das klarerweise – zumindest im Augenblick der Einsicht – weniger wahr ist?

1:39 Anscheinend ist eine ehrliche und klare Selbst-Wahrnehmung nicht mit einer vertrauten und gewohnheitsmäßigen Selbst-Identität vereinbar. Für uns ist es leichter, zu einem schon etablierten und akzeptierten Sinn für das Selbst zurückzukehren als uns in dem unsicheren Bereich der Wahrheit aufzuhalten. Argwöhnisch auf unbekanntem Terrain fallen wir leicht und schnell zurück in unsere Gewohnheiten und Routinen, die der Sorge um uns selbst gewidmet sind. Dabei bemerken wir nicht, dass alles, was wir von dort aus fühlen, tun und denken, der Selbst-Identität nur eine weitere Schicht hinzufügt und so das Wirkliche weiter verschüttet. Wir ersetzen Weisheit durch Information und echte Erfahrung durch Fantasien. Wir sind derart in unserem kulturellen Umfeld eingebettet, dass wir unfähig sind, zu bemerken, dass wir mit gerade den Methoden, mit denen wir versuchen, die Leere zu füllen, eine authentische Erfahrung nahezu unmöglich machen.

1:40 Diese Art der Wahrnehmung unseres Selbst und der umgebenden Welt behindert unsere Fähigkeit, neue Möglichkeiten außerhalb unserer vertrauten Erfahrung zu entdecken. Da unsere Erfahrung von Annahmen und Glaubenssätzen dominiert wird, müssen wir uns darauf beschränken, ein Selbst weiterzuverfolgen, das mehr vorgestellt als real ist. Aber es gibt andere Weisen des Seins. Anstatt unsere Gedanken, Gefühle und Glaubenssätze für die Wirklichkeit zu halten, können wir uns einer Welt jenseits von Glauben öffnen und ehrlich untersuchen, was wahr ist. Es ist nicht so sehr eine Art zu

leben als eine Art aufzuwachen.

Versuch allein zu sein, ohne irgendeine Ablenkung, und du wirst sehen, wie schnell du von dir wegkommen willst und vergessen willst, was du bist. Das ist der Grund, weshalb diese enorme Gefüge professioneller Unterhaltung ... eine so herausragende Rolle bei dem spielt, was wir Zivilisation nennen. Wenn du genau hinschaust, wirst du sehen, dass Leute auf der ganzen Welt immer abgelenkter, raffinierter und weltlicher werden Weil wir innerlich leer, stumpf und mittelmäßig sind, benutzen wir unsere Beziehungen und soziale Reformen als Mittel, uns selbst zu entkommen. Ich frage mich, ob du bemerkt hast, wie einsam die meisten Leute sind. Um der Einsamkeit zu entkommen laufen wir in Tempel, Kirchen, Moscheen, wir machen uns schick, übernehmen soziale Funktionen, lesen, und so weiter. ... Wenn du nur ein bisschen die Langeweile erforscht, wirst du feststellen, dass Einsamkeit ihr Grund ist. Um der Einsamkeit zu entkommen, wollen wir zusammen sein, unterhalten werden und Ablenkung jeder Art haben, Gurus, religiöse Zeremonien, Gebete oder den neuesten Roman. Innerlich einsam, werden wir bloße Zuschauer des Lebens; mitspielen können wir nur, wenn wir Einsamkeit verstehen und darüber hinaus gehen. ... weil dahinter der wahre Schatz liegt.

J. Krishnamurti

Bedenke noch einmal die beiden Aspekte deines Selbst: Den einen, den du als dein Selbst kennst, basierend auf einer Sammlung übersehener Annahmen und Glaubenssätze; und den anderen, der das ist, was du wirklich bist, vor (oder hinter) allen Schichten der Selbst-Identität, die eine authentische Erfahrung des Seins verdunkeln. Wie wäre das, wenn du dein Leben aus diesem echteren Selbst leben könntest? Würde dich das reich, sexy und der Liebe wert machen? Vielleicht nicht, aber es wäre die Wahrheit.

1:41

Kapitel 2

Über Glauben hinaus

Das delphische Orakel sagte, ich sei von allen Griechen der Weiseste. Das kommt daher, dass ich allein von allen Griechen weiß, dass ich nichts weiß.

Lernen, zu nicht-wissen

- 2:1 Eine meiner Schülerinnen, nennen wir sie Susan, war eine Mathematikstudentin, die gern diese Geschichte über ihre Erfahrung in einem Zeichenkurs erzählte: In der ersten Stunde übten sie einige Schraffiertechniken und skizzierten Früchte, die in einem Korb auf dem Tisch standen. Am Ende der Stunde sahen auch ihre besten Zeichnungen wie Kreise und Ovale aus, aber nie wie Orangen und und Trauben. In der zweiten Stunde skizzierten sie Töpfe. Susan malte die zylindrischen Formen ganz ordentlich, aber sie sahen einfach nicht wie Töpfe aus. Enttäuscht wandte sie sich an den Kursleiter, um den Kurs abzubrechen, und erklärte, ihr mathematischer Verstand hätte wohl keine Ausstattung zum Zeichnen mitbekommen. Der Kursleiter hörte aufmerksam zu und schlug vor, noch eine weitere Stunde mitmachen bevor sie die Sache aufgeben würde. Susan sagte zu.
- 2:2 In der nächsten Stunde war wieder ein Stilleben arrangiert, aber diesmal war es vollständig von einem weißen Tuch bedeckt. Susan meinte, der Kursleiter wolle sich einen Spaß auf ihre Kosten machen, doch dann nahm sie ihre Stifte und tat ihr Bestes, die vor ihr liegende Szenerie abzumalen. Nachher fragte sie wieder um Erlaubnis, den Kurs abzubrechen, aber der Kursleiter wollte erst ihre Zeichnungen sehen.
- 2:3 Sie zeigte sie ihm, und er sagte, sie hätte große Fortschritte gemacht. Susan war verwirrt. Sie schaute zwischen ihrem Skizzenblock und dem Tisch hin und her. Es stimmte. Obwohl die Zeichnung nicht besonders schön war, so waren doch die abgemalten Formen auf dem Papier sehr nah an denen, die man auf dem Tisch sehen konnte. Einige Falten des Tuchs zeigten in ihrer Zeichnung tatsächlich die Beschaffenheit des Stoffes, und der Schattenwurf der mysteriösen Formen war fast fotorealistisch gelungen. Als Susan ihrer Überraschung Luft machte, erklärte ihr der Leiter, dass sie, ohne es zu merken, ihr vertraute Objekte statt aus der direkten Ansicht aus dem Gedächtnis und aus der Vorstellung heraus gemalt hätte. Bei den unvertrauten Konturen dagegen musste sie hinschauen, was wirklich da war.

2:4

Wann immer wir etwas intellektuell wissen ohne dabei zu erfahren, was direkt vor uns liegt, nehmen wir nur teilweise an der Welt um uns herum teil. Wenn wir uns aber auf der anderen Seite erlauben, etwas über etwas zu wissen, und gleichzeitig nicht-wissen, was es wirklich ist, dann erhalten wir dadurch eine neue Beziehung zu unserem Wissen – es darf immer dabei sein, aber nur auf dem Beifahrersitz unseres gegenwärtigen Erlebens mitfahren.

Dasselbe gilt in jedem Augenblick des Lernens. Bei jedem Sport, in jeder Kunst und jedem Handwerk kann Technik nur die Richtung weisen. An irgendeinem Punkt müssen wir schließlich aus der Verlässlichkeit unserer intellektuellen Daten ausscheren und alle Annahmen, Assoziationen, emotionale Erwägungen und unser Wissen gehen lassen. Sobald wir uns öffnen und uns auf das einlassen, was in diesem Augenblick wirklich wahr ist, wird echte Einsicht möglich und wir können unser höchstes Niveau an Kreativität erreichen. 2:5

Susans Zeichenlehrer drängte sie, vom Nicht-Wissen her zu kommen. Während sie Obst oder Töpfe skizzierte, versorgte ihr “Wissen” sie mit einer “Idee” dessen, was ihr vor Augen war. Sie malte keinen Apfel, sondern ihre Vorstellung von einem Apfel. Als das vertraute Interpretationsmuster unterbrochen wurde, war sie fähig, die Dinge mit neuen Augen zu sehen. Anstatt vertraute Objekte zu sehen, sah sie nun, was gegenwärtig war, und sie sah es in Hinsicht auf Raum, Schatten und Licht – alles notwendige Unterscheidungen, um ein visuelles Bild auf Papier zu übertragen. Sie hatte den Unterschied von “Wissen, was da ist” und “wahrnehmen, was da ist” für sich entdeckt. 2:6

Jeder hält die Grenzen seines eigenen Gesichtsfelds für die Grenzen der Welt

Arthur Schopenhauer

Natürliche Kontemplation

Jedwede fundierte Untersuchung beginnt mit Nicht-Wissen, ansonsten dient sie nur zur Bestätigung dessen, was schon bekannt ist. Verlagern wir uns vom Wissen zum Nicht-Wissen, öffnet sich ein Raum, in dem neues Verständnis erwachsen kann. Selbstverständlich ist diese Veränderung für Kreativität notwendig, aber viele Leute bemerken nicht, dass sie auch die Basis für Kontemplation ist. 2:7

Kontemplation als meditative Übung bedeutet die Untersuchung einer Sache mit der Absicht, die Wahrheit darüber selbst zu erfahren. Bis zu einem gewissen Grad kontemplieren wir alle unser Leben lang, aber ernsthafte Kontemplation erfordert große Disziplin, große Neugier, oder große Sturheit. Als Kind besaß ich zwei dieser drei Qualitäten im Überfluß. Oft richtete ich meine Aufmerksamkeit auf irgendeine verwirrende Sache und wunderte mich standhaft so lange darüber, bis etwas neues ans Tageslicht kam. Als ich so um die sechs Jahre alt war, faszinierte mich die Idee der Zeit und ich begann sie zu erforschen. 2:8

Wie die meisten Kinder lebte ich in einer ziemlich einfachen, doch ständig mehr in Erscheinung tretenden Welt. Daher war es nicht ungewöhnlich für 2:9

mich, mich zu fragen, wie es sein kann, dass “jetzt” sich änderte und zu “später” wurde, und dennoch immer jetzt blieb. Ich musste das überprüfen. Ich saß auf meinem Bettrand und stellte mir die Zukunft vor, wie ich aufgestanden war, wohl wissend, dass wenn ich erst stünde, die Erfahrung genauso wirklich sein würde wie das Sitzen. Dann stand ich auf und befand mich in der Welt, die ich mir nur vorgestellt hatte. Obwohl ich wusste, dass ich mir die Zukunft nur vorstellte, trat die Zukunft immer wieder ein.

2:10 Dieses Rätsel faszinierte mich einige Zeit. Stehend und sitzend wiederholte ich mein Experiment immer wieder. Schließlich begann etwas Merkwürdiges in mein Bewusstsein zu dringen. Ich bemerkte, dass sich mein ganzes Leben irgendwie schon in diesem Augenblick ereignete. Es war alles *jetzt*, obwohl ich nur das wahrnehmen konnte, was anscheinend Stück für Stück nacheinander erschien. Dann bekam ich plötzlich etwas ziemlich bestürzendes mit. Genauso, wie ich mich vom Stehen ins Sitzen bewegte, bewegte ich mich vom Leben in den Tod, und ich erlebte Sterben als den gegenwärtigen Moment. Ich fühlte keine Trennung zwischen meiner gegenwärtigen Erfahrung, ein Kind zu sein, in meinem Schlafzimmer stehend, und der Erfahrung, ein alter Mann zu sein, sterbend in meinem Bett liegend. Das hatte tiefgreifende Folgen für mein Erleben des Lebens. Abgesehen davon, dass das ein bisschen nervenaufreibend war, war dies wohl der Zeitpunkt, als ich begriff, was durch hartnäckiges Staunen und Fragen enthüllt werden kann.

*Ich bin gar nicht so klug – ich setze mich mit Schwierigkeiten
einfach länger auseinander.*

Albert Einstein

2:11 Manche meiner Fragen führten zu Einsichten, die meisten aber führten zu mehr Fragen. Als ich dann als Teenager Kampfkunst lernte, war es schon ganz natürlich, dass ich mit der “kontemplation” von Judo genauso viel Zeit zubrachte wie mit dem eigentlichen Training. Da ich nicht soviel trainieren konnte wie ich wollte, verbrachte ich Stunden damit, die Judowürfe im Geiste auszuführen. Eines Tages verstand ich plötzlich die “Essenz” des Judo, und meine Fähigkeiten machten einen gigantischen Sprung nach vorne. Quasi über Nacht wurde ich gut darin, während ich vor meiner Einsicht nicht besser als jeder andere Anfänger in meinem Kurs war. Diese Erfahrung überzeugte mich von der Macht der Kontemplation, Einsichten zu gewinnen. Ich wollte mehr, und naturgemäß machte ich damit weiter, die Dinge auf eigene Faust zu erforschen. Aber dann, mit zwanzig, begann ich Zen zu studieren.

Zen Einflüsse

2:12 Das Wort “Zen” heißt “sitzen” und bezieht sich auf eine bestimmte Meditationspraxis. Das Ziel dieser Meditation ist das Erreichen von Etwas, was Zen-Leute “Erleuchtung” nennen – ein Bewusstheitssprung hin zu einem plötzlichen Gewahr-werden der wesentlichen Natur des “Seins”. Da eine solche Erfahrung nicht durch die Benutzung des Intellekts gelingen kann, liegt sie außerhalb dessen, was wir “wissen”. Sie ist wörtlich “undenkbar”, weshalb Zen der Ruf des Rätselhaften und Widersinnigen anhaftet. Durch ausgedehnte Meditation, den strengen Verzicht auf jede Ablenkung und die unbeantwortbaren Fragen des Zen-Meisters wird der Praktizierende über sein Wissen hinaus gedrängt. Wenn er an diesem Punkt anlangt und be-

reit ist, seinen Verstand loszulassen, ist er reif für eine lebensverändernde Einsichten. Nicht-Wissen ist ein wesentlicher Teil für so einen Sprung der Achtsamkeit.

In relativ kurzer Zeit hatte ich meine erste voll entfaltete Erleuchtungserfahrung, vielleicht weil Zen einfach eine formalisierte Fortführung der Kontemplation war, die ich schon so lange machte. Über die Jahre hatte ich viele andere Durchbrüche und Erleuchtungserfahrungen, die mir wiederholt Zugang zu einem Gewahrsein verschafften, das jenseits von Wissen und sogar Denken liegt, und die alle zu meiner Erforschung der Natur des Menschseins beitrugen. Vielleicht klingt es komisch, aber die Fähigkeit "Kein-Verstand" zu erfahren erhöhte stark die Klarheit und die Tiefe meiner Fähigkeit sowohl das Bewusstsein als auch den Verstand zu erforschen. 2:13

Während ich diese Dinge studierte, kontemplierte und erforschte, entdeckte ich eine der wichtigeren Sachen, als ich daran arbeitete, das, was ich glaubte von dem zu unterscheiden, was ich persönlich als Wahrheit erlebt hatte. An dieser Stelle – jenseits von Dogma, Glauben und Wunschdenken – entdeckte ich die erweckende Kraft des Nicht-Wissens. Da es an einer Stelle existiert, an der die Wenigsten von uns nachsehen, ist es weder gewöhnlich noch populär, aber wenn man sich in diesen Bereich hereinwagt, werden mit jedem Schritt Freiheit und neue Möglichkeiten erreichbar. Jeder hat Zugang zu dieser Fertigkeit, aber die Stelle, von der wir ausgehen müssen ist unter zahllosen Schichten von Glaubenssätzen begraben. 2:14

Es stimmt, unsere Glaubenssätze sind sehr machtvoll. Und die Idee ist nicht neu, dass wir, um irgendwas an uns zu ändern, die Glaubenssätze, aus denen heraus unsere Gefühle und unser Verhalten geschaffen werden, verändern müssen. Einige populäre Selbsthilfe-Übungen beinhalten, einen System von Glaubenssätzen bewusst gegen ein anderes auszutauschen. Beispielsweise könnte eine Person, die kein Vertrauen in sich selbst hat, dieses negative Selbstbild überschreiben, indem sie den selbstgewählten Glaubenssatz formuliert, dass sie intelligent und fähig ist. Wenn sie diese neue Perspektive aufrechterhalten kann, wird sie beginnen, die Ereignisse anders zu interpretieren, und die positiveren Bewertungen werden eine immer positivere Sicht auf sich selbst unterstützen. Obwohl diese Arbeit einen positiven Effekt hat, trägt sie doch nichts dazu bei, die wahre Natur von Selbst und Verstand besser zu verstehen. 2:15

Eine andere Beziehung zu Glaubenssätzen herstellen

Wenn die Manipulation unserer Glaubenssätze derart kraftvoll ist – wenn wir unsere Wahrnehmung des Selbst einfach dadurch verändern können, indem wir zu einem anderen System von Glaubenssätzen umschalten – dann stell dir vor, wie kraftvoll es wäre, sich vollständig von allen Glaubenssätzen zu befreien. Es kommt uns nie in den Sinn, dass das möglich ist. Bei dem verzweifelten Gewurschtel, das wir veranstalten um uns besser zu fühlen, ist es leicht zu vergessen, dass, egal ob aus einer Position der Wertlosigkeit oder der Wichtigkeit agieren, keiner dieser Standpunkte die Wahrheit ist – es sind *Glaubenssätze*. In Wirklichkeit ist das Meiste von dem, was wir als uns *selbst* denken nur eine angehäuften Ansammlung von Glaubenssätzen und Annahmen. Wenn wir ein paar optimistischere Glaubenssätze erfinden, 2:16

kann das helfen, den einen oder anderen Aspekt unseres Verhaltens zu ändern, aber es wird nicht und kann nicht zu einem authentischeren Sinn für unser Selbst führen.

- 2:17 Die gute Nachricht ist, dass wir gar nicht ausschließlich in Bezug zu unseren Glaubenssätzen leben müssen. Statt uns in den Austausch eines Glaubenssystems gegen ein anderes hinein zu manipulieren, können wir unseren Blick dahin lenken, herauszufinden, was Glaubenssätze *sind*. An diesem Punkt könnte es schwierig sein zu verstehen, was damit gemeint ist. Mach dir keine Sorgen – ein großer Teil unserer Arbeit besteht darin, zu lernen, auf neue Weise über einige sehr gewöhnliche Dinge nachzudenken. Tatsächlich kann es umso schwieriger sein, die Dinge anders zu sehen, je vertrauter sie sind.
- 2:18 Hier eine nützliche Analogie zur Herangehensweise an diese Glaubenszeug: Wenn Gas geben und Herumfahren alles ist, was du je mit deinem Auto gemacht hast, dann wäre es eine riesige Veränderung der Anstrengung und Konzentration, wenn du dich entscheiden würdest zu lernen, wie ein Auto funktioniert. Jede dieser Aktivitäten hat mit Autos zu tun, aber die beteiligte Mechanik zu verstehen ist etwas ganz anderes, als damit etwas zu transportieren. Es ist etwas anderes, von seinen Glaubenssätzen angetrieben und gesteuert zu werden, als bewußt zu verstehen, wie die Glaubenssätze geschaffen werden und welchem Ziel sie dienen.
- 2:19 Wenn alles, was du je mit deinen Glaubenssätzen gemacht hast, darin besteht, sie zu glauben, dann kann der Blick unter “die Motorhaube” dessen, was du für wahr hältst, eine radikale Veränderung sein. Es ist eine Untersuchung, die innerhalb deiner Selbst stattfindet, daher ist es nicht unzutreffend, die Richtung als “inniger” zu bezeichnen, als nur blind deinen Glaubenssätzen zu folgen. Wenn du aufmerksam gelesen hast, hast davon wahrscheinlich schon etwas bemerkt. So eine “Selbst-Innigkeit” auf einer direkten Erfahrungsebene kann sowohl beschwingend als auch manchmal unbequem sein – so wie einen Schimmer der unerforschten Grenzregion des eigenen Bewusstseins kriegen. Während es also klug ist, sich auf irgendeine Reaktion einzustellen, reicht es aber im Augenblick zu erkennen, dass es dir möglich ist, irgendeine Veränderung mit deinen Glaubenssätzen herzustellen und dich einer echten Erfahrung dieses Augenblicks zu öffnen.
- 2:20 Wenn wir erst die wahre Natur unserer Glaubenssätze erfahren haben, können wir entscheiden, ob wir die, die uns stärken oder anderweitig nützlich sind, behalten wollen, oder ob wir Schritte einleiten wollen, um uns von allen zu trennen. Und obwohl “Trennung” kalt und gefühllos klingen kann, beschreibt es genauso passend eine Erfahrung von Freiheit oder Unbelastetheit, und das ist es, was ich hier meine. Ich rede über eine Öffnung hin zu der Möglichkeit, zu erfahren, was wahr ist, anstatt zu glauben, was auch immer gerade aufgrund der alten immergleichen Voraussetzungen in den Sinn kommt.
- 2:21 Wenn man sich von Glauben auf Erfahren verlegt, ist das wie der Unterschied von, sagen wir, das Bild von der Speisekarte essen anstatt das Gericht. Oder wie sich Wissen in Erinnerung rufen im Vergleich zu die Wahrheit des Gesagten begreifen. Wie auch immer du dir das vorstellst,

die Sache ist, dass Nicht-Wissen den Zugang zur Wirklichkeit freiräumt. Indem du diesen Wandel vollziehst wird dein persönliches Erfahren neu und frisch und nimmt eine Authentizität und Unmittelbarkeit an, die die wenigsten Leute je gefühlt haben. Und was vielleicht noch wichtiger ist: Egal, was sich als bekannt oder unbekannt erweisen wird, bleibst du doch sicher in deiner Aufrichtigkeit und Echtheit, und dies berührt dich auf eine tiefe Weise, die nicht leicht zu vermitteln ist – du musst es selbst erfahren. Eine Grundvoraussetzung für diese Transformation ist die Fähigkeit, einen Zustand des Nicht-Wissens anzunehmen.

Nur wenn wir realisieren, dass Glaubenssätze nicht die Wahrheit sind, wird sich die Möglichkeit eröffnen, das zu erfahren, was wahr "ist".

Eine neue Perspektive erschaffen

Es wird gesagt, dass vor langer Zeit die Leute einmal dachten, dass die Erde flach sei. Heutzutage wissen wir es besser und schauen auf die Menschen herab, als ob sie ahnungslos, ja sogar dämlich gewesen wären. Ziemlich arrogant von uns, wenn du anfängst, darüber nachzudenken. Was macht uns so sicher, dass alles, was wir heute wissen, wahr ist? Jede einigermaßen vernünftige Person wird zugeben, dass die Möglichkeit besteht, dass einiges von dem, was wir zur Zeit wissen oder sogar selbstverständlich finden, wahrscheinlich nicht richtig ist. Wenn wir das sorgfältig betrachten werden wir feststellen, dass Irrtümer unvermeidlich sind und sich einige unserer Gewissheiten schließlich als falsch herausstellen werden. Aber wie können wir unterscheiden, welche das sind? Wie können wir innerhalb des ganzen Wissens unsere fehlerhaften Annahmen von den Tatsachen trennen?

2:22

Stell dir vor, du lebst vor langer Zeit und du wärst einer der Leute, die denken, die Erde sei eine Scheibe. Tadel dich nicht zu sehr – es ist eine kulturell akzeptierte Annahme der Zeit. Denk daran, dass du dir nicht einmal vorstellst, es könnte irgendwie anders sein. Die Flachheit der Erde ist ziemlich deutlich: Wenn du auf einem Hügel stehst und schaust, siehst du, wie sich die Landschaft einigermaßen horizontal vor deinen Füßen ausbreitet. Gut, ja, sie ist flach. Wenn jemand dein Dorf verlässt und weiter reist, als sonst jemand den du kennst, kommt er so ziemlich auf der gleichen Route zurück. Die Dinge waren schon immer so, und für dich und jeden, den du kennst ergibt das Sinn.

2:23

Die Idee einer flachen Scheibe passt ziemlich gut zu dem, was wir persönlich mit oben und unten, hier und dort beobachten können. Tatsächlich passt sie besser als die Idee einer Kugel. Wenn ich einen Ball aus dem oberen Stockwerk meines Hauses fallen lasse, und du auf der anderen Seite des Tals einen Ball aus einem Fenster deines Hauses fallen läßt, und John einen Ball aus seinem Haus in einer weit entfernten Stadt fallen läßt, dann gibt es keinen Grund dafür zu denken, dass der Boden, auf den jeder Ball fällt, nicht dieselbe allgemeine Ebene ist. Wir würden einfach annehmen, dass der Boden auf der ganzen Welt dasselbe ebene Stückchen Erde (mit Dellen) ist. Außerdem lässt sich die flache Erde gut auf ein Stück Papier übertragen – viel leichter, als zu versuchen, etwas Kugeliges auf einer flachen Karte

2:24

darzustellen.

- 2:25 Bedenke noch dies: Obwohl wir alle wissen, dass es "wahr" ist, wer von uns nimmt sich die Zeit sich auch nur vorzustellen, dass wir zur Zeit mit 100000 km/h um die Sonne rasen? Oder dass im Weltraum "oben" und "unten" nicht existiert? Obwohl wir glauben, dass es eine Tatsache ist, dass die Erde rund ist und sich dreht, so leben wir doch unser tägliches Leben, als ob die Sonne auf- und unterginge, indem sie sich von der einen zur anderen Seite des flachen Landes bewegt. Sogar in Anbetracht unserer derzeitigen Glaubenssätze in dieser Sache, funktioniert unsere tagtägliche Sichtweise innerhalb derselben wahrgenommenen „Realität“, die schon für die Menschen früherer Zeiten maßgeblich war. Die Idee einer flachen, unbewegten Erde ist also nicht so weit hergeholt, wie es zuerst scheinen mag. Einzig unsere kulturelle Arroganz und unsere Angst, als unwissend dazustehen nötigt uns, solche Ideen als dummes altes Mißverständnis einzuordnen.
- 2:26 Stell dir noch einmal vor, du lebstest in einer Zeit, in der jeder annimmt, die Welt sei flach. Aber diesmal stell dir vor, du wärst nicht ganz so sicher, dass sie flach ist. Da wir ja in einer Zeit leben, in der uns gesagt wird, dass die Erde rund ist, ist es ziemlich einfach sich vorzustellen, nicht zu wissen, ob die Erde flach ist. Aber nimm dir die Zeit die du brauchst und benutz deine Fantasie, um dir das ernsthaft vorzustellen und diese Vorstellung wirklich zu machen. Versuch, es dir wirklich als eine Erfahrung in diesem Moment vorzustellen und nicht nur darüber nachzudenken. Fühl, wie alle Leute in deiner Umgebung wissen, dass die Erde eine Scheibe ist. Niemand musste es dir jemals in Ruhe erklären, du weißt es einfach so wie alle anderen auch. Aber nun bist du, aus welchem Grund auch immer, nicht mehr so sicher. Du weigerst dich die derzeitigen kulturellen Annahmen ungefragt zu glauben. Stattdessen gibst du zu, dass du wirklich nicht genau weißt, welche Gestalt die Erde hat.
- 2:27 Was bleibt dir? Was taucht im Geist unter diesem Blickwinkel auf? Wahrscheinlich erscheint die Möglichkeit der Rundheit der Erde, auch wenn zu diesem Zeitpunkt noch nicht daran denken würdest.