

Die Liebe der Seele zur Wahrheit, zu Gott oder zur Essenz

Inneres Erforschen am 15.11.2016, Michael Seibt

Es geht heute um die Wirklichkeit, die jeder Mensch eigentlich ist. Manche sagen Wesensnatur dazu (im Zen üblich). Andere nennen es Gott. Johannes Tauler, den ich sehr schätze, nennt es „Grund“. Wieder andere brauchen dafür abstrakte Begriffe, sie nennen es z.B. „Sein“ oder „Essenz“ (das Wesentliche, so Almaas). In der Bibel tauchen dafür auch viele metaphorische Wortbilder auf, wie z.B. „Quelle“, „Sonne“, „Burg“, „Fels“, „Licht“. All diesen Worten ist gemeinsam, dass sie diese Dimension nicht fassen können.

Hier folgt eine Übersicht über Begriffe, die im Reden über „Religion“ dominieren (linke Spalte) und die beim Reden über „Spiritualität“ dominieren (rechte Spalte). Das basiert auf empirischen Forschungen von Prof. Dr. Heinz Streib von der Uni Bielefeld. Deutlich ist: viele Menschen verbinden mit Religion etwas Festes, z.B. Institution, Kirche, Dogma, Rituale, Traditionen, Gott und Regeln. Spiritualität hingegen verbinden die Menschen mit Worten wie Offenheit, Einklang, Bewusstsein, Meditation, Wirklichkeit, Universum, Leben, Energie, Natur, Gefühl, Seele.



Ich möchte auf das Wort „Seele“ näher eingehen.

Kann man die Seele unmittelbar erleben? Wenn wir einander in die Augen schauen – dann haben wir den Eindruck, etwas zu sehen, was weit über das hinausgeht, was die Augen sehen. Das abgründige Schwarz der Pupillen wirkt wie ein „Fenster zur Seele“.

Ich möchte beim Begriff der „Seele“ verweilen. Wenn ich von der „Seele“ spreche, meine ich nicht ein „Etwas“ im Menschen im Unterschied zum Körper oder zum Geist oder der Vernunft.

Die Seele ist unser innerer Erfahrungsraum, das Bewusstsein in uns, das was in uns achtsam ist und Erfahrungen macht. Wenn die Seele kein „Ding“ im Menschen ist, dann ist sie auch kein fester Zustand. Das heißt, die Seele „fließt“. Sie bewegt sich mal hierhin, mal dorthin.

Wohin sie fließt, wofür sie sich öffnet, das ist die Frage und die können wir erforschen.

Die Seele kann sich z.B. mit dem identifizieren, was der Mensch für seine Persönlichkeit hält. Also mit allem, wofür er sich hält.

Sie kann sich aber auch mit dem identifizieren, was größer ist als die Persönlichkeit. Das wäre dann das, was wir gerade den „Grund“, „Gott“ oder die „Essenz“ genannt haben.

Die Persönlichkeit ist ein geistiges Konstrukt, eine Sammlung von Überzeugungen, Rollenbeschreibungen und inneren Vorstellungen.

Stell dir eine Form aus Ton vor. Die Form wird von diesen Überzeugungen begrenzt. Wenn du Wasser in diese Form füllst, dann nimmt das Wasser die Form der Form an. So wird die Seele modelliert und begrenzt, entsprechend den Konstrukten, mit denen sie sich identifiziert.

Je weniger unsere Seele von diesen Konstrukten eingeengt wird, desto flüssiger und dynamischer wird sie. Schließlich ist sie fähig, ihr inneres Sein wahrzunehmen, das sich hinter den starren Grenzen der Persönlichkeit offenbart.

Die Seele kommt mit den zeitlosen, ewigen Qualitäten in Kontakt, z.B. mit Weisheit, Mitgefühl, Klarheit, Wille. Je dauerhafter dieser Kontakt ist, desto mehr kann sich die Seele entspannen, weiten und öffnen. Das Wasser ist nicht mehr in eine enge Form gegossen, es kann fließen, wohin es möchte.

Die Seele ist formbar und empfänglich. Wir werden von dem geformt, was uns zustößt und zwar am dramatischsten, wie die Psychologie heute weiß, von dem, was uns in den ersten 7 bis 9 Lebensjahren zustößt.

In diesen Jahren bildet sich das zentrale Selbstgefühl heraus. Dabei spielen die genetischen Anlagen ebenso eine Rolle wie die Einflüsse der Umgebung, besonders natürlich von den Eltern als den wichtigsten Bezugspersonen dieser Jahre.

Aber auch diese Prägungen oder Fixierungen sind nicht statisch. Sie sind kein Schicksal. Das heutige Wissen um die Neuroplastizität des Gehirns besagt, dass eine Änderung der Ausrichtung unserer Seele sich auch im Gehirn niederschlägt.

Aber machen wir uns nichts vor: man kann sich zu dieser Neuausrichtung nicht entschließen. Deshalb sind spirituelle Gedanken und Ideen und die Predigten in der Kirche oft so wirkungslos. Sie appellieren meistens. Sie vertrauen auf kognitive Aneignung. Das Wort kann aber noch mehr. Es will nicht nur den Verstand bedienen, es will auch zur Seele sprechen. Das Wort weist über sich selbst hinaus auf das Unsagbare.

Worte und spirituelle Gedanken leiten noch keine Transformation ein, sie bleiben äußerlich. Vielleicht tauschen wir die eine Überzeugung gegen eine andere aus und nennen das dann Bekehrung. Aber das ist nicht wirklich befreiend. Es ändert nichts an der Enge und an der Egozentrik des Bewusstseins. Nach wie vor bleibt die Seele konditioniert und klammert sich an die Form, die ihr vertraut ist.

Sobald die Wahrheit diese Form in Frage stellt, wehrt sich die konditionierte Seele und sagt: ich will das nicht.

Solange es uns gelingt, die Wahrheit dem eigenen Glück und der eigenen Zufriedenheit unterzuordnen, integrieren wir sie gerne.

Doch wenn wir anfangen, die Wahrheit um ihrer selbst willen zu lieben, auch dann, wenn sie uns über die Grenzen unserer Persönlichkeit hinausführt, ruft das die innere Fixierung der Seele auf den Plan. Es meldet sich der innere Kritiker, der die Ansammlung von Glaubenssätzen und festen Überzeugungen in uns vertritt und zur Sprache bringt. Er fragt z.B. wo führt das hin? Wo bleibe dann „ich“? Wie steht es um meine Sicherheit?

Wir erfahren die Wahrheit, den Grund oder Gott als bedrohlich. Das Wesentliche zeigt sich auf eine Art, die verunsichern kann und muss. Ansonsten bleibt es bei der Begrenzung auf die Persönlichkeit.

Es ist, wie wenn man ins Feuer geht. Da wird alles verbrannt, was sich diesem Wesentlichen nicht öffnen möchte. Die Liebe zur Wahrheit oder zu Gott wird uns in der Tiefe verändern. Man kann nicht schwimmen lernen und dabei nicht nass werden wollen.

Übung

Zu dritt, jeweils 10 Minuten, Monolog

- Wie erlebe ich die Liebe zur Wahrheit, zu Gott, zum Wesentlichen? Was unterstützt dabei, was blockiert?

Anschließend 5 Minuten Reflexion in der Kleingruppe oder gleich im Plenum.