

Quantenfeld und Quantenbewusstsein

(von Reiner Wehrenfennig)

1. Das physikalische Universum

Unser Weltbild, d.h. die Landkarte, die wir uns von der „Wirklichkeit“ gemacht haben und immer wieder machen bzw. neu erschaffen, hat im 20. Jahrhundert in der Naturwissenschaft tiefgreifende Veränderungen erfahren: wurde das physikalische Universum in der Vergangenheit als statisch-mechanistisch und aus festen Materie-Bestandteilen (Atomen) bestehend gedacht, die sich wiederum in absolut vorgestellten Bezugssystemen wie „Zeit“ und „Raum“ nach linear-kausalen Gesetzmäßigkeiten organisieren, so lässt sich die aktuelle naturwissenschaftliche Beschreibung der „Realität“ mit unseren Alltagserfahrungen nicht mehr in Übereinstimmung bringen: da sind nach bisherigen biologisch-chemischen Definitionen Lebewesen zwar immer noch aus organischen und anorganischen Substanzen aufgebaut, diese sind aber wiederum nach neuerer physikalischer Sichtweise in ihren „letzten“ Bestandteilen nicht mehr aus Materie-Teilchen aufgebaut, sondern aus subatomaren Einheiten – Quanten genannt –, die nun nicht mehr als „Teilchen“ vorgestellt werden können, sondern eher als „Prozess-Tendenzen“ beschrieben werden müssen. Da ist also etwas, aus dem alles besteht, das die Tendenz hat, in Sekundenbruchteilen nach bestimmten Wahrscheinlichkeiten in Existenz zu treten und wieder zu verschwinden, ohne Übergang und nicht vorhersehbar. Nach Einsteins Worten: „alles besteht aus Leere (Hinweis des Verfasser: Potentialität) und Form (Gestalt, Materie) ist verdichtete Leere“ oder wie es das Jahrtausende alte buddhistische Herz-Sutra ausdrückt: „Leere ist nichts anderes als Form und Form ist nichts anderes als Leere“. Nach Itzhak Bentov verhält sich unser Universum wie ein Pendel. In seinem Buch „Auf der Spur des wilden Pendels“ stellt er fest, dass wir uns vom Sein zum Nichtsein oder vom Manifesten zum Unmanifesten 14 mal pro Sekunde bewegen. Stephen Wolinsky: „Obwohl dieses quantentechnische gesehene Pulsieren 14 mal pro Sekunde geschieht, leben wir und erfahren uns als manifeste Wesen und die Erde als manifeste Welt, die 14mal pro Sekunde „erscheint“ und so tut, „als ob“ das „Verschwinden“ nie geschehen wäre“.

In unsere Alltagserfahrung übertragen stellen sich heutige Physiker wirklich die Frage, warum wir als Menschen und überhaupt jedes Lebewesen z.B. nicht durch Wände gehen können. Nicht etwa, wie wir bisher glaubten, weil diese aus fester Materie bestehen wie wir selbst auch, sondern weil in diesen aufeinandertreffenden „Leeren“ eine unglaubliche Dynamik des Erscheinens und Vergehens stattfindet, vergleichbar mit einem schnelldrehenden Propeller, der uns den Eindruck einer stehenden Scheibe vermittelt und der uns ebenfalls nicht schmerzlos gestattet, durch seine Zwischenräume hindurchzugreifen.

Unsere Wahrnehmung (Sehen, Riechen, Tasten, Hören, Schmecken usw.) „erschafft“ also ein kontinuierliches Bild der Realität analog zu der optischen Analogie eines Kinofilms, bei dem in Wirklichkeit einzelne Bilder durch „Lücken“ getrennt derart schnell aufeinanderfolgen, dass wir der Täuschung einer kontinuierlichen Wahrnehmung erliegen.

Ein weiterer Angriff auf unsere bisherigen Interpretationen von Alltagserfahrungen ist die Infragestellung von Objektivität durch die Teilchenphysik. Nichts gilt heute mehr, als in Diskussionen sachlich und objektiv zu bleiben und gern wird die Wissenschaft dazu bemüht, einen subjektiv vorgetragenen „Standpunkt“ auch objektiv „Macht“ zu verleihen. Der Physiker Werner Heisenberg hat aber mit seiner berühmten „Unschärferelation“ nachgewiesen, dass je mehr man sich in einem wissenschaftlichen Experiment auf einen

möglichen Ergebnisaspekt konzentriert, z.B. im subatomaren Bereich den Impuls eines „Teilchens“ zu bestimmen, desto weniger lassen sich andere mögliche Aspekte, z.B. dessen Aufenthaltsort, vorhersagen und umgekehrt. Anders ausgedrückt: die Versuchsanordnung oder die Fragestellung beeinflusst das Ergebnis oder noch provokativer ausgedrückt: das Experiment erschafft das Ergebnis. Es gibt ihn also nicht: den neutralen Beobachter der Phänomene „objektiv“ beobachten und analysieren kann, sondern Beobachter, das Beobachtete und der Vorgang des Beobachtens sind zusammen das Phänomen selbst! Der Quantentheoretiker John Wheeler ersetzt gar das Wort Beobachter durch das Wort Teilnehmer. Und bei den sogenannten Kopenhagener Gesprächen zur Interpretation der Quantentheorie in den 30er Jahren ergeben sich folgende Interpretationen: 1. Es gibt keine Wirklichkeit ohne Beobachtung; 2. Beobachtung schafft Wirklichkeit.

Wer sich auch jetzt noch ohne Verwirrung und Sorge im Alltagsleben tummelt, dem sei folgendes noch gesagt:

Zeit und Raum sind keine Realitäten! Wenn Sie also nach wie vor behaupten – natürlich als übliche Ausrede für typisches Unlustempfindens - – „keine Zeit für dies oder das zu haben“, so kann Ihnen nur entgegengehalten werden: natürlich, es gibt sie auch nicht, „die“ Zeit. Als Albert Einstein um die Jahrhundertwende sich mit der Ausbreitung des Lichtes befasste, also damit, wann ein Ereignis stattfindet und wann es wahrgenommen wird, entdeckte er, dass unsere alltägliche Erfahrung der „Gleichzeitigkeit“ von Ereignissen, die uns Zeit ja als absolute Größe erscheinen lässt, im restlichen Universum nicht die Regel ist. Er konnte in der speziellen Relativitätstheorie nachweisen, dass Gleichzeitigkeit vom „Standpunkt“ des Beobachters abhängt, wenn Ereignis und Beobachter sich zueinander mit annähernder Lichtgeschwindigkeit bewegen. Zugegeben, das wird unter uns Menschen so schnell nicht der Fall sein, aber immerhin setzten uns Einsteins Überlegungen in den Stand, praktische Erfahrungen auf dem Mond zu sammeln. Wichtig für uns aber ist, dass so feste, absolut gebrauchte Begriffe wie „früher“, „vorher“, „nachher“, „später“ usw. ins Wanken geraten und damit unsere ganze Logik, die sich wesentlich an zeitlichen Wenn-Dann-Kausalbeziehungen festgemacht haben. Es gibt also keine absolute Zeit im Universum, sondern beliebig viele Zeitrealisationen.

Ein in der relativistischen Physik „Zeitdilatation“ genanntes Phänomen würde den bekannten Zwillingsseffekt bewirken:

von zwei Zwillingen wird der eine mit Lichtgeschwindigkeit auf eine Reise ins All und zurück geschickt. Bei seiner Rückkehr wird der Reisende jünger sein als sein daheimgebliebener Bruder. Oder nehmen wir unser gängiges Konzept der Familienhierarchie: der Sohn des Vaters unternimmt eine lange Lichtreise; bei seiner Rückkehr sind Vater und Mutter noch nicht geboren! Mit der Absolutheit der Zeit fällt auch die Absolutheit der Ausdehnung: „Gegenstände“ sind nicht von einer festen Abmessung, sondern je mehr sich diese gegeneinander mit annähernder Lichtgeschwindigkeit bewegen, desto kürzer sind sie (nicht: erscheinen sie!!). Diese Phänomen wird in der relativistischen Physik „Längenkontraktion“ genannt. Ein Objekt „wirklich richtig“ messen zu wollen ist also genau so kindisch wie der Versuch, die „richtige“ Länge des Schattens eines Gegenstandes messen zu wollen, der sich ja je nach Lichteinfall ständig verändert.

Der Physiker David Bohm postuliert eine „implizite Ordnung“, bei der alles mit allem in Beziehung steht und aus dem er sich das von uns wahrgenommene Universum als sog. „explizite“ Ordnung und als entfaltet betrachtet. Dabei kann als Analogie ein Hologramm herangezogen werden, bei dem jedes Teil des Ganzen auch alle Informationen des Ganzen enthält. Geht man vom Bild eines Super-Hologramms für unser Universum aus, so sind auch Zeit und Raum, also Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dort „eingefaltet“ und existieren

„gleichzeitig“. Auf deutsch: es gibt keine Zeit, sondern nur ein „jetzt“. Einfacher gesagt würde es einen Beobachter erfordern, der auflöst und entscheidet, dass es eine Vergangenheit, eine Gegenwart und eine Zukunft gibt, damit es eine Zeit geben kann. Genau dies scheint unser Gehirn zu tun und diese Vermutung wird ebenfalls durch Jahrtausende alte Lehren bestätigt: „es gibt keinen Anfang der Zeit, sondern nur ein Anfang des Denkens“. Diese theoretischen Annahmen unserer fähigsten Physiker werden durch praktisch erlebte Erfahrungen der alten indischen Advaita-Weisen bestätigt: bei ihnen wird die „implizite Ordnung“ als „Noumenon“, das „Unmanifestierte“ bezeichnet und die „explizite Ordnung“ als „Phänomenalität“ oder „Manifestation“ bzw. „maya“ – als „Shiva“ (ruhendes Absolutes, reine formlose Transzendenz, Gewahrsein) und dessen „Shakti“ (Bewusstsein in Bewegung).

Der Wissenschaftler Pribram behauptet, dass nicht nur alles mit allem verbunden ist, sondern das jedes „imaginäre“ individuelle Gehirn sein eigenes Tuningsystem hat, mit dem es Licht in ein holographisches Bild umwandelt. Das würde nach S. Wolinsky bedeuten, dass jedes imaginäre Selbst seine eigene Individualität und seine Erfahrungen durch das Ganze hindurch wahrnimmt. In der indischen Advaita-Lehre würde dies übersetzt bedeuten: nicht die Individuen besitzen „Bewusstseine“, sondern DAS BEWUSSTSEIN besitzt die Individuen.

Pribram: „Ich glaube, das Gehirn erzeugt seine eigenen Konstruktionen und Bilder einer physikalischen Wirklichkeit. Aber gleichzeitig erzeugt es sie auf eine Art und Weise, dass sie mit dem, was wirklich da ist, mitschwingen.“

In dem Buch „Contrasts: Soviet and American Thinkers Discuss the Future“ von Osistynski zitiert nach Stephen Wolinski findet sich darüber folgende Passage: „Pribram fährt damit fort zu postulieren, dass vielleicht sogar auf einer Ebene, die für unsere Wahrnehmung zur Verfügung steht, objektive Wirklichkeit holographisch ist, und man sie sich als etwas mehr als nur einen ‚Frequenz-Bereich‘ vorstellen kann. Das heißt, selbst die Welt, die wir kennen, ist möglicherweise nicht aus Dingen zusammengesetzt. Wir ahnen möglicherweise nur die Mechanismen, die sich in einem vibrierenden Tanz von Frequenzen bewegen.. Pribram vermutet, dass der Grund, warum wir das uns bekannte Universum umwandeln (in unserer Wahrnehmung; der Verfasser), darin liegt, dass unsere Gehirne gemäß denselben holographischen Prinzipien arbeiten wie der Tanz der Frequenzen und die Gehirne in der Lage sind, diese Frequenzen in ein Bild umzuwandeln, genauso wie ein Fernsehgerät die Frequenzen, die es empfängt, in ein zusammenhängendes Bild umwandelt“.

Stephen Wolinsky – der Begründer der Quantenpsychologie - bringt hierzu folgende Analogie: „Wenn wir uns beispielsweise einen riesigen dreidimensionalen Film vorstellen könnten, in dem wir alle mitwirken, so ist der gemeinsame Nenner das Licht, das der Projektor ausstrahlt und das die implizite oder zugrundeliegende Ordnung darstellt. Jedes einzelne Bild auf der Leinwand verwandelt dieses Licht innerhalb des gesamten Lichtes des Hologramms in verschiedene Frequenzen und erzeugt somit verschiedene, auf Erfahrung beruhende Wirklichkeiten. Das Gehirn eines jeden Individuums sieht nur durch die individuelle Frequenz; daher die explizite Ordnung.“

Und was ist der Raum, den wir uns als absolutes Etwas denken, in dem die Dinge erscheinen? M.Capek formuliert es nach Wolinski so:

„In der Quantenfeldtheorie verliert die Unterscheidung zwischen Teilchen und dem sie umgebenden Raum ihre ursprüngliche Schärfe, und die Leere wird als eine dynamische Eigenschaft von überragender Bedeutung erkannt. In Einsteins Feldgleichung kann die Materie nicht von ihrem Schwerkarftfeld getrennt werden, und das Schwerkraftfeld kann

nicht getrennt werden vom gekrümmten Raum. Die Materie und der Raum werden daher als untrennbar und von einander abhängige Teile eines Ganzen gesehen..“

Eine weitere wichtige Erkenntnis der modernen Physik ist, wie es Bells Theorem ausdrückt, dass es keine lokalen Ursachen im Universum gibt. Herbert drückt dies wie folgt aus (aus „Quantum Reality: Beyond the New Physics“):

„Nehmen Sie an, die Wirklichkeit bestünde aus normalen Objekten, die ihre Attribute von Natur aus besitzen. Bells Theorem fordert, für eine solche Welt, dass ihre Objekte durch nicht-lokale Einflüsse verbunden sind. Bohms Modell ist ein Beispiel für eine solche Welt (Verfasser: die implizite Ordnung, Hologramm). In diesem Modell informiert ein unsichtbares Feld das Elektron in superluminaler Reaktionszeit über Umweltveränderungen. Bells Theorem zeigt den schneller-als-das-Licht-Charakter von Bohm. Ohne Verbindungen, die schneller als das Licht sind, kann ein gewöhnliches Objekt-Modell der Wirklichkeit einfach nicht die Tatsache erklären. Wenn Bells Theorem Gültigkeit besitzt, leben wir in einer superluminalen Wirklichkeit.“

Zakov formuliert es so:

„Bells Theorem beweist, dass das Prinzip der lokalen Ursachen falsch sein muss. Wenn das Prinzip der lokalen Ursachen jedoch versagt, und die Welt daher nicht so ist, wie sie zu sein scheint, was ist dann die wahre Natur der Welt (oder des Geistes)? Es gibt mehrere Möglichkeiten, die sich gegenseitig ausschließen: Die erste Möglichkeit, die wir diskutiert haben, lautet, dass im Gegensatz zur scheinbaren Wirklichkeit es in unserer Welt so etwas wie getrennte Teile nicht gibt. Im Jargon der Physik: die Lokalität versagt. In diesem Fall ist die Vorstellung von Ereignissen und autonomen Geschehnissen eine Illusion. Dies träfe auch auf alle getrennten Teile zu, die zu irgendeiner Zeit der Vergangenheit miteinander interagiert haben. Diese Möglichkeit hat eine Kommunikation zur Folge, die schneller als das Licht ist und sich von allem unterscheidet, was die konventionelle Physik erklären kann. In diesem Bild ist das, was geschieht, eng und unmittelbar verbunden mit dem, was anderswo im Universum geschieht; das wiederum ist eng und unmittelbar verbunden mit dem, was irgendwo im Universum geschieht, und so weiter, einfach, weil getrennte Teile des Universums keine getrennten Teile sind.“

In der heutigen Chaosforschung wird dem Flügelschlag eines Schmetterlings in Zentralasien daher die Macht zugeschrieben, in Amerika Wirbelstürme zu „verursachen“.

Fazit: Zeit und Raum sind also keine naturgesetzlichen Realitäten an sich, sondern dienen lediglich unserem Wahrnehmungsapparat (Gehirn, Sinnesorgane) als Hilfsmittel zur Strukturierung der „Wirklichkeit“, sind also lediglich von unserem Verstand geschaffene Konzepte der Orientierung.

2. Schlussfolgerungen für den Geist oder das Bewusstsein - Gewahrsein

Lassen Sie uns nun also unsere Aufmerksamkeit von „außen“ nach „innen“ wenden, für was auch immer diese Unterscheidung gut sein sollte, denn auch sie ist recht willkürlich, wie wir später noch sehen werden.

Wer nimmt war? Wer ist Subjekt der Wahrnehmung? Wir stellen diese Fragen normalerweise nicht und unsere natürliche Antwort lautet: „Ich“. Unsere Aufmerksamkeit ist nach „außen“

gerichtet, an „Objekte“ fixiert. Eine Fixierung ist eine Einengung des Fokus. Was wird daher nicht beobachtet? Der, der beobachtet! Woher kommen Fragen überhaupt, was sind Gedanken, wer denkt? Wir fragen alle möglichen Fragen, überwiegend aber „warum“. Wir hinterfragen aber nie, „wem“ diese Fragen letztlich kommen. Jetzt wird es langsam unangenehm: haben Sie schon einmal bemerkt, dass Gedanken kommen und gehen und nicht etwa von Ihnen „gemacht“ werden. Die Gedanken „fallen“ regelrecht in „Sie“ hinein. Man spricht daher recht genau auch von „Einfällen“. Gleiches gilt für Gefühle. Offensichtlich haben wir alle aber derart starke Identifizierungen zu unseren Gedanken und Gefühlen aufgebaut, dass uns unsere eigentliche Passivität bei diesen Vorgängen nicht mehr auffällt und wir uns „selbst“ mit diesen Bewusstseinsobjekten – oder sollte ich sie jetzt schon Quanten nennen, um auf ihre eigentliche Substanzlosigkeit hinzuweisen - verwechseln. Haben Sie dann auch bemerkt, dass Sie auch nicht diese Gedanken und Gefühle sein können, denn diese werden ja von „Ihnen“ wahrgenommen. Wer ist jetzt wieder dieses „Ihnen“? Sie können sagen: „Ich habe über dies und jenes nachgedacht“...schon wieder ein Gedanke über einen Gedanken mit einem „Ich“. Wer aber ist dieses „Ich“??

Manch einer wird spätestens jetzt einwenden, was diese Gehirnakrobatik an Fragen eigentlich bewirken soll. Sie kann nichts „bewirken“, es sei denn, sie lesen intuitiv weiter. Sie werden dann feststellen, dass die eigentliche, versteckte Gehirnakrobatik in unserem bisherigen, nicht weiter hinterfragten „Alltagsbewusstsein“ ist. Genau dieses ist nämlich dafür „verantwortlich“, wenn wir wieder mal mit der Welt im Widerstreit liegen. Dies ist der wahre Krieg in jedem von uns, der uns im „Äußeren“ die Kriege im Weltgeschehen verabscheuen lässt: die Unzufriedenheit mit dem, was ist. Sie sind zufrieden mit sich und der Welt? O.K, dann hören Sie hier auf zu lesen und greifen Sie diese Lektüre erst wieder auf, falls sich dieser „Zustand“ ändern sollte.

Dr. Stephen Wolinsky gehört zu den führenden Köpfen in der Erforschung des menschlichen Bewusstseins. Er begann seine psychologische Tätigkeit 1974 in Los Angeles, Kalifornien. Als Gestalttherapeut, Reichianischer Therapeut und Trainer leitete er Workshops in Südkalifornien. Er wurde auch in klassischer Hypnose, Psychosynthese, Psychodrama und Transaktionsanalyse ausgebildet. 1977 reiste er nach Indien, wo er 6 Jahre lang lebte und Meditationsformen studierte. 1982 kehrte er zurück nach Amerika, um seine psychologische Tätigkeit wiederaufzunehmen. Dort begann er, Therapeuten in der Hypnosetechnik Ericksons, in NLP und in der Familientherapie auszubilden. Er gilt als der Begründer der „Quantenpsychologie“, die versucht, die Phänomene des Bewusstseins, wie sie der Alltagsmensch als Probleme erfährt, aber auch wie sie die wenigen begnadeten „erleuchteten Meister“ der Menschheitsgeschichte experimentell an sich erfahren durften, in Analogie zu den neusten physikalischen Erkenntnissen der Quantentheorie zu systematisieren. Er kam über die Erforschung von Tiefrance-Phänomenen zu der Entdeckung, dass wir alle in einem fluktuierenden Kontinuum von Alltags-Trancen leben. Jede Trance trägt einen fort aus dem „Jetzt“, und ist durch Einengung der Aufmerksamkeit gekennzeichnet, über die man keine Kontrolle zu haben scheint. Demnach wäre das jeweilige Erkennen der gerade ablaufenden Trance eine Erweiterung der Aufmerksamkeit, die Wahlmöglichkeiten schafft, und es ermöglicht, aus ihr auszusteigen. Aber auch die paradoxe Lösung einer Trance durch deren Intensivierung ist möglich.

Diese Systematisierung ist freilich wieder nur eine Landkarte der Wirklichkeit – ein Konzept- und nicht die Wirklichkeit selbst. Doch jedes Wort ist bereits ein Konzept. Wir können nur in Konzepten kommunizieren. Aber wer sich auf diese Experimente wirklich einlässt, macht mit Sicherheit völlig neue Erfahrungen mit sich selber und damit auch mit der Welt. Die Quantenpsychologie betrachtet wie die heutige Physik alle „äußeren“ Phänomene alle

„inneren“ Phänomene wie Gedanken, Gefühle, Erinnerungen, Phantasien, Emotionen etc. als aus der gleichen Substanz bestehend: nämlich aus „Nichts“.

So entspricht die in der Physik als Form (Materie) wahrnehmbare Verdichtung der Leere (A.Einstein) im psychologischen Hinsicht der Fixierung oder Anhaftung des Geistes an einen Gedanken, der seiner Substanz nach leer ist und einfach nur kommt und geht. In dieser Hinsicht sind „Erinnerungen“ und „Phantasien“ auch nur Gedankenformen, die den Eindruck von Zeitqualitäten suggerieren: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Die „Erinnerung“ oder die „Phantasie“ z.B. als Wunsch erscheint immer „jetzt“. Die zwischenmenschlichen Probleme und damit die von uns allen beklagten Probleme der Welt entstehen nicht durch die Tatsache, dass Gedanken erscheinen und verschwinden, sondern dass wir manche lieb gewinnen und an ihnen anhaften und andere als unangenehm klassifizieren und ablehnen, was wiederum nur eine andere Form des Anhaftens widerspiegelt. Das „Angenehme“ formt das „Innen“, das „Unangenehme“ formt das „Außen“. Im „Außen“, vornehmlich in Form unserer negativen Urteile über unsere Mitmenschen begegnet uns dieser „Schatten“ dann immer wieder auf unangenehme Weise. Der „Andere“ wird zum Täter, wir empfinden uns als „Opfer“. Sofort werden assoziativ weitere Gedanken gebildet und den beiden Kategorien „angenehm“ „unangenehm“ zugeordnet und mit den auslösenden Gedanken verkettet. Diese Gedankenketten verdichten sich zu Einstellungen und Charakterzügen und formen schließlich das, was wir unsere „Persönlichkeit“ nennen. So verstärken wir durch weitere Wahrnehmungen unsere positiven oder negativen Selbstbilder und schaffen uns eigene Begründungen hierfür: „Gleiches zieht Gleiches“, oder auf den polaren Gegensatz bezogen: „Gegensätze ziehen sich an“.

Die zentrale Frage der Quantenpsychologie lautet: „wem“ erscheinen diese Gedanken? Oder um es bildlich auszudrücken:

Was ist die Leinwand, auf der die Bilder des Films erscheinen, die der Filmprojektor, der den gemeinsamen, unveränderlichen Faktor aller Phänomene, nämlich die Lichtquelle, repräsentiert und durch den die „Unreinheiten“ des Films (belichtete Stellen des Negativs) auf die Leinwand projiziert werden.

Nach der altindischen Advaita Lehre besteht alles aus Bewusstsein. Dieses Bewusstsein ist der ruhige, leere Quantenraum. Erst durch Fixierungen entstehen Einengungen auf die nicht nur die physikalischen Quanten-Prozesse mit höherer „Bewegungsenergie“ und damit der Bildung von scheinbaren Teilchen reagieren, sondern auch das Bewusstsein gerät in Bewegung und bildet „Individuen“ aus. Man könnte es sich als „Ausbuchtungen“ von „Ich-Vorstellungen“ aus dem Gesamtbewusstsein bezeichnen, oder als Welle aus dem Meer, die ob ihrer neuen Manifestation als Welle vergisst, eigentlich das Meer zu sein. Es bleibt nur eine Ahnung von Verlust. Wolinsky bezeichnet diese Ahnung als „persönliche Essenz“. Mit dem „Aus der Gesamtheit“ treten, also der Abtrennung, bildet sich eine Beobachterinstanz, die diese Trennung wahrnimmt. Ja, Wahrnehmung „von etwas“ wird zu diesem Zeitpunkt erst etabliert. Dies geschieht mit der Geburt und mit der Identifikation mit dem Körper. Wahrnehmen hat sich aufgespalten in Wahrnehmender, Wahrgenommenes und die Wahrnehmung selbst. Der Beobachter bildet nun mit jeder neuen Erfahrung „Beobachter-Identitäten“, die letztlich nach den Kategorien „angenehm“ und „unangenehm“ die Persönlichkeit ausbilden. Betrachtet man das ruhende Gesamtbewusstsein als „Sein an sich“, so kann die Aufmerksamkeitsfixierung des Beobachters (das Anhaften am Wahrgenommenen) als die Strategie begriffen werden, die er einsetzt, um sich gegen das Trauma dieses Seinsverlustes zu wehren.

Nach Wolinsky kann jeder von uns seiner zugrundeliegenden Leere begegnen. Wir haben nur ausgefeilte Strategien entwickelt, dieser Wahrnehmung von Leere zu entfliehen: durch Arbeit, durch Drogen, durch Beziehungen etc..

Diese Strategien lassen sich in 9 Hauptstrukturen klassifizieren, die auch als Charakterfixierungen des Enneagramms bekannt geworden sind. Wann war Ihnen das letzte Mal langweilig? Was haben Sie dann getan? Wir leiden alle an zwanghaften Ablenkungsmanövern von dieser Leere. Wir setzen uns Ziele und glauben, wenn wir dies nicht tun, geht nichts mehr. Wir halten uns für den „Täter“, den aus freiem Willen „Handelnden“. Doch wie schon besprochen: der „Wille“ besteht aus „Gedanken“ und diese „fallen“ (in) uns ein – wem?

Nach Wolinsky bilden wir alle seit unserer Kindheit verschiedene Identitäten, die dann unsere „Persönlichkeit“ (griechisch „Maske“) ausformen. Ein Baby oder Kleinkind hat offensichtlich noch keine Persönlichkeit. Aus subjektiver Sicht weiß das Neugeborene nicht einmal, dass es vom Rest der Welt getrennt ist. „Die Schönheit der Neugeborenen liegt in ihrer Spontanität und wie sie einfach sie selbst sind – bevor sie konditioniert und programmiert werden und man ihnen beibringt, wie man schaut, wie man sein soll, wie man sich benimmt, wie man handelt, wie man phantasiert, wie man fühlt und wie man denkt. Ein Kleinkind ist reine Essenz.“ (Stephen Wolinsky: „Das Tao des Chaos“). Um diese Essenz werden nun durch die Umwelteinflüsse Identitäten nach den Kategorien „Vorlieben“ und „Abneigungen“ aufgebaut. Die geschaffenen Identitäten wehren sich gegen die nagende Leere, als welche sie die Essenz wahrnehmen. Die Identitäten sind daher bemüht, diese Leere zu füllen: mit zuviel Essen, Unterhaltungssucht, Beziehungssucht, Arbeitssucht, Drogen usw.. Das bedeutet, dass die Identitäten „die Liebe“ immer am falschen Ort suchen. Sie schauen in die falsche Richtung: nach außen.

Nach Wolinsky verhält sich unser psycho-emotionales Leben wie das weiter oben beschriebene Pendel der physikalischen Manifestation: es schwingt immer zwischen zwei polaren Identitäten hin und her. Am tiefsten Punkt, also dem Umkehrpunkt von der Aufwärts- zur Abwärtsbewegung und umgekehrt, besteht eine „Lücke“. Diese Lücke ist der „Raum“, wo sich ein Gedanke oder Gefühl zu einem anderen wandelt. Wenn man z.B: den Gedanken „Ich bin schlecht“ hat, gibt es einen Raum, bevor der Gedanke „Ich bin schlecht“ zu einem anderen Gedanken oder einer anderen Identität namens „Ich muss gut sein“ wird. Dieser Mittelpunkt ist das, was man auch „Selbst-Erinnerung“ nennt (vgl. „Quantenbewusstsein“ von St. Wolinsky). Dieser Mittelpunkt ist reines, stilles Nichts und wird oft als nagende Leere erfahren. Der Raum, bevor das Pendel überhaupt schwingt, also die Identitäten in Bewegung geraten, ist die Essenz. Die Essenz kommt vor dem Verstand, vor dem Beobachter und dem Beobachteten, vor der Absicht und daher vor den Identitäten. Die Essenz kommt vor dem Mittel-Punkt oder der Selbst-Erinnerung, denn an diesem Punkt gibt es kein individuelles Selbst, an das man sich erinnern könnte. In der Essenz gibt es keinen Verstand, keine Unterschiede, keinen Beobachter, der beobachtet, kein Bewusstsein oder jemanden, der sich einer Sache bewusst sein könnte, keinen Wissenden, der Wissen besitzt.

Der Raum zwischen zwei Identitäten – die Lücke – wird für etwas gehalten, gegen das man sich wehren muss. Die dort auftauchenden Emotionen, bzw. die Aufdeckung unsere erlernten Strategien, mit diesen umzugehen, ist der Ansatz zur Veränderung.

Das w.o. zitierte Diagnoseinstrument „Enneagramm“ hilft als Charakteranalyse bei der Aufdeckung dieser Strategien.

Hier möchte ich diesen kleinen Aufsatz beenden, der lediglich den Versuch einer Zusammenfassung darstellt. Wer auf den „Geschmack“ gekommen ist, den verweise ich auf die einschlägige Literatur des „Advaita“, „Zen“ und natürlich auf die Bücher von **Wolinsky**:

„Die alltägliche Trance“
„Quantenbewusstsein“
„Die dunkle Seite des inneren Kindes“
„Das Tao der Meditation“
„Jenseits des Enneagramms“
„Das Tao des Chaos“

Ramesh S.Balsekar:

„Pointers“
„Die eine Wahrheit“
„Duett der Einheit“
„Erleuchtende Gespräche“

Sri Nisargadatta Maharaj:

„Ich Bin“

Ramana Maharshi:

„Gespräche des Weisen vom Berge Arunachala“

Byron Katie:

„Losing the Moon“

Moritz Boerner:

„Byron Katies THE WORK“

Albert Low:

„Wo bist du, wenn ein Vogel singt“