



Reise mit Risiken

FOTOLIA.COM, G. JEFF GYNANA

Die Bedeutung von Selbstverantwortung und Eingleisigkeit auf dem spirituellen Weg

Alle spirituellen Wege verlangen Hingabe und tiefes Commitment. Das lässt sich leicht mit der Aufgabe der Selbstverantwortung verwechseln. Auch auf dem spirituellen Weg ist jedoch eine kritische Grundhaltung nützlich, sie muss kein Hindernis sein für Tiefe, Liebe und Vertrauen. Und wir dürfen auch mehrere Methoden zugleich ausprobieren

VON KATHARINA CEMING

Früher war bekanntermaßen alles besser und ging auch irgendwie leichter. Als spiritueller Sinnsucher setzte man sich vor die Pforten des Hauses oder des Tempels des erwählten Meisters und wartete einige Jahre, bis der einen beachtete und als Schüler annahm. Dann ließ er einen Jahre und Jahrzehnte lang die unangenehmsten Dinge tun, und ehe man es sich versah, war man alt, krank, verzweifelt und plötzlich erleuchtet, weil die Egostruktur auf einmal kollabiert war.

Risiken für die psychische Gesundheit

Dieser klassische spirituelle Weg scheint heute nur noch in den seltensten Fällen zu funktionieren und dann auch eher bei Menschen, die in den traditionellen spirituellen Kulturen geboren wurden. Für uns Westler gestaltet sich die Suche nach dem richtigen Weg immer schwieriger, weil das Angebot immer größer wird. Oftmals geht es uns bei der Suche nach der richtigen spirituellen Methode oder dem richtigen spirituellen Lehrer, wie wenn wir beim Einkaufen vor einem nicht enden wollenden Regal mit Marmeladen stehen und uns zwischen 30 verschiedenen Herstellern und 50 verschiedenen Geschmacksrichtungen entscheiden müssen. Während aber der Griff zum falschen Marmeladenglas keine allzu weitreichenden Folgen hat, kann der Griff zum falschen Meister bedeutend schwerwiegendere Konsequenzen für die psychische Gesundheit haben, insbesondere dann, wenn der Meister selbst zur Übergriffigkeit bei seinen Schülern und Schülerinnen oder deren Kindern neigt. Im spirituellen Bereich gilt daher die alte Devise »Drum prüfe, wer sich ewig bindet, ob sich nicht doch was Bess'eres findet!«
Woher weiß ich nun aber, ob der Mensch, den ich mir zum spirituellen Unterstützer auserwählt habe, oder die erwählte Methode auch wirklich zu mir passt? Große Enttäuschung: Eine Garantie gibt es hierfür nie! Es gibt weder einen Meister- noch Methoden-TÜV, der garantiert, dass alles, was passieren wird, ordnungsgemäß ist – von der Frage, ob die Ordnung überhaupt eine gute ist, mal ganz abgesehen. Selbstverantwortung und eine gewisse kritische Grundhaltung, die spirituell begeisterten Menschen anscheinend schwerer fällt als dem Rest der Menschheit, sind dennoch unverzichtbar.

Selbstverantwortung

Zugegebenermaßen haben viele spirituelle Traditionen ein großes Problem damit, wenn ihre Anhänger Selbstverantwortung übernehmen und an bestimmten Punkten nicht mehr bereit sind, formbar wie Wachs in den Händen des Lehrers zu sein, was ja gemäß der traditionellen Lehren das typische Schüler-

»Wer sich Transzendenz personal vorstellt, wird sich einem der klassischen theistischen Systeme verbunden fühlen«

verhalten sein sollte. Die Bereitschaft, jeglichen eigenen Willen aufzugeben und sich völlig dem religiösen Lehrer zu überlassen, wurde als Notwendigkeit des Ego-Transformationsprozesses in der Geschichte der Spiritualität angesehen. Vielleicht mag diese Methode in vergangenen Zeiten, in denen der Gedanke der Individuation eher unbekannt war, ihre Berechtigung gehabt haben, heute passt sie kaum mehr. Genauso wenig wie die Überzeugung vieler spiritueller Bewegungen »Was mich nicht umbringt, macht mich hart!« Der spirituelle Weg wurde sehr oft nur als Kampf gegen das Ego, die Triebe, den Körper etcetera gesehen. Je härter und asketischer er geführt wurde, als umso erfolgversprechender galt er. Es geht mir hier nicht darum, eine Wohlfühl- und Wellness-Spiritualität zu propagieren, doch wenn wir die Erkenntnisse der Quantenphysik sowie der großen Spiritualsysteme ernst nehmen, die besagen, dass die Wirklichkeit nur eine und ungeteilt ist, dann ist auch unser Körper Teil dieser Wirklichkeit. Der Kampf gegen sich und den eigenen Körper führt damit nicht unbedingt zu einem gesunden und heilsamen ganzheitlichen Sein.

Je nach Charakter der richtige Weg

Wie sehr wir nun Spiritualität als Weg des Kampfes mit und gegen uns oder als Weg des Zulassens auffassen, hängt natürlich maßgeblich von unserer Persönlichkeitsstruktur ab. Genauso, ob uns eher intellektuelle Systeme oder gefühlorientierte ansprechen. Wem Verstehen und Einsehen wichtig ist, wird sich vermutlich einer philosophisch ausgerichteten Spiritualität zuwenden, während die Emotionaleren eher den Weg von persönlicher Hingabe und Emotionalität wählen werden. Dazu kommt noch die Selbstwahrnehmung. Wer vom eigenen Können über-

zeugt ist, wird auf dem Weg zur Erfahrung auf göttliche oder kosmische Hilfe eher verzichten, als jemand, der immer wieder das eigene Scheitern als schmerzvoll und destruktiv erfahren hat. Menschen, die sich Transzendenz personal vorstellen, werden sich einem der klassischen theistischen Systeme verbunden fühlen, während diejenigen, die das Apersonale eher anspricht, einen Weg wählen werden, in dem nicht die persönliche Gottesbegegnung im Mittelpunkt steht. Für welchen Weg man sich letztlich entscheidet, hängt in der Regel von der eigenen Ausgangsbasis ab. Wer sich um all diese Fragen weniger kümmert und einfach loslegt, indem er verschiedene Wege und Lehrer ausprobiert, dessen Wahl wird wahrscheinlich vom Sympathiefaktor eines Lehrers und der guten Umsetzbarkeit einer bestimmten Methode beeinflusst.

Einer für immer für alles?

In der spirituellen Szene begegnet uns zudem ein relativ neues Phänomen, nämlich dass Menschen verschiedene Methoden ausprobieren, kombinieren und je nach Lebensphasen auf die eine oder andere zurückgreifen. Dieses Vorgehen wird in den klassischen Spiritualsystemen sehr argwöhnisch beobachtet, da dort die Vorstellung vorherrscht, einen einmal gewählten Weg solle man nicht mehr verlassen, da sich nur so durch die konstante Einübung Erfolge erzielen lassen. Sicherlich ist es richtig, dass der spirituelle Weg einer Konstanz bedarf. Allerdings bedienen verschiedene Methoden auch unterschiedliche Bereiche des psychischen und spirituellen Erlebens und Empfindens, so dass das nebeneinander Praktizieren von unterschiedlichen Techniken nicht primär schlecht sein muss.

Entscheidend ist letztlich, dass man sich bewusst macht, was man erreichen will. Geht es mir um die Erfahrung von besonderen und außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen oder darum, gelassener zu werden? Möchte ich meinen Energiekörper erfahren, oder soll mein Leben tiefer und beglückender werden? Will ich eine radikale Transformation, oder will ich Zeuge im reinen Gewahrsein sein? Oder will ich alles zusammen und am Schluss gar nichts mehr, weil ich nicht einmal mehr wollen will?



PROF. DR. DR. KATHARINA CEMING, Jg. 70, promovierte in Philosophie zu Meister Eckhart und Johann Gottlieb Fichte und in Theologie zum Verhältnis von Menschenrechten und Religion. 2008 erhielt sie den Mystikpreis der Theophrastus Stiftung. Sie lebt als freie Seminarleiterin und Publizistin in Augsburg. www.quelle-des-guten-lebens.de