



Polaritäten unseres Verstandes

– „Über den Dingen stehen“ oder vom „produktiven Umgehen mit den Polaritäten unseres Verstandes“

„Über den Dingen stehen“ meint, die Welt in all ihren Erscheinungsformen als gleichwertig und gleichgültig und gleich wertvoll zu erkennen, erleben und erfahren.

Regen ist gleich gültig und gleich viel wert wie Sonne, schwarz wie weiß, gesund wie krank, Krieg wie Frieden, Reichtum wie Armut, ...

NICHT vor dem Hintergrund der persönlichen Sozialisation, denn während dieser bekamen wir unsere individuellen Werte-Hierarchien und Wertvorstellungen anerzogen; und

auch NICHT mit der Absicht, Krieg herbei zu wünschen, Regen herbei zu tanzen (auch wenn die Indianer und Bauern aus dem Marchfeld dies taten und immer wieder noch tun),

SONDERN frei zu werden von hinderlichen, einschränkenden Energien, die es uns dann nicht mehr möglich machen, mit der aktuellen Situation bestmöglich fertig zu werden – ein Konfliktgespräch mit dem Partner; das Wetter, das eben gewechselt hat; ein Krisenherd in der Welt, ... alles Situationen, die Handeln und kein Lamentieren verlangen, die halt nun einmal sind und eine **Lösung** in der **Loslösung** von „**wenn doch ...?**“ **finden bzw. finden können (müssen)**, in der Loslösung vom Festhalten an einer sehr oft allzu romantischen und verklärten Illusion und Wünschen.

Aus unserer individuellen Landkarte heraus was richtig und falsch ist und/oder in der Absicht, es ändern zu wollen, versuchen wir, das was ist, als „schlecht, falsch, unrichtig, böse, etc.“ abzustempeln und sträuben uns bewusst oder unbewusst gegen seine Existenz (**im Nicht-Akzeptieren sträuben wir uns gegen das IST**) – gegen etwas, das aufgrund des Gesetzes der Polarität existiert, vielmehr noch existieren „muss“ PUNK!.

Wir verharren mit unserer Energie und Aufmerksamkeit in einer Illusion (wenn es doch dies oder das nicht gäbe! Wenn er/sie doch so oder so wäre! „**Wenn ... meine Tante ein Zipfel hätt, dann wär`s mein Onkel**“).

Zusätzlich nehmen wir uns die Energie und Kraft, mit unserem gegenwärtigen Handeln die zukünftigen Gegenwarten entsprechend unserer Wünsche und Vorstellungen zu gestalten und zu schaffen.

Als Ergebnis fühlen wir uns verärgert, schlecht behandelt, geringgeschätzt, traurig, wütend, frustriert, hilflos, ohnmächtig, nicht verstanden, ausgenutzt, betrogen, verlassen, ...

Alles natürlich Emotionen, die ihre unbedingte Berechtigung haben. Die Frage ist nur:

Macht es glücklich, der Spielball aller Ereignisse und Kontexte – die ich meistens nicht in meiner Hand habe – zu sein, oder aber mehr und mehr das eigene Lebensspiel (von dem ein riesig großer Teil UNBEDINGT Geben und Mitfühlen sein darf und „muss“) so zu spielen, dass es uns und den Menschen um uns herum besser und besser geht, wir also Geborgenheit, Zufriedenheit, Sicherheit, Mitgefühl, Glück, Ruhe, Kraft, Gelassenheit, Balance und Liebe erfahren.

Die Ursache, besser der Ausgangspunkt unseres ständigen Polarisierens liegt in unserem Verstand, der gelernt hat, „alles, was ist“, zu bewerten – aus dem wichtigen und wesentlichen Motiv heraus, zu überleben und NICHT (wie es unbewusst mehr und mehr die Menschheit ergreift und ergriffen hat) um sich schlecht zu fühlen und handlungsunfähig zu werden.

Das Werkzeug, um diesem „Teufelskreis“ zu entkommen ist in einem ersten Schritt **Bewusstheit erlangen über unser ständiges Bewerten** (sprich Polarisieren), um in der Folge

Frei entscheiden zu können, bewusst weiter zu machen oder nicht.

WICHTIG!!! Indem ich beginne, meinen Verstand und sein „Unwesen treiben“ zu beobachten, hebe ich meine unbewusste Identifikation mit diesem (cogito ergo sum – ich denke, darum bin ich: wertschätzend gemeint©: so ein Schmarrrrn! Ich bin auch, wenn ich nicht denke!) auf und gebe diesem den Platz, den er als eines vieler und auch sehr nützlicher Werkzeuge in unserem Leben haben darf – als eines vieler Werkzeuge und NICHT als ICH SELBST!

Das konkrete Werkzeug lautet schlicht und einfach: **weniger und weniger bewerten.**



Deepak Chopra drückt dies in seinem Buch „Die sieben Geistigen Gesetze des Erfolgs“ als entsprechende Anleitung folgendermaßen aus:

Ich werde mich in Vorurteilslosigkeit üben. Ich werde meinen Tag mit der Aussage beginnen: „heute werde ich nichts beurteilen, was mir zustößt“ und mir dies den ganzen Tag über ins Gedächtnis rufen.

Was sind die Auswirkungen des Befolgens dieser Anleitung? Wir ermöglichen uns mehr und mehr das wahrzunehmen, was ist, insbesondere die Verbundenheit zu Menschen, Situationen, Kontexten, und zu all den schon erwähnten Empfindungen wie also Geborgenheit, Zufriedenheit, Sicherheit, Mitgefühl, Glück, Ruhe, Kraft, Gelassenheit, Balance und Liebe. Denn im Akzeptieren der Verstandespolaritäten, im weniger und weniger Bewerten und Beurteilen, lösen wir die Polaritäten des Verstandes automatisch auf.

Ich will damit nicht zum Ausdruck bringen, wir müssten uns all dies ermöglichen, wir haben ja die Wahlfreiheit zu entscheiden. Und ...

In der Einheit, in der Verbundenheit, in der Balance, in der Liebe zu wem oder was auch immer habe ich immer noch die Entscheidung zu treffen, die da lautet: **„Was heißt das für mein konkretes Tun und Handeln in diesem Kontext?“**

Ron Smothermon meint in seinem Buch „Winning Through Enlightenment“ sinngemäß ungefähr folgendes:

In der Natur gibt es natürliche Polaritäten wie zum Beispiel Nord/Süd, oben/unten, links/rechts. Wir betrachten im Rahmen dieses Punktes die „unnatürlichen Polaritäten“ oder anders ausgedrückt die „Polaritäten kraft Definition“.

Jede Position, welche der Verstand einnimmt, kreiert automatisch eine Definition von „falsch“ in bezug auf den entsprechenden Kontext und somit den eigenen Gegensatz oder polaren Gegensatz.

Polaritäten sind die Ursache für Vorurteile, Meinungen, Positionen und Be- und Verurteilungen; der Prozess des Polarisierens ist die Ursache aller Hindernisse, er versperrt die Straßen über die wir kommunizieren, über welche wir Mitgefühl empfinden und uns gegenseitig nähren können.

Dieser Prozess des Polarisierens passiert auf einer dermaßen unbewussten Ebene, dass uns die Ergebnisse dieses Prozesses als nur natürlich erscheinen.

Wann immer wir jemanden ins „nicht richtig, falsch, schlecht, Unrecht hineindenken“, wofür auch immer, schaffen wir zur gleichen Zeit die „andere Seite“, die ihrerseits versuchen wird, uns ins „nicht richtig, falsch, schlecht, Unrecht hinein zu denken“.

Was wir tun können ist schlicht und einfach: Bewusstheit erlangen! Erkenne, wenn du dabei bist, zu polarisieren. Sobald wir Bewusstheit erlangt haben, können wir entscheiden, ob wir diesem Weg weiter folgen wollen oder nicht.

Thich Nhat Hanh (buddhistischer Zen-Mönch) beschreibt in einem kleinen Büchlein auf wunderbare und einfache Art und Weise, wie es gehen kann (wissend, dass es Übung und Übung und Übung und Übung ... braucht). Mit dem Feind ist nicht nur der uns gegenüberstehende, bis an die Zähne bewaffnete Terrorist gemeint, es ist all das gemeint, was auf uns feindlich, andersartig wirkt und scheint.

(google-synonyme: abgeneigt, ablehnend, aggressiv, animos, böse, böswillig, bissig, **entzweit** (aus der Einheit herausgefallen), Feind, feindlich gesinnt (gegen), feindschaftlich, feindselig, **gegensätzlich** (polar), gegnerisch, verfeindet, zerstritten)

„Auch wenn unser Feindgrausam ist, auch wenn er uns zerbricht und Schrecken und Ungerechtigkeit sät, müssen wir ihn lieben. Dies ist die Botschaft Jesu.

Wie können wir unsere Feinde lieben? Dazu gibt es nur einen Weg: ihn zu verstehen.

Wir müssen verstehen, warum er so geworden ist, wie er ist.“

Und er ergänzt diese Zeilen mit

„Im Grunde ist es unmöglich, „unseren Feind zu lieben“, denn in dem Moment, in dem wir ihn verstehen, empfinden wir für ihn Mitgefühl, und er ist nicht mehr unser Feind.“



Im Grunde handelt es sich immer nur um ein Nicht-Loslassen-Wollen („Können“) dessen, was wir gerne jetzt hätten und wünschten und dadurch bedingt ein Nicht-akzeptieren-Können dessen was jetzt ist (und auch so sein „muss“).

Die Gretchen-Frage für ein bewusstes Umgehen mit den Polaritäten des Verstandes und dem Be- und Abwerten von Kontexten, Situationen, Menschen, ... im Alltag kann sein:
„Bringe ich mir und den Menschen die mich umgeben (der Umwelt) durch dieses Handeln Energie und Glück oder nicht?“
Ins Herz, den Bauch oder wo immer dein Sitz für Intuition sich befindet und auf die Antwort hören.

Die folgenden Zeilen bringen für mich auf unnachahmliche Art und Weise zum Ausdruck, was sehr wahrscheinlich unser aller Aufgabe in diesem Leben ist: ENTWICKLUNG, also zu erfahren, WER WIR EIGENTLICH SIND, in unserer tiefsten Essenz.
Dies wird immer verbunden sein mit einem Loslassen von dem, was wir (unser Verstand) unbedingt haben wollen und einem gleichzeitigen Annehmen von dem, was jetzt gerade ist.

Stufen

Von Hermann Hesse

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.

Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.

Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegenschicken,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!



Wer weiß...?

Ein alter Mann lebte zusammen mit seinem einzigen Sohn auf einer kleinen Farm. Sie besaßen nur ein Pferd, mit dem sie die Felder bestellen konnten und kamen gerade so über die Runden. Eines Tages lief das Pferd davon. Die Leute im Dorf kamen zu dem alten Mann und riefen "Oh, was für ein schreckliches Unglück!" Der alte Mann erwiderte aber mit ruhiger Stimme: "Wer weiß..., wer weiß schon, wozu es gut ist?"

Eine Woche später kam das Pferd zurück und führte eine ganze Herde wunderschöner Wildpferde mit auf die Koppel. Wieder kamen die Leute aus dem Dorf: "Was für ein unglaubliches Glück!" Doch der alte Mann sagte wieder: "Wer weiß..., wer weiß schon, wozu es gut ist?"

In der nächsten Woche machte sich der Sohn daran, eines der wilden Pferde einzureiten. Er wurde aber abgeworfen und brach sich ein Bein. Nun musste der alte Mann die Feldarbeit allein bewältigen. Und die Leute aus dem Dorf sagten zu ihm: "Was für ein schlimmes Unglück!" Die Antwort des alten Mannes war wieder: "Wer weiß..., wer weiß schon, wozu es gut ist?"

In den nächsten Tagen brach ein Krieg mit dem Nachbarland aus. Die Soldaten der Armee kamen in das Dorf, um alle kriegsfähigen Männer einzuziehen. Alle jungen Männer des Dorfes mussten an die Front und viele von ihnen starben. Der Sohn des alten Mannes aber konnte mit seinem gebrochenen Bein zu Hause bleiben.

"Wer weiß..., wer weiß, wozu es gut ist?"

„Wir müssen das Loslassen lernen.
Es ist die große Lektion des Lebens.“
– Julie Schlosser



Unterscheiden ohne zu urteilen – Was bedeutet das?

von Armin Risi

Wenn von der Polarität „positiv“ und „negativ“ gesprochen wird, lautet ein häufiger Einwand, man dürfe nicht urteilen und etwas als positiv und etwas anderes als negativ bezeichnen; das sei polares Denken; man solle nie werten und nie urteilen, denn nichts sei schlecht oder falsch. „Alles hat einen Sinn.“

Letzteres stimmt. Alles hat einen Sinn, *auch das Negative*. Aber deswegen ist das Negative immer noch negativ!

Das berühmte Zitat *Urteile nicht!* stützt sich auf ein Wort Jesu und lautet im Zusammenhang (Mt 7.1–2): „Richtet nicht, damit ihr nicht gerichtet werdet! Denn mit welchem Gericht ihr richtet, mit dem werdet auch ihr gerichtet werden.“ Gleich danach (7.3) sagt Jesus: „Was kümmerst du dich um den Splitter im Auge deines Bruders und siehst nicht den Balken in deinem eigenen? ... Du Scheinheiliger, ziehe zuerst den Balken aus deinem Auge! ... Werft eure Perlen nicht vor die Schweine!“

„Urteile nicht!“ heißt also nicht: „Unterscheide nicht!“ Jesus selbst unterscheidet offensichtlich sehr kritisch. Gewisse Männer nannte er sogar „Schlangenbrut“.

Das Thema „Nicht urteilen“ ist eine, wenn nicht sogar die essentielle Lehre aller echten Religionen und Mysterienschulen und wurde immer nur in inneren Kreisen weitergegeben, gerade weil sie so missverständlich ist. Denn sie ist nur mit einer göttlichen Sicht zu verstehen.

Worum es geht, ist die *Realität jenseits der Dualität (Zweiheit)*, nämlich *die göttliche Einheit*, also um nichts anderes als um das Absolute (Gott). Diese Einheit ist unteilbar und ungeteilt, auch nicht aufgeteilt in die Zweiheit von Vergangenheit und Zukunft. Sie ist jenseits von Zeit und daher auch jenseits von Raum. Sie ist ewig (= zeitlos, raumlos). Was ist nun diese ewige Realität jenseits der Dualität? Es ist die *Individualität*, wörtlich: „das Nicht-Teilbare“ (gebildet aus dem Lateinischen *dividere*, „teilen“, und der Silbe *in-* als Verneinung). Nicht nur wir als relative Wesen sind individuell, sondern auch das Absolute ist individuell. Da Individualität Bewusstsein und freier Wille bedeutet, hat auch Gott einen Willen. Nur deshalb können wir beten: „Dein Wille geschehe!“

Wie können wir individuell sein und gleichzeitig eins sein mit der absoluten Individualität? Nur im Bewusst-Sein der Liebe. Liebe ist die wahre Einheit in vollkommener Individualität. Und Liebe ist immer freiwillig. Nichts, nicht einmal Gott, kann Liebe erzwingen. *Liebe ist also die Vollkommenheit des freien Willens*. Und da Gott Liebe ist, will Gott nichts anderes als diese Vollkommenheit des freien Willens.

Freier Wille erfordert die Möglichkeit des Wählens. Und das ist der Sinn, warum es eine materielle Schöpfung gibt. Sie ist der Bereich von Raum und Zeit, die *ursprüngliche Polarität*, die nichts anderes ist als wertfreie „Schöpfungsdynamik“. Männlich – weiblich, jung – alt, „positiver Pol“ – „negativer Pol“ haben nichts mit „gut“ und „böse“ zu tun.

Im Bereich der Polarität haben alle Geistwesen aber *die Möglichkeit zu wählen*, das heißt, sie „müssen freiwillig“ die Liebe wählen. Niemand zwingt sie, in der Einheit zu sein, und niemand zwingt sie, in die Zweiheit zu gehen. Es ist also auch nicht „notwendig“, in die Zweiheit zu gehen!

Dualität (Zweiheit) beginnt, wenn Wesen aus eigenem freien Willen beschließen, aus der Harmonie und dem Gleichgewicht auszusteigen und in die Spaltung zu gehen. So entsteht das Diabolische, wörtlich „das Spaltende“. In der Symbolik von Licht und Dunkelheit bedeutet dies, dass sich etwas dem Licht entgegenstellt und „Dunkelheit“ schafft. Plötzlich fallen lange Schatten ...

Und dies ist die große Versuchung: etwas zu schaffen, was das Licht nicht schaffen kann. Denn Licht wirft keine Schatten! Wer sich hier aus der ursprünglichen Identität abspaltet, verfällt in *das Ego*, nämlich in den Verlust des Bewusstseins, dass wir alle ewige Individuen jenseits der



Dualität sind. Sobald man in der Dualität ist, hat man keinen Zugang mehr zur Realität jenseits der Dualität, genauso wie jemand in Dunkelheit nicht mehr mit dem Licht verbunden ist (sonst wäre er nicht in Dunkelheit).

„Gut“ und „böse“ existieren nur innerhalb der Dualität – aber dort existieren sie. In der Diskussion der Gegensätze „gut“ und „böse“ ist es auch gerechtfertigt, das Böse auch als „Negative“ zu bezeichnen, denn im wörtlichen Sinn bedeutet negativ „verneinend, ablehnend“, vom lateinischen Verb *negare*, „nein sagen“. Das Böse ist in diesem Sinn tatsächlich negativ, weil es die göttliche Ordnung verneint und eine eigene „Welt-Ordnung“ durchsetzen will.

Böse (satanisch) ist all das, was der bewussten Einheit, der Liebe, entgegenwirkt oder diese sogar bekämpft, z. B. indem es den freien Willen der anderen nicht respektiert. Gut ist all das, was diese bewusste Einheit anstrebt. Aber solange man noch streben muss, ist man noch immer im Gegensatz-Bereich des Bösen und definiert sich als dessen Gegenteil. „Gut“ sein ist also gut, aber nicht gut genug. Das Ziel ist es, *göttlich* zu sein, d. h. im ursprünglichen Bewusstsein der Einheit (Liebe) zu sein. Für diese drei Begriffe könnten man daher auch sagen: gottabgewandt, gottzugewandt, gottesbewusst.

Aus der göttlichen Sicht heraus ist es möglich, den eigentlichen Sinn von allem zu erkennen, auch des Negativen. Innerhalb der Materie leben wir alle angesichts der Dualität und werden mit Gutem und Bösem konfrontiert. Beides ist eine Herausforderung und Prüfung der Liebe: Wie stark ist mein göttliches Bewusstsein? Lasse ich mich zu Gefühlen der Dualität bewegen? *Verführt mich das Gute*, egoistisch nur an mich selbst zu denken? Mich für besser als andere zu halten? *Provoziert mich das Böse* (Lüge, Gewalt, Folterung usw.) zu Gefühlen des Hasses, der Rache, der Ohnmacht, des Selbstmitleids? Oder kann ich in allen Situationen das souveräne, unbeeinflusste Bewusstsein beibehalten? Nie das göttliche Ziel, die Sicht der Ewigkeit, verlieren? Was ist aus der Sicht der Ewigkeit schon wesentlich außer die Ewigkeit selbst?

In diesem Bewusstsein urteilt man nicht mehr und sagt nicht: „Das ist böse und von Nachteil für mich“, und „Das ist gut und für Vorteil für mich.“ Denn beidem begegnen wir wertfrei, denn beides ist für uns ein Impetus zum Bewusst-Sein der Einheit: Liebe, Verzeihen und Loslassen der Dualität. Nicht selber wieder in die Dualität fallen.

Dabei aber unterscheiden wir genau, denn *ohne Unterscheiden kein Ent-scheiden* (Aufheben der Scheidung, Spaltung, Dualität). Wir erkennen: Was ist gut und was ist böse? Wie reagiere ich im jeweiligen Fall entsprechend der göttlichen Liebe? Liebe bedeutet, für das höchste Wohl aller Wesen zu wirken, ohne für sich selbst einen Lohn zu erwarten (= bedingungslose Liebe). Und dem höchsten Wohl des Bösen, d. h. dessen Befreiung, kann man nur so dienen, dass man zumindest vermeidet, selbst reinzufallen, wodurch sich die entsprechende Dunkelmacht nur noch weiter verschulden würde. Als der Satan zu Jesus kam und ihm Weltherrschaft versprach, antwortete Jesus: „Weiche von mir, Satan.“ Dies war kein Ausdruck von Hass oder Angst, sondern von Liebe. Durch diese klar *unterscheidende Abgrenzung* konnte Jesus den Satan vor einer weiteren Sündenlast bewahren. Das war Vollkommenheit des freien Willens mit entsprechend göttlicher Resonanz.

Unterscheiden ohne zu urteilen bedeutet also: *Die Dualität nicht ignorieren, sondern transzendieren!*