

Dienstag 10.4.2018

Urvertrauen

Die Seele kennt zwei Bewegungen. Eine Bewegung richtet sich auf das Sein, auf ihre wahre Natur. Die andere Bewegung geht weg vom Sein und richtet sich auf die Ausbildung des Ego.

Alle Menschen bilden eine Ich-Struktur aus, im Lauf ihrer Entwicklung. Das ist sinnvoll und nötig, um zu überleben. Ein Kind kommt hilflos auf die Welt und ist vollkommen angewiesen und abhängig von seiner Umgebung. Die Erfahrungen, die es da macht, prägen tief.

Die körperlichen Grenzen und die Entwicklung der Sprache – all das trägt dazu bei, eine Ich-Struktur auszubilden. Das Kind erfährt sich nach dem ersten Lebensjahr erstmals als getrennt von der Mutter, als ein eigenständiges Subjekt, das „Ich“ sagen kann. Das „Ich“ ist die Erfahrung der Grenzen, die das „Ich“ von anderen unterscheidet. Es ist nichts „Eigenes“, es bildet sich durch den Unterschied.

Wer bin „ich“? Das ist die entscheidende Frage.

Es gibt große Unterschiede. Manche Menschen identifizieren sich sehr stark mit ihrer Ich-Struktur, andere weniger. Deshalb ist für manche Menschen die spirituelle Entwicklung relativ einfach, für andere ist sie schwieriger oder sie geschieht überhaupt nicht.

Was meinen wir, wenn wir von spiritueller Entwicklung sprechen? Das Ich ist eine psychische Struktur, die auf mehr oder weniger festen Überzeugungen darüber beruht, wer man ist und was die Welt ist. Wir erfahren uns selber und die Welt durch den Filter dieser Ich-Struktur. Spirituelle Entwicklung oder Erwachen bedeutet, dass wir uns wieder mit dem Sein verbinden, also mit allem, was von der Ich-Struktur verdunkelt wird.

Beispiel: die Ich-Struktur bemüht sich, angenommen zu werden. Es ist ein menschliches Grundbedürfnis, willkommen und angenommen zu sein. Wird das nicht ausreichend erfahren, versucht die Ich-Struktur, die Erfahrung des Willkommen- und Angenommen-Seins selbst herbeizuführen, z.B. durch ein auffälliges Verhalten.

Bei der Arbeit des Erforschens bewegen wir uns durch die verschiedenen Facetten der Ich-Struktur. Die Ich-Strukturen versuchen alle auf ihre Weise, eine Facette des Seins zu imitieren und dadurch ihren Verlust zu kompensieren. Man hat etwas verloren und will es wieder finden und bei dieser Suche verkrampft und kontrahiert sich die Seele.

Wir werden uns also zunächst in einem ersten Schritt der jeweiligen Überzeugung bewusst, an der wir festhalten. Wir erfahren an uns selbst, wie unsere Seele sich zusammenzieht. An welcher Stelle sie eng, besorgt, ängstlich, furchtsam wird. Das schauen wir uns genau an.

Der zweite Schritt besteht darin, dass sich die jeweilige Facette der Ich-Struktur auflöst. Wodurch? In dem sich die Seele in ihr Sein entspannt. Indem sie sich also lässt. Indem sie den Kampf, den Widerstand und die Anspannung aufgibt und sich in das hineinentspannt, was immer schon ist: Essenz, Präsenz, Gott.

Angenommen-Sein ist ein Sein, kein Tun. Die Seele kann nichts machen, um angenommen zu werden. Sie kann sich aber in ihr Angenommen-Sein hinein entspannen und loslassen.

Aber das ist kein harmloser und einfacher Prozess. Denn dabei löst sich ein Teil unserer Ich-Struktur auf. Wir verlieren etwas, was wir bisher für unbedingt wichtig gehalten haben und was zu unserer Ich-Struktur gehört hat. Das kann sich anfühlen, als ob uns etwas weggenommen wird, als ob etwas sich auflöst oder zerfällt, als ob die Welt brüchig wird. Das kann sehr schmerzhaft und beängstigend sein. Das alte Identitätsgefühl zerbröseln und wir sehnen uns zurück nach einfachen, klaren Antworten.

Wir leben in einer Zeit, in der schon die allgemeine gesellschaftliche Entwicklung Vieles in Frage stellt. Deshalb erwarten die Menschen von der Religion vor allem eine Stärkung ihrer Identität und keine weitere Infragestellung.

Aber ein spiritueller Weg führt erst einmal tiefer hinein in die allgemeine Verunsicherung und bringt sie auf den Punkt. Wer das nicht mag, der will es nicht. In diesem Sinn verstehe ich das Wort Jesu: „Wer seine Hand an den Pflug legt und sieht zurück, der ist nicht geschickt für das Reich Gottes.“ (Lukas 9,62)

Das Zurückschauen bedeutet: ich will nicht weiter gehen, wenn ich eine gewohnte Sicherheit aufgeben muss, von der ich denke, dass sie zu mir gehört und ich nicht auf sie verzichten kann.

Wie aber wird es möglich, weiter zu gehen im Reich Gottes? Man muss sehen, dass die Menschen unterschiedliche Voraussetzungen mitbringen. Wer relativ leicht weitergehen kann, der hat etwas im Leben erfahren, was wir am besten als „Urvertrauen“ bezeichnen können. Das ist ein grundsätzliches Vertrauen in die Welt. Man erfährt die Welt als tragend, auch wenn sie sich ändert. Urvertrauen ist ein Gefühl dafür, dass alles, was geschieht, zum Besten für uns geschieht. Die Natur, das Universum meint es von Grund auf gut mit uns. Urvertrauen ist eine nicht-begriffliche Gewissheit.

Dieses Urvertrauen zeigt sich durch die Art, wie man sein Leben lebt. Man geht durch und vermutet hinter jeder Kurve eine neue, spannende Erfahrung, die das Universum für einen bereit hält. Das bedeutet nicht, dass man die Erfahrung gut finden muss oder lieben wird. Aber auch die nächste Erfahrung wird mir zum Besten dienen. So sagt Paulus: „Wir wissen, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen.“ (Römer 8,28) Woher weiß er

das? Es ist eine tiefe Gewissheit, die nicht von den Umständen abhängt. Sie vertraut bis auf den Grund des Seins, nicht nur bis dorthin, wo es sich schön anfühlt.

Das Urvertrauen ist etwas anderes als das gewöhnliche psychologische Gefühl des Vertrauens. Unser gewöhnliches Vertrauen in Menschen und Dinge ist sehr bedingt, das heißt, es ist abhängig von den Erfahrungen, die wir damit machen. Schmerzhaftes Erfahrungen oder persönlicher Verrat können unser Vertrauen in das Leben leicht erschüttern. Da wir alle schmerzliche Erfahrungen machen, hat das gewöhnliche Vertrauen nur geringen Wert. Es ist sofort erschüttert und zieht sich dann zurück.

Ein Mitglied einer freikirchlichen Gemeinde setzte großes Vertrauen in die Gemeindeleitung. Als die Gemeindeleiter sich völlig zerstritten hatten, verunsicherte sie das tief in ihrem Vertrauen. Nun fiel sie in ein Loch, denn auch diese Vorbilder waren keine mehr.

Urvertrauen ist kein Vertrauen in ein Ding, eine Person oder eine Situation. Urvertrauen kann daher nicht enttäuscht werden. Es erlaubt uns, mit den und in den Lebensumständen zu entspannen und darin anwesend zu sein. Man fühlt instinktiv, dass alles in Ordnung ist und sein wird, selbst wenn die momentanen Umstände schmerzlich, enttäuschend oder sogar katastrophal sind.

Daher lebt man sein Leben so, dass es ganz natürlich ist, in den Abgrund zu springen, sich fallen zu lassen, seine Ich-Strukturen zu lockern und zu lösen. Das Universum wird sich um einen kümmern. Man bemüht sich nicht länger, nach den Identitäten, den Beziehungen, den Dingen und Situationen zu greifen.

Wer Urvertrauen hat, lebt in einer Art Unschuld. „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.“ (Psalm 23) Das ist Urvertrauen. Auch das finstere Tal ist kein Ort zum Fürchten.

Nun wollen wir das Urvertrauen genauer erforschen.

Übung:

Was ist richtig daran, kein Urvertrauen zu haben?

Wie fühlt es sich an, im Urvertrauen zu leben?