

A close-up photograph of a purple flower petal, showing its delicate texture and vibrant color. The petal is the central focus of the image, with its edges slightly blurred, creating a soft, dreamy atmosphere. The background is a light, warm yellow, which makes the purple of the flower stand out.

HerzKrieger

**Samuel Widmer
im Gespräch mit
Martin Jochheim**

Überlegungen

zu

Leben und Tod

Liebe und Einsamkeit

Freiheit und Ordnung

Sexualität und Eifersucht

Gemeinschaft und

Alleinestehen

Martin Jochheim (Hg.)

Herzkrieger

Samuel Widmer
im Gespräch mit
Martin Jochheim

Das Buch

Samuel Widmer Nicolet

geboren 1948, verheiratet mit Danièle Nicolet Widmer und Lebenspartnerschaft mit Marianne Principi, Vater von 11 Kindern, Dr. med., Psychiater und Psychotherapeut in eigener Praxis, spiritueller Lehrer, Mitbegründer der Kirschblüten-Gemeinschaft

www.samuel-widmer.ch

Veröffentlichungen: siehe S. 147 in diesem Buch.

Martin Jochheim

geboren 1958, verheiratet mit Susanne Jochheim, Dr. theol., Personenzentrierter Therapeut, Lehrsupervisor und Ausbilder in eigener Praxis

www.personenzentriert.net

Veröffentlichungen: „Seelsorge und Psychotherapie“. „Bibliographie zur evangelischen Seesorgelehre und Pastoralpsychologie.“ Verschiedene Aufsätze zu Themen der Seelsorgelehre und Pastoralpsychologie.



Herzkrieger

Samuel Widmer im Gespräch
mit Martin Jochheim

Überlegungen zu

Leben und Tod

Liebe und Einsamkeit

Freiheit und Ordnung

Sexualität und Eifersucht

Gemeinschaft und Alleinstehen

Herausgegeben von Martin Jochheim

Originalausgabe

Copyright Samuel Widmer und Martin Jochheim

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Martin Jochheim

Umschlagmotiv: Bildausschnitt eines Bildes von Samuel Widmer

Photographien: Susanne Jochheim

Herstellung:

ISBN

Inhalt

HerzKrieger. Annäherungen an Samuel Widmer und seine Lebensphilosophie	1
Samuel Widmer im Gespräch mit Martin Jochheim	15
Die Vision.....	15
Konditionierung und Innere Wahrheit	26
Das „irdische Paradies“	32
Das Inzest-Tabu	33
Die Lust an der Provokation	39
Die eigenen Lehrer	42
Lehrer- und Schülersein, Selbst-Prüfung...	44
Wilhelm Reich.....	51
Kern-Schalen-Modell	54
Träumen	57
Psychotherapie und Spiritualität	58
Psycholytische Therapie	60
Tantra	65
Vom Sinn des Lebens.....	67
(Ent-)Konditionierung.....	77
Dreier-Beziehungen.....	93
In Gemeinschaft leben.....	96
Die Kirschblüten-Gemeinschaft	100
Alleinestehen	104
Liebe	107

Ordnungen der Liebe	109
Kreativität und Kraft.....	113
Konflikte	116
Die Ursprungsfamilie.....	119
Die Suche nach Wahrheit	124
Vom Wissen zur Weisheit	128
Leseproben	131
Veröffentlichungen	147

Herzkrieger. Annäherungen an Samuel Widmer und seine Lebensphilosophie

Wer ist dieser Mann, der mit zwei Frauen verheiratet und der Vater von elf Kindern ist? Der mit seiner Lehre und seinem Lebensstil derart provoziert, dass er in regelmäßiger Abfolge Gegenstand kritischer Berichterstattung in schweizerischen Medien ist?

Wer ist der Gründer und spirituelle Leiter einer Gemeinschaft im schweizerischen Mittelland, um den und seine zwei Frauen sich mittlerweile rund 80 Erwachsene und genau so viele Kinder versammelt haben?

Wer ist dieser Provokateur, der Psychotherapie mittels legaler, bewusstseinsweiternder Substanzen (Psycholytika) propagiert, der den „ehrbaren Inzest“ aufdeckt und im „tantrischen Kreis“ einer offenen Sexualität Raum gibt?

Was ist die Lehre dieses spirituellen Lehrers, der in über 20 Büchern immer aufs Neue das „Paradies auf Erden“ proklamiert, der einen Weg der Entkonditionierung von individuellen und gesellschaftlichen Normen und Zwängen lehrt, um sich dem hinter allem vordergründigen Alltagsleben liegenden Lebensstrom hinzugeben?

Wer ist dieser zutiefst liebenswerte, warmherzige und humorvolle Mann, der ohne jegliche Wertung die Wahrheit dessen, was er bei einem anderen sieht, ausspricht? Der sich selbst und seine innere Wahrheit immer neu auf den Prüfstand stellt und der eigenen Kritik aussetzt?

Dies ist kein journalistisches Interview-Buch. Meine Rolle als Fragender ist nicht die des unbeteiligten Beobachters, sondern die des engagierten Existenzsuchers und Schülers. Ich mache kein Hehl daraus, dass ich in den Büchern des Samuel Widmer genügend Wahrheit und Weisheit gefunden habe, dass ich ihnen in der Welt weite Verbreitung wünsche. Meine persönlichen Erfahrungen mit Samuel Widmer und seinen beiden Frauen Danièle Nicolet und Marianne Principi sind von ihrer persönlichen Integrität, ihrer Warmherzigkeit, ihrer Präsenz und Kongruenz geprägt.

Ein kurzer, nicht-wissenschaftlicher Abriss der Menschheitsgeschichte mag verdeutlichen, in welchem größeren Zusammenhang Widmers Lebensphilosophie zu sehen ist.

Vor rund 1.000.000 Jahren (die Zahl ist symbolisch und nicht historisch-kritisch gemeint) hat sich der Geist aus der Materie erhoben, und aus bereits hoch entwickelten Primaten wurden Menschen. Was diese von ihren Vorfahren unterschied, das war ihr Selbstbewusstsein, also jene Fähigkeit, die uns nicht nur wahrnehmen lässt, sondern wahrnehmen lässt, dass wir wahrnehmen. Mit diesem geistigen Quantensprung, der den Menschen aus dem Zwang zu einem rein instinktgesteuerten Verhalten und dem unabänderlichen Befolgen eines Reiz-Reaktions-Mechanismus befreite, waren für den Menschen allerdings auch fundamentale Schwierigkeiten verbunden, an denen er sich bis heute abarbeitet.

Dieser Verlust bedingte nämlich eine Verhaltensunsicherheit, die eine neue Qualität des inneren

Erlebens freisetzte: die **psychische Angst**. War Angst bis dahin ein wichtiger Hinweis auf drohende Gefahren im Äußeren, so erlebte der Mensch nun eine neue Art von Angst – die Angst vor dem Nicht-Wissen, wie er sich verhalten soll. Das Ausbilden von Normen, Regeln, Kultur im Allgemeinen lässt sich verstehen als der Versuch, die psychische Angst vor der inneren Leere des Nicht-Wissens zu bannen. Durch die Tradierung und zwangsweise Durchsetzung dieser Regeln wurde eine **Konditionierung** in Gang gesetzt, die bis heute von Generation zu Generation modifiziert und fortentwickelt weitergegeben wird.

Ein zweites grundsätzliches Problem trat auf. Der Mensch begann, um seine Sterblichkeit zu wissen. Damit trat die **Angst vor dem eigenen Tod** auf den Plan. Insbesondere das gerade neu gebildete Selbstbewusstsein (Ego) wollte nicht sterben. Damit wurde die Todesangst zum ständigen Begleiter des Menschen. Auch diese Angst musste irgendwie gebannt und unter Kontrolle gebracht werden – durch Feuer (Licht!), Werkzeuge und alles, was dem Menschen innere Unterstützung und Stabilität vermittelte.

Der Übergang vom Leben in einer Horde der Jäger- und Sammlerzeit in die familiäre Struktur einer festen Ansiedlung und damit der Verlust einer übergreifenden **Gemeinschaft** warf neue Fragen nach der Absicherung der eigenen Familie, Aufzucht der Kinder usw. auf. Auch die **Sexualität** wurde neuen Gesetzmäßigkeiten unterworfen. Die Zugehörigkeit eines Kindes nicht nur zu einer bestimmten Mutter, sondern auch zu einem bekannten Vater bekam dadurch Bedeutung, dass

der einzelne Mann für seine Nachkommenschaft sorgen musste und nicht die ganze Horde verantwortlich war. Außerdem entwickelte sich fester Besitz, der vererbt werden konnte, und es wurde bedeutsam, welche männlichen Nachkommen erbberechtigt waren. **Liebe** entwickelte sich als eine neue existentielle Qualität für die Beziehung zwischen Mann und Frau. Damit wurden aber auch das Thema von Autonomie und Verbindlichkeit und die Beziehungsgestaltung in Liebesbeziehungen wichtig.

Diese (mehr visionäre als historisch-korrekte) Schilderung der menschlichen Entwicklungsgeschichte lässt erkennen, woher die Themen kommen, um die die Arbeit und das Denken von Samuel Widmer kreisen: Psychische Angst, Entkonditionierung, Todesangst, Sexualität, Gemeinschaftsbildung, Macht und: die Liebe als die neue innere Ausrichtung des „befreiten“ Menschen. Es sind die grundlegenden Menschheitsthemen, die zu erledigen sind, wenn auf diesem Planeten das Leben so verlaufen soll, dass die Grundbedürfnisse aller Menschen (Nahrung, Wohnraum, physischer und psychischer Schutz) erfüllt werden und der Raum für Kreativität und Entwicklung gegeben sein sollen.

Der spirituelle Raum, das eigentliche Wesen des Menschen, das unter den aus Sozialisation und Konditionierung gebildeten Schichten von abgewehrten, abwehrenden und Anpassungs-Gefühlen liegt, ist seit mehr als zweitausend Jahren aus den mystischen Traditionen der Weltreligionen bekannt. Es ist der Ort der tiefsten inneren Stille, des Friedens, der Liebe.

Was unterscheidet Samuel Widmer von anderen zeitgenössischen Lehrern aus den verschiedenen spirituellen Traditionen, wie Eckhard Tolle¹, A. H. Almaas², Willigis Jäger³ oder Jack Kornfield⁴, aber auch von Bewusstsein-Forschern wie Stanislav Grof⁵ und Ken Wilber⁶? Mir fallen mehrere signifikante Unterschiede auf.

Widmers Lebensphilosophie zielt immer auf die gelebte Praxis. Er nimmt die Herausforderung an, die Vision eines entkonditionierten, von der Liebe durchdrungenen Lebens nicht nur zu beschreiben und damit im Raum des rein Geisteswissenschaftlichen zu verbleiben, sondern ihm liegt daran, die veränderte Lebenspraxis tatsächlich einzuüben und umzusetzen, und zwar nicht in einer klösterlich abgeschiedenen, von der Umwelt getrennten Lebensgemeinschaft. Die Kirschblüten-

¹ Eckhart Tolle: Jetzt. Die Kraft der Gegenwart. Ein Leitfaden zum spirituellen Erwachen. Bielefeld (Kamphausen Verlag) 16/1006

² A. H. Almaas: Essenz. Der diamantene Weg zur inneren Verwirklichung. Freiamt (Arbor) 2/2003

³ Willigis Jäger: Suche nach dem Sinn des Lebens. Bewusstseinswandel auf dem Weg nach innen. Vorträge – Ansprachen – Erfahrungsberichte. Petersberg (Via Nova) 8/2008

⁴ Jack Kornfield: Das weise Herz. Die universellen Prinzipien buddhistischer Psychologie. München (Arkana) 2008

⁵ Stanislav Grof: Topographie des Unbewussten. LSD im Dienst der tiefenpsychologischen Forschung. Stuttgart (Klett-Cotta) 8/2002

⁶ Ken Wilber: Das Spektrum des Bewusstseins. Eine Synthese östlicher und westlicher Psychologie. Reinbek (Rowohlt) 6/2003

Gemeinschaft in Lüsslingen / Nennigkofen ist das Ambulatorium für das „Neue Sein“. Dazu gehören sowohl befreite sexuelle, aber darin zutiefst verantwortete Liebesbeziehungen als auch das Teilen des materiellen Besitzes. Die therapeutische und tantrische Seminararbeit hat die Funktion, an den Konditionierungen zu rütteln, den Entpanzerungs-Prozess in den Gefühlsschichten, die sich um den Kern gelegt haben, zu befördern und damit der Heilungsarbeit an den Verletzungen der eigenen Lebensgeschichte zu dienen. Mehr noch: Der therapeutischen „Selbst-Entwicklung“ folgt der transformatorische „Selbst-Verlust“ im spirituellen Prozess, wenn der Einzelne bereit ist, sich so tief einzulassen, dass nicht mehr seine Eigeninteressen, sondern „die Liebe“ zur Leitschnur seines Lebens wird.

Widmers literarisches Interesse zielt, anders als Stanislav Grof, nicht zuerst auf den rationalen Diskurs, in dem er seine Bewusstseinstheorie einer wissenschaftlichen Öffentlichkeit vorlegt – auch wenn sein erstes Buch („Ins Herz der Dinge lauschen“) sehr wohl den Ansprüchen an ein therapeutisches Lehrbuch genügt. Ihm geht es vielmehr darum, die „geschaute Wahrheit“ in poetischer und lyrischer Form um Zustimmung werbend zu vermitteln, wohl wissend dass die „Wahrheit“ anklopft, um gehört zu werden, aber nur durch Erfahrung (eigenes „Lauschen“ und „Schauen“) ergriffen werden kann, sich aber nicht durch die Logik rationaler Vernunft durchsetzt. Damit überschreitet er die Grenze der experimentell forschenden „visionären Anthropologie“ (Grof) und wird selbst zum Schamanen. Die „Wahrheit“, um die es Widmer geht, folgt den „Ordnungen der

Liebe“ und den „Gesetzen der Weisheit“, die oft genug in Widerspruch zu den Regeln des sogenannten gesunden Menschenverstandes stehen. Dieser meint ja, immer mehr anhäufen zu können, indem er den Besitz sammelt und zurückhält. Die Weisheit lehrt dagegen, dass die Liebe immer größer wird, je mehr man davon verschenkt.

Das Missverständnis, das Widmer als Sex-Guru apostrophiert, erwächst aus dem Unverständnis und der Unkenntnis dieser Liebesenergie. Nicht Widmer ist der „Guru“ – die Liebe selbst als die in diesem Universum wirkende, unpersönliche Macht ist der „Guru“ (die Lehrerin), der Widmer in gleicher Weise folgt wie alle anderen auch. Er und seine Frau Danièle Nicolet sind die Geburtshelfer und Wegbegleiter auf dem Selbst-Erfahrungsweg zur Liebe, den jede und jeder für sich alleine beschreiten muss. Menschen kommen nicht zu Widmer, um ihre bisherigen Abhängigkeitsverhältnisse durch das zu einem spirituellen Lehrer zu ersetzen, sondern weil sie dort die Unterstützung bekommen, die sie brauchen bei ihrer ureigenen Suche nach dem existentiell erfahrbaren, also nicht nur intellektuell vermittelten Grund allen Seins.

Widmers Bereitschaft, bewusst zu provozieren, gesellschaftliche Konflikte einzugehen und dabei auch missverstanden zu werden, zeigt sich darin, dass er Themen wie das Inzest-Tabu – als Ausdruck einer Ur-Konditionierung – nicht ausspart. Seine anspruchsvolle Auseinandersetzung mit dem Thema und neue Begriffsbildungen wie der „ehrbare Inzest“ (als Synonym für die Zurückwei-

sung der geschlechtsreifen Tochter durch den verunsicherten Vater) machen es einer an Sensationen interessierten Medienwelt leicht, ihn abzustempeln. Die Verunglimpfungen und Anfeindungen, die er erlebt hat und über die er in „Des Kaisers neue Kleider“ berichtet, sind ein Musterbeispiel für die kollektive und individuelle Abwehr gegenüber tiefliegenden Ängsten.

Widmer ist keiner religiösen Tradition verpflichtet. Seine Lebensphilosophie schöpft aus den eigenen Erfahrungen in Psychotherapie, Meditation und psycholytischer Arbeit mit bewusstseinserweiternden Helfer-Substanzen. Für die psychotherapeutische Arbeit sind insbesondere die frühen Arbeiten von Wilhelm Reich⁷, einem Schüler Sigmund Freuds, bedeutsam geworden, was sich beispielsweise in Widmers Kern-Schalen-Modell widerspiegelt, das bei Reichs Überlegungen zu den Charakterstrukturen Anleihen nimmt⁸.

Widmer bekennt sich zu zwei geistigen Lehrern, die ihn nachhaltig geprägt haben. Einmal der Freigeist Jiddu Krishnamurti (1895 – 1986)⁹, ein indischer Philosoph und geistiger Revolutionär,

⁷ Wilhelm Reich (1897 – 1957), Psychiater und Psychoanalytiker, Sexualforscher und Soziologe. Schüler von Sigmund Freud. Er wurde 1934 aus der Psychoanalytischen Vereinigung ausgeschlossen. Mit der von ihm ab 1934 entwickelten Vegetotherapie war er einer der wesentlichen Begründer der Körperpsychotherapie.

⁸ W. Reich: Charakteranalyse. (1933). Amsterdam (Verlag de Munter) 1981

⁹ Vgl. dazu: Samuel Widmer: Du bist Schönheit. Krishnamurti – angewandt im Alltag. Der Einfluss seines Werkes auf die Psychotherapie. Gerolfingen / CH (Basic Editions) 1998

zum anderen der mexikanische Schamane Don Juan¹⁰ und seine Gemeinschaft, deren Leben und Wirken der amerikanische Anthropologe Carlos Castaneda¹¹ (+1998) in zahlreichen Büchern beschrieben hat. Während Widmer an Krishna-murti dessen klares, stringentes In-die-Tiefe-Fragen (das „Hin-Sehen“ in Wahrhaftigkeit), den Prozess der Entkonditionierung und die radikale Orientierung des Lebens an der Liebe schätzt, ist ihm Don Juan als unbeugsamer Führer in der „Anders-Welt“ (dem Nagual), dem Experiment eines gemeinschaftlichen Lebens, mit seiner Energie-Lehre und dem „Träumen“ (Reisen mit dem Energie-Körper) wichtig geworden.

Es ist aber unverkennbar, dass Widmers Lebensphilosophie der gelebten Liebe große Parallelen mit der Verkündigung und Lebenspraxis des Rabbi Jesus hat, der vor rund 2.000 Jahren für drei Jahre Jüngerinnen und Jünger für ein Gemeinschaftsprojekt um sich sammelte – das dann leider scheiterte und in Gestalt der sogenannten „Kirche“ einen ganz anderen Fortgang nahm. Von daher ist verständlich – aber bedauernswert-, dass die kirchliche Auseinandersetzung mit Widmer, die Georg Schmid von der „Evangelischen Informationsstelle Kirchen – Sekten - Religionen“ in der Schweiz (siehe www.relinfo.ch) führt, sich

¹⁰ Vgl. dazu Paul Samuel Widmer Nicolet: Vom Weg mit Herz. Die Essenz aus der Lehre des Don Juan. Eine Würdigung des Werkes von Carlos Castaneda. Solothurn (Nacht-schatten Verlag) 2002

¹¹ Carlos Castaneda: Die Lehren des Don Juan. Ein Yaqui-Weg des Wissens. Frankfurt am Main (Fischer) 33/2002

an den Grundsätzen bürgerlicher Konformität und dogmatischer Korrektheit orientiert.

Dabei zeigt sich bei genauerem Hinsehen eine bemerkenswerte Analogie zwischen Grundaussagen der christlichen Botschaft und Widmers Bewusstseinsphilosophie. Die christliche Botschaft verkündet den „nahen Gott“ – angefangen bei den Erfahrungen des Volkes Israel mit seinem Gott Jahwe bis hin zu den Reich-Gottes Gleichnissen Jesu. Von diesem nahen Gott ist der Mensch durch die Sünde getrennt, und der Mensch kann diese Trennung nicht aus eigener Kraft aufheben. Deshalb braucht es das Handeln Gottes selber, der in Gestalt seines Sohnes Jesus am Kreuz stirbt, um diese Kluft zu überwinden. So die gängige theologische Deutung des Sachverhalts.

In Widmers Bewusstseinsphilosophie ist der nährende Urstrom des Lebens, das Sein, die Liebe auch immer nahe, eigentlich unmittelbar in jedem existierenden „Ding“ anwesend. Doch der Mensch ist davon getrennt durch die Konditionierungen in seinem Bewusstsein, die sich wie eine Mauer zwischen ihn und den unmittelbar erfahrbaren Lebens- und Liebesstrom stellen. Das Tagbewusstsein, das EGO, selbst ein Produkt dieser Konditionierungen, ist völlig ungeeignet, um die Konditionierungen aus dem Weg zu räumen, was letztlich gleichbedeutend damit wäre, sich selbst „abzuschaffen“. Tatsächlich muss das EGO mit samt den Konditionierungen diesen „Tod sterben“, damit sich die Kluft zwischen dem „göttlichen“ Urstrom und dem freien, nicht durch Konditionierungen eingeschränkten Bewusstsein

schließt. Aber das geht nur so, dass die unpersönliche Liebe sich im Menschen durchsetzt, nachdem alles aus dem Weg geräumt wurde, was ihrer Ordnung nicht entspricht.

Die von Widmer beschriebenen Erfahrungen sind Allgemeingut der mystischen Traditionen. Eine wissenschaftliche Theologie, die dem Missverständnis unterliegt, etwas Anderes sein zu wollen als eine Auslegungswissenschaft für menschliche Erfahrungen, wird immer neu die kränkende Niederlage wiederholen, die Sigmund Freuds Einsicht über die begrenzte Reichweite des menschlichen Tagbewusstseins den Geisteswissenschaftler zugefügt hat¹²: Die Auseinandersetzungen um die Rezeption oder Ablehnung psychologischer und psychotherapeutischer Erkenntnisse und Handlungstheorien in der kirchlichen Seel-

¹² „Kränkungen der Menschheit ist ein von Sigmund Freud geprägter Begriff für einige geschichtliche Ereignisse, die nach psychoanalytischer Meinung den Stolz und das Selbstbewusstsein der Menschheit tief verletzt haben. Die 1. Kränkung war die Tatsache, dass die Erde nicht der Mittelpunkt des Universums ist (Copernicus, Kepler, Galileo und andere). Die 2. Kränkung ist die Tatsache, dass der Mensch dem Tierreich entstammt und nicht von Gott geschaffen wurde (Charles Darwin und andere). Die 3. Kränkung ist die Beobachtung von Sigmund Freud, dass das bewusste Denken nur einen kleinen Teil der Informationsverarbeitung im Gehirn darstellt. Das menschliche Denken wird von Trieben und anderen unbewussten Einflüssen bestimmt. Der freie Wille ist umstritten oder wird nur in wenigen Situationen wirklich wirksam.“ www.wikipedia.org, Art. Kränkungen der Menschheit

sorgelehre des 20. Jahrhunderts sind dafür ein gutes Exempel¹³.

Die Radikalität, die Widmers Ansatz zu Eigen ist, zeigt sich auch darin, dass er dem Bewusstsein keinen „Konditionierungs-Ersatz“ in Form eines gestalteten Übeweges anbietet. Es gibt keine festgelegte Meditationspraxis wie im Zen und keine ritualisierten Übungen wie beim Bogenschießen oder dem Schwertkampf. Stattdessen immer wieder die Konfrontation mit der nicht gestalteten Leere, die Aufforderung zu bloßem „Schauen und Lauschen“ – Übungen, die dem EGO massive Angst einjagen können.

Die höchste Hürde auf diesem spirituellen Entwicklungsweg ist sicherlich die, dass Widmer nicht davor zurückscheut, die Urkonditionierung, die wir in unserer Kultur – mit der Muttermilch! – eingesogen haben, aufzusprengen. Nicht mehr die Dyade, sondern die Gruppe soll die Urform der Liebesbeziehung sein („die Liebe beginnt zu dritt“). Dass damit für jeden, der sich auf diesen Weg einlässt, für enormen Sprengstoff in der eigenen Partnerbeziehung gesorgt ist, versteht sich von selbst.

Widmer hält in seinen Büchern, aber auch in der praktischen Lehre, seine Person und seine Lebenserfahrungen nicht verdeckt. Die meisten seiner Beiträge sind persönlich gehalten. Seine selbst gemalten Bilder und die seiner Frau Daniè-

¹³ Vgl. dazu: Martin Jochheim: Seelsorge und Psychotherapie. Historisch-systematische Studien zur Lehre von der Seelsorge bei Oskar Pfister, Eduard Thurneysen und Walter Uhsadel. Bochum (Verlag Dr. Winkler) 1998

le Nicolet illustrieren viele seiner Bücher. Er erzählt von gelungenen Erfahrungen genauso wie vom eigenen Scheitern. Es finden sich Auszüge aus Briefen, Tagebüchern und Selbsterfahrungsprotokollen. Gedichte wechseln sich ab mit Naturbeschreibungen, philosophischen Traktaten, Meditationsanleitungen und psychotherapeutischen Einsichten. Es gibt keine Unterscheidung zwischen einer „objektivierbaren“ Lehre und „subjektiven“ Lebenserfahrungen - nicht zuletzt deshalb, weil alle Erfahrung subjektiv ist - aber die Kern-Erfahrungen aller Menschen sich ähneln.

Wer sich auf diesen Lehrer einlässt, der braucht Geduld, um langsam in der Tiefe zu verstehen. Er wird mit vielen schwierigen Gefühlen in sich konfrontiert, weil sie heil werden wollen, an erster Stelle mit der Angst. Angst vor Kontrollverlust; Angst vor umstürzenden Veränderungen im eigenen Leben; Angst vor den Bewertungen der Umwelt gegenüber dem eigenen Lebensweg; Angst vor der Leere im eigenen Inneren; Angst vor dem unkontrollierbaren Leben; Angst vor dem eigenen Tod.

Aber hinter der Angst wartet auch ein anderes, ein neues Leben. Ein Leben, in dem jeder für sich alleine stehen kann; in dem er sich mit sich selbst und der eigenen inneren Wahrheit wirklich verbunden fühlt; in dem die Liebe im eigenen Leben blühen kann; in dem man neue Verbindungen und Verpflichtungen eingeht, die aus echter freier Wahl hervorgegangen sind und nicht aus Abhängigkeit oder psychischer Bedürftigkeit und in dem man der Verbundenheit mit der tragenden Kraft allen Lebens („Gott“ oder „die Liebe“) nicht nur

als kognitives Postulat, sondern als zellulär-
erfahrbare, existentielle Wahrheit begegnen
kann.

Martin Jochheim

Samuel Widmer im Gespräch mit Martin Jochheim

Die Vision

Mich hat ein Text von dir sehr beschäftigt. Die Vision des Dorfschamanen Samuel.

„Die Erklärung des Durchschnittsmenschen besagt, dass wir als Menschen abgegrenzte Wesenheiten von fester Konsistenz seien, die einander gegenseitig besitzen, dominieren und in entsprechende Gehege und Regelungen einfangen können. Die Erklärung des Dorfschamanen Samuel im Gegensatz dazu, ist eine Vision.

Sie ist nicht meine, sie ist unpersönlich, sie ist die Wahrheit über uns, sagt er. Sie ist auch kein fixiertes, festgelegtes Bild, sonst wären wir eine Sekte. Sie ist mehr ein Gefühl, dieses eine Gefühl, das kaum jemand zu kennen scheint. Trotzdem kann man sie ganz vorsichtig und vage auch beschreiben. Nicht um sich ein Bild davon zu machen, das wäre völlig verkehrt. Wenn sie sich verwirklichen wird, wenn sie kommen sollte, wird sie ganz anders sein, ganz neu und jung, eine Überraschung, etwas Umwerfendes.

Die Vision beinhaltet zum Beispiel, dass wir Menschen, überhaupt und als Gruppe, ganz und gar miteinander leben würden, uns vollkommen unverbrüchlich und mit Haut und Haaren aufeinander einlassen würden. Nicht abgeschlossen als Gruppe, die einfach ein erweitertes Ich bildet,

sondern offen zur Welt hin, letztlich bereit, die ganze Welt zu umfassen. Wir würden uns so vollkommen aufeinander einlassen, dass Besitzverhältnisse weder im Materiellen noch in Beziehungen länger eine Rolle spielen würden. Wir wären uns über unsere flüssige Natur, über unsere Unbegrenztheit, über unser unverbrüchliches und unausweichliches Verbundensein miteinander bewusst. Die totale Aufmerksamkeit, welche unser Zusammenleben gestalten würde, würde all die Strukturen des Besitzdenkens und der Vergangenheit in und zwischen uns einfach auflösen. So sehr aufeinander einlassen würden wir uns, dass es zum Beispiel keine Rolle mehr spielen würde, von wem die Kinder wären, die uns geboren würden (obwohl man es natürlich genau wüsste), weil sowieso alle Kinder unsere Kinder, meine Kinder, deine Kinder wären, für die wir uns ohnehin ganz und gar verantwortlich fühlen würden. So sehr auch wären wir einander versprochen - um dieses leidige Thema der Sexualität, das immer wieder der Stolperstein in der Angelegenheit zu sein scheint, mit einzuschließen -, dass ich mit allen Frauen, die sich zu einer solchen Gemeinschaft zählen, eine ungezwungene, heitere Sexualität leben könnte, sofern wir das wollten, und alle anderen Männer auch, und die Frauen mit allen Männern selbstverständlich auch. Und ob wir das wollten! Und ob wir das endlich eingestehen würden, dass wir das tatsächlich wollen! Nicht alle vielleicht, auch nicht immer vielleicht und nicht alle in gleichem Masse. Es gibt verschiedene Zeiten in einem Leben, verschiedene Phasen. Und wir sind nicht alle genau gleich geartet. All das hätte Platz darin. Kein

Zwang in keine Richtung wäre darin. Keine Vorstellung, kein Bild. Ungehindertes Blühen stattdessen. Dazu gehört auch das Blühen zu zweit, in dem gerade nichts anderes Raum findet, weil man gerade eine Beziehung aufbaut oder zusammen ein Kind aus der Unendlichkeit zu sich rufen will. Aber ich, ich wäre auf jeden Fall immer dabei gewesen bei einer breit gelebten Sexualität mit vielen Frauen, die ich geliebt und die mich geliebt hätten. Darüber habe ich mir nie etwas vorgenommen. Und man kann zweifellos davon ausgehen, dass die meisten von uns, die meisten Menschen überhaupt meistens dasselbe wollen würden wie ich, nicht viel anders wären als ich, wenn sie sich ihrer Wirklichkeit bewusst wären.“¹⁴

So weit also die Vision.

Klingt ganz gut.

Ja, das fand ich auch. Es ist eine Vision, das heißt, es ist deine Vision; die Vision, dass Menschen in einer solchen entpanzerten, nicht konditionierten Weise leben und dass das Leben dann so dahinfließen und -strömen könnte.

Die Vision geht aus von eben diesem EINEN Gefühl, dass jemand einen Zugang findet (und zwar nicht als Idee, sondern als Gefühl), dass alles EINS ist, alles verbunden ist. Und aus diesem Gefühl heraus wird ganz von selbst diese Vision

¹⁴ Paul Samuel Widmer Nicolet: Vom Weg mit Herz. Die Essenz aus der Lehre des Don Juan. Eine Würdigung des Werkes von Carlos Castaneda. Solothurn (Nachtschatten Verlag) 2002, 142

geboren: Dass Gemeinschaft entstehen müsste auf diesem Planeten, die die Grenzenlosigkeit dieses EINEN ins Materielle herunterbringt. Jetzt leben wir vor allem in Konkurrenz mit allen Folgen, die das hat. Die Vision ist die Ahnung, dass es eine Möglichkeit wäre, in Kooperation zu leben mit allen Folgen.

Ich habe mich gerade, weil ich ein Buch über die Wahrheit schreiben muss¹⁵, wieder einmal mit Nietzsche¹⁶ auseinandergesetzt. Seine Idee vom Übermenschen¹⁷, das ist die Vision. Die Vorstellung, dass der Mensch in sich noch eine ganz andere Möglichkeit trägt als die, welche wir im Moment oder seit Jahrtausenden verwirklichen. Wir können zumindest schon mal versuchen, diese Vision zu formulieren. Es ist gut, dass wir gerade darüber sprechen - dann denk ich wieder daran: Das wäre eigentlich eine Möglichkeit: So zu leben.

Besteht die Schwierigkeit von menschlichem Leben nicht auch darin, dass wir beides sind? Also: Wir sind total verbunden, aber wir sind über den materiellen Körper auch völlig getrennt. Alles,

¹⁵ Samuel Widmer: Die Wahrheit. (im Druck)

¹⁶ Friedrich Nietzsche (1844 - 1900), deutscher Philosoph; Dichter und klassischer Philologe. N. stellt eine radikale Lebensbejahung in den Mittelpunkt seiner Philosophie.

¹⁷ „Übermensch“ ist ein Begriff aus dem philosophischen Denken. Als Übermensch wird ein „Idealmensch“ bezeichnet, der über das gewöhnliche Leben eines als normal und meist negativ bewerteten Menschen hinausgewachsen ist oder hinausstrebt. Vgl. www.wikipedia.org, Art. Übermensch

was ich in mir fühle, fühle ich mit meinen Nervenzellen, meiner Muskulatur, meinen Hormonen und du mit deinen. Und ist die Schwierigkeit nicht die, dass es beides zugleich ist? Wir sind zutiefst verbunden, aber wir sind immer auch zutiefst getrennt. Und deswegen fallen wir immer wieder zurück?

Auch das ist in dieser Vision ausgedrückt. Das Alleinsein hat auf jeden Fall Platz darin. Dass jemand sagt: Ja, ich will grad nicht, ich hab keine Lust, ich will allein sein, oder überhaupt, ich hab kein Bedürfnis nach Sexualität, ich will das nicht leben; das hat auf jeden Fall auch Platz darin. Die Freiheit ist immer das oberste Prinzip. Aber im Alleinsein gibt es zwei Möglichkeiten: Es gibt das Alleinsein, das gleichzeitig mit allem verbunden bleibt und allem wohl gesonnen bleibt, und es gibt das Alleinsein, das in einer Abgrenzung ist, sich als abgegrenztes Individuum empfindet und sich gegen alles andere einstellt. Das ist der Unterschied.

Die Schamanen in den indianischen Gesellschaften, die diese Vision am ehesten verkörpert haben, die haben meist sehr allein gelebt. Die waren irgendwo im Urwald, und dann kamen sie irgendwann zurück, sind kurz über alle Frauen „hergefallen“ und dann wieder verschwunden. Die hatten dieses Recht in der indianischen Gesellschaft.

Dann geht es darum, eine Grenze für mich zu finden, ohne mich abzuschließen? So wie eine

durchlässige Membran wäre das dann, nicht wie eine Betonmauer?

Es ist mehr. Nehmen wir das Beispiel Sexualität und Beziehung. Das kann man sich doch vorstellen, dass wir von unserer Geschichte geprägt sind. Wenn ich mit deiner Frau Liebe mache, dann **musst** du ein Problem haben. Das ist wie eine Vorschrift, die wir mit uns herumtragen. Aber du kannst dir vorstellen, dass - wenn wir mit einer anderen Erziehung aufgewachsen wären - wir das nicht als Problem sehen würden, sondern als etwas Normales. Jeder hätte mit jedem zu tun, so wie er und sie will. Dann würden wir auch diese Situation anders fühlen. Wir hätten dann nicht einen Konflikt damit und entsprechend schwierige Gefühle, einfach weil wir anders konditioniert wären. Und noch viel mehr, wenn wir das aus tiefer Einsicht heraus in uns selber finden.

An dieser Stelle kann ich mir das leicht vorstellen. Vielleicht ist das ja auch wirklich eine Charakterfrage. In den Riemann'schen Kategorien¹⁸ habe ich mich immer als schizoid eingeordnet und für mich ist das auch ein Thema auf der energetischen Ebene. Ich erlebe bei mir immer wieder ein Bedürfnis nach Rückzug, wo eine persönliche Grenze bei mir ist. Das war der Anlass zum Streitgespräch [mit Susanne Jochheim] auf der

¹⁸ Fritz Riemann: Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie. München / Basel (E. Reinhardt) 1984; Riemann unterscheidet vier Grundängste, denen vier menschliche Grundcharaktere entsprechen: schizoid – depressiv und zwanghaft – hysterisch.

Fahrt im Auto hierher. Und dann merke ich: Ich habe anscheinend noch nicht genügend gelernt, mich auf mich zurück zu ziehen und trotzdem noch den Beziehungsfaden zu halten. Mein Rückzug ist anscheinend einer, der wie eine Abschottungsgrenze wirkt, wo Susanne nicht mehr mit ihrem Anliegen zu mir durchdringt.

Hat es nicht auch damit zu tun, dass du meinst, du müsstest reagieren? Ich habe gerade gestern mit der Marianne¹⁹ darüber gesprochen. Sie hat eine Kinderfrau zur Unterstützung im Haus, und diese Kinderfrau hat ein starkes Bedürfnis, mit uns in Gemeinschaft zu leben, und klagt bei Marianne ein, dass sie sie immer wie eine Arbeitskraft von sich fernhalten will. Und ich habe das mit Marianne angeschaut, und sie sagt, „Ja, ich fühle mich nicht frei, wenn sie da ist, also mache ich innerlich eine Grenze und möchte sie eigentlich weghaben“. Wenn wir dann aber genau anschauen, ja, warum fühlt sie sich nicht frei?, dann hat das nicht so sehr mit dem Verhalten dieser Frau zu tun, sondern es hat damit zu tun, dass Marianne, sobald jemand da ist, das Gefühl hat, sie müsse etwas für den anderen tun. Und wenn sie das dann nicht tut, sich also nicht auf den anderen ausrichtet, hat sie Schuldgefühle.

Dann muss sie die Abgrenzung ärgerlich durchsetzen, und ich sage zu ihr, „Ja, befreie dich von den Schuldgefühlen, mach dir das bewusst und erlaube dir, da zu sein, du bist da, und ich bin da und ich kümmerge mich nicht um dich, ich will grad für mich sein, einfach lesen oder so.“ Das muss

¹⁹ Marianne Principi, Lebenspartnerin von Samuel Widmer.

ich mir erlauben. Wenn ich mir das nicht erlauben kann, dann ist das fürchterlich. Aber sobald ich mir diese Freiheit nehme - und es ist immer wieder ein Ringen - ist Freiheit da.

Ich spüre das in vielen Bezügen. Es ist so schwierig, mir herauszunehmen, einfach authentisch zu sein, mich selbst zu sein. Da kommt Besuch, und nach dem Mittagessen wollen die noch sitzen bleiben, und ich sage, „Ich geh jetzt schlafen“. Und da ist dieses kleine Schuldgefühl, das sagt: „Gesellschaftliche Konvention verlangt etwas anderes!“. Und ich erlaube mir den Mittagschlaf aber dennoch und überwinde mein Schuldgefühl. Wenn ich das nicht tue, bin ich sofort in Konflikt und die anderen stören mich.

Auch du spürst in dir den Widerspruch gegen die gesellschaftliche Konvention und gehst bewusst über ihn hinaus?

Genau! Du nimmst wahr: So sind wir gestrickt oder gestrickt worden, das ist unser gemeinsamer Konsens. Die anderen haben ständig Erwartungen an dich. Gestern Nacht bin ich spazieren gegangen und hatte Begleitung. Ich spürte, dass der Andere die Erwartung hat, dass ich mich ihm zuwende. Da ist mir aufgefallen, dass das die Menschen fast immer haben. Wenn sie da sind, soll man sich ihnen zuwenden, und sie sind einem auch selbst zugewandt. Ich wollte aber lieber mit den Wolken sein und den Bäumen, und da drin ist der andere auch ein Teil, eben nicht abgeschnitten, aber halt nur ein Punkt in dem Ganzen. Du spürst, der andere nimmt dir das

übel. Der findest, du liebst ihn nicht genug und nimmst ihn nicht wichtig genug. Und damit macht er dir dieses Schuldgefühl, weil es die Konvention ist, sich diese Aufmerksamkeit schuldig zu sein.

Ich sage: „Ich pfeife auf die Konvention, ich mache das trotzdem“. Aber das ist immer wieder ein bewusster Schritt, bei dem ich feststelle: Da ist eine Konvention, ich übertrete sie, ich mache hier mein eigenes Gesetz. Das muss ich immer wieder machen, das ist wahr. Außer eben wir würden zusammen eine andere Gesellschaft einrichten gemäß dieser Vision, und es gäbe einen neuen Konsens.

Es braucht die immer neue Absprache, welchen Wunsch du an mich hast und wie der zu dem passt, was ich dir gerade geben kann. Das ist die Voraussetzung dafür, dass man sich wirklich begegnen kann.

Ja, und dann braucht es auch eine ganz klare Auseinandersetzung über die jeweiligen Wünsche. Wenn du einen Wunsch hast an mich oder ich an dich, dann bin ich zuerst einmal nicht verpflichtet, diesen zu erfüllen, und du auch nicht. Aber wenn wir eine Vereinbarung treffen, in der ich dir etwas verspreche, und wir eine Abmachung eingehen, dann bin ich nachher verpflichtet. Und es ist nicht eine Konvention, die mir das vorschreibt, etwas das unsere Vorväter vor hundert Jahren erfunden hätten, sondern das ist etwas, das ich jetzt und hier in meinem Leben in der Gegenwart mit dir entscheide. Wenn ich etwas verspreche, dann habe ich mich auch dar-

an zu halten, außer ich widerrufe es wieder. Aber wenn ich nichts versprochen habe, dann bin ich zuerst einmal zu nichts verpflichtet.

Auch mit Kant²⁰ habe ich mich noch einmal auseinander gesetzt. Natürlich gibt es den kategorischen Imperativ²¹ und das Sittengesetz, das mir Dinge vorschreibt. Das ist aber ein anderes Kapitel. Das gibt es schon auch, dieses innere Gewissen, das einem sagt, gewisse Dinge sind zu tun und zu lassen. Aber das hat nichts mit gesellschaftlicher Konventionen zu tun, sondern das ist aus dir heraus das Richtige, das Gute.

Die tiefere Wahrheit.

Ja.

Das Ganze ist eine Vision für dich. Es ist ein Bild davon, wohin sich die Welt entwickeln könnte. Die Vision gibt die Zielrichtung an, in die du mit deinem Leben gehen möchtest. Könnte so die Menschheit in zehntausend Jahren leben?

Ich erlebe es viel unpersönlicher. Das steht ja da auch, dass das nicht eine persönliche Vision ist, sondern etwas das in der Absicht des Universums entdeckt werden kann. Die Schamanen sagen: Das ist die Vision des Schamanen. Der

²⁰ Immanuel Kant (1724 - 1804), deutscher Philosoph im Zeitalter der Aufklärung,

²¹ Der Kategorische Imperativ lautet: „Handle nur nach derjenigen Maxime, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde.“

Schamane geht in sich und entdeckt die Absicht des Universums. So würde ich es formulieren. Man kann es vielleicht noch anders ausdrücken, aber letztlich wird sich immer wieder ein ähnliches Bild ergeben: Das ist die Absicht des Universums, so sind wir als Menschen oder dieser Planet Erde eigentlich gedacht. Das ist der Auftrag, den wir erfüllen sollen. Dann sind wir im Einklang mit unserem innersten Wesen und mit der Absicht des Universums. Und wenn wir das nicht erfüllen oder gar nicht sehen, dann haben wir die Verbindung zum Geist verloren, was ja typisch ist für die Menschen unserer Zeit.

Wie hast du diese Vision für dich gefunden?

Eigentlich... ja, man forscht und fragt und sucht nach dem Guten, nach dem Richtigen. Und das Mittel, etwas Gutes zu finden, ist vor allem die Ehrlichkeit.

Es hat bei mir begonnen, als ich 15 Jahre alt war. In mir war der Konflikt, ob das tatsächlich eine Sünde ist, wenn ich onaniere, so wie´s gelehrt wurde. Oder haben die Unrecht, und es ist schon in Ordnung, wenn ich das mache. Und ich habe ehrlich hingeschaut und dann - mit all den Folgen, die ich davon zu tragen hatte – verworfen, was man mich gelehrt hat. Als Konsequenz bin ich rausgeflogen aus der Gesellschaft, in der ich aufgewachsen bin. Und so ist es weitergegangen. Dies war damals der erste Schritt, um zu sehen: Es gibt da eine andere Wahrheit als die, die gesagt wird. Die Vision war am Schluss die Ganzheit der Wahrheit, die ich da drin gefunden habe.

Konditionierung und Innere Wahrheit

Ist es ein körperliches Spüren in dir, ein körperliches Erleben: Das ist wahr! Oder ist es mehr kognitiv?

Ich bin gerade damit beschäftigt, ein Buch über DIE WAHRHEIT zu schreiben²². Dazu habe ich mir auch Philosophen, mit denen ich mich früher einmal beschäftigt habe, Nietzsche, Kant usw., noch mal angeschaut. Was sagen die zu diesem Thema? Jeder von ihnen und auch die christlichen Mystiker kommen immer wieder zu dem Punkt, an dem sie darauf verweisen, dass eine innere Stimme uns sagt, dass du das Gute zu tun hast. Und dann kommt die Frage: Was aber ist das Gute? Weißt du, wenn du in der Welt herumschaust, dann kommen viele - ich sag mal, da kommt der Wolf im Schafspelz - und behaupten: Ich tue das Gute, und du tust das Schlechte. Da ist eine riesige Verwirrung. Die Frage ist also: Wie findet man heraus, was das Gute ist? Diese Frage kann ich nur lösen, wenn ich ehrlich bemüht bin. Ich sehe die Ehrlichkeit als die zentrale Voraussetzung. Und die ist dann ein untrügliches Gefühl. Die Krieger drücken es so aus: Wenn du die Verbindung zum Geist des Universums wieder gereinigt hast, dann kannst du sehen, sagen sie. Der Krieger weiß zwar nicht, warum das so ist, aber er weiss, dass sein Sehen untrüglich ist.

²² Samuel Widmer: Die Wahrheit. (im Druck)

Das ist natürlich gefährlich, weil wir dann wieder beim Absolutismus und Fundamentalismus sind - aber eben nicht wirklich. Denn in diesem Sehen oder untrüglichen Wissen versuchst du nie, einem anderen etwas aufzudrängen, einen anderen damit zu zwingen.

Dieser Prozess der Reinigung ist ein ausgesprochen langwieriger und mühsamer Prozess. Wie bekomme ich mich mehr gereinigt für den Geist?

Es ist der Prozess der Selbsterkenntnis. Du beginnst mit der ganzen Verwirrung, den ganzen Konditionierungen im Kopf und merkst: Irgendetwas stimmt da und mit mir nicht. Ich will herausfinden, was die Wirklichkeit ist und was die Wahrheit ist. Ein ganz wichtiges Instrument dabei ist die Ehrlichkeit! Wenn du nicht ehrlich bist mit dir und mit den anderen, dann wird's nicht gehen. Du schaust dir alles genau an, und dann betreibst du Selbsterkenntnis. Du siehst: Ich habe Angst. Warum habe ich Angst? Was bedeutet das? Ich habe Gefühle! Welche Gefühle habe ich, also welche Haltungen habe ich? Das ist ein langer Prozess, in dem du alles lernst über dich. Wie geizig du bist, wie knauserig oder was auch immer. In diesem Prozess findet die Reinigung statt, und wenn jemand diese Arbeit ernsthaft annimmt und ehrlich betreibt, dann wird er über kurz oder lang an dem Punkt anlangen, wo er klar ist und sieht: Ah, da ist dieser Link zum unpersönlichen tiefen Wissen im Universum oder in der Bewusstheit wieder hergestellt. Der Geist spricht.

Früher sagten die Menschen, Gott habe unmittelbar zu ihnen gesprochen, und du stellst das wieder her. Dann spricht Gott wieder zu dir, unmittelbar. Oder eben das Gewissen oder wie immer du das dann nennst.

Weshalb sind manche Menschen ernsthafte Sucher und andere nicht? Wir kommen immer wieder an dieser Frage vorbei.

Ich komme auch immer wieder an diesen Punkt und habe gesehen, auch die Philosophen und die Mystiker, alle sind immer wieder zu diesem Punkt gekommen. Du hast alles begriffen und sagst: „Aha, es wird wieder ganz simpel. Ich sehe das Gute, und ich muss es tun, und du musst es tun. Und dann bleibt die Tatsache, dass du es nicht tust - muss ich auch nicht und niemand. Was kann man da machen? Nichts! Entweder sind die Einsicht da und der Wille, gemäß dieser Einsicht zu handeln, oder nicht. Natürlich steht wieder die Frage im Raum: Gibt es etwas, was das fördern kann, dass ein Mensch Einsicht und Wille mobilisiert? Meine Erkenntnis ist, dass – wenn ich mich wirklich einer Frage stelle und sehe: Das ist das Gute, und das ist nicht das Gute -, dass es dann schwierig wird, das Gute nicht zu tun. Also ist alles hilfreich, was die Einsicht fördert.

Auf die heutige Situation gemünzt, siehst du, dass die Menschen nicht gut mit den Ressourcen umgehen. Du machst ihnen das bewusst, und es wird darüber geredet und geschrieben. Am Anfang wehren sie sich und finden „Aludeckel sammeln ist ein Blödsinn!“, und irgendwann einmal

sammeln dann doch alle Aludeckel, weil es sich durchgesetzt hat und so jedem bewusst geworden ist, dass es doch eine Rolle spielt.

Wenn man lange Zeiträume überschaut, dann sieht man, wie sich etwas wie das Zähneputzen durchsetzen konnte. Kleine Einsichten gehen dann doch bei jedem rein, so dass zum Schluss sich alle die Zähne putzen.

Was ist der Unterschied zwischen Konditionierung und einer über lange Zeit gewachsenen Einsicht? Setzen sich in der Menschheit die Dinge nur dadurch durch, dass aus der Einsicht irgendwann wieder eine neue Konditionierung wird?

Ja, das ist leider so, letztlich. Es kommt Einsicht, und dann verfestigt sie sich wieder zu einer Vorschrift. Das ist ein noch nicht ganz vollkommener Prozess des Lernens. Dann muss diese Vorschrift wieder zerschlagen werden zu Gunsten einer noch weiterführenderen Einsicht. Der ganz erwachte Mensch, der Übermensch oder der nach dieser Vision Erwachte, der würde in einen Prozess hineinwachsen, wo er das nicht mehr nötig hat. Sondern er nimmt Einsicht, handelt gemäß dieser Einsicht und bleibt offen. Und die Einsicht verfestigt sich nicht mehr zu einem Dogma. Und wenn eine neue Einsicht kommt, dann passt er das automatisch an. Einsichtnahme bleibt dann ein kontinuierlicher, weicher, lebendiger Prozess.

Wenn ich das auf einen einzelnen Menschen herunterbreche, dann heißt das, dass jeder

Mensch so aufwächst, dass er konditioniert wird, und jeder Mensch muss nach seiner Geburt da durch. Die Buddhisten würden vielleicht sagen: Die ersten 40 Jahre sind dazu da, um das Ego möglichst dick und fett und stark zu machen und so ein sehr belastbares Selbstkonzept zu bilden, um die nächsten 40 Jahre, die dann noch bleiben, zu nutzen, um dieses Ego wieder komplett abzubauen. Als ob es um einen Wandlungsprozess ginge, den jeder Mensch, und zwar solange es Menschen auf der Welt gibt, immer neu für sich durchmachen muss. Als ob nie Menschen als Erwachte auf die Welt kommen, als ob das zur conditio humana dazugehörte, konditioniert zu werden und irgendwann, wenn man das will, sich wieder zu entkonditionieren.

Es war für Nietzsche der absolute Schrecken, dass sich das Gleiche immer wiederholte. Aber tatsächlich tut es das. Das Einzige, was ausmacht, dass man daran nicht zerbricht, dass sich das Gleiche immer wiederholt, wäre, den Übermenschen zu postulieren. Sobald der Übermensch entstehen **kann**, und dies dann in gleicher Weise zu dem gehört, was sich wiederholen kann, dann kann man es aushalten. Wenn es am Ende dahin führt, dass die Vision geboren wird, dann kann man auch aushalten, dass es Milliarden von Jahren braucht, bis man dort ankommt. Aber wenn die Vision nicht kommt, dann ist es unerträglich. So ist es auch zu verstehen, wenn die Krieger sagen: Der Krieger muss glauben. Man glaubt, dass die Vision kommen wird. Wir bewegen uns dahin, wir sind unterwegs dahin und wir sind guter Hoffnung, dass es einmal ein-

trifft. Obwohl man sieht, dass die Aussichten ziemlich gering sind.

Es gibt einen Text von dir, der mich angesprochen hat. Da geht es darum, wie sich Leben anfühlt, wenn ich in meiner Konditionierung nur existiere. Dann fühle ich mich wie einbetoniert, wie festgezurr, wie enggeführt. Nur im befreiten Leben fließt wirklich Energie und Lebendigkeit. Das habe ich auch im Blick auf mich selbst nachvollziehen können. Ich merke an mir die Enge meiner Konditionierung, und dies ist ein körperliches Erleben in mir. Da, wo Freiheit in mir ist, da ist eine Fließbewegung durch meinen ganzen Körper und keine Stauung. Meine Frage ist, wie helfe ich suchenden Menschen in die Veränderung? Dadurch dass ich ihnen „verspreche“, dass ein anderes Gefühl von Leben für sie möglich ist? Dass ich sie also zu „locken“ versuche? Muss man die Menschen in das Glück, in ein positives, neues Gefühl hinein locken?

In der persönlichen Nähe mit jemand ist das Locken eine starke Kraft. Wenn man einem Menschen rüberbringen kann, dass er sich verändern kann und er einen neuen Zustand finden kann, auch wenn ihn das etwas kostet, dann sind Menschen meist schnell bereit, den Schritt zu machen. Letztlich sind wir auch alle clevere Geschäftsleute. Wenn wir etwas kriegen für unsere Mühen, dann sind wir schon dabei.

Das „irdische Paradies“

Für mich gibt es auch eine Verbindung dieser Frage zum „irdischen Paradies“, von dem du redest. Dieses Paradies hat ja zu tun mit der Freiheit, alles fühlen und erleben zu können. Es ist die Erfahrung von einem Leben, das - trotz allem Schmerz, den ich dann nehmen muss - mehr Lust macht als das gestaute Leben in Abwehr und dauernder Angst vor dem Schmerz.

Genau! Wenn man mit großen Gruppen oder Lesern arbeitet, dann ist das anders als im direkten Kontakt mit einem Einzelnen. Du schreibst von einer Vision und hoffst natürlich, jemand liest das und denkt, „wow, genau, das ist eine gute Sache, dafür will ich auch gehen“. Und dann merkst du bei Vielen, dass sie irgendwie stumpf sind oder in un guten Bildern verloren, dass sie gar nicht richtig verstehen können, worum es geht. Sondern sie verstehen dann: „Es geht um Sex!“ Und dann denken sie an etwas Schmutziges, oder: „Es geht um freie Liebe!“ Und das ist etwas Ungehöriges. Aber sie können die Schönheit gar nicht sehen, die in diesem ungepanzerten Leben steckt. Deshalb machen sie dich dann zum Sexguru in den Medien und solche Dinge. Dann merkst du, dass du diese Menschen durch das Beschreiben der verlockenden Vision gar nicht mehr gewinnen kannst, die verstehen sie gar nicht. Diese Vision wird mit ihren schmutzigen, perversen Phantasien vermischt und zu etwas Unschönem gemacht in ihrem Kopf.

Das Inzest-Tabu

Zu den Themen, die in der Öffentlichkeit sehr kritisch aufgenommen werden, gehören auch die Fragen um das Inzest-Tabu. Inzest nenne ich eine sexuelle Liebesbeziehung mit einer Person, zu der ich eine verwandtschaftliche Beziehung ersten oder zweiten Grades habe. Dieser Inzest wird gesetzlich bestraft. Aber dann gibt es für dich auch etwas, das du den „ehrbaren Inzest“ nennst. Darunter verstehst du die Zurückweisung der Tochter durch den Vater, wenn dieser merkt, er selbst beginnt erotisiert, sexualisiert auf die zur Frau erwachte Tochter zu reagieren. Diese Zurückweisung löst eine tiefe Verwundung und Verletzung in der Tochter aus. Ich habe dich so verstanden, dass ein vollzogener Inzest einen Menschen sehr verletzt, aber auch diese Art von Zurückstoßen verletzt sehr, deswegen wählst du das Wort „ehrbarer Inzest“.

Genau! Mit dem Wort „Inzest“ drücke ich aus, dass die gleiche Dynamik drinsteckt. Beim vollzogenen Inzest wendet sich der Vater seiner Tochter zu und nimmt dort etwas, was ihm nicht zusteht. Der ehrbare Vater, der das nicht macht und sagt, „Ich habe damit gar nichts zu tun!“, dem sage ich: „Doch! Du begehst den ehrbaren Inzest.“ Und versuche aufzuzeigen, dass es um dieselbe Dynamik geht, denselben Hintergrund. „Du kannst auch nicht umgehen mit dem, dass jetzt deine Tochter eine Frau wird. Aber du sagst, ‚Ich bin viel besser‘, dabei löst du das Ding, in dem du eine Distanz machst und die Tochter da-

mit verletzt. Das ist eine andere Variante, aber eigentlich dieselbe Problematik.“

Und jetzt kommt die dritte Variante des Inzestes, der Teil, den ich nicht verstanden habe. Die dritte Variante heißt der „verantwortete Inzest“ und dazu lese ich eine kurze Geschichte von dir vor.

„Es war einmal ein Vater, der hatte sechs Töchter, eine schöner als die andere. Sie lebten ganz allein abseits von allen. Die Mutter war schon lange gestorben. Eines Tages konnte der arme Mann nicht mehr länger an sich halten. Da er aber einer von der guten Sorte war, kein Gewalttäter, entschloss er sich, nach reiflicher Überlegung versteht sich, mit seinen Töchtern zu reden und sie zu bitten, ob vielleicht eine von ihnen Lust hätte, mit ihm zu schlafen und seine Frau zu sein. Stellt euch vor, sie hatten alle.“²³

Und ich merke, ich verstehe die Geschichte nicht. Nicht wirklich in der Tiefe. Nicht wirklich, worum es geht. Ich kann mir Phantasien machen, aber lieber möchte ich dich bitten, mir die Geschichte zu erklären.

Dazu ist zuerst der Hintergrund der Geschichte wichtig. Die habe ich natürlich auch als eine Provokation geschrieben. Am Anfang wurde ich an-

²³ Samuel Widmer: Die Liebe äußert sich ganz einfach. Wundersame, hinterhältige, humorvolle und schauerlich schöne Geschichten. Carouge / Genève (Editions Heuwin-
kel) 2000, 211

gegriffen und man wollte mich in eine schiefe Ecke schieben. Und das war meine erste Reaktion darauf, nämlich zu sagen: Also extra gebe ich ihnen da noch einen dazu.

Der andere Hintergrund zu der Geschichte ist eine Beobachtung, die ich gemacht habe in der Gemeinschaft oder mit Klientinnen, also in einem Feld, wo du nicht direkt der Vater der Töchter bist, aber in einem übertragenen Sinn dann doch, weil du in einem Übertragungs-Verhältnis diese Vaterfunktion hast. Und ich habe gesehen, dass, sobald man über diese Dinge offen zu reden beginnt, die „Töchter“ alle etwas mit dir haben wollen. Es ist nicht so, dass, wenn der „Vater“ die „Töchter“ fragt (das jetzt im übertragenen Sinn): „Hättet ihr Lust mit mir zu schlafen?“, dass die dann sagen: „Um Himmels willen, nein!“, sondern die meisten haben genau diese heimlichen Phantasien. Und sobald man darüber reden kann, kommen diese ans Licht und werden dann unter Umständen ziemlich vehement ausgedrückt. Und ich vermute, dass das bei leiblichen Töchtern auch der Fall sein könnte. Wenn du erwachsen werdende Töchter hast und die Mutter fällt aus und du würdest dann mit der Tochter darüber reden, ob sie mir dir schlafen wollte, dann ist das nicht so klar, ob ihr das nicht auch gefallen würde, an deiner Seite weiter zu gehen als das üblich ist. Das hat nichts damit zu tun, dass du sie zwingst oder so etwas. Sondern damit, dass du fragst: „Du, ich hab da ein Problem, und eine Lösung wäre, dass du einspringst“. Es stimmt nicht, wenn behauptet wird, dass das ausgeschlossen ist. Im Gegenteil, das ist eher zu erwarten.

Den verantworteten Inzest verstehe ich nicht bezogen auf einen Mann und seine Tochter. Das wird kaum je vorkommen. Obwohl es unter bestimmten Verhältnissen schon vorstellbar ist, dass eine Lebenssituation entsteht, bei der sich diese Frage auch zwischen einem leiblichen Vater und einer leiblichen Tochter stellt. Aber ich beziehe mich auf die Übertragungsbeziehung. Ich habe eine Klientin, und ich begleite sie. Und es sind Phantasien und Probleme zu bearbeiten in der Therapie, und irgendeinmal kommen wir da an, wo sich das alles aufgelöst hat und wir in eine wirkliche Beziehung der Gegenwart eintreten, die frei ist von der Vergangenheit. Entweder verabschiedet sich die Klientin von mir und ich mich von ihr, oder wir wollen zusammen etwas Neues gestalten. Sie fragt mich: „Willst du nicht mit mir eine Beziehung eingehen?“ Und ich sage: „Doch, eigentlich könnt ich das auch grad brauchen.“ Und wir verantworten das zusammen. Das heißt, wir gehen dann aus der Konvention heraus, die sagt, dass das nicht sein soll, nicht stattfinden soll, sondern wir sagen: „Ja, diese Konvention ist vielleicht ganz gut, damit kein Missbrauch geschieht und niemand, der mit diesen Dingen nicht umgehen kann, übergriffig wird, deswegen gibt es solche Gesetze. Aber für uns gelten die nicht mehr. Wir gehen darüber hinaus, weil wir das selbst verantworten.“

Zwei Dinge höre ich, die ich besonders markieren möchte. Als Erstes: Der verantwortete Inzest ist nur dann verantwortet, wenn ich aus der Ursprungsbeziehung herausgetreten bin auf eine

neue Ebene, in der dies nicht mehr Konvention ist, sondern Freundschaft, so nennst du das, also wirklich eine Beziehung sein darf.

Ja, die Bedingung ist Reife. Es sind zwei Personen, die reif sind, erwachsen sind, die eben dies auch selbst verantworten können. Ich gehe nicht als Vater zu meiner sechsjährigen Tochter und frage sie: „Willst du meine Frau sein?“ und nehme das dann Ernst in dem Sinne, dass ich sie darauf behaften würde, was sie antwortet. Das wäre Unfug und Missbrauch. Aber wenn mich das Leben in eine entsprechende Situation stellt, dann frage ich als 60jähriger Vater meine 35jährige Tochter, und möglicherweise ist die schon groß genug, das selbst entscheiden zu können.

Und nun der zweite Teil. Der Vater ist der, der danach schauen muss, ob die Tochter inzwischen so reif ist, dass sie das wirklich verantworten kann. Der Psychotherapeut ist der, der schauen muss, ob die ehemalige Klientin aus diesem Status der Klientin herausgewachsen und zum wirklichen Gegenüber auf gleicher Augenhöhe geworden ist.

Wenn man dem Klienten abspricht, irgendeinmal auch ein Erwachsener zu sein, dann macht man eine Psychotherapie, in der man nicht erwachsen werden kann. Man entscheidet sich dafür, dass Psychotherapie gar nicht gelingen kann. Nur das ist für mich Psychotherapie, wo eingeschlossen ist, dass sie dahin führt, dass mir am Ende ein ganz erwachsener Mensch gegenüber sitzt, der auch für seine Entscheidungen voll die Verant-

wortung übernehmen kann, der weiss, was er tut. Der sich von all diesen Übertragungsgeschichten lösen konnte, der sagen kann: „Das, was ich will mit dir, will ich wirklich, und das, was ich nicht will, will ich nicht.“ Und ich darf das Ernst nehmen.

Wenn ich den Kritikern meine Stimme leihe, dann würden die vielleicht sagen: „Herr Widmer, das stimmt schon. Aber zu glauben, dass in dieser ganz besonderen Beziehung Klientin / Psychotherapeut sich alle Übertragungen auflösen lassen, das ist Illusion. Die Psychotherapie gehört zu den Beziehungen, in denen diese Form von Gebundenheit immer bleibt. Diese Gebundenheit bleibt immer den Eltern gegenüber, und die wird auch immer dem Psychotherapeuten gegenüber bleiben.“

Genau, das ist das Inzest-Tabu, dass man sagt, „Das können wir eh' nie lösen, dazu sind wir nicht fähig, deshalb brauchen wir dort ein Tabu.“ Wenn wir das akzeptieren, dann sind wir verloren, dann lässt sich nie ein Schritt zur Vision machen. Dann bleiben wir in der Konvention gefangen, weil es unmöglich ist, dass wir den ehrbaren Inzest beenden. Es ist aber wichtig, dass wir aufhören mit der Konvention und sagen: „Ich setze mich wirklich mit meiner Tochter auseinander“. Es muss möglich sein, dass wir auf das Gute zwischen uns schauen, und es muss möglich sein, dass ein Psychotherapeut mit einem Klienten oder ein Vater mit seiner Tochter in eine wirkliche Beziehung treten miteinander und nicht nur in einer Konvention miteinander verkehren. Es muss möglich

sein! Wenn das nicht möglich ist - und ich sehe jeden Tag, dass die Menschen das nicht hinkriegen, das stimmt -, wenn wir das abschreiben als unmöglich, dann geben wir uns auf, und das will ich nicht.

Es ist eher etwas Prinzipielles für dich. Wenn die Lösung aus der Konvention prinzipiell möglich ist, dann muss sie auch in der Klient-Psychotherapeut-Beziehung möglich sein. Wenn sie da nicht möglich ist, dann ist sie auch prinzipiell nicht möglich.

Genau! Genau.

Die Lust an der Provokation

Mit diesem Thema verbindet sich für mich noch eine andere Frage: Die nach deiner Lust an der Provokation. Pro vocare heißt hervorrufen. Du liebst es, etwas hervorzurufen, oder? Du provozierst gerne?

Ich schreibe ein Buch über die Wahrheit²⁴, das hat sich in einem Traum angemeldet, als ich mich fragte, was ich schreiben soll in diesem Jahr, in dem ich mehr Zeit habe. Und ich merkte, dass ich das Buch eigentlich gar nicht schreiben will, weil ich genug habe vom Provozieren. Das heißt: Genug habe ich vor allem vom Ärger, den mir das

²⁴ Samuel Widmer: Die Wahrheit (im Druck)

einbringt. Und dann habe ich mich mit dieser Frage wieder auseinander gesetzt und gesehen: Ich habe gar keine andere Wahl, als zu provozieren. Deshalb habe ich mich neu entschlossen: „Genau, jetzt schreibe ich grad noch das Buch über die Wahrheit.“ Darf man das, darf man damit kommen und sagen: „Hier ist die Wahrheit!“? Und genau das mache ich jetzt.

In diesem Zusammenhang habe ich mir noch einmal genau angeschaut, worum es mir eigentlich geht beim Provozieren. Warum muss ich provozieren? Ist das eine Neurose, eine alte Geschichte oder was auch immer? Und dann sehe ich: In der Kindheit ist es mir gegangen wie wohl jedem. Ich bin nicht verrückt, sondern ich bin wahrscheinlich sogar ziemlich gescheit gewesen, und ich habe gesehen: Die machen mir etwas vor, die belügen mich, die versuchen, mich reinzulegen. Die machen sich etwas vor und mir etwas vor. Und ich muss dem entgegen handeln und sagen „Das ist doch gar nicht wahr. Ihr sagt: ‚Onanieren ist eine Sünde, und man kommt in die Hölle!‘ Und das ist einfach nicht wahr.“ Ich möchte, dass wir diese Unwahrheit aus unserem Leben ausmerzen und in der Wahrheit leben.

Dann bin ich in die Welt gegangen und habe gehofft, da draußen sei es anders. Und dann habe ich gemerkt, dass es überall so ist. Überall machen sich alle etwas vor. Man lebt nicht mit der Wirklichkeit und in der Wahrheit, und ich habe gesehen: Das ist nicht gut, es ist viel besser, mit der Wirklichkeit und mit der Wahrheit zu leben.

Und dann tun auch noch alle so, als ob sie für die Wahrheit gehen würden, und behaupten, dass

Philosophieren eine wichtige Sache mit der Wahrheit und über die Wahrheit sei. Dabei ist nichts davon wahr. In der Religion sind sie nicht wahr, in der Wissenschaft sind sie nicht wahr, überall findest du Unwahrheit.

Zuerst machte ich das mit Lust, zu sagen: „Das ist ja gar nicht wahr! Schaut euch das doch mal genau an!“ Dann bekam ich Ärger deswegen, dann verging mir die Lust. Inzwischen mache ich es aus Pflichtgefühl, könnte man sagen. Es ist die Pflicht hinzuweisen, auch wenn du verteufelt wirst. Du musst das machen. Wenn du das aufgibst, gibst du dich selbst auf. Und das gilt für jeden, finde ich.

Es ist die Pflicht dessen, der diese Wahrheit in sich findet?

Ja! Der muss das aussprechen und versuchen, das in die Welt zu bringen und durchzusetzen. Das ist der Beitrag zur Heilung unseres Planeten.

Vielleicht kommt auch noch ein anderer Aspekt rein, vielleicht will ich mich damit profilieren. Ich kann mich wichtig machen, ich kann mich dadurch abgrenzen und sagen, dass ich besser sei. Vielleicht sind das meine wirklichen Motive ...

Du musst dann deine Motive prüfen. Möglicherweise sind auch bei mir noch solche Motive dahinter, die nicht die Guten sind. Aber ich habe es mir angeschaut. Und was ich gefunden habe, das war: „Nein, ich kann es einfach nicht haben, wenn man lügt, wenn man nicht wahr ist, wenn man einander reinlegt, wenn es nicht die Wirklichkeit ist“.

Die eigenen Lehrer

Worüber ich noch gar nichts weiss: Wie bist du auf diesen Weg gekommen? Wer waren deine Lehrer?

Die Frage ist, wo man anfängt. Es hat natürlich ganz früh begonnen in meinem Leben, eben in dieser Auseinandersetzung mit meiner fundamentalistisch - christlichen Erziehung. Von Anfang an war ich vor Fragen gestellt und brauchte eine Antwort und habe dann geschaut, wo ich Unterstützung bekomme. Es gab zum Beispiel einen Freund meiner Eltern, der machte Yoga und hatte auch andere Ansichten. Bei ihm spürte ich, dass ich einen Halt finde.

Dann war da mein Onkel, der Pfarrer war, der sagte „Werde doch auch Pfarrer.“ Das gab mir auch einen Halt. Das alles war aber weniger die Ebene, dass sie mir direkte Einsichten geschenkt hätten, sondern vielmehr dass sie mir einen inneren Halt gegeben hatten, der mir half, um mich auf den Weg zu machen für meine Wahrheit.

Dann habe ich zu lesen begonnen, zu suchen. Mit 16 Jahren habe ich dann das Gesamtwerk von Nietzsche und vieles von Kant gelesen und habe versucht, da etwas zu finden. Ich habe auch irgendetwas gefunden, aber auch das war noch nicht auf einer konkret fassbaren Ebene. Bei uns zog man keine Konsequenzen aus denkerischen Einsichten, und ich tat das auch nicht.

Richtig angefangen hat es dann während der Studienzeit, da war ich 22 - 23 Jahre alt. Ich habe Wilhelm Reich²⁵ gelesen, und das war eine richtige, konkrete Hilfe. Ich habe eine entsprechende Therapie gesucht und hatte die Möglichkeit, eine Vegetotherapie²⁶ zu machen. Dann bin ich in Beziehung gekommen mit Manuel Schoch²⁷, der vor kurzem gestorben ist. Wir haben einige Jahre zusammengelebt und sehr intensiv zusammengearbeitet. Ich kam in Kontakt mit dem Wissen, das mich später in meinem Leben getragen hat. Das waren vor allem Krishnamurti und Don Juan und Castaneda, die philosophische Beeinflussung, die von da gekommen ist.

Die nächste Entdeckung war der Weg des Kriegers²⁸. Dem bin ich dann gefolgt. Sehr wichtige

²⁵ Zu Wilhelm Reich vgl. Anm. 7. Vgl. zum Einfluss von Reich auf Widmer unten S. 50

²⁶ Vegetotherapie ist ein körpertherapeutisches Verfahren. Wilhelm Reich entwickelte „verschiedene Formen der Massage zur Lockerung der Muskelverspannung. Auch die Rolle der Atmung (die abhängig von der Spannung der Muskulatur ist) wurde in dieser von Reich als *Vegetotherapie* bezeichneten Therapieform unterstrichen. Die Vegetotherapie kann also als eine Kombination aus Charakteranalyse und Körperarbeit verstanden werden.“ Vgl. www.wikipedia.org Art. Organ

²⁷ Manuel Schoch (1946-2008). Studium der Psychologie. 1984 Gründung des Tune-In-Instituts für menschliche Entwicklung in Zürich. Er hat die Therapieformen der Time-Therapie sowie des Außerkörperlichen Heilens entwickelt, Lehrer und Freund von Samuel Widmer. Vgl. zuletzt: Manuel Schoch: *Frei sein: Spirituelle Lebenspraxis als Weg*. Aarau (AT Verlag) 2009

²⁸ Vgl. dazu: Samuel Widmer: *Die Kriegertexte* (im Druck)

Lehrer waren Manuel [Schoch] und Rani, seine Partnerin. Die waren konkrete Lehrer, als ich merkte, dass ich untergehen werde in der Welt, wenn ich nicht konkrete Hilfe finde, also keinen guten Therapeuten finde. Später habe ich mich autodidaktisch weiter umgesehen zwischen Don Juan und Krishnamurti.

Die Bedeutung von Krishnamurti für dein Denken scheint mir bei den Themen Entkonditionierung und Liebe / Liebe entfalten zu liegen. Die Bedeutung von Don Juan sehe ich vor allem beim Thema Energiekörper, Umgang mit Energie, ausge dehnte Energie.

Bei Krishnamurti ist noch die Freiheit dazuzunehmen, und bei Don Juan ist das „Träumen“ noch wichtig.

Lehrer- und Schülersein, Selbst-Prüfung

Hast du auch Auseinandersetzungen mit deinen Lehrern geführt?

Ich habe in verschiedenen Zusammenhängen erlebt, zum Beispiel bei Manuel Schoch in früheren Jahren, dass es bei den Lehrern, die du hast, immer etwas gibt, wo du merkst: Ich kann das nicht verstehen. Warum handelt der jetzt so? Warum geht er so mit dieser Situation um? Ich bin eigentlich nicht einverstanden. Ich finde, da macht er einen Fehler. Dass Krishnamurti drei Kinder abgetrieben hat, passt mir nicht ins Bild.

Oder dass Manuel Schoch so war. Man konnte mit ihm keine verbindlichen Abmachungen eingehen, denn er war ein Soziopath, hat sich an nichts gehalten. Nur er galt sich als das Gesetz. In der Auseinandersetzung versuchte ich, den anderen mit seiner Art zu erfassen. Und dann sah ich: Vielleicht hat er dort einen Makel oder einen Mangel oder eine Geschichte, die sich wieder auswirkt. Ich kann es dann auch verstehen und in dem Sinn auch so sein lassen. Dann sehe ich, er ist da beschränkter als ich, ich erkenne, was da los ist. Oder in anderen Fällen sehe ich, ich könnte diese Deutung geben, aber möglicherweise trifft die nur zu aus meiner beschränkten Sicht, denn ich spüre, da ist etwas, das ist einfach größer. Er hat vielleicht Beweggründe gehabt, die ich gar nicht nachvollziehen kann. Das könnte sein, oder?

Ein solches Missverstehen gibt es auch dir gegenüber von Seiten deiner Schüler²⁹. Worin besteht das Kritische in ihrer Würdigung, wo du aus deiner Sicht sagst, die haben nicht wirklich verstanden, worum es mir geht?

Ein Kollege in Solothurn, der war bei mir in Therapie und in Ausbildung. Eigentlich ist er heute ein Gegner, ist ganz im System drin, er ist Präsident der Solothurner Psychiatriegesellschaft, ist

²⁹ Vgl. dazu: Henrik Jungaberle / Peter Gasser / Jan Weinholt / Rolf Verres (Hrg.): Therapie mit psychoaktiven Substanzen. Praxis und Kritik der Psychotherapie mit LSD, Psilocybin und MDMA. Bern (Verlag Hans Huber) 2008

Präsident der SÄPT³⁰, dazu habe ich ihn noch befördert damals. Aber eine kritische Würdigung ist ja so, dass er nicht einfach dagegen ist. Sondern ich sage, er hat einfach etwas nicht aufgelöst in der Beziehung zu mir, gewisse Übertragungen, und jetzt agiert er die aus. Er sagt, ich hätte ihm nicht geholfen, die Idealisierung zum Lehrer zu überwinden und mich wieder als normale Persönlichkeit zu sehen. Das ist so seine persönliche Aussage. Dann schreibt er in dem Buch zum Beispiel – er ist der Einzige, der echt einen Seitenhieb landet –, er schreibt: „Der Samuel Widmer sagt in seinem Buch, ‚ein Therapeut, der nicht in der Liebe steht, wird immer nur beschränkte Arbeit leisten können‘. Etwas in dem Sinn: ‚Wenn er in der Liebe steht, kann er tun, was er will, es ist immer richtig.‘ Schaut doch mal, wenn einer so einen Satz sagt, ist das doch narzisstische Verblendung. Damit schafft er etwas, was man nicht hinterfragen kann, er sagt, man kann in der Liebe stehen, ja, was willst du schon sagen, wenn du nicht in der Liebe stehst, hast du keine Argumente mehr. Und das ist unfair.“³¹ So sieht er das.

Also eigentlich genau wieder diese Problematik. Ich komme und sage, du musst dich um die Liebe kümmern, in der Liebe stehen, dich in der Liebe verankern, dann kannst du tun und lassen, was

³⁰ Schweizerische Ärztesgesellschaft für Psycholytische Therapie

³¹ Vgl. dazu: Peter Gasser: Über verschiedene therapeutische Rollen bei der Arbeit mit psychoaktiven Substanzen. In: AaO. (Anm. 29) 249 -262, dort 261f. die Auseinandersetzung mit S. Widmer

du willst, alles ist in Ordnung, als Therapeut und als Mensch. Er sagt, so etwas darf man nicht sagen. Dann sage ich, *du* sagst einfach, das ist ein narzisstischer Mensch, der so etwas sagt, und *ich* sage, nein, du kannst mich offenbar nicht erfassen.

Da war kürzlich auch so ein Beispiel. Eli, das ist ein Satsang-Lehrer, bei dem vor ein, zwei Jahren aufgefliegen ist, dass er immer von der Einehe redete und dann hatte er hinter dem Rücken seiner Frau eine Geliebte. Ein Riesentheater in der Satsang-Szene. Und jetzt wurde er kürzlich interviewt, und dann sagte er, wie man das in den USA macht – Bill Clinton und so: „Ich habe den größten Fehler meines Lebens begangen, ich habe gesündigt, ich meinte, ich könnte zwei Frauen lieben, dabei kann man das gar nicht.“ Dann fragten sie ihn, ja, was sagst du denn jetzt den Leuten, die dir das übel genommen haben und finden, du bist jetzt nicht mehr ernst zu nehmen als Lehrer? Da sagte er, „Ja, wenn die den göttlichen Nektar verpassen wollen, weil das Gefäß beschädigt ist, sind sie selbst schuld.“ Er macht eigentlich in gewissem Sinn eine ähnliche Aussage wie ich. Er sagt: „Schau, ich habe etwas, aber dass ich nicht vollkommen bin, also wenn du dich darüber aufregen willst... „

Aber wenn er es so sagt und ich es zu beurteilen versuche, dann sage ich auch, nein, da ist nicht etwas Größeres, sonst würde er es nicht formulieren wie Bill Clinton (I have sinned). Sondern da ist einfach ein beschränkter Geist, der sich aufspielt, so nehme ich es wahr. Natürlich, es gibt nie eine Sicherheit, ob man etwas richtig beurteilt,

aber ich nehme es mal so wahr, und für mich ist das ganz sicher Ausdruck eines beschränkten Geistes, der sich aufspielt. Und jetzt kommt der Peter Gasser³² und sagt: „Genau wie du, du bist auch ein beschränkter Geist, der sich aufspielt und sagt, du stehst in der Liebe.“ Und ich sage: „Nein, du kannst das eben nicht unterscheiden. Das ist deine Beschränkung. Und deswegen kannst du mich nicht beurteilen.“ Ich mache ja keinen Krieg daraus, sondern sage es einfach als Feststellung.

Er hört diesen Satz wahrscheinlich so, als würdest du ihn benutzen, um dich zu immunisieren. Das heißt, er hört ihn gegen deine eigentliche Intention.

Vielleicht. Vielleicht sage ich ihn ja wirklich deswegen. Ich prüfe mich. Etwas, was mich immer wieder mit Stolz erfüllt, ist, da kommt einer, und sie kommen ja oft, und stellt mich in Frage. Es passiert mir nie, dass irgendjemand mit etwas kommt, was ich nicht schon längst gründlich hinterfragt habe und worüber ich mir nicht genau dieselbe Frage gestellt habe. Zum Beispiel - das fragt man sich doch: Warum sage ich solche Dinge, aus welchem Hintergrund, aus welchem Motiv, bin ich dort sauber? Oder ist Narzissmus dahinter, will ich mich aufspielen, will ich mächtig sein, will ich die anderen klein machen, und alle müssen mich als großen Lehrer akzeptieren? Du

³² Peter Gasser ist Psychiater in Solothurn und ehemaliger Schüler von Samuel Widmer, vgl. Anm. 31

fragst dich nicht nur, sondern du findest auch immer etwas. Und dann arbeitest du daran. Immer, wenn jemand kommt mit einer Kritik, merke ich, ja, das habe ich schon lange gründlich angeschaut und mich gefragt, ob ich dort nicht irgendeinen Makel habe. Das bestätigt mir, dass ich sauber bin, weil ich mich immer hinterfrage. Mehr kann man ja nicht tun.

Ich nehme wahr, dass du sagst: Ich bin immer neu bereit, mich zu hinterfragen. Du schaust immer neu hin, ob eine Beziehung noch stimmt, ob es wirklich noch die Liebe mit dieser Frau ist oder ob du woanders hingehen musst. Du versuchst, immer am Nullpunkt anzufangen und neu zu schauen, ist dies noch die Wahrheit zwischen uns?

Genau. Das ist immer mal wieder eine Frage in meinem Leben: Habe ich mich möglicherweise komplett verirrt? Meine ganze Lebensschau oder Lebensphilosophie, oder wie du auch immer sagen willst, beruht die vielleicht auf einem Fehler ganz am Anfang? Zum Beispiel eben in narzisstischer Verblendung, Verrannt-Sein in irgendeine Neurose oder so, und dann baust du ein Riesengebäude auf, das in sich stimmig ist, aber das Ganze kannst du wegschmeißen. Dann stelle ich mir diese Frage, und zwar ganz ernsthaft, es könnte ja sein. Und wenn ich es finden würde, würde ich sofort dazu stehen, ein Buch darüber schreiben und neu anfangen - was denn sonst. Und sagen: Hey, Leute, ich habe mich geirrt, das war alles Blödsinn. Die Wirklichkeit ist genau so, wie es die Gesellschaft vorschreibt. Zum Beispiel

in den Fragen um das Inzesttabu oder Liebesbeziehungen – das war nur meine blöde Neurose, die haben Recht, ich gebe es zu. Das würde ich sofort machen. Und ich stelle mir die Frage auch immer wieder. Gerade deswegen gibt es in aller Unsicherheit eine Sicherheit, wo ich merke, ich schaue es immer wieder an, und das Leben beweist es dann, und es ist stabil darin. Ein gutes Leben.

Kränkt es dich, dass Peter Gasser so redet und argumentiert und dich darin eigentlich nicht sieht?

Eigentlich nicht mehr, es hat mich schon gestört am Anfang, gerade bei ihm, denn ich habe ihn zum Präsidenten in der SÄPT gemacht, eigentlich in der Hoffnung, dass wir dann zusammenarbeiten können und uns gegenseitig tragen in der Geschichte, und jetzt ist da so ein Bruch entstanden. Aber letztlich bin ich irgendwann auch darüber hinausgegangen. Wenn ich erkenne, du bist beschränkter als ich, dann erwarte ich nicht mehr als das, was du kannst, von dir, und dann sehe ich, der war einfach überfordert mit mir. Eher habe ich liebevolle Gefühle zu ihm hin, gerade im Zusammenhang auch mit dem Buch³³, weil ich sehe, er ist immer noch dran, er dient immer noch der Sache. Aber mich konnte er irgendwie nicht in sein Leben reinkriegen, also musste er mir außerhalb einen Platz geben. Und ich habe da eigentlich einen guten Platz.

³³ siehe Anm. 29

Wilhelm Reich

Wie ist deine Beziehung zu Wilhelm Reich? Du erzählst, dass du als Zwanzigjähriger eine Vegetotherapie nach Reich gemacht hast. Aber du hast dich ja auch inhaltlich mit Wilhelm Reich auseinander gesetzt. War er dir auch Lehrer?

Ich rede ja viel von Krishnamurti und Carlos Castaneda Don Juan, aber vor diesen beiden war Wilhelm Reich einer der ersten wichtigen „Gurus“ in meinem Leben, den ich natürlich nicht mehr gekannt habe, der mich aber total gepackt hat. Das war mit 22 Jahren. Gleichzeitig mit dem Kennenlernen des LSD kam auch Reich in meine Leben. Und diese zwei Dinge haben mich richtig erschüttert. Bei Reich war es vor allem sein Buch „Die Funktion des Orgasmus“³⁴, das ich gelesen habe, und ich war begeistert und spürte: Das ist die Wahrheit. Es ging auch um die Sexualität, die mich damals natürlich sehr beschäftigte, und ich merkte: Das ist es. Deshalb wollte ich auch unbedingt so eine Art Therapie machen. Ich suchte nach einem Therapeuten in meiner Umgebung, und da gab es zuerst nichts. Schließlich fand ich eine Praxis, ein Institut, ein Zentrum in Zürich, das damals auch einen „luschen“ Namen hatte. Dort fing ich mit der Therapie an. Zuerst war ich bei einem schwulen Therapeuten. Wir haben uns nicht so richtig gefunden, er kam nicht so richtig zurecht mit mir und hat mich weiter verwiesen an Yvonne Escarfail, das war die damalige Freundin

³⁴ Wilhelm Reich: Die Funktion des Orgasmus. Wien 1927

von Manuel Schoch, genannt Rani. Der hat auch da gearbeitet. Dann habe ich den Manuel über sie kennen gelernt, und wir haben eine Beziehung angefangen - da kommt dann mein Buch bald dazu³⁵. So bin ich in diese Schiene geraten. In dieser Zeit habe ich alles – wie später von Krishnamurti – von Reich gelesen. Ich fand: Da ist einer, der die Wahrheit spricht, das interessiert mich, der schreibt zu den Themen, die mich interessiert haben. Später bin ich dann weitergegangen. Aber im Zentrum von dem, was ich ausdrücke, ist immer noch das als Inhalt auch da. Auch wenn es nicht mehr so in Erscheinung tritt. Und dann war natürlich dieses Buch von David Boadella³⁶ sehr wichtig. Ich erkannte, dass man auf diesem Weg in ernste Schwierigkeiten geraten kann, und dass es für mich wichtig war, von den anderen, die in Schwierigkeiten geraten waren, zu lernen, um dies allenfalls zu vermeiden. Darin war Reich ein ganz großes Vorbild. Er hatte die Einsamkeit nicht richtig integriert, vielleicht gewisse Dinge auch ungeschickt gemacht. Ich habe mich sehr intensiv mit ihm auseinander gesetzt, so wie später dann mit Bhagwan, der sich später Osho³⁷ nannte. Deren Fehler wollte ich nicht un-

³⁵ Samuel Widmer: Was ich dir noch sagen wollte / Begegnungen mit Manuel Schoch (im Druck)

³⁶ David Boadella: Wilhelm Reich: Leben und Werk des Mannes, der in der Sexualität das Problem der modernen Gesellschaft erkannte und der Psychologie neue Wege wies. Bern / München (Scherz) 1981

³⁷ „Rajneesh“ Chandra Mohan Jain (1931 - 1990) war ein indischer Philosophieprofessor und Begründer der Neo-Sannyas-Bewegung. Er nannte sich zuerst Acharya Rajneesh (Mitte der Sechzigerjahre bis Anfang der Siebzigerjah-

bedingt wiederholen. Vielleicht gab es einen anderen Weg, der nicht unbedingt so enden musste. Reich kam ins Gefängnis, seine Bücher wurden 1956 in Amerika verbrannt – unvorstellbar –, und er ist dann im Gefängnis gestorben in meinem Alter, 62 war er da.

Mit den Orgon-Experimenten³⁸ konnte ich nie etwas anfangen. Für mich waren seine anfänglichen Arbeiten, die „Charakteranalyse“³⁹, die Aussagen zur „Massenpsychologie des Faschismus“⁴⁰, all diese Dinge zur „emotionalen Pest“⁴¹, das war einfach gut. Und gleichzeitig hat man darin gemerkt, dass er auch diese Aggression hat, diese Leidenschaft, das Schwierige bei anderen herauszugrübeln, böse fast, was ihm die anderen übel nahmen. Und das hat ihn am Ende

re), danach Bhagwan Shree Rajneesh (bis Ende 1988) und von 1989 bis zu seinem Tod Osho.“ www.wikipedia.org, Art. Osho

³⁸ „Orgon‘ ist der von Wilhelm Reich geprägte Name für die ‚primordiale kosmische Energie‘. Reich war davon überzeugt, sie Ende der 1930er Jahre an einer von ihm so genannten Bionkultur entdeckt zu haben. Auf dieser Grundlage und aus Ergebnissen weiterer Experimente formulierte Reich mit Hilfe einer speziellen, aus dem Dialektischen Materialismus entwickelten Methode des ‚orgonomischen Funktionalismus‘ ein System von Postulaten und Theoremen: die von ihm als transdisziplinäre Wissenschaft konzipierte so genannte ‚Orgonomie‘.“ www.wikipedia.org, Art. Orgon

³⁹ Wilhelm Reich: Charakteranalyse. (1933). Amsterdam (Verlag de Munter) 1981

⁴⁰ Wilhelm Reich: Die Massenpsychologie des Faschismus. (1933). Köln 2/1971

⁴¹ Wilhelm Reich: Der Christumord. Freiburg i. Brg. 1978

den Kopf gekostet. Schließlich war er auch ein bisschen verrückt. Was das Orgon und seine Versuche dazu angeht, so gibt es viele Leute, die glauben daran und finden, das sei die Zukunft. Ich finde, das war alles verrückt. Das kann man vergessen, das mit dem Orgon. Natürlich gibt es eine Urenergie, aber Reich hat sie sicherlich nicht entdeckt. Das war mir schon damals klar. Das spürt man. Leider ist er verrückt geworden. Das war genau der Punkt, an dem ich zu sehen begann, dass ich für dasselbe gehen, aber nicht verrückt werden will. Und ich will auch nicht auf einem verrückten Hintergrund arbeiten, sondern mir einigermaßen sicher sein, dass ich aus der richtigen Motivation heraus arbeite. Also hat er mir bei diesem Thema sehr geholfen. Es war auch eine Unterstützung darin, viele Dinge in mir selber auszuräumen und zu sehen, dass es da nicht langgeht, dass das eine Sackgasse wäre. Und trotzdem bleibt er – wie Osho auch – ein wichtiger Lehrer. Das, was er zuerst veröffentlichte, war absolut genial, einfach wahr.

Kern-Schalen-Modell

Wilhelm Reich ist ein gutes Bindeglied zu einem anderen Thema. Auch Wilhelm Reich hat ein Schichtenmodell entwickelt⁴². Welchen inneren

⁴² W. Reich benennt folgende drei Schichten: Die oberflächliche Schicht, das Gesicht, das ein Mensch der Welt präsentiert. Die darunter liegende zweite Schicht „gefährlicher, grotesker und irrationaler Impulse und Phantasien, die alpträumhafte Welt des Freudschen verdrängten Unbewusst-

Zusammenhang gibt es zu deinem Kern-Schalen-Modell⁴³.

Genau, von dem habe ich es ja. Ich habe Reichs Modell aufgenommen und weiterverfolgt und gesehen, das gibt etwas her. Da kann man eine einfache, eingängige Psychologie draus machen, ein Persönlichkeits-, ein Menschenbild. Ich kann mich nicht genau erinnern, wie es bei Reich ausgesehen hat. Ich müsste es erst noch einmal nachlesen. Es hat mich dann nicht mehr weiter beschäftigt, sondern ich habe das einfach ausgebaut.

Für dich ist es ein Modell, das therapeutische und diagnostische Funktion hat.

Ja; um sich selber einordnen zu können, ähnlich wie das Modell von Castaneda mit den vier Feinden⁴⁴: Wo stehe ich und womit ringe ich? Ich fand das sehr hilfreich für mich selbst und in der Arbeit mit anderen.

ten“. Und eine dritte, „primäre“ Schicht, die emotional gesund ist und in der die „Impulse nicht mehr entstellt und pathologisch, sondern spontan und aufrichtig sind“. Vgl. D. Boadella (Anm. 36) S. 47

⁴³ Vgl. dazu: Samuel Widmer: Ins Herz der Dinge lauschen. Vom Erwachen der Liebe. Über MDMA und LSD: Die unerwünschte Psychotherapie. Solothurn (Nachtschatten Verlag) 5/2002

⁴⁴ Die vier Feinde, die Don Juan bei Carlos Castaneda benennt, sind: Angst - Klarheit - Macht - Alter

Das Kern-Schalen-Modell beschreibt auch einen spirituellen Weg nach innen. Es ist bei dir ein Nacheinander: Zuerst der psychotherapeutische Weg und dann der transformatorische, spirituelle Weg. Das geht ineinander über. Dies ist auch der Weg, den die Mystiker beschreiben, durch die Gefühle hindurch hin zu diesem Kern. Die Christen nennen diesen Kern den „Christus in mir“, die Buddhisten reden von der „Buddha-Natur“.

Wenn du sonst in der Psychologie liest, dann wird z.B. über Aggressionen gesprochen, dann über Depressionen, über irgendwelche Gefühle, aber das bleiben alles Fragmente, die nebeneinander stehen. Ich fand, dass das Schichten-Modell die Einheit des Ganzen aufzeigt, dass nämlich alle Gefühle auf einen Kern zurückweisen, auf ein Innerstes, und dieses Innerste ist in jedem Fall immer positiv. Das ist das Schöne daran: Hinter allem Schwierigen und noch so Abartigen zeigt sich, wenn man es zurück verfolgt bis zu seinem Ursprung, das Gute als ursprüngliche Quelle. Das hatte ich in den gängigen psychoanalytischen Theorien vermisst, darin fand ich eine absolute Wahrheit wieder wie eben bei Reich überhaupt. Diese Einsicht fehlt mir heute immer noch in der Psychologie und Psychiatrie. Da ist viel Verwirrung, einzelne Aspekte sind vielleicht ganz gut betrachtet, aber sie sind nicht in einen großen Zusammenhang gestellt.

Träumen

In diesem Selbsterfahrungsprozess lernt man auch etwas, was du „Träumen“ nennst. Was ist das: „Träumen“?

Auf dem Weg der Selbsterkenntnis geht man immer mehr in die Tiefe zu dem, was da eigentlich ist: Wer bin ich, was ist die letzte Wahrheit über mich? Auf diesem Weg der Selbsterkenntnis ist ein besonderes Ergebnis, dass du da ankommst, wo du merkst, da ist gar nichts, NICHTS. Es löst sich alles auf. Alles waren nur Konstrukte des Denkens. Da ist NICHTS. Und dann beginnt dort eine neue Reise. Das NICHTS ist nicht Nichts im absoluten Sinne, sondern Nichts im Sinne von Stille im Denken. Du trittst in den Raum der Stille ein, da bleibt Wahrnehmung und Bewusstheit übrig. Und dann gehst du noch tiefer und erlebst, dass diese Bewusstheit sich in einem Raum befindet, der keine Grenzen hat. Du bekommst die Einsicht von einer absoluten Einheit aller Dinge. Und diese Bewusstheit kann sich in diesem Raum, in diesem Einheitsraum hinbewegen, wo immer sie hinwill. Dann allmählich können wir tiefer gehen, also der Energiekörper kann reisen im Raum, und das ist das Träumen, das wir zu üben beginnen.

Psychotherapie und Spiritualität

Wir haben schon von Peter Gasser gesprochen. Er ist Mitherausgeber der neuesten Veröffentlichung über Substanzunterstützte Therapie⁴⁵ Der Einleitungsartikel von Christian Scharfetter⁴⁶ hat eine auffallend scharfe Sprache. Mir fiel das auf. Er plädiert vehement dafür, jegliche spirituellen Fragen aus der Psychotherapie zu tilgen und eine ganz klare Grenze zu setzen.

Peter Gasser macht das ja auch, dass er sich ganz klar abgrenzt⁴⁷. Ich sehe das so: Sobald ein Psychologe in den Ruf kommt, „spirituell zu sein“ - kommt er in Verruf. Das wollen die beiden vermeiden. Aber natürlich sind sie spirituelle Menschen. Scharfetter ist ein Mystiker, ich kenne ihn sehr gut. Wir waren zusammen im ECBS⁴⁸ und ich habe ihm ein Buch gewidmet. Er war mein Lehrer damals an der Universität. Ich denke, er weiss genauso wie Peter Gasser und all die an-

⁴⁵ Henrik Jungaberle / Peter Gasser / Jan Weinhold / Rolf Verres (Hrg.): Therapie mit psychoaktiven Substanzen. Praxis und Kritik der Psychotherapie mit LSD, Psilocybin und MDMA. Bern (Verlag Hans Huber) 2008

⁴⁶ Christian Scharfetter: Geleitwort: Nachdenken über Psychotherapien und Psychotherapeuten. In: AaO. (Anm. 45) 9 - 20

⁴⁷ Peter Gasser: Über verschiedene therapeutische Rollen bei der Arbeit mit psychoaktiven Substanzen. In: AaO. (Anm. 45) 249 -262, dort 261f. in der Auseinandersetzung mit S. Widmer

⁴⁸ Europäisches Collegium für Bewusstseinsstudien

deren, dass, wenn du in die Tiefe forschst mit einem Klienten, du dich zuerst in diesem psychotherapeutischen Bereich aufhältst, der mit der Vergangenheit zu tun hat, dass du dann aber sehr schnell in einen Bereich kommst, der existentielle Fragen berührt und tiefer geht. Insofern gehe ich mit den beiden einig, wenn man das so abgrenzt, dass man sagt: Psychotherapie befasst sich mit diesem ersten Bereich – da bin ich einverstanden. Wenn man tiefer geht, dann ist man etwas Anderes. Ich sage von mir: Ich bin Psychotherapeut, komme von dort, befasse mich immer noch mit diesen Dingen, wenn jemand das braucht. Aber ich bin auch spiritueller Lehrer, weil ich mit anderen, die das mit mir wollten, und mit mir selber tiefer gegangen bin, und weil das notwendig ist. Natürlich kannst du das trennen, aber mein Bedürfnis war immer sehr groß, alles in einen „Einheitstopf“ zu kriegen. Ich finde, sich als Psychotherapeut nicht dahin zu entwickeln, dass man spiritueller Lehrer wird, das wäre eine Beschränkung, die du dir auferlegst. Von einem gewissen Punkt an würdest du nicht mehr wachsen. Das ist für mich logisch, das kann gar nicht anders sein, als dass du in diese tieferen Fragen hineingehst. Und wenn du schaust: Bei den großen Therapeuten, Jung⁴⁹, Freud⁵⁰ und so weiter, hat

⁴⁹ Carl Gustav Jung (1875 -1961), Schweizer Mediziner, Psychologe, Begründer der Analytischen Psychologie. Schüler von Sigmund Freud, von dem er sich trennt. Jung hat sich vor allem mit dem sogenannten Kollektiven Unbewussten und seinen Wirkungen und Ausdrucksformen beschäftigt. Nach Jung sind Archetypen universell vorhandene Urbilder in der Seele aller Menschen, unabhängig von ihrer Geschichte und Kultur. www.wikipedia.org, Art. Carl Gustav Jung

bei allen diese Entwicklung stattgefunden - man hat es damals eben nicht so genannt.

Psycholytische Therapie

Jetzt sind wir in den psychotherapeutischen Bereich hinüber gewechselt. Was unterscheidet die „Psycholytische Therapie“ oder „Substanz-unterstützte Psychotherapie“, was unterscheidet diese Therapieform von einer „normalen“ tiefenpsychologisch fundierten oder gesprächspsychotherapeutisch ausgerichteten Psychotherapie? Welche Funktion haben die bewusstseins-erweiternden Substanzen im therapeutischen Setting?

⁵⁰ Sigmund Freud (1856- 1939), österreichischer Arzt, Religionskritiker, Tiefenpsychologe, Begründer der Psychoanalyse. Das besondere Verdienst von Freud war, dass er mit Hilfe von Traumdeutung und freiem Assoziieren einen Erkenntnis- und Verstehenszugang zu den dem Tagesbewusstsein nicht zugänglichen Bereichen der Psyche ermöglichte und die Wirkprinzipien im „Unbewussten“ beschrieb. Dadurch wurden psychische Erkrankungen wie z.B. die hysterische Lähmung, die bis dahin in ihrer Entstehung völlig unverständlich waren, behandelbar und heilbar.

Das musste ich in den letzten Tagen⁵¹ in zahlreichen Interviews immer wieder erklären, deshalb habe ich es gerade sehr präsent. Eigentlich ist es ganz simpel: Man hat einen Patienten, und der hat irgendein Symptom, z.B. eine Frau mit einer Bulimie⁵². Sie will das Symptom loswerden. Dazu muss man das, was hinter dem Symptom steht, heilen. Und das, was bei jedem psychischen Symptom dahinter steht, das ist eine Geschichte, z.B. bei der Frau eine Missbrauchsgeschichte mit ihrem Vater, die aber verdrängt ist. Man redet mit der Frau und merkt möglicherweise, in welche Richtung die Sache geht. Aber wie hebt man das eigentliche Thema ins Bewusstsein. Man kann

⁵¹ Das Interview mit Samuel Widmer fand im Oktober 2009 statt, wenige Tage nachdem in einer Berliner Arztpraxis zwei Menschen bei einer Therapie-Sitzung mit in Deutschland verbotenen Substanzen verstorben und eine Person ins Koma gefallen waren. Da der behandelnde Arzt fünfzehn Jahre vorher bei Samuel Widmer eine Ausbildung in „Dekonditionierung, Energiearbeit und Mind-Healing“ gemacht hatte und noch immer in Kontakt mit Widmer stand, wurde Widmer von zahlreichen Medien in seiner Funktion als Fachmann für Psycholytische Therapie interviewt. Widmer kann als einer der Ärzte in Europa angesehen werden, die die meiste Erfahrung mit Psycholytischer Therapie haben. Ende der achtziger und Anfang der neunziger Jahre gehörte Widmer zu der kleinen Gruppe von Schweizer Medizinern, die vom Eidgenössischen Bundesamt für Gesundheitswesen eine Ausnahmegenehmigung für die psychotherapeutische Behandlung von Klienten mit MDMA und LSD erhalten hatten. In neuester Zeit wurde zwei Schweizer Mediziner erneut eine Ausnahmegenehmigung, allerdings lediglich für beschränkte Forschung, erteilt, um weitere Studien über die Wirksamkeit des psycholytischen Verfahrens zu ermöglichen.

⁵² Essstörung, bei der die Klientin das Gegessene wieder erbricht.

auf die üblichen Methoden zurückgreifen, das Gespräch, die Körperarbeit usw., aber häufig greifen diese Hilfen nicht. Die modernen Forscher, Grawe⁵³ und Degen⁵⁴, haben mit ihren Studien bewiesen, dass Psychotherapie im Wesentlichen nichts nützt. Aber beide haben in Interviews gesagt, dass allenfalls die Psycholyse eine Ausnahme sei.

Die Psycholytische Therapie war die große Entdeckung in den fünfziger Jahren, als es einen riesigen Boom gab, und eigentlich hatten alle gehofft, dass diese Therapieform zu einem Durchbruch in der psychotherapeutischen Landschaft verhelfen würde. Aber der wurde abgeschlagen durch die Drogenszene, die den Umgang mit bewusstseinsweiternden Substanzen in Misskredit brachte. Damals hatte man gesehen, und heute sehen wir es immer noch, dass diese Mittel helfen, überall, wo man nicht an dieses unbewusste, vernagelte Zeug herankommt, dieses ins Licht des Bewusstseins zu heben. Denn nur daraus kann wirkliche Heilung und das Verschwinden der Symptome kommen. Das ist das Thema auf der psychotherapeutischen Ebene.

Wenn man aber einen Schritt weitergeht auf die spirituelle Ebene, dann gibt es einmal den Fall, dass diese Frau kommt und am Schluss sagt:

⁵³ Psychotherapie im Wandel: Von der Konfession zur Profession. Herausgegeben von Klaus Grawe, Ruth Donati, Friederike Bernauer. 1994

⁵⁴ Rolf Degen: Lexikon der Psycho-Irrtümer. Warum der Mensch sich nicht therapieren, erziehen und beeinflussen lässt. Frankfurt/Main (Eichborn) 2000

„Jetzt bin ich gesund, jetzt geht es mir gut, jetzt habe ich diese Bulimie nicht mehr und keine Depression und bin zufrieden.“ Wunderbar, dann geht sie und das Thema ist erledigt. Aber möglicherweise, weil sie halt auch eine intelligente Person ist und eine Tiefe hat in sich, hat sie während dieser Behandlung entdeckt: „Da gibt es noch mehr in mir. Ich bin da mit Dingen in Berührung gekommen, die interessieren mich auch noch. Was ist denn das eigentlich?“ Wenn man zusammenfassen möchte, was es dort zu entdecken gibt, dann kann man es mit Krishnamurti so sagen: „In der Tiefe ist der Beobachter und das Beobachtete eins. Und wir trennen das. Und das macht diese ganze Geschichte mit dem ICH und dem tieferen Selbst und all das, was dann Spaltung genannt wird, die man wieder in sich aufheben muss.“ Kein Mensch hat damals verstanden, was Krishnamurti da redete. Aber Krishnamurti wies in einem Interview darauf hin: „Diese Hippies, die LSD nehmen, die verstehen mich.“ Krishnamurti war ganz gegen Drogen, aber er fand, „interessanterweise verstehen die mich“: Und zwar genau deswegen, weil diese Substanzen ebenfalls diese mystische Erfahrung bringen, diese Einheitserfahrung, die angstvolle Ich-Auflösung und das anschließende ozeanische Verschmelzen, wie es die Psychologen nennen. Diese Erfahrung ist eine existentielle Grunderfahrung, die eigentlich jeder Mensch sucht, die aber in unserer heutigen Welt keine Bedeutung hat. Für diese Erfahrung sind die Substanzen auch eine Hilfe.

Es gibt Leute, die sagen, das sei nicht echt, das sei Plastik, weil es induziert würde durch Chemie.

Aber das stimmt natürlich nicht, sondern die Frage ist, ob jemand diese Erfahrung auch wirklich in sein Wesen integrieren kann. Die Möglichkeit dazu, diese Einheitserfahrung zu machen, ist in jedem Menschen da, und in der Psycholyse wird sie eben durch solche Substanzen ausgelöst.

Was die Einheitserfahrung angeht, so gibt es eine Analogie zu dem, was Fritjof Capra⁵⁵ und Hans-Peter Dürr⁵⁶ als Grundeinsicht der subatomaren Physik, der Quantenphysik beschreiben, nämlich dass im subatomaren Bereich alles mit allem verbunden ist. Die Psycholytika haben also nicht einen Zweck an sich, sondern sie haben unterstützende und helfende Funktion, um diese Dimension der Existenz in unserem Bewusstsein zu öffnen, die sonst verschlossen ist.

Das ist auch die ursprüngliche Aufgabe der Psychotherapie – aufzudecken. Man hat eigentlich gar kein Ziel, man will einfach die Wahrheit wissen. Da kommt jemand und will herausbringen, was da in ihm drinsteckt, und das darf ans Licht kommen, und dieser Entdeckungsweg hat kein Ende. Der Patient setzt das Ende dadurch, wie weit er gehen will darin, ob er also über den Bereich der Psychotherapie hinaus gehen will in diesen spirituellen Bereich und da noch weiter

⁵⁵ Fritjof Capra: Der kosmische Reigen. Physik und östliche Mystik – ein zeitgemäßes Weltbild. Bern / München / Wien (Verlag O. Barth) 6/1983

⁵⁶ Hans-Peter Dürr / Marianne Oesterreicher: Wir erleben mehr als wir begreifen: Quantenphysik und Lebensfragen. Freiburg i. Brg. (Herder) 2008

forschen will oder nicht. Und genau das – so finde ich – wird einem dann übel genommen, weil wir in einer Welt leben, wo viele ein Desinteresse daran haben, die Wahrheit aufzudecken, die Tabus aufzudecken, zu verstehen, was in dieser Welt wirklich läuft. Die herrschenden Kräfte haben eine Idee, was sie vorgeben wollen, und wenn dann jemand kommt und sagt: „Ja, aber das ist nur vorgegeben!“, dann erzeugt das massiven Widerstand.

Nimm folgendes Beispiel: Gestern waren im Fernsehen der Papst und irgendwelche Bischöfe mit ihren „Fastnachtsgewändern“ zu sehen. Sie geben vor, die „weisen, heiligen Männer“ zu sein – aber sind sie das? Nein, sie sind gierig, geldgierig, machtgierig, das ist die Wirklichkeit dahinter. Die sind nicht daran interessiert, dass man das aufdeckt. Aber Psychotherapeuten sind daran interessiert, das aufzudecken, sie sagen: „Schau, das entspricht nicht der Wirklichkeit“. Man muss mit der Wirklichkeit leben, auf allen Ebenen, dann kommt es gut.

Wir sind wieder bei deiner Lust an der Provokation angekommen.

Ja, genau.

Tantra

Du lehrst noch einen anderen Weg der Unterstützung für die Entkonditionierung, der auf viele

Menschen auch sehr provokant wirkt, das Tantra. Wie verstehst du Tantra und welche Funktion hat Tantra auf dem spirituellen Entwicklungsweg?

Ich bin auf den Begriff „Tantra“ gekommen, weil ich dachte, dass das in dieser Zeit ein Begriff ist, der sich schon ein bisschen etabliert hat, so dass man überhaupt über diese Dinge reden kann, ohne gleich in eine Schublade zu geraten, wo man des Teufels ist. Sonst hätte ich diesen Begriff gar nicht gewählt. Aber es ist nicht so. Man ist in vielen Kreisen, auch wenn man Tantra sagt, des Teufels. Aber der Begriff stimmt schon sehr zu dem, was ich will. Tantra verstehe ich, und das deckt sich mit der ganz ursprünglichen Idee, als den Weg des Verzichts⁵⁷. Also das, was wir auch vorher sagten: Man muss alles wegräumen, was es nicht ist.

Ich schaue: Was bewirkt das Gute, was macht, dass die Liebe blüht zwischen uns, was – speziell auch um die Sexualität, um Beziehung herum – was mehrt die Liebe zwischen uns? Und alles, was das nicht tut, das lasse ich. Und am Ende darf man gar nichts mehr tun, weil's sonst sowieso nur eine Katastrophe gibt (lacht). In einem langen Prozess lernst du, dass es in sich gleich ist, ob ich die Erfüllung bekomme oder ob es beim Verzicht bleibt. Beides ist genau dasselbe. Es spielt keine Rolle. Manchmal kriegt man's, manchmal kriegt man's nicht. Das spielt keine

⁵⁷ Vgl. zu den philosophischen Hintergründen der Urform des Tantra: Daniel Odier: *Begierde, Leidenschaft und Spiritualität. Der tantrische Weg des Erwachens*. Köln (Innenweltverlag) 2002

Rolle. Dies in sich zu erleben, ist das eigentliche Ziel des Tantra. Es geht also um etwas ganz Tiefes, etwas, das weit über die Sexualität hinausgeht, es geht um diesen Zustand der Gleichgültigkeit.

In meinem Leben ist mir gleichgültig geworden, was dabei rauskommt. Ich schaue, was die großen Kräfte wollen: Wollen sie mich im Gefängnis haben – ja, dann gehe ich da hin. Wollen sie mich noch höher tragen, dann gehe ich da hin. Es ist gleichgültig, das ist Tantra. Das ist Leben, dass alle Dinge gleichgültig sind. So vielleicht ...

Vom Sinn des Lebens

Wenn alles in gleicher Weise gültig ist, was ist dann der Sinn des Lebens? Was ist die Aufgabe des Menschen, wenn er in diese Welt kommt?

Heute Morgen und gestern Abend hat mich beschäftigt: Was ist eigentlich das Ziel, was ist der Sinn des Lebens, was ist die Aufgabe? Und zwar kam das so. Wir hatten schwierige Tage mit Gruppen, es war alles ein bisschen viel, und Danièle sagte, „Ich habe das Bedürfnis nach Loslassen und nach den alten Zeiten. Können wir uns heute Abend mal einfach hinlegen und die Moody Blues hören, die alten Blues?“ Es war die Rekapitulation der Zeit, als wir viel die Moody Blues hörten, und gleichzeitig fragte ich mich: Wie höre ich das heute? Ich lag da, und es war einfach alles leer, einfach nichts, und das ging die ganze Nacht hindurch. Wir sind dann damit in den

Schlaf hineingegangen. Und es ging die ganze Nacht weiter in einem luziden Zustand, in dem ich immer wieder als tiefsten Grund von allem gesehen habe: Da ist einfach nichts, nichts, leer, eigentlich bedeutungslos in einem gewissen Sinn, auch fast langweilig manchmal. Man könnte es beinahe als deprimierend empfinden. Wo ist der große Sinn, wo sind die Leidenschaften? Wobei auch das nicht da war, es war einfach nichts.

Am Morgen wachte ich auf, kochte Tee und Kaffee und kam ans Bett zu Daniele, um mit ihr darüberzusprechen: Wie ist das denn, wenn ich sehe, dass da nichts ist? Vor allem auch mit Blick auf den Tod habe ich das wahrgenommen. Höchstwahrscheinlich ist der Tod einfach nichts, es hört auf, es ist zu Ende, verblüht, du bist gegangen, es bleibt nichts. Wenn ich von dieser Wahrheit aus aufs Leben schaue, was ist dann zu tun oder nicht zu tun, muss ich nochmals alles in meinem Leben korrigieren, sind dann nicht viele Bestrebungen einfach sinnlos?

Ich habe diese Frage gestellt, und während ich diese Frage stellte, waren Celia da und Timon und Camille⁵⁸, die auch etwas wollten. Dann gab es plötzlich lustige Momente, ich weiß nicht mehr, um was es ging, Celia und ich haben uns dann geküsst, und mit den anderen habe ich herumgекulkt und zwischendurch immer wieder über diese Frage geredet. Und dann war das wie die Antwort darauf. Das Zusammensein mit den Kindern war einfach schön, ein schöner Morgen, für nichts. Es geht in keine Richtung, es muss nichts daraus

⁵⁸ Drei der Kinder von Samuel und Danièle.

kommen. Das ist es, das war die Antwort. Natürlich, sobald dieses Glück zusammen da ist, dieses Ankommen beieinander, stellt sich die Frage gar nicht mehr. Das ist es, darum geht es.

Zu deiner Frage: Was ist die Aufgabe des Menschen, wenn er in die Welt kommt? Für mich spannt sich das auf in zwei Extreme. Jetzt habe ich gerade das eine Extrem beschrieben. Eigentlich geht es um gar nichts, du blühst wie eine Rose oder wie eine Anemone oder wie eine Tulpe. Dann hast du ein gutes Leben, wenn es dir gelingt, einfach aus deinem Wesen heraus zu existieren, einfach für nichts und wieder nichts, glücklich zu sein darin. Das ist das eine Extrem.

Das andere Extrem habe ich gerade in unserem Meisterkurs, einer Ausbildungsgruppe, erlebt. Es war die schwierigste Sitzung, die wir je hatten, wild, chaotisch, alle verrückt geworden, Meisterprüfung halt. Das war das andere Extrem. Die Auseinandersetzungen, die wir im Anschluss an die Sitzung führten und uns eingestehen mussten: Wir integrieren unsere Meditationserfahrungen zu wenig: „Da hast du einen Mangel, dort bist du nicht ernsthaft genug ...“. Das scheint im Widerspruch zu der anderen Sichtweise zu stehen: Ist ja alles egal, es geht um nichts. Da ist plötzlich die andere Position: „Leute, ihr müsst ernsthafter sein, es geht bei den Meditationen wirklich um etwas, das ist ganz wichtig, und wenn ihr das nicht ernsthaft angeht, mache ich nicht mit!“ Das steht wie im Widerspruch zu der anderen Haltung.

Wenn ich dann genau hinschaue, dann frage ich mich, was ich bei den Teilnehmern einklage. Was

möchte ich denn, das sie ernster nehmen sollen? Und dann schließt sich der Kreis wieder. Ich möchte, dass sie in einer Haltung sind, wo beides möglich wird: Die Ernsthaftigkeit in der Auseinandersetzung mit sich selbst, und dass sich das Sein wie eine Blume entfaltet - im Zusammensein mit den Kindern oder zwischen uns oder wo auch immer. Dass diese Qualität da ist von Unschuld, von Liebe, von Frieden und letztlich von Nichts, von Bedeutungslosigkeit, aber in einem ganz hohen Stil.

Du sagst, im Leben gehe es darum, mit dem zu sein, was ist. Das sei Leben. Aber Menschsein heißt auch immer, herauszufallen aus dem, was ist. Durch Konditionierung, durch Zwänge von außen und solche, die ich mir selbst aneigne, falle ich heraus, und dann stellt sich die Aufgabe, wieder Raum zu geben, damit sich das, was in mir ist, zeigen kann in der Welt und es durch mich in die Welt kommen kann. Im Zen heisst es: „Wir meditieren mit dem Ziel, dass sich das zeigen kann, was eigentlich schon immer da ist in uns.“

Ja. Ich habe vorhin eine Seite in dem Buch der Zen-Lehrerin Silvia Ostertag⁵⁹ gelesen, offenbar war sie auch Musiklehrerin. Sie beschreibt, wie sie diesen Zustand erlebt hat. Es kommen Schüler, einer kratzt auf der Geige, ein anderer spielt ganz schön und ein dritter wieder anders. Und sie

⁵⁹ Silvia Ostertag: Erleuchtung und Alltag. Erfahrungen einer Zen-Meisterin. Im Gespräch mit Michael Seitinger. Freiburg / Brg. (Herder) 2008

schreibt: Wenn du ganz mit dem bist, was da ist, dann ist alles einfach wunderbar, und alles ist gut. Und sie hätte am Liebsten jedem gesagt: „Du bist so schön in deinem Ausdruck, es ist alles bestens.“ Dann merkte sie: Mit dieser Haltung bleibe ich den Schülern etwas schuldig. Wenn ich dem, der da kratzt, nicht sage, du musst es anders machen, damit es besser wird, dann kann er nicht wachsen. Und gleichzeitig scheint es ein Widerspruch zu sein, denn du lädst ihn ein, auf eine Ebene zu gehen, wo er mit dem, was ist, nicht zufrieden ist, und irgendwohin will zu etwas, was nicht ist. Du könntest sagen, das sei ein Widerspruch, und letztlich ist es auch einer.

Die letzte Wahrheit ist: Das, was ist, ist das Paradies. Darin ist Erleuchtung oder das ganze Ankommen. Aber wenn du auf einer Ebene bist - in der Musik zum Beispiel -, wo du auf der Geige kratzt, dann ist das zwar wahr, aber du kannst dich durch Anstrengung, durch Übung auf eine höhere Ebene des Seins bewegen, wo du dann eine noch weiter ausgewachsene Blume bist. Dann kannst du darin wieder einfach sein. Das ist in der Musik ein bekanntes Phänomen. Du strengst dich an und arbeitest, um etwas zu werden, was du gar nicht bist, aber wenn es dir gelingt, dann kommt dieser Moment, wo die ganze Technik von dir abfällt, weil sie verinnerlicht ist, ein Teil von dir geworden ist, und du kannst dich in der Musik bewegen, als ob du gar nichts damit zu tun hättest.

Darin liegt ein Paradox, ein Paradox des Lebens, das du zwar irgendwie verstehen kannst, aber letztlich geht es nie ganz auf. Muss ich da sein

mit dem, was ist, oder muss ich mich anstrengen, etwas zu werden, was ich noch gar nicht bin? Ich sage zu den Leuten in Selbsterfahrungsgruppen immer: „Wenn du dich nicht anstrengst mit allen Kräften, dann wirst du es nie erreichen. Aber wenn du am Ende nicht einsiehst, dass du es mit Anstrengung nicht erreichen kannst, auch nicht. Da, wo du am Ende hinkommst, ist wieder der Ort, an dem du von allem Anfang an warst. Sein wie eine Blume. Für nichts und wieder nichts, es geht nirgendwohin, es muss nichts dabei herauskommen.“

Ich unterrichtete gestern eine Ausbildungsgruppe von angehenden Beraterinnen und Beratern, und wir waren an dem Punkt: Will ich hin zu einem Ziel, das außerhalb meiner selbst liegt und etwas Fremdes ist, oder will ich zu dem Ziel, das das, was schon immer da ist und was meine eigentlich in mir schlummernde Fähigkeit ist, sich entwickelt? In dem Augenblick, wo ich das zu einem fremden Ziel mache, also: so zu werden wie Peter oder Samuel oder Martin, in diesem Augenblick ist es das Fremde, und ich gehe in ein Mühen, das mich von mir wegbringt. Das andere wäre eine Form von Mühen, das mich noch tiefer zu dem Eigentlichen meiner selbst bringt; aber es ist auch ein großes Mühen.

Genau. Da war ein Mann, der kam eine Zeit lang nicht mehr zu meinen Gruppen, weil er zu einer Lehrerin gegangen war, die ihm gesagt hatte, die Psycholytische Therapie sei ein Irrweg. Er kam dann nicht mehr. Wie es so geht - zwei Jahre später war er nicht mehr so überzeugt von dieser

Meinung, und jetzt kommt er wieder. Er hat erzählt, dass die Lehrerin der Meinung gewesen sei, es sei in sich ein falscher Weg, Substanzen einzunehmen, um irgendwohin zu gelangen, wo du jetzt nicht bist. Und ich erklärte: Das hat sie falsch verstanden. Wir nehmen Substanzen nicht, um irgendwohin zu gelangen, wo wir nicht sind. Wenn das jemand macht – es gibt Leute, die machen das – dann wenden sie sie falsch an, nämlich hedonistisch. Wir nehmen die Substanzen, um das, wer wir sind, besser zu sehen, besser zu verstehen, in einer tieferen Dimension wahrzunehmen.

Jetzt kannst du sagen, das ist Wortklauberei. Natürlich wollen wir – statt in die horizontale Richtung zu etwas anderem hin – vertikal in die Tiefe zu etwas anderem hin, und das ist eben das Paradox. Es bleibt letztlich nicht fassbar, oder es deckt sich nie ganz, und doch kann ich verstehen, dass beides wahr ist. Es ist wahr. Wenn ich wegstrebe von dem, was ist, werde ich nicht ankommen. Aber wenn ich mich nicht mit aller Kraft mühe, tiefer in das einzudringen, was da ist, werde ich auch nicht ankommen. Beides ist wahr. Es gehört zu den Paradoxien des Lebens.

Hat es etwas mit dem Ego zu tun? Mein Alltagsbewusstsein ist über mein Ego gesteuert und davon zutiefst geprägt. Es bleibt mir keine andere Möglichkeit, als die Welt durch das Ego wahrzunehmen. Gleichzeitig bin ich aber als Gesamtperson viel mehr als mein Ego. Es geht immer darum, diese Ego-Grenze zu überschreiten und Kontakt mit diesem „Mehr“ von mir zu bekommen.

Ich möchte es am Begriff „Schöpfer“ oder „Gott“ verdeutlichen. Es ist eine intelligente Kraft im Universum vorhanden, das heißt eben dieses Nichts, das aber eine intelligente Kraft und Absicht ist, eine Kraft, die wir nicht weiter hinterfragen können. Warum bleibt diese Kraft nicht einfach im Zustand der Meditation und sagt: „Warum soll ich eine Schöpfung entstehen lassen? Es ist doch gut, wie es ist. Und alle Dinge werden am Ende wieder dort ankommen, wo sie begonnen haben. Alles kommt immer wieder da an. Also bleiben wir doch gleich da.“ Aber dann strebt diese Kraft offenbar doch nach vorne, und zwar mit einer unglaublichen Absicht. Sie erzeugt ein Evolutionsgeschehen in eine bestimmte Richtung. Vielleicht scheitern wir Menschen daran, vielleicht gelingt es uns doch noch, uns so zu entwickeln, dass die Schöpfung am Ende vollkommen ist. Das vollkommene Paradies. Darauf strebt es hin, aber wie es aussieht, misslingt es, vielleicht aber auch nicht. Es braucht noch viel mehr Zeit. Es ist ein unheimlicher Aufwand, eine Schöpfung zu schaffen, in der am Ende alles wieder vergeht und die wieder dort ankommt, wo sie schon am Anfang war.

Wenn ich mich frage, was die Idee in dieser Entwicklung ist, dann erlebe ich es so - wenn ich den Begriff „Gott“ dafür nehme: Gott will sich noch bewusster werden. In diesem Prozess wird er sich seiner selbst noch bewusster. Das macht er darin. Dasselbe ist unsere Aufgabe. Wir sind wie ein kleiner Teil von Gott oder ein „kleiner Gott“ und sind als Säugling in die Welt geworfen, und in uns ist genau diese Kraft, die unbedingt ein ICH entwickeln will, welches nur absurd ist und

letztlich ein großes Leiden schafft. Trotzdem müssen wir es tun, um dieses ICH am Ende im Tod wieder abzugeben. Warum? Aus demselben Grund. Um Bewusstheit zu schaffen, damit sich diese wabernde Energie noch bewusster werden kann. Was dann als Ergebnis übrig bleibt, darüber können wir nur rätseln.

Die christliche Theologie hat dafür einen Begriff gewählt, der auch in deinem Denken eine wichtige Rolle spielt. Sie sagt: Das hat etwas mit Liebe zu tun. Gott setzt sich etwas anderes als Gegenüber, man könnte auch sagen, der Geist setzt sich die Materie als Gegenüber, weil erst dann die Liebe vollkommen ist. Sie ist nur zur Hälfte verwirklicht, wenn ich mich alleine liebe und mit mir alleine bin. Vollkommen ist sie erst, wenn ich mir das andere als Gegenüber setze und auch ein Gegenüber habe, das ich lieben kann und von dem ich geliebt werde.

Genau, so wie bei mir letzte Nacht. Ich war dann in diesem Zustand, friedlich und wunderbar, einfach nichts, keine innere Auseinandersetzung, nichts, alles leer. Eigentlich ist das schön. Jetzt könnte ich doch zufrieden sein. Aber dann ist da dieser Zweifel: Will ich wirklich zufrieden sein? Ich frage dann am Morgen: „Danièle, soll ich wirklich zufrieden sein, wenn es so ist?“ Weil etwas in mir sagt: Wenn das den Rest meines Lebens ausmacht, das ganze Chaos wegfällt, nur noch diese Leere da ist, dann wäre es auch langweilig. Und so könnte ich auch sagen: Gott wird es mit sich selbst langweilig, deswegen schuf er die Schöpfung als Gegenüber, und er hat genau die-

ses Erlebnis wie ich mit der Celia am Morgen. Darum geht es. Du bist da, und wir spielen zusammen, und vielleicht wird es wieder dramatisch und schrecklich und was auch immer. Das ist dann leider auch auszubaden. Aber es gibt ja auch die schönen, die Liebesmomente.

Die Lernaufgabe ist, diese Bewegung von Sich-Verbinden – Auseinander-Gehen – Sich-Verbinden, diese pulsierende Lebensbewegung zu leben, ohne ein Drama aus dem einen oder dem anderen zu machen.

Wenn ich spekuliere, dann frage ich mich, wohin will das Ganze. Ich sehe, die Evolution strebt danach, immer vollkommenere Wesen hervorzu- bringen, eine vollkommenere Welt. Das ist noch nicht gelungen, aber vielleicht ist dies irgendwann einmal ein Planet in Blüte, blüht er in Liebe. Was wäre dann die weitere Entwicklung von dort aus, wenn ich darüber spekuliere? In meinem Denken meldet es sich dann so: An diesem Punkt würde sich die Schöpfung vergeistigen, aus dem materiellen Prozess abheben. Darauf zielt es möglicherweise, dass das ganze Geschehen, das paradiesische Leben, ich mit dir zusammen, nicht mehr auf dieser harten, schwierigen, materiellen Existenz stattfinden würde, sondern in einen geistigen Raum abhebt. Dann wäre der Schritt zu mehr Bewusstheit geschafft. Zuerst ist nur dieses Nichts, am Ende ist wieder dieses Nichts, aber es hat sich gefüllt mit endlosen Inhalten des Erlebens, in denen man sich bewegen kann. So wie auf der Traumebene. Du gehst auf die Traumebene, und dann lebst du dort miteinander.

(Ent-)Konditionierung

Zur Realität des Alltags im Hier und Jetzt gehört, dass ich immer wieder herausfalle, anhafte, nicht in Kontakt bin mit mir. Das scheint zu den Bedingungen, so wie sie jetzt sind, dazuzugehören. Du verhandelst das unter dem Begriff „Konditioniert sein“, d.h. entfremdet zu sein vom Eigentlichen, in etwas Uneigentliches hineingeraten zu sein.

Ich unterscheide zwei Dinge. Das eine: Das Dasein in der materiellen Ebene ist eine wahnsinnig harte Herausforderung. Die schiere Existenz ist nicht einfach nur wunderbar, sondern auch Härte und in sich Kampf. Nicht weil man verblendet ist oder falsch konditioniert oder verirrt, sondern weil das Leben an sich hart ist. Wenn ich diese Ebene anschau, frage ich mich, warum ist das so, warum vollzieht sich das Leben nicht gleich von Anfang an in einem geistigen Raum? Dann sehe ich: Es liegt wohl daran, weil in dieser Härte leichter Dinge entwickelt werden können, für die es viel Reibung und langes Verharren an einem bestimmten Ort braucht. Zu Menschen, die daran denken, sich selbst zu töten, sage ich: „Wenn du dich umbringst, dann kannst du das schon machen, aber nachher ist es möglicherweise schwieriger als jetzt.“ Das widerspricht zwar dem, was ich vorhin gesagt habe, aber darüber wissen wir ja nicht genau Bescheid (lacht). Falls es ein Weiterleben gibt, ist es sicher schwieriger, wenn jemand sich umbringt. Und zwar weil er mit seinen

Gedanken nicht umgehen kann, mit seinen Gefühlen, mit seiner Wahrnehmung. Man muss zuerst lernen, überhaupt still zu sein mit dem, was ist. Und das lernt man viel besser im Körper drin, in der materiellen Existenz, die so hart ist. Die gibt uns ein Fahrzeug, ein Vehikel, in dem wir das viel leichter lernen können. Wenn jemand das wegwirft, hat er keine Chance mehr, einen stillen Punkt zu finden. Das ist das eine.

Und dann gibt es noch die andere Seite, die tragische. Wir neigen in dieser materiellen Existenz dazu, Selbstmuster zu schaffen, die sich verhärten, Verhaltensmuster, Denkmuster und so weiter, in denen wir gefangen sind, von denen man dann zumindest die Frage stellen kann, ob wir uns nicht besser ersparen würden, was wir selbst schaffen.

Ich unterscheide zwischen dem primären und dem sekundären Leiden. Am primären Leiden kommt kein Mensch vorbei, das sind die Wunden, die das Leben als solches mir schlägt. Aber dann gibt es noch die Wunden, die dadurch entstehen, dass ich im Verarbeiten der Schmerzen des ersten Leidens stecken bleibe. Das wäre dann das Neurotische.

Wenn ich zum Weltherrscher berufen würde, wie würde ich auf diesem Planeten aufräumen? Die eine Frage, die ist eigentlich ganz simpel: Wie kriegen wir es hin, dass alle mit Essen versorgt sind, wie kriegen wir es hin, dass alle sanitär versorgt sind, sauberes Wasser haben und so weiter? Das sind die primitiven Basisvoraussetzun-

gen für ein gutes Leben Das ist die eine Aufgabe, die es zu tun gibt, das ist eine Herausforderung.

Und daneben – viel, viel schwieriger, und man merkt gleich, ich würde sofort am Ersten scheitern wegen des Zweiten – daneben ist zuerst dieses Ding zu lösen, dass die Moslems etwas anderes im Kopf haben als die Christen, und die Buddhisten nochmals etwas anderes denken, und dass sie sich streiten deswegen, und dass sie solch verrückte Ideen haben wie die, dass sie meinen, ihre Mädchen beschneiden zu müssen. All das müsste zuerst wieder weg, damit wir eine Menschheit haben, in der alle sagen: Ja, wir sind einfach Menschen, und wir glauben eigentlich an nichts, oder nur daran, was eigentlich zu tun ist, damit wir alle zu essen haben. Alle wieder dahin zu kriegen – wenn man das zuerst bewältigen muss, wird es echt schwierig.

*Und dann bleibt immer noch genügend Leid, da wo es nicht genügend Ressourcen gibt. Wenn ich in die Tierwelt schaue, dann gibt es eine Dürre oder nicht alle schaffen es bis zum nächsten Wasserloch und verdursten. Dieses Leiden bleibt ja. Die Frage, die ich mir stelle, lautet: Verarbeiten wir Menschen das anders als die Tiere. Tiere leiden, dann sterben sie oder fressen ein anderes Tier, und dann ist es auch gut. Aber haben wir Menschen uns nicht ein massives Problem dadurch eingefädelt, dass wir diesen Rahmen aus Reiz-Reaktions-Mechanismus, aus Instinkt, aus dem, was ein Tier wesentlich ausmacht, verloren haben? Ich fresse dann nicht nur **ein** Tier aus Hunger, sondern ich bringe **alle** anderen um aus*

lauter Angst, mir würde das Wasser nicht ausreichen. Es würde ausreichen, aber die Angst vor dem Mangel ist so groß, dass ich alle umbringe. Hat das nicht mit der Art zu tun, wie wir Menschen gestrickt sind?

Ich erlebe es immer so: Wir haben im Unterschied zu den Pflanzen oder Tieren eine weitere Dimension bekommen, und die ist für uns zugleich ein riesiges Problem und eine Chance. Bis jetzt haben wir vor allem ein Problem daraus gemacht. Ob wir noch die Möglichkeit haben, die Chance zu nutzen, wird sich noch zeigen. Die Hirnforscher haben das sehr gut herausgearbeitet in den letzten zehn oder zwanzig Jahren.

Es gibt die Primärkonditionierung, die Pflanzen oder Tiere kennen und die wir auch in uns haben. Auf gewisse Dinge sind wir programmiert, vom Genom her. Wir kommen auf die Welt, und wir können gar nicht anders, als so zu sein. Das ist festgelegt.

Und dann gibt es diese Art von Konditionierung, die man ganz früh im Leben erlernt, also im ersten Jahr. Das kennen viele Tiere auch. Du erfährst eine Programmierung, die verfestigt sich genauso, als wenn sie aus dem Genom käme. Du denkst dann, das bin ich, so bin ich geschaffen, da kann ich gar nicht ran. Dabei ist es erlernt. Du hast es erst erlernt, dann hat es sich erst niedergeschlagen.

Und schließlich haben wir eine dritte Möglichkeit, die die Tiere nicht haben, vielleicht zu einem Teil die Schimpansen und die Wale, nämlich dass wir jederzeit die Muster, die wir im Denken, in unse-

ren Vorstellungen angelegt haben, wieder abbrechen und von vorne beginnen können, und zwar ein ganzes Leben lang. Die alten Leute, die sich in irgendein Ding verrannt haben und dort stecken bleiben – das muss nicht sein. Die Fähigkeit des Gehirns ist da, jederzeit alles abzubrechen, bis auf diese Basisgegebenheiten, und zu sagen: „Wie war das jetzt, dass meine Mädchen beschnitten werden müssen - ich will das nochmals anschauen, eigentlich ist das Blödsinn, komm, wir hören auf damit.“ Dann ist es erledigt. Die Möglichkeit ist da. Aber bis jetzt nutzen wir fast nur den Teil, dass wir solche Muster bilden können, nicht aber den Teil, dass wir sie auch wieder wegwerfen können.

Für dich ist es eine Aufgabe des Lebens, diese dritte Konditionierungsschicht abzubauen und hinzuschauen, was es braucht, um in Harmonie mit mir und den anderen leben zu können?

Sein mit dem, was ist, ist sicher ein Teil der Aufgabe. Der andere Teil der Aufgabe besteht darin, irgendwann alles wieder in Frage zu stellen. Sobald du ins Leben kommst und in dieser Welt heranwächst – und ich sehe, wenn ich meinen Kindern zuschauen, dass sie in einem gewissen Alter zu erwachen beginnen und merken, diese Welt ist gar nicht das Paradies, hier stimmt etwas nicht-, sobald du wächst, kommt irgendwann die Auseinandersetzung über das, was du dein ganzes Leben gemacht hast. Dann ist es dran, alles in Frage zu stellen, zu sagen: „Wartet mal, wir leben hier in Zweierbeziehungen, ist das nun gottgegeben, einfach so? Ich meine, viele scheiden

sich, es gibt viele Probleme und viel Unwahrheit darin. Gäbe es vielleicht eine bessere Möglichkeit zusammenzuleben? Ich stelle das mal in Frage.“ Und ich gehe nochmals neu heran und will herausfinden, was sich ergibt, wenn du und ich und alle anderen aus unserer Wahrheit und unseren Impulsen heraus leben. Wie leben wir die Sexualität? Wie leben wir Beziehung? Und dann merkst du, du rennst sofort gegen Mauern, kollidierst mit irgendwelchen Voreingenommenheiten. Du darfst das gar nicht in Frage stellen, das ist tabu. Aber es ist unintelligent.

Bei der Beschneidung ist es uns Westeuropäern sicher allen klar. Wieso sind die so blöd und stehen nicht mal still und sagen: „Wartet mal, jetzt machen wir das seit tausend Jahren, aber ist es eigentlich gut, was wir da machen? Natürlich nicht! Sobald du hinschaust, siehst du, dass es nicht gut ist. Was dabei herauskommt, das ist nichts Gutes, also lassen wir das wieder weg.“ Natürlich wird das so ziemlich alles, was Menschen tun, betreffen, inklusive die ganzen Religionen, die ganzen Moralvorstellungen, die ganze Vergnügungsindustrie, den ganzen Krieg. Sobald die Intelligenz geweckt ist, würde man zusammen sagen: „Kommt, das lassen wir alles weg, wir beginnen nochmals von vorne mit den Basics. Alle müssen zu essen haben, alle müssen sanitäre Einrichtungen haben, alle müssen Kleider haben, der Rest ist einfach nicht wichtig.“

Du benützt den Begriff der Intelligenz nicht im Sinne von Intellektualität. Deine Form der Intelligenz scheint etwas zu sein, was etlichen Men-

schen nicht zugänglich ist. Sie haben Abwehr oder Widerstand dagegen, sie weigern sich, diese Intelligenz zu nutzen oder Zugang dazu zu kriegen. Warum ist das so?

Intelligenz ist für mich in diesem Zusammenhang eine Fähigkeit. Du hast eine Gegebenheit, und dann bist du fähig, darauf zu schauen, ob es gut ist, wie wir es machen. Wenn es nicht gut ist, wenn es nicht zu etwas Gutem führt, dann verändern wir es. Dann merkst du, dass dieses Verhalten eigentlich eine Neurose ist. Aber weil diese so verbreitet ist, kannst du es nicht mal eine individuelle Neurose nennen, sondern es ist ein gesellschaftliches Verkrampft-Sein. Ich nehme nochmals das Beispiel von den Mädchen, die in Afrika beschnitten werden. Aus irgendeinem Grund ist das gewachsen. Die Fähigkeit, darauf zu schauen, ganz neu, und zu fragen, ist das eigentlich gut, was wir da machen, oder sollen wir es ändern, die ist blockiert. Die Intelligenz ist blockiert.

Warum ist sie blockiert aus deiner Sicht?

Irgendwie ist die Tradition wichtiger geworden als gutes Leben. Was ist Tradition? Das ist etwas, wie: So macht man es, so hat man es immer gemacht. Darin ist Sicherheit. Das Bedürfnis nach Sicherheit ist da an der Wurzel zuständig. Ich fühle mich darin sicher. So hat man es immer gemacht, so wollen wir es weitermachen, so denken wir. Und die andere Seite ist die, dass, sobald man alles in Frage stellt, ein völlig unstrukturierter Raum da ist, und das ist beängstigend.

Ich denke häufig: Braucht es eigentlich ein Gesetz, dass ich niemanden umbringen soll? Braucht es ein Gesetz, dass ich an der Stoppstraße anhalten muss? Dann sehe ich: Intelligente Menschen oder reife Menschen oder Menschen, die immer irgendwie das Ganze berücksichtigen, die brauchen das alles nicht. Sondern die unmittelbare Erfahrung sagt mir immer, was zu tun ist, und ich halte automatisch richtig an der Stoppstraße an, damit ich keinen Unfall verursache. Und ich bringe keinen Menschen um, und ich missbrauche auch keinen kleinen Mädchen und so weiter. Aber heißt das jetzt, dass man alle Gesetze abschaffen sollte? Um Himmels Willen, nein. Es gibt ja nicht viele reife Menschen. Wenn man das machen würde, dann hätte man sofort die große Katastrophe. Zuerst müsste die Intelligenz in diesem Sinne wieder gefunden werden, von jedem Menschen gefunden werden.

*Meine Erklärung dafür ist: Es gab in meinem Leben Situationen, die haben mich überfordert. Es war für die Situation zu viel Schmerz, zu viel Einsamkeit. Ich frage mich, ob es nicht diese Situationen waren, die in mir etwas verbogen haben, was sich dann auch wieder in der Art, wie ich mit anderen Menschen umgehe, ausdrückt. Es gibt kein menschliches Leben ohne Verbiegungen. Die Verbiegungen in mir führen zu Handlungen, die Leid für die anderen produzieren. Als ob es zur *Conditio humana* dazugehöre, dass das Leid passiert und dass es die Aufgabe des Menschen sei, das Leid wieder abzuarbeiten, selbst reifer und bewusster zu werden.*

Ich bin nicht ganz einverstanden. Das ist *ein* Aspekt davon, den ich auch immer wieder schmerzlich wahrnehme. Als der Krieg im Irak bevorstand oder noch besser als die Türme in Amerika angefliegen wurden – da war so ein Moment, in dem du spürtest, was es jetzt gebraucht hätte, nämlich dass der amerikanische Präsident, der ganz vorne an der Front stand, käme und sagt: „Hey Leute, irgendetwas stimmt nicht mehr, wir haben uns verrannt, wir müssen uns wieder darauf besinnen, dass wir Brüder sind, wir müssen trauern und dann schauen, was hier falsch läuft und das wieder in Ordnung bringen, wir müssen miteinander reden.“ Wenn er das gemacht hätte, wie es Obama jetzt vielleicht versucht, dann hätte er auf jeden Fall viel Erfolg damit gehabt. Ob er damit das Steuer der Welt herumgeworfen hätte, weiss ich nicht, da ist auch sonst noch zu viel zu tun. Aber es wäre ein guter Impuls in die richtige Richtung gewesen. Stattdessen kam er und sagte mit Kriegsgeschrei: „Wir müssen die Bösen bestrafen und vernichten“, also das alte Lied. Das war damals ein großer Schmerz für mich, zu spüren, dass wir jetzt diese Chance verpassen. Und an dieser Stelle siehst du dann, um Himmels Willen, jetzt gehen die in den Irak und machen Krieg. Die Reaktion auf den Angriff gegen diese Türme war, dass wieder Elend produziert wurde, für das wir wieder Jahrtausende brauchen, um es abzuarbeiten. Das wird nie ein Ende haben, wie soll das je ein Ende haben? Das ist das eine Extrem, wo du das Gefühl hast, es ist zu spät oder die Apokalypse wird kommen. Aber das ist nur die eine Seite.

Die andere Seite ist die: Ich habe in der Kindheit auch Dinge erlebt oder Mangel gehabt, der dazu führte, dass ich Vater wurde und merkte, ich habe gar kein Repertoire, um auf meine Kinder einzugehen. Weil man auf mich nicht eingegangen ist. Oder - ich weiß nichts darüber, wie man gut mit Kindern umgeht. Dann könnte ich sagen, ja gut, jetzt vernachlässige ich meine Kinder halt auch – tue ich ja vielleicht auch – und ich bin entschuldigt. Aber ich habe gemerkt, das ist nicht wahr. Auch wenn ich selbst keine Liebe bekommen habe, habe ich trotzdem einen Zugang zu ihr. Ich kann beginnen, Rituale des Eingehens auf ein Kind zu entwickeln, auch wenn ich das selbst nicht erfahren habe. Das ist einerseits vielleicht ein bisschen schwieriger, andererseits auch einfacher, weil ich mich nicht auf eine Gewohnheit stütze, sondern aus dem Nichts schöpfe. Das kann ich jederzeit, und das kann jeder. Aber es ist der anstrengendere Weg. Die meisten Menschen nehmen lieber den bequemeren Weg.

Du hast das für dich erkannt und entdeckt und gewählt. Viele Menschen tun das nicht. Da scheint etwas Unerklärliches in der Welt zu sein. Ich muss dann daran denken, dass es schon in den biblischen Evangelien die Frage gibt, wie das sein kann, dass die Menschen Jesus nicht als Boten Gottes erkennen. Jeder, der offene Augen hat, müsste erkennen, dass Jesus von Gott gesandt ist. Es tritt so offen zutage in seinen Reden und Heilungen, und es ist absolut unerklärbar, warum die Mehrheit es nicht erkennt.

Auf diese Frage bin ich auch immer wieder gekommen. Ich denke, es ist tatsächlich unerklärlich. Warum erwacht einer und ein anderer nicht? Wo immer du hinblickst, gibt es so viele Dinge, die offensichtlich sind. Nimm noch einmal dieses Beispiel mit der Beschneidung, weil das für uns leichter zu verstehen ist als etwas aus unserer Welt - aber in unserer Welt gibt es auch viele solche Dinge. Es ist offensichtlich, wenn du dich ein bisschen damit auseinandersetzt, dass die Beschneidung von Frauen nichts Gutes ist. Ein alter Zopf, den man abschneiden muss. Warum sieht das der andere nicht, sondern setzt durch, dass seine Tochter wieder beschnitten wird? Es ist wirklich unerklärlich.

Wenn du dich im Einzelfall in einer Psychotherapie damit auseinandersetzt, warum einer borniert und uneinsichtig ist, warum er das Offensichtliche nicht sieht, dann erkennst du natürlich schon, dass er sich da verhärtet hat. Er hat seine Gründe dafür, er findet Sicherheit darin oder er kann seinen Stolz bewahren. Zuerst muss diese Verhärtung aufgeweicht werden.

Ich habe ein schönes Erlebnis gehabt in meiner Adoleszenz, mit zwanzig etwa. Ich habe eine Konditionierung erfahren, die war zum Wegwerfen. Zum Beispiel habe ich sehr wenig darüber mitbekommen, wie man das Leben konkret bewältigt. Wie deckt man einen Tisch, wie füllt man einen Einzahlungsschein aus? Ich habe einfach keine Ausbildung bekommen in diesen Dingen. Damals hatte ich eine Freundin, die aus sehr gutem Haus kam. Wir haben in einer Wohngemeinschaft zusammengelebt, wo wir auch alle zu-

sammen gegessen haben. Wenn ich den Tisch deckte, habe ich es so gemacht wie bei uns zu Hause. Ich habe alle Gabeln, Messer und Löffel auf den Tisch geschmissen und Teller dazu gestellt, und jeder konnte sich selbst nehmen, was er brauchte. Sie aber hat alles schön ausgebreitet, wenn sie den Tisch deckte, hat Servietten dazugelegt und so weiter. Und sie hat mich konfrontiert und gefragt: Warum machst du das nicht so schön wie ich? Und ich sagte: Bei uns hat man das halt so gemacht. Und in mir kam dann die Frage auf: Soll ich von ihr lernen, weil ich sehe, dass ihre Art, den Tisch zu decken, eigentlich schöner ist? Oder soll ich sagen: Bei uns hat man das so gemacht, für dich wird das auch recht sein - wir haben auch ein Recht zu existieren? Dieser Impuls, so zu reagieren, war in mir. Und ich habe gemerkt, dass das Blödsinn wäre. Ich sagte mir: Leg das weg und lerne von ihr möglichst viel, denn sie weiss, wie man in der Welt gut zurechtkommt und ein schöneres Leben haben kann. Ich habe soviel wie möglich von ihr gelernt, aber ich musste immer wieder diesen Widerstand weglegen, der mir einflüstert: Wir sind doch auch jemand, oder: Ich bin doch auch jemand. So wie ich aufgewachsen bin, das ist doch auch etwas.

Jetzt beobachte ich es bei den Jugendlichen in unserer Gemeinschaft. Da ist einer, der ist fünfzehn, raucht wie ein Schlot, säuft und so weiter. Ich sehe, dass er sich definiert und in eine Richtung geht, wo er sich bei denen einordnet, die später Hilfsarbeiter werden, ganz unten. Möglicherweise ist das gut, weil er einfach nicht mehr drauf hat. Aber warum ist er so besessen, wenn man ihm sagt: Du machst dich kaputt mit dem

Rauchen, mit fünfzehn schon ein Paket am Tag? Dann antwortet er nicht auf die Frage, sondern er sagt: Ich darf machen, was ich will, oder: Ich bin eben jetzt der, der raucht. Und du merkst, er ist einfach dumm.

Die Systemische Aufstellungsarbeit sagt, dass ein Mensch eine bestimmte Geschichte in dieses Leben mitbringt. Ist das für dich eine Deutungskategorie zu sagen, da kommt jemand auf die Welt und bringt schon ein Lebensthema mit, das ihn hindert, zu lernen und sich zu entwickeln?

Bei den eigenen Kindern habe ich das beobachtet, an denen ich ja ganz nahe dran bin. Die haben Dinge in sich getragen, die haben sie nicht bei uns gelernt. Zum Beispiel mein erster Sohn, der musste mich immer zwanghaft in Frage stellen. Er war noch nicht zwei Jahre alt, da sagte mir: Männer küssen sich nicht. Ich dachte, wo bin ich hier, das gibt es bei uns nicht, diese Haltung, woher hat er das? So habe ich gelernt, dass meine Kinder Haltungen in sich tragen, die sie nicht in der eigenen Familie erlernt haben. Die Frage ist, wie man das erklärt. Eine mögliche Erklärung ist, das auf eine früheres Leben und eine erneute Inkarnation zurück zu führen. Aber es ist natürlich auch eine andere Erklärung möglich, nämlich die, welche Gene sie in sich tragen. Das ist dann schwieriger zu deuten. Aber dass Menschen mit ihrer Geburt auch Persönlichkeitsanteile in sich tragen, die sie nicht durch Erziehung erworben haben, das ist eindeutig, finde ich.

Erlebst du es als eine Grenze, die ein Mensch nur mit sehr viel Mühe und Arbeit an sich überschreiten kann, wenn er mit Themen konfrontiert wird, die er mit in sein Leben bringt?

Wir sind noch mit der Frage beschäftigt, warum jemand diese Mauer leicht durchbricht, weil er stehen bleibt, sich die Sache anschaut und dann sagt: Das ist nicht gut, das lasse ich weg. Und ein anderer sieht es einfach nicht oder will es nicht sehen. Eben, was ist dort eigentlich? Was macht einen Menschen „dumm“? Wenn ich an die psychotherapeutische Arbeit denke, so bist du als Therapeut ununterbrochen damit beschäftigt, einem anderen eine neue Sicht auf sein Leben zu ermöglichen. Und er wehrt sie ab, obwohl sie ihm hilfreicher wäre, er wehrt sich dagegen.

Wir haben in der Meisterklasse einen intelligenten Mann, sehr intellektuell, der sich sehr an uns angeschlossen hat. Er hat geschwärmt für unsere Arbeit und ist jahrelang schon dabei. Er hat die Ausbildungsgruppe gemacht, und dann wollte er unbedingt in den Meisterkurs. Ich habe ihm gesagt: Du solltest zuerst ins Leben gehen und später den Meisterkurs machen. Aber er sagte, nein, ich will jetzt. Also haben wir ihn genommen mit seiner Frau. Und dann ging es um diese Geschichte, dass seine Frau eine andere Beziehung zu einem Mann angefangen hat. Es ging um diese ganze Dreiecksgeschichte und die Frage, wie betrachtet man diese Dinge. Damit konnten beide nicht umgehen, sie haben alle Türen zugeschlagen und wieder völlig in den alten Mustern reagiert, und am Schluss sind sie ausgestiegen. Vorausgegangen war eine riesige intellektuelle

Schlacht in einem Forum, das der Meisterkurs zusammen gebildet hat mit mir und anderen. Ich habe immer gedacht: Das ist doch ein intelligenter Mensch, so oft, an anderen Stellen, konnte man ihn erreichen, ihm aufzeigen, schau, da bist du nicht logisch, schau es doch mal genau an, und das hat er gemacht und eingesehen und korrigiert. Und an dieser Stelle nicht. Völlig verletzt hat er um sich geschlagen. Für alle war es offensichtlich, und ich dachte immer: Wenn er nur ehrlich wäre, er weiß es doch eigentlich auch, er will nur nicht. Aber ich bin mir nicht sicher. Eigentlich, in der Tiefe, sobald er ein bisschen innehalten würde, wüsste er: Ich habe nicht Recht, die haben Recht, ich gebe es zu. Aber dann fällt sein ganzes Gebäude zusammen. Das will er aber nicht. Warum will er es nicht? Weil er dann sein ganzes Leben noch einmal korrigieren müsste, sein ganzes Beziehungsleben würde auseinander fallen, und die ganzen Strukturen, die er geschaffen hat, würden nicht halten, und er müsste noch einmal neu beginnen und sich dieser Unsicherheit stellen. Er aber sagt: Das will ich nicht, ich habe mich so eingerichtet, ich habe da mein Vergnügen und meine Sicherheiten, und das ist ein gutes Leben. Er sieht nicht, dass es noch ein besseres Leben geben könnte.

Es hindert ihn die Angst, durch die er durch müsste.

Genau. Ich war überrascht in diesem Fall. Mir ist es immer anders gegangen, ich konnte gar nicht so „blöd“ sein. Wenn ich noch so gewollt hätte - die Intelligenz, die sieht, dass es da etwas zu ler-

nen gibt, war stärker. In dem Fall mit meiner Freundin, wollte ich eigentlich lieber sagen: Ich bin auch jemand. Aber dann sah ich, dass ich gerade dabei war, mich in der untersten Klasse einzuordnen und die Folgen davon tragen müsste. Hier hatte ich die Chance, in die obere Klasse zu wechseln. Und ich wäre „blöd“, wenn ich das nicht machen würde. Ich war nicht „blöd“ genug, um das nicht zu sehen.

Es hat etwas mit Wahrhaftigkeit zu tun, wahrhaftig hinzuschauen und dann auszuhalten, was es mit mir macht. Den Schmerz und das Mich-Vergleichen und das Mich-Schlechter-Fühlen auszuhalten. Es braucht anscheinend eine letzte innere Stärke und Kraft, die mich die ganzen unangenehmen Gefühle aushalten lässt, die ich bekomme, wenn ich mich wirklich, wahrhaftig anschau.

Ein Punkt daran ist auch – das sehe ich schon bei Kindern oder bei meinen Klienten, bei allen Menschen eigentlich – was ist mir das Wichtigste? Was kommt zuerst in meinem Leben? Es gibt Kinder, für die ist die Liebe das Wichtigste. Oder dass wir zusammen sind, ist wichtiger, als dass ich dieses Spielzeug besitze. Bei anderen ist es umgekehrt. Dass ich dieses Spielzeug besitze, ist wichtiger, als dass wir zusammen Frieden haben. Dann siehst du später im Leben Menschen, bei denen ist es auch so. Für die einen ist das Vergnügen das Wichtigste. Und für einen anderen ist die Wahrheit das Wichtigste. Und für den dritten ist die Liebe das Wichtigste. Sie haben sich irgendwann so entschieden.

Derjenige, für den das Vergnügen das Wichtigste ist, wird irgendwann eine Korrektur anbringen müssen, sonst kann er nicht sehr weit kommen in den Dingen, die wir als wesentlich betrachten. Wenn er das nicht tun will oder nicht einsieht, dann geht es halt nicht.

Derjenige, der auf die Wahrheit gesetzt hat, ist vielleicht in Gefahr, sich in Rechthaberei zu verrennen, Gerechtigkeitsfanatiker zu werden. Da muss er aufpassen, aber es ist an sich eine gute Schiene.

Aber der, der das Beste gewählt hat, der von Anfang an richtig läuft, ist der, der auf die Liebe gesetzt hat, der sagt, das ist das Wichtigste. Häufig nicht einmal bewusst. Ich zum Beispiel habe erst viel später in meinem Leben gemerkt, dass ich immer auf die Liebe gesetzt, aber es gar nicht gewusst habe. Es war nicht wichtig. Später dann war es wichtig, dass es mir auch noch bewusst wurde, aber zu Beginn ist es einfach mal da. Die Liebe ist das Wichtigste. Das kommt zuerst, und alles andere muss sich dem unterordnen. Das ist die beste Schiene, finde ich. Aber warum macht es der eine so und der andere anders?

Dreier-Beziehungen

Du schreibst, dass eine Liebesbeziehung zu dritt die größte Herausforderung im Leben wäre, dass es sich auch lohnte, so etwas zu versuchen und zu wagen, selbst wenn man hinterher feststellt, dass es nicht der eigene Lebensentwurf ist. Wel-

che Bedeutung hat für dich dieses immer wiederkehrende Thema: „Die Liebe beginnt zu dritt.“

Wir sind heute Abend zu einer Fernsehsendung eingeladen, die das Thema „Fremdgehen“⁶⁰ behandelt. Ich habe mir natürlich im Vorherein überlegt: Was fragt der mich. Ich vermute, der will genau das von mir erklärt haben, deshalb habe ich mich schon darauf vorbereitet. Warum mache ich das eigentlich, warum lebe ich mit zwei Frauen? Rückblickend sehe ich (im Moment des Tuns sah ich das nicht), dass das wie ein Drang in mir war. Das musste ich leben. Das muss nicht jeder leben, das ist für mich völlig klar, das musste **ich** leben. Aber es gibt eine ganze Anzahl Menschen, die das auch leben müssen. Ich bin nicht der Einzige, aber es ist natürlich keine generelle Lebensanweisung. Jetzt, mit dem Älterwerden, könnte ich mir auch vorstellen, dass ich mich auch begnügen könnte. Obwohl – es ist nicht sicher, wie es für mich wäre, wenn ich jetzt grad neu drangehen müsste. Aber damals musste ich das.

Wenn ich zurückblicke, warum ich das leben musste, dann erkenne ich: Ja, weil das meine Aufgabe ist, die ich in der Welt habe, weil es offenbar ein wichtiger Punkt war, dass ich das kennen lernte und die Schwierigkeiten davon beschreiben musste. Was nach meiner Meinung in

⁶⁰ Am 25. September 2009 waren Samuel Widmer, Danièle Nicolet und Marianne Principi bei dem Moderator Kurt Aeschbacher in seiner gleichnamigen Talkshow „AESCHBACHER“ eingeladen, gesendet am 1.10.2009 im Schweizer Fernsehen.

der Welt fehlt, in den Familien, in den Beziehungen, in den Dörfern, überall, das ist Gemeinschaft, wirkliche Gemeinschaft. Wirkliche Gemeinschaft heißt: Ich bin nicht nur Individualist und bin auch nicht nur Dualist, sondern wir sind zusammen, und das WIR ist das Wichtigere gegenüber dem Individuellen und Dualen. Die Ordnung ist: WIR ist das Wichtigste, und dem unterordnet sich das Duale und dem unterordnet sich noch mal das ganz Individuelle, Persönliche. Das ist die richtige Ordnung, und die ist irgendwie verloren gegangen.

Wie kommt man wieder zu dieser Ordnung? Ja, indem man sich vom Zwei zum Drei öffnen lernt. Ich kann das dulden, dass da noch andere Männer mit meinen Frauen schlafen, andere Männer mit meinen Frauen zu tun haben.

Ich habe Klienten kennen gelernt, die wollten ihre Frauen tot schlagen, nur weil sie mit einem anderen geredet haben, das gibt's. So kann man doch gar nicht leben. Also, um wieder Gemeinschaft zu finden, müssen die Menschen diese Isolation in der Zweisamkeit aufbrechen. Aber das heißt dann nicht, dass jeder zwei Frauen haben muss oder jede Frau zwei Männer, sondern dass das eben frei wird, so dass man damit experimentieren kann, dass jeder Seines darin finden kann. Wenn ich mich hier in der Gemeinschaft umschaue, dann gibt es Leute, die sind ganz klar in einer Zweier-Beziehung, aber sie leben mit andern in Gemeinschaft. Andere können sehr nahe an sie herankommen, aber in eine offene Sexualität gehen sie nicht unbedingt rein.

Obwohl: Wir haben jetzt gerade für ein tantrisches Ritual in der Gemeinschaft eingeladen und haben gesagt: Leute, wir laden die, die die Vorbereitung dafür mitgemacht haben, das sind ungefähr 50 Personen, ein zu einem tantrischen Ritual. Einfach mal schauen, ob die wollen oder nicht. Und unter diesen Fünfzig, da gibt es solche, die ganz auf Zweier-Beziehung eingeschworen sind. Und die wollen das! Auf der Ebene eines tantrischen Rituals wollen sie sich öffnen, weil diese Ebene kontrolliert ist, weil dieses Ritual das Gemeinsame ausdrückt, aber sie nachher im Leben zu nichts verpflichtet sind und nicht in irgendwelche Konflikte verwickelt werden. Das wollen sie nicht. Sie haben nicht den Raum für eine zweite Beziehung. Aber so ein Ritual, dreimal im Jahr – das wollen sie. Und wir haben gesagt: Das machen wir, dann sind wir wieder eine besondere Gemeinschaft. Das macht sonst niemand, oder?

In Gemeinschaft leben

Gehört das zu deiner Vision von einem anderen Leben?

Es kommen immer wieder Menschen zu uns, die lesen in meinen Büchern und haben die Erwartung, dass die Menschen bei uns die Vision von der großen Liebe leben können. Aber das ist nicht so! Sondern im besten Fall hat es hier Leute, die das interessiert, Einzelne, die sich dafür auf den Weg machen, ganz wenige, die wirklich ernsthaft dabei sind. In der Gemeinschaft bin ich immer wieder erstaunt, dass die zusammenzie-

hen wegen dieser Vision, und gleichzeitig wollen sie sie nicht. Wenn es dann darum geht, seinen Partner zu teilen, dann kostet das immer wieder sehr, sehr viel, und plötzlich sind sie wieder auf der moralischen Schiene.

Manchmal kommt jemand und will mich darauf behaften, als ob das meine Verantwortung oder mein Fehler wäre, dass hier nicht alle perfekt sind. Ich bin dann wieder erstaunt, weil jeder in diesen Dingen für sich alleine stehen muss. Und ich sehe, was es mich kostet, konsequent zu sein und ehrlich zu bleiben. Ich erlebe die Risiken und Ängste, mit denen ich dann konfrontiert werde, und sehe: Die meisten machen eher schlapp als ich und passen sich lieber wieder an. Ich finde das auch nicht so wichtig. Es ist natürlich wichtig zu sehen, wie die Wirklichkeit ist.

Ein großes Problem in der „erwachten“ Szene, so nenne ich sie einmal, ist die Frage, wie man gleichzeitig alleine stehen kann und dennoch eine gemeinsame Vision lebt. Allein stehen, ich hier und du da, ganz entfaltet - daraus wird nie eine Vision. Sondern eine Vision wird es dann, wenn die Bäume zusammenstehen und eine Gruppe bilden. Warum lebt nie eine Gruppe von erwachten Menschen zusammen, die vorleben, wie wirkliche Gemeinschaft geht? Warum sind Gemeinschaften immer, ob sie jetzt therapeutisch sind oder nicht, von dieser Art, dass einer etwas draufhat und drumherum wird es immer weniger und noch weniger. Warum sind nicht die Leute zusammen, die etwas drauf haben?

Dieter Duhm⁶¹, ich weiß nicht, ob du ihn kennst, der hat mir ein Büchlein geschenkt, und ich habe das Büchlein gelesen. Ich überlegte, ob ich mich dem Mann und dem Projekt Tamera anschließen sollte, um dem Ausdruck zu geben. Ich ging der Frage innerlich nach und überlegte, was das beinhalten würde, und sah: Ich müsste vielleicht meine Sprache aufgeben zugunsten von seiner. In Ordnung, das stehe ich, auch vom Alter her. Dann reden wir halt von Heilbiotopen und diesen Dingen. Daran liegt es also nicht. Ich könnte also hingehen und sagen: Ich mach jetzt bei dir mit, damit wir etwas bewirken können. Aber es wird nur etwas Gutes werden, wenn es gleichgültig wäre, ob ich zu ihm oder er zu mir kommt. Aber er könnte nicht kommen, also geht es nicht. Er würde mich nur in die Rolle des Abhängigen schieben, weil er nur das gewohnt ist.

Es ist auch eine Tragik. Das ist ein schwieriges Ding. Hier in der Gemeinschaft kämpfen viele damit. Wirklich alle, die etwas drauf haben, kämpfen mit diesen Dingen. Wie steht man neben einem anderen, der der eigene Lehrer war? Wie wird man gleich, ohne sich dann abzugrenzen? Und wie kann man zusammenschwingen? Wie kann man in derselben Vision sein, und es ist

⁶¹ Dieter Duhm ist Mitbegründer der Gemeinschaft Tamera in Portugal. Tamera versucht, eine ideale Lebensform in Einklang mit der Natur und dem Weltfrieden dienend zu leben in der Erwartung, dass davon auch eine heilsame Ausstrahlung in die Welt ausgeht. Grundlage für diese Erwartung sind die von Rupert Sheldrake beschriebenen „morphogenetischen Felder“, die erklären sollen, wie geistige Entwicklungen ohne direkten physischen Kontakt zwischen den Individuen weitergegeben werden.

nicht mehr deine oder meine Vision, nicht meine oder deine Gemeinschaft, sondern es ist dann unsere.

Ist dir das mit Manuel gelungen, der einmal dein Lehrer war?

Das Buch, das ich gerade über ihn schreibe, das ist die Antwort darauf⁶². Kurz zusammengefasst: Ich habe 20 Jahre gebraucht, um mich damit auseinander zu setzen. In diesen Jahren sagte er mir immer wieder: „Es ist nicht mehr drin, weil DU neidisch bist oder Autoritätsprobleme hast.“ Ich habe mir das angeschaut und gesagt: „Ja, schon möglich, ich bin neidisch, und ich habe Autoritätsprobleme, also kümmere ich mich darum.“ Dann kam aber der Punkt, an dem ich merkte: Das ist nicht mehr so, und es geht trotzdem nicht. Und das war schwierig, denn dem Lehrer, den du anerkannt, dann unterzuschieben, es liegt jetzt an ihm, das ist ein schwieriger Schritt. Aber auch ein notwendiger. Und den habe ich dann auch gemacht und gesagt: „Manuel es liegt an dir, du schaust dir gewisse Dinge nicht an, du hältst zum Beispiel an der Macht fest und hältst andere abhängig. Du willst da nicht weiter.“ Ich bin bei ihm auf taube Ohren gestoßen. Das hat mich zuerst geschmerzt, und dann auch nicht mehr, und dann habe ich es aufgegeben. Wir haben uns eingerichtet in einer Freundschaft, die das ausgeklammert hat. Das war ein Verlust finde ich, und

⁶² Samuel Widmer: Was ich dir noch sagen wollte. Begegnungen mit Manuel Schoch (im Druck)

dass er diesen Schritt nicht gemacht hat, hat ihn das Leben gekostet - das ist meine Sicht. Sein Tod war ein Unfall, weil er irgendeine Unvorsichtigkeit begangen hat, etwas überschätzt hat. Das kam genau aus dieser Haltung heraus, die ich immer kritisiert habe und das schon lange. Jeder darf auch seine Beschränkungen haben. Manuel ist nicht weitergegangen, und ich hatte das Gefühl, über ihn hinauszuwachsen.

Aber letztlich muss ich mich auch wieder fragen, ob ich das vielleicht nur so sehe, und dabei stimmt es gar nicht. Das bleibt auch immer eine Frage, aber ich sehe es mal so. Und es ist einfach wahr: Dieser Schritt mit Manuel ist nicht gelungen.

Die Kirschblüten-Gemeinschaft

Wie hat sich die Gemeinschaft um euch drei herum gebildet, welchen Weg seid ihr in den vergangenen Jahren gegangen und wo steht ihr heute?

Es ist jetzt zwölf Jahre her, dass es begonnen hat. Vorher war eine Phase von zehn Jahren. 1987 habe ich begonnen, Seminare zu geben. Wenig später kam mein erstes Buch heraus⁶³, und dann kamen die Seminare. Und in all diesen Seminaren (und vorher schon in der Einzelarbeit, aber auf der Seminarebene noch viel mehr), bin

⁶³ Samuel Widmer: *Ins Herz der Dinge lauschen*. Solothurn (Nachtschatten Verlag) 1989

ich immer wieder auf das Thema gestoßen: Es fehlt an Gemeinschaft, an wirklicher Gemeinschaft zwischen den Menschen. Ich habe dann viel über dieses Thema geredet, habe darüber geschrieben. Es gab viele Leute, die sagten: Ja, genau, das interessiert uns auch, und dann saßen wir zusammen.

Ich erinnere mich genau an einen ganz bestimmten Workshop, bei dem wir zusammensaßen, und alle sagten: Ja, wir wollen, und ich spürte, ich bin aufgefordert, einen Weg zu bahnen. Das war bis dahin eine Phase von zehn Jahren. Jeder, der sich auf diesen Weg macht, geht auch immer wieder durch die Wüste der Einsamkeit. So waren diese zehn Jahre. Es war immer wieder einfach tot, nur immer Einsamkeit, weil die Gemeinschaft nicht gekommen ist und man immer nur davon geredet hat und dachte, das kommt nie, das ist unmöglich, das ist undenkbar in unserer Zeit. Und dann plötzlich war da dieser Workshop, und danach begann es plötzlich damit, dass Menschen kamen, die sagten: So, jetzt wollen wir aber. Die haben sich dann ein Haus gesucht oder eine Wohnung. Plötzlich waren dann auch Bauplätze da. Es war wie ein Wunder. Nennigkofen und Lüsslingen galten immer als Dörfer, in denen du keine Häuser und kein Land verkauft bekommst, und plötzlich gab es gleich neben uns neun Häuser, und dann noch mehr, und dann diese Zellen im Dorf. Zuerst waren wir eine Bewegung von zehn bis fünfzehn Leuten. Dann kam das Bauernhaus dazu. Und seither wächst die Gemeinschaft erstaunlicherweise immer weiter. Meine Erwartung, aus der Erfahrung, die ich mit anderen Bewegungen hatte, war, dass, nach ei-

ner Zeit der Blüte, sich nach fünf Jahren alle zerstritten haben, und es dann entweder wieder stirbt oder als kleines Rinnsal bestehen bleibt, so wie die SÄPT⁶⁴ zum Beispiel. Dem ist aber nicht so. Die Gemeinschaft wächst immer noch weiter, und ich habe inzwischen nichts mehr damit zu tun. Ich bin ausgetreten aus der Gemeinschaft. Wegen der Pressegeschichten um meine Person sagte ich: In Ordnung, ich ziehe mich wieder zurück. Und auch wegen der internen Autoritätsprobleme. Das war ein sehr genialer Schritt. Das hat die Blüte gerade noch einmal weitergeöffnet.

Was hast du in diesen zweiundzwanzig Jahren dazu gelernt über Gemeinschaftsbildung? Was ist die Essenz?

Ein ganz wichtiger Punkt war für uns die Entdeckung der Einsichten von Scott Peck⁶⁵. Götz Brase hatte das Buch mitgebracht. Peck hat zusammengetragen, was es zum Thema Gemeinschaft zu sagen gibt. Das war eine Hilfe. Weniger seine konkrete gemeinschaftsbildende Arbeit. Hilfreich waren seine Definitionen über Gemeinschaft, z.B. dass Gemeinschaft nichts Ausschließendes haben darf, alles einschließen muss. Das habe ich

⁶⁴ Schweizerische Aerztegesellschaft für Psycholytische Therapie, www.saept.ch

⁶⁵ M. Scott Peck: *The Different Drum – Community Making and Peace*. (1984) Deutsch: *Gemeinschaftsbildung. Der Weg zu authentischer Gemeinschaft*. Herausgegeben von Götz Brase. Hamburg (eutopia-Verlag) 2007

dann in den zwölf Regeln für Gemeinschaftsleben zusammengefasst⁶⁶.

Was habe ich gelernt? Natürlich: Gemeinschaft ist gefährlich. Leben ist gefährlich. Lieben ist gefährlich. Es bringt einen in Teufels Küche, man wird sofort als Sekte missverstanden, man kann sich überhaupt nicht dagegen wehren, man hat die Folgen zu tragen. Das ist die eine Seite. Das andere ist: Bei aller Schwäche, die das Gebilde hier auch hat (es ist ja alles nie in voller Blüte, man ist immer unzufrieden), wollte ich nie an einem anderen Ort leben. Nein, ums Himmels Willen nicht, das ist der beste Ort, an dem ich je gewesen bin, und das beste Eingebettet-Sein in Beziehungen. Dass man mit einer Idee kommen kann und sagen kann: Hey, machen wir mal ein tantrisches Ritual! Das kannst du nirgendwo sonst. Das ist undenkbar. Dann auch die ganzen Lebensumstände mit den Kindern, mit den materiellen Dingen. Es ist immer ein Auto da, wenn du eines brauchst. Das sind kleine Dinge, die aber doch ganz wichtig sind. Es ist immer jemand da, der hat, was du brauchst, oder dir helfen kann, wenn du etwas brauchst. Das ist schon sehr beeindruckend.

⁶⁶ Vgl. auch: Samuel Widmer: Über Gemeinschaft. In: Ders.: Freiheit beinhaltet Verantwortung. Lüsslingen (Basic Editions) 2007, 317 - 326

Alleinestehen

Der andere Pol im Leben ist das Alleinestehen. Beides, Gemeinschaft und Alleinestehen, scheint ganz tief zusammenzugehören. Man kann das eine ohne das andere nicht wirklich haben. Was bedeutet für dich Alleinestehen? Die meisten Leser werden darunter etwas Monadisch-Abgeschlossenes, Isoliertes verstehen. Aber das ist ja nicht das, was du damit ausdrücken willst.

Ich habe mich in dem demnächst erscheinenden Buch zu Manuel⁶⁷ damit auseinandergesetzt. In der ganzen spirituellen Szene, und Manuel war ein Vertreter davon, gibt es Leute, die eigentlich nur den Alleinseins-Pol verwirklichen wollen. Sie wollen erleuchtet sein, aber Gemeinschaft interessiert sie nicht. Und ich komme und sage: Das geht nicht. Das ist so, wie du eben gesagt hast: Man muss beides bei sich verwirklichen. Die tiefe innere Entwicklung wird sich gar nicht öffnen, wenn man nicht bereit ist, das liebende Herz zu leben. Für mich hängt beides ganz stark zusammen.

In der Gemeinschaft siehst du einen Menschen, der kommt zu uns und hofft, hier in der Gemeinschaft abhängig sein zu dürfen: „Ich muss dann mein Leben nicht mehr selber tragen, das macht dann jemand für mich.“ Das funktioniert nicht. Gemeinschaft funktioniert nur, wenn er ganz allein stehen kann, wenn er sein Leben allein in

⁶⁷ zu Manuel Schoch vgl. Anm. 27

Ordnung halten kann, für sich allein schauen kann und noch darüber hinaus schauen kann für andere. Dann funktioniert Gemeinschaft.

Oder umgekehrt: Da kommt jemand und ist isoliert. Er lebte vorher in irgendeiner Stadt diese heute weit verbreitete hyperindividualistische Nummer. Dann kommt er hierher und mietet eine Wohnung und macht genau dasselbe. Man sieht ihn nie, und er ist nirgends dabei, und man merkt, der muss sich zuerst öffnen. Der hat zwar sein Leben im Griff, er verdient sein Geld, er kann seine Dinge selbst erledigen, aber er hat Angst, in Verbindung zu treten. Er muss sich für die Gemeinschaft öffnen und gerät dann allenfalls zuerst einmal in ein Chaos und verwickelt sich, aber es muss beides da sein. Alleinstehen ist die Fähigkeit, sein Leben zu verantworten. Du verantwortest jedes Detail in deinem Leben. Du hängst das niemandem sonst an. Du verantwortest es und gehst damit um. Dazu gehört natürlich, dass du für dich sorgen kannst, für deine Kinder sorgen kannst, kein Sozialbezieher bist, sondern dein Leben im Griff hast. Und darüber hinaus gehört dazu, jetzt gerade wieder sichtbar in diesen schwierigen Zeiten⁶⁸, dass du die Verantwortung für deine Gefühle übernimmst.

Heute war ein Beitrag in der Solothurner Zeitung. Ich hatte mit dem Chefredaktor geredet. Es waren gute Gespräche gewesen vor einiger Zeit, und er hatte eingesehen, dass wir in die falsche Ecke gedrängt werden. Die Zeitung hat sich diesmal ganz gut geäußert. Es gibt Artikel, zu de-

⁶⁸ Vgl zum Hintergrund Anm. 51

nen ich voll stehen kann - außer dem reißerischen Titel beim ersten Beitrag. Für den zweiten Artikel habe ich dem Redakteur dann gesagt: „Wenn Sie nicht einen schöneren Titel machen, dann kriegen Sie kein Bild von mir“, dann hat er auch das geändert.

Heute steht ein Kommentar von diesem Chefredaktor drin, worin er sich schwer tut, doch noch etwas Negatives über mich zu sagen. Man merkt, er leidet daran. Irgendjemand hat ihm wahrscheinlich vorgegeben: Wir wollen da noch etwas Schlechtes hören. Das merkst du. Er selber will das eigentlich gar nicht. Wenn ich spüre, dass er diesen Artikel jetzt schreibt, weil er genötigt wurde, dann denke ich mir: Der hätte eine Einsamkeit in sich auszuhalten gehabt, und die gibt er jetzt mir weiter. Und ich nehme sie. Ich bin die Sackgasse dafür, aber er halt noch nicht. Und das ist in Gemeinschaft immer wieder der Fall: Die schwierigen Gefühle soll jemand anders haben: Ausgeschlossen sein vor allem, das ist das mit der Dreiecks-Problematik. Oder: Die anderen sollen das Ausgeschlossen sein haben. Wirkliche Gemeinschaft bedeutet, dass jemand mit diesem Verschieben der unangenehmen Gefühle aufhört, dass er bereit ist, alle Gefühle, die zu ihm gehören, zu sich zu nehmen, auszutragen und dann schließlich auch darüber hinauszugehen, so dass er mit den großen Kräften des Lebens in Berührung kommt.

Liebe

*Die Liebe ist für dich die größte Kraft im Leben.
Wie ist das, wenn ich auf die Liebe setze?*

Viele meinen, ich würde von Sex reden, wenn ich „Liebe“ sage. Vielleicht kann ich es so ausdrücken: Mir ist das Wichtigste, das Ganze im Auge zu haben, dass alles berücksichtigt ist, dass alles seinen Platz bekommt und jeder zu seinem Recht kommt. Das ist mir wichtiger als mein Vorteil. So könnte man es sagen.

Also das Gute für alle zu wollen, für mich inklusive.

Bei zweien meiner Söhne, die immer zusammen sind, beobachte ich das. Wenn sie spielen, und es geht darum, dass es keinen Streit gibt, dass alle zufrieden sind, dann gibt der eine sofort nach und sagt: Du kannst das haben. Das macht er ganz leicht. Und der andere ist genau umgekehrt. Er würde nie nachgeben. Er ist egoistisch, furchtbar, er will alles für sich haben. Er hat einfach diese Nummer drin. Du merkst, er muss in seinem Leben etwas korrigieren, sonst endet er als Kosmokrat.

Und der andere nicht? Muss er nicht lernen, mit seinen Wünschen Recht zu bekommen?

Ja, das stimmt. Es gibt auch die Kinder, die so leichtgänglich weggeben und sich selbst verraten, dass sie lernen müssen, den Selbstverrat zu be-

enden. Aber bei diesem Sohn ist das nicht das Thema, er kann auf sich achten. Aber dass wir es zusammen gut haben, das ist ihm doch das Wichtigste. Das weiß er nicht von sich, aber ich sehe, dass es in ihm drin ist.

Und es ist unerklärlich, warum das so ist.

Eben. Wenn ich frage, warum ist denn das so, dann komme ich wieder auf die Inkarnationsgeschichte - was natürlich ein Widerspruch ist, denn nach dem Tod ist ja nichts. Es ist eben alles ein bisschen widersprüchlich. Oder man arbeitet mit verschiedenen Hypothesen, denn letztlich wissen wir nichts. Aber die Hypothese mit der Inkarnation trägt weit. Du siehst, dass ein Mensch an einem Ort in seiner Entwicklung steht, wo er noch meint: Wenn ich das Goldstück bekomme, dann ist das das große Ding. Und der andere ist in seiner Entwicklung schon weiter und sagt: Ach, das Goldstück ist nicht so wichtig; dass wir Frieden haben, das ist wichtig. Es scheint eine Reife zu geben. Die Kinder bringen eine gewisse Reife schon mit, die einen sind reifer als die anderen. Die einen Menschen sind reifer als die anderen.

Ein Problem, das wir im Umgang miteinander haben, ist, dass das tabu ist. Das darf man gar nicht sagen. Das gibt es doch gar nicht, dass einer größer ist als ein anderer oder dass einer den anderen gar nicht erfassen kann. Dabei gibt es das ständig. Aber im Zusammensein tun wir so, als wäre es nicht so, und das macht ein riesiges Problem, weil dann ständig Dinge nicht richtig erfasst werden.

Also, ich sehe, du bist größer als ich. Dann werde ich sagen: Ich sehe, dass du größer bist. Ich kann dich letztlich nicht wirklich erfassen. Ich anerkenne das. Dann habe ich Wahrheit in der Beziehung. Wenn ich das verdränge und so tue, als könnte ich dich erfassen, und ich beschreibe, was ich erfasse, dann setze ich eine Unwahrheit in die Welt oder eine Unvollständigkeit. Es wäre gut, wenn wir das korrigieren. Das würde heißen, dass man das Autoritätsproblem an der Wurzel löst. Ich werde fähig, und diese Fähigkeit haben wir grundsätzlich, zu erkennen, wo etwas Größeres ist. Das konnte ich in meinem Leben gut, und ich bin dem sofort gefolgt, oder ich habe mich dem untergeordnet, Krishnamurti zum Beispiel. Aber wenn etwas kleiner ist, sehe ich das auch, und dann bestehe ich darauf, dass ich der Führer bin. Wenn das alle anerkennen würden, dann würde das sehr viel Ordnung in die Welt bringen. Wir verweigern das. Da haben wir wieder die Dummheit. Wir verweigern das und sagen: Der ist gar nicht gescheiter als ich, dabei gebe ich es nur nicht zu.

Ordnungen der Liebe

Bert Hellinger⁶⁹ hat über „Ordnungen der Liebe“ geschrieben, und auch du redest von Ordnungen der Liebe. Aber ihr beiden scheint fundamental verschiedene Dinge zu meinen. Bert Hellinger

⁶⁹ Bert Hellinger: Ordnungen der Liebe: Ein Kursbuch. Heidelberg (Carl Auer) 1994

verstehst darunter, dass es so etwas wie archaisch-animalische Ordnungen gibt in dem, wie Mann und Frau zueinander stehen. Kannst du mir deine Ordnungen der Liebe erklären?

Zunächst muss ich sagen, dass ich das, was Hellinger gemacht hat, nie gründlich studiert habe. Aber ich habe ihn kennen gelernt, und er ist mir lange, bevor er dann bekannt geworden ist, schon aufgefallen. Man merkte bei ihm, wenn der sich äußerte, dass da eine Wahrheit, etwas Starkes darin war. Es hat mich deshalb nicht verwundert, dass er dann auch groß geworden ist. Ich habe ihn auf einem Kongress in Basel auch persönlich kennen gelernt. Wir haben beide etwas vorgetragen und kurz miteinander gesprochen.

Ich habe Hellinger so verstanden, dass er sagt: Unter uns herrscht Krieg, und der Krieg braucht seine Ordnung, und die ist so! Oder anders ausgedrückt: Wir sind konditioniert und die Konditionierung hat ihre Ordnung, und daran muss man sich halten, wenn man innerhalb der Konditionierung richtig funktionieren will. Damit bin ich vollkommen einverstanden. Ich finde, dass er das sehr gut gemacht hat, soweit ich es gesehen habe. Aber ihm fehlt etwas. Wahrscheinlich hat er nie LSD geschluckt. (Wobei auch das nicht ganz klar ist. Menschen, die ihn gut kennen, haben mir gesagt, er sei auch offen dafür, dass es noch eine andere Ordnung gäbe.) Also: Es gibt auch eine Möglichkeit der Ordnungen der Liebe außerhalb der Konditionierung, aber die besteht eben nicht für jedermann. Deswegen, so findet Hellinger, hat es keinen Sinn, sich damit zu beschäftigen. Die besteht eben nur für erwachte Men-

schen, die über diese Konditionierung hinausgehen können in eine Ordnung hinein, die eine viel größere Dimension hat.

Kurz zusammengefasst: Wenn ich in eine gewisse Tiefe der Wahrnehmung und Bewusstheit eindringe, werde ich frei von den Gesetzen der Menschen. Ich kann machen, was ich will. Ich bin aber an eine andere Ordnung gebunden, an das, was Kant das Sittengesetz genannt hat. Oder eben an die Ordnungen der Liebe. Wenn ich mit denen gehe, dann kann ich mich frei in der Welt bewegen, und ich kann tun, was ich will, es ist immer gut. Das einem Menschen zu sagen, der in der Konditionierung drinsteckt, ist natürlich sinnlos, der richtet nur Unheil damit an. Für den gilt weiterhin: Wenn du heiratest, dann musst du treu sein, und wenn man ein Versprechen gibt, dann muss man es halten usw.

Ich hätte gerne mal mit Hellinger darüber gesprochen, weil mich interessierte, was er schrieb. Ich fand ihn interessant und wahrhaftig in seinem Bereich, und es hätte mich interessiert, ob er um diese andere Ordnung weiß. Es ist eigentlich ähnlich, wie wenn Scharfetter sagt: „Die Psychotherapie muss Psychotherapie bleiben.“ Das finde ich auch, aber das sagt nichts darüber aus, dass es daneben auch das Andere gibt, nämlich die spirituelle Entfaltung ...

... und dass das auch in einer Person zusammenfließen darf.

Genau. Ich wollte das auf jeden Fall. Deshalb habe ich auch noch neben der Vegetotherapie eine

Lehranalyse gemacht, Jungscher und Freudscher Richtung, ich habe beides ausprobiert. Aber es war halt so, das die Analysen nicht so richtig ge-griffen haben, und beide Analytiker haben mir ge-sagt: „Sie machen mir Angst.“ Heute verstehe ich, warum. Der Jungsche Analytiker sagte mir: „Sie können doch nicht die Archetypen leben. Sie wol-len der Magier sein und der Zauberer.“ Und ich sagte: „Ja natürlich. Genau das interessiert mich.“ Und er sagte: „Das geht doch nicht, das muss im Unbewussten bleiben und im Hintergrund. Im rea-len Leben backen wir kleine Brötchen.“ Und ich sagte ihm: „Das interessiert mich nicht. Genau das will ich.“

Alltagsleben und das ganz Große. Ich finde, das hat beides Platz. Ich beweise es dir. Ich kann zehn Kinder groß ziehen neben dem ganzen spi-rituellen Weg, das geht schon. Das muss gehen. Ich bin dafür den Beweis angetreten, dass das gehen muss. Sonst ist das alles nur Scheiße hier.

So sehe ich das auch. Bei meiner Suche nach den Ordnungen der Liebe habe ich gemerkt, dass es für mich extrem schwierig ist, sie zu finden. Ich habe so viel wegzuräumen in mir, bis ich nur näherungsweise mit meiner inneren Wahrheit, so wie du sie verstehst, in Kontakt bin, dass es wirk-lich ein sehr, sehr anspruchsvoller Weg ist, diese Ordnungen der Liebe zu entdecken.

Ja, ich finde, du beschreibst es genau richtig: Man kann diese Ordnungen nicht finden im Sinne von: Hier haben wir sie jetzt, und wir legen das fest, wir drücken das positiv aus, sondern es geht

nur im Sinne von: Man räumt alles auf die Seite, was das nicht ist, und dann bleibt das Wahre übrig. Im Persönlichkeitsmodell erklärt: Ich untersuche, wer bin ich, wer bin ich? ... und das Unterbewusste und so weiter, aber am Ende, wenn man tief genug schürft, merkt man, dass innen, in der Tiefe eigentlich nichts ist, nur dieser große See von Einheitsurgrund, wo alles zusammenhängt. Das bin ich am tiefsten Ort. Da ist man dann wieder mit der Urkraft des Universums zusammen. Wenn ich das bin, wenn mich das erfüllt und wenn ich lerne, das direkt auszudrücken, dann bin ich Liebe, der Kern, dann bin ich das, manifestiere das, und vorher halt nicht.

Es ist ein Weg für Menschen, die das volle Potenzial des Menschseins ausschöpfen wollen, das ist mir völlig klar. Es wurde gesagt, unter einer Million Menschen gibt es einen, der erleuchtet wird, und vielleicht gibt es tausend, die sich auf den Weg machen, und davon erreichen es wieder nur wenige. Wir bewegen uns in diesem Bereich, das ist ja überall sonst auch so.

Stell dir vor, wie viele Menschen sich quälen, um Geige spielen zu lernen oder Klavier! Und wie viele hören wir dann tatsächlich auf den CDs? Ja, so ist das eben in jedem Bereich.

Kreativität und Kraft

Mich beschäftigt auch, woher du die Kraft und die Zeit nimmst, um zehn, zwanzig Bücher zu schreiben, eine Liebesbeziehung mit zwei Frauen zu

führen, Kinder groß zu ziehen, zu malen und, deine Kreativität zu leben. Aus welchen Quellen fließt dir das zu?

Diese Frage habe ich mir oft gestellt, und sie steht ja auch in Verbindung mit dem, wovon wir vorhin sprachen. Irgendwann einmal stellst du fest, dass du in gewisser Weise anders bist als die anderen. Oder: Ich habe etwas, das sie offenbar nicht haben. Mit meinen Klienten geht es mir oft so. Ich versuche sie immer zu pushen, so viel zu leisten wie ich. Und dann merke ich: Das ist ungerecht, ich überfordere sie, sie haben gar nicht so viel drauf. Aber dann kommt sofort die Frage: Warum habe ich denn mehr drauf? Und: Was habe ich denn überhaupt drauf? Was ist es denn eigentlich, was ich habe?

Oder in den Beziehungen. Wenn mir Danièle sagt, heute Morgen wieder: „Weißt du, mit einem anderen Mann - mit dem sie auch sehr nahe ist - fühle ich mich nie ganz hundertprozentig gut, das ist mit dir ganz, ganz anders.“ Dann sage ich: „Warum denn, was ist es denn, was das ausmacht?“ Dann sagt sie: „Du hast einfach noch eine Qualität, die - wie die Wahrheit - alles umfasst, und der andere hat das nicht.“

Was habe ich überhaupt? Ich bin ja mittendrin. Was macht den Unterschied? Ganz konkret habe ich mich gefragt: Da sind andere, die kriegen einfach so wenig hin, kaum ihre Familie mit zwei Kindern können sie ernähren oder ihren Beruf ausüben und so weiter. Was gibt mir eine so große Kapazität?

Ich würde es so beantworten: Ich bin ein Krieger, natürlich, das ist die Qualität, die du entwickeln musst. Ein Krieger kann effizient mit allem umgehen. Ich bin sehr sparsam mit Zeit, mit Energie, ich vergeude nichts. Ich schreibe meine Bücher dann, wenn die anderen Leute sich gehen lassen oder über sich selbst nachdenken. Damit habe ich einfach aufgehört.

Ein Krieger gibt Energie nicht unvernünftig aus. Wenn ich anderen zuschauen, sehe ich, dass sie so viel Zeit brauchen, um sich um sich selbst zu drehen - das ist die eine Unart - oder um sich im Vergnügen zu suhlen. Ich arbeite immer. 24 Stunden am Tag eigentlich. Aber nicht besessen, sondern ich habe ein sehr gemütliches Leben, bin sehr gut eingerichtet. Ich mache eigentlich immer, was ich will. Ich habe häufig das Gefühl, das Glück zu haben, tun zu dürfen, was ich will. Ich denke, das ist der Punkt.

Dann zur Kapazität. In der Gemeinschaft zum Beispiel oder auch im Meisterkurs nehme ich mich zurück und halte meinen Input zurück, damit die anderen kommen können. Das geht dann eine Weile, dann platzt mir der Kragen, und ich sage: Warum soll ich mich beschränken, damit andere auch mal aufkommen können? Ich will doch nur einfach ich selbst sein. Dann stellt sich immer wieder die Frage, wenn wir zusammensitzen, dreißig, vierzig, fünfzig Leute, und jeder gibt sich rein, warum haben die meisten nichts? Und ich überborde vor Eifer. Was ist das denn? Ich weiß es auch nicht.

Es ist anscheinend dein Lebensauftrag. Du scheinst wirklich in deiner Lebensbewegung zu sein. Das Einzige, was ich versuchen kann, das ist, in meiner Lebensbewegung zu sein. Aus unserer Lebensbewegung kommt unterschiedlich viel heraus, das ist faktisch so. Damit ist es gut.

Genau. Die Frage ist aber schon, ob in jemandem etwas blockiert ist. Wenn nichts da ist, ja, dann ist nichts da, das ist gut, eine Tulpe ist eine Tulpe, und eine Rose ist eine Rose. Aber wenn es damit zu tun hätte, dass in jemandem etwas blockiert wäre, dann stellt sich sofort die Frage, ob man das nicht ändern könnte, ob da nicht mehr herauskommen könnte?

Stimmt, aber das muss dann jeder für sich selber klären. Was ich bei mir finde, das ist, dass ich sehr wahrhaftig suche. Damit bin ich manchen Menschen zu radikal.

Ähnlich wie ich, oder? Ist ja auch eine Last.

Konflikte

Für mich ist das so: Aus dieser Radikalität, diesem An-die-Wurzel-Gehen, kommt die Lebenskraft, die Lebensenergie, für die Wahrheit zu leben, für das, was ich als Wahrheit sehe.

Ich denke, das ist auch ein wichtiger Punkt, dass du produktiver bist, wenn du dir erlaubst, dich selbst zu sein, wahrhaftig zu sein. Das hat schon auch dazu beigetragen.

Wir sind jetzt in ein anderes Themengebiet rübergerutscht, aber das liegt mir auch ganz nahe. Mich hat immer wieder dein Mut beschäftigt. Wenn ich sehe, in welche konflikthaften Auseinandersetzungen du dich hineinbegeben hast, dann vermute ich, dass du dafür auch einen Preis bezahlt hast, nämlich angefeindet und kritisiert zu werden. Von innen betrachtet fühlt es sich vielleicht ganz anders an.

Zum Teil, ja. Ich bin ziemlich naiv in gewisse Auseinandersetzungen hineingeraten. Ich habe das nicht gesucht, eher war ich immer in folgender Weise unterwegs: Ich wollte mein Bestes als Beitrag zum Gemeinsamen geben und habe es als eine große Enttäuschung, die ich verkraften musste, erlebt, dass dann die anderen sagten: Das ist gar nicht das Beste. Mit der Zeit – so ganz naiv war ich dann auch nicht – habe ich gemerkt, dass ich im Widerspruch zu vielem bin, und da hat es dann Mut gebraucht. Manchmal war es hart und ist es immer noch.

Und dann war da die Frage: Warum muss ich das alles tragen? Wenn ich es genau anschau, dann sehe ich, dass ich immer die Auseinandersetzungen bekommen habe, die es mir ermöglichten, meine Aufgabe besser zu machen. Ich setze mich mit etwas auseinander, ich schreibe. Ich hatte die Aufgabe, das ganze Sein zu beschreiben, und das habe ich gemacht. Gewisse Dinge wären mir gar nicht aufgefallen, wenn ich nicht darüber gestolpert wäre, und gewisse Auseinandersetzungen waren notwendig, um genau darüber schreiben zu können.

Zum Beispiel die ganze Sektengeschichte, damit hätte ich mich sonst einfach nicht beschäftigt. Oder die Inzestthematik, darüber habe ich geschrieben, und weil sie mich deswegen angegriffen haben, habe ich es dann genauer formuliert. Und jetzt bin ich gerade wieder dabei, es nochmals genauer zu formulieren.⁷⁰

Ich habe es immer als das Leben gesehen, das mir entgegenkommt und sagt: Hier musst du noch gründlicher sein, und es liefert mir die Auseinandersetzung dazu, und dann hat es wieder Sinn gemacht. Es ist auch leicht zu tragen, wenn es Sinn macht. Und vor allem – das war immer genial in meinem Leben – ich wurde so sehr angegriffen, aber im Außen blieb ich völlig unangestastet von all dem. Es geschieht ja nichts, keine Prozesse, keine gerichtlichen Klagen. Ich warte immer noch, dass das auch noch kommt, aber bis jetzt kommt nichts, keine Anfeindungen.

Meinst du, dass die Staatsgewalt zuschlägt oder...

Ja, Anklagen oder so etwas, auf dieser Ebene gab es gar nichts bis jetzt. Ich habe immer die Erwartung, das kommt auch noch, aber wer weiß, vielleicht auch nicht. Wenn es kommt, ist es gut.

⁷⁰ Samuel Widmer: Das Inzesttabu (im Druck)

Die Ursprungsfamilie

Mich hat noch etwas anderes beschäftigt, als ich über das Thema Mut nachdachte. Wie ist es denn mit deiner Familie? Ich nehme an, dass du extrem anders lebst als deine Eltern, vielleicht auch als deine Geschwister? Wie reden die über dich und wie sehen die dich?

Das war schwierig. Das hat ganz früh angefangen. Aufgewachsen bin ich in einem fundamental christlichen Milieu. Da war diese christliche Ideologie, die ich übernommen habe als Kind, ganz klar, und ich war, so wie ich bin, zuerst auch sehr engagiert darin. Dann bin ich über Ungereimtheiten gestolpert, und die größte Ungereimtheit war mit 15 Jahren die Botschaft, dass Sex vor dem Heiraten Sünde sei, dass auch Onanieren Sünde sei. Aber ich konnte nicht anders als onanieren. Ich konnte es nicht so machen, wie es viele Menschen machen, einfach darüber hinweggehen, ein Doppelleben leben, sondern ich musste das klären. Was ist jetzt wahr? Es war eine große innere Not. Entweder haben die Recht, dann bin ich auf ewig verdammt, das ist die eine Möglichkeit. Oder die andere Möglichkeit trifft zu: Das ist einfach Scheiße, was die erzählen, und ich bin schon in Ordnung. Es war ein großes Ringen, und mit 15 Jahren habe ich mich für das Zweite entschieden: Ich bin in Ordnung, das ist Mist, was die erzählen. Und wenn es in dem Punkt Mist ist, ist es das möglicherweise in allen anderen auch. Das habe ich dann vertreten. Natürlich war das ganz schwierig mit meinem Vater und mit meiner Mutter und mit dem Kreis, in dem ich war.

Ich bin von Zuhause rausgeflogen, weggegangen, das war ein erster Gewaltakt. Ich war dann in Zürich als Student, und meine Eltern haben immer an mir rumgemacht. Deswegen bin ich überhaupt zum Studieren gegangen. Ich habe Hochbauzeichnen gelernt und wollte Architekt werden. Eigentlich wollte ich noch zu Hause wohnen bleiben, aber ich merkte, dass das nicht mehr geht. Dann habe ich einen anderen Weg gesucht. Ich wollte Theologe werden, musste die Matura nachmachen, ging nach Zürich. Ich merkte, auf diesem Weg kann ich aus der Familie raus, das ist notwendig. Natürlich haben sie weiter an mir rumgemacht, und ich habe gesagt: Ich komme nicht mehr nach Hause, wenn ihr nicht aufhört damit. Sie haben nicht aufgehört, und dann bin ich ein Jahr lang nicht mehr nach Hause gegangen. Dann kamen die Signale, dass ihnen die Beziehung doch wichtiger ist als die Ideologie und dass sie mich fortan nicht mehr belästigen wollen. Dann bin ich wieder nach Hause gegangen.

Viel, viel später gab es eine zweite Auseinandersetzung. Wir sind eine große Familie, neun Geschwister im Ganzen, viele Onkels und Tanten, alle in dieser pietistischen Ideologie drin, und dann viele Familienfeste, Geburtstage. Meine ganze Energie war verbraten und gefangen in den Familienritualen und den gesellschaftlichen Ritualen. Und ich merkte: Ich will etwas anderes leben. Also, was mache ich? Ich breche. Ich habe einen Brief geschrieben an meine Eltern, an meine Geschwister. Ich trete aus. Ich nehme meinen Abschied aus meiner Familie. Ich mache das nicht mehr mit und das nicht mehr usw. Ich bin

natürlich immer noch freundlich und euer Bruder, ihr könnt jederzeit kommen und an meinen Festen teilnehmen, aber ich werde bei euren Festen nicht mehr dabei sein.

Wie alt warst du da?

Ich weiß gar nicht mehr, ziemlich spät, sicher vierzig oder so. Ich merkte, dass ich mein Leben nicht aufbauen kann, wenn ich an dieser Art von Familienleben teilnehmen muss. Das ist noch heute so.

Die Familie hat das irgendwie geschluckt und verarbeitet, es war schwierig, es ist immer noch ein Schmerz darin, dass das so ist. Ich bin so etwas wie ein Verräter, ausgetreten aus der Zugehörigkeit.

Der dritte Schritt war dann, als ich im Doppelband „Von der unerlösten Liebe“⁷¹ und „Stell dir vor, du wärst ein Stück Natur“⁷² über meinen Vater etwas geschrieben habe über meine Kindheit, dass er mich im Stich gelassen hätte⁷³. Das haben sie natürlich gelesen, oder jemand hat es ihnen zgetragen, und dann gab es nochmals einen Riesenaufrastand. Das war der letzte. Vorher hatten

⁷¹ Samuel Widmer: Von der unerlösten Liebe zwischen Vater und Tochter. Vom Inzesttabu und seinen Folgen. Neu-Allschwil/Basel (Editions Heuwinkel) 1995

⁷² Samuel Widmer: Stell Dir vor, Du wärst ein Stück Natur. Von der Lust am Verbotenen. Carouge / Genève (Editions Heuwinkel) 1995

⁷³ AaO. (Anm. 72) 144 - 146

wir uns zu einer ganz freundlichen Beziehung gefunden, der aber eine gewisse Tiefe fehlte. Dann gab es nochmals Wahrheit hinein und damit nochmals ein Zerwürfnis. In dieser Zeit ist dann meine Mutter gestorben, es wurde dann nicht mehr wirklich erledigt. Mit dem Vater haben wir uns inzwischen wiedergefunden wie vorher. Was sie gut gemacht haben: Letztlich ist das Erhalten der Beziehung wichtiger als jede Meinungsverschiedenheit. Das fand ich auch sehr schön, aber die Meinungsverschiedenheiten bleiben natürlich.

Gibt es jemanden in deiner Familie, dem du in der Art, wie du in der Welt bist und lebst, nahe bist, oder bist du ganz allein?

Ja, ich habe in dem Brief damals gesagt, auch meinen Geschwistern: Ich kann das alles einfach nicht mehr mitmachen, ich erkläre den Austritt, vor allem von Familienfesten, ich werde da nicht mehr kommen, außer wenn es mir gerade drum ist, aber ihr könnt zu meinen Festen kommen. Ich mache psycholytische Rituale, und ihr seid jederzeit alle eingeladen. Das habe ich seither durchgezogen. Eine Schwester und ein Bruder sind mit ihren Partnern zusammen regelmäßig gekommen. Der Bruder hat sich wieder mehr distanziert, die Schwester kommt immer noch, und vor allem ihre Kinder. Die eine Nichte lebt jetzt in der Gemeinschaft hier. Ja, es gibt die, die diesen Weg eingeschlagen haben. Dazu gehört, dass sie auch akzeptiert haben – das war sehr schwierig, und ich habe anerkannt, dass ich es verstehe, wenn sie es nicht können – dass ich als Bruder ausgetreten bin und nun quasi als Führer oder

Lehrer wieder in ihr Leben gekommen bin. Ich habe verstanden, dass viele das nicht wollten oder dass der Bruder ab einem gewissen Punkt gesagt hat: Das will ich nicht mehr.

Dann gab es auch andere, Schwäger, Onkel, Tanten, Geschwister meiner Eltern, die sich über eine lange Zeit haben begleiten lassen von mir. Es war anfangs gar nicht einfach für mich, das anzunehmen. Von einem gewissen Punkt an war es dann kein Problem mehr. Es klingt vielleicht überheblich, das zu sagen, aber ab einem gewissen Punkt der Entwicklung empfindest du es so. Jeder, der zu dir kommt, ist halt ein Kind. Ob er jetzt Professor oder dein Vater ist, das ist nicht mehr relevant, sondern sein Entwicklungsstand. Dann ist er ein Kind, das Hilfe und Führung braucht, und diese gibst du ihm. Und wenn er es nehmen kann, ist es gut, wenn nicht, geht er wieder. Da ist viel möglich geworden.

Wenn ich zurückschaue, was mir die Menschen eigentlich so übel genommen haben, dass ich es so abbekommen habe, was war das mit dem Peter Gasser, in der Familie, im Dorf, dann ist es der Teil, dass ich immer wieder hingestanden bin und gesagt habe – narzisstisch von mir aus oder was auch immer: „Ich habe etwas, und das ist besser. Ich weiß etwas, und das ist besser.“ Dass ich mir das angemaßt habe, nicht irgendwie laiviert habe und es dann von hinten hineinschieben wollte, sondern dass ich einfach gekommen bin und gesagt habe: Ich sehe etwas, was du nicht siehst.

Die Suche nach Wahrheit

Es klingt schon so, als ob du sehr gefragt worden wärst und dich auch selber befragt hättest: Ist es wirklich so, kann ich dazu stehen oder mache ich mir etwas vor? Lebe ich in meinen Größenphantasien?

Es war eine große Not, dass ich das musste. Ich habe gemerkt, dass das nicht gut lief, dass sie mir das übel nahmen, und ich habe oft, mit meinen Frauen zum Beispiel, in Gesprächen gesagt: Bin ich da zu narzisstisch, kann ich das machen? In meinen Büchern drücke ich mich zum Teil so aus, oder jetzt wieder in dem Vortrag. Dann sehe ich: Wenn doch etwas die Wahrheit ist, warum sollte ich diese verstecken, wo ich doch alle anderen Wahrheiten nicht versteckt habe. Wenn ich in der Beziehung oder in einem anderen Kontext etwas klarer sehe als ein anderer, dann bestehe ich darauf. Ich mag da nicht rummachen. Ich sehe etwas klarer als du. Entweder kannst du es nehmen, oder du bist wütend. Es ist mir wurst.

Die Zumutung, die da drinsteckt, ist ja die, dass du es nicht als etwas Subjektives hinstellst. Dann könnten die Leute ja sagen: Ja gut, er sieht das halt so. Du stellst es hin und sagst: Für mich ist es so. Du stellst etwas hin und sagst: Ich habe mir alle Wahrheiten angesehen und habe sie verglichen und das ist die beste Wahrheit. Jetzt rennen sich alle den Kopf ein, die noch bei einer anderen Wahrheit stehen, und sagen, das ist deine subjektive Meinung.

Das war oft ein philosophischer Streit, mit vielen Leuten kam es immer wieder zu diesem Streit über diese „Mode-Wahrheit“, wo behauptet wird: Es gibt keine „Wahrheit“, es gibt nur relative „Wahrheiten“. Ich habe mir das angeschaut und bin zu dem Schluss gekommen: Das ist nicht wahr. Es gibt eine Wahrheit. Natürlich nicht in dem Sinn, dass du sie irgendwie verpacken kannst, und dann besitzt du sie. Aber in jeder Situation, in jedem Kontext gibt es etwas, das wahr ist, und etwas, das nicht wahr ist, und das ist absolut. So ist das. Das darf man heute nicht sagen, jeder denkt etwas anderes dazu, alles ist relativ. Und ich sage, das stimmt nicht, das stimmt einfach nicht.

Oder ein anderes Beispiel, auch so ein Ding in der esoterischen Welt. Ich sage: Die tiefste Wahrheit von allem ist, dass es nichts gibt. Da ist nichts, zutiefst innen ist einfach nichts. Und dieses Nichts ist irgendwie lebendig und hat eine Absicht. Also, das habe ich gefunden, und dann kommen andere, die haben das offenbar auch gefunden, und sagen, folglich ist die ganze Schöpfung nicht wirklich real. Und ich sage, so eine Herabwürdigung der Schöpfung! Denn das ist dasselbe: Das Nichts und die Schöpfung sind ein Ding, die kannst du nicht trennen. Ihr seid nur faule Kerle, ihr wollt den Job nicht machen, hier aufzuräumen und zu lieben, weil das eine ziemliche Knochenarbeit ist, und deswegen zieht ihr euch auf diese Position zurück und sagt: Es ist eh alles Nichts, und deswegen bleiben wir gleich da. Ich bin nicht einverstanden, es ist nicht wahr. Die Leute regen sich auf, weil ich behaupte, etwas zu haben, was absolut ist.

Es klingt in manchen Ohren wie Fundamentalismus. Ich habe mich das auch gefragt. Wo ist denn der Unterschied zwischen Fundamentalismus und der Position, die du vertrittst? Für mich war das eine offene Frage, bis ich gelesen habe, was du über Gemeinschaft geschrieben hast. Du verknüpfst deinen Anspruch auf Wahrheit mit Freiheit. Im Fundamentalismus verknüpft sich die Wahrheit mit der Festlegung der anderen. Da scheint eine Scheidelinie zu sein. Die Wahrheit ist wie die Liebe: frei. Die Liebe geht hin, wo sie hingehen will. Diese Freiheit muss überall, absolut und total gewahrt sein.

Warum hast du gesagt: Bis zu dem Augenblick, wo du über Gemeinschaft gelesen hast?

Du hast in deinen Gedanken über Gemeinschaft geschrieben, dass du, auch wenn hier Gemeinschaft ist, keine Gemeinschaft möchtest, in der jemand zu irgendetwas verpflichtet ist oder genötigt wird. Also auch hier dieser Geist der Freiheit. Zur Gemeinschaft gehört derjenige dazu, wer dazugehören will. Mehr gibt es dazu eigentlich nicht zu sagen.

Das oberste Gesetz ist Freiheit. Das heißt zum Beispiel, wir sind in einer Gemeinschaft, und man muss sich um etwas kümmern, und ich kümmere mich darum und du nicht. Dann komme ich und sage, du lässt mich damit allein, ich muss das Ganze tragen, und du machst nichts. Es ist zwar eine berechnete Aussage und eine berechnete Forderung, dass du auch mithelfen sollst, aber

das oberste Gesetz bleibt Freiheit. Wenn du nicht willst, dann halt nicht, da kann ich nichts machen. Sobald man dieses Gesetz aufgibt und ein niedrigeres Gesetz zum höchsten erhebt, beginnen die Probleme.

Stimmt. Da fällt mir ein, du hast ein Schaubild in deinem Buch „Ins Herz der Dinge lauschen“, wo eine Kugel auf dem Berg obenauf liegt. Die Kugel kann überall hinrollen, das ist gefährlich, das ist der Verlust der Sicherheit, aber nur dort gibt es die Freiheit, dass sie wirklich hinrollt, wo sie hinrollen will. Anders wenn sie in der Schale liegt: Dort ist sie sicher, aber unfrei.

Wenn ich aufgefordert würde – ich komme ja auch und sage, ich habe die Lösung für jedes Problem gefunden, die müssten mich nur fragen, dann könnte man die Welt und alle Beziehungen und alles im Kleinen und im Großen aufräumen - ja, was würde ich dann machen, wenn ich wirklich gefragt würde? Jeder Versuch – ich könnte jetzt sagen, man müsste das machen und das machen und so organisieren, jeder Versuch, es zu organisieren, ist in sich schon falsch. Wenn irgendwann einmal Friede sein wird auf der Welt, die Liebe blühen wird, dann wird sie aus der Einsicht des Einzelnen erblühen. Das ist der einzige Weg.

Das heißt, dass du dich gleich wieder ohnmächtig und hilflos erklären kannst. Man kann nichts tun. Vielleicht merkst du es, vielleicht siehst du es, vielleicht kann ich dazu beitragen, dass jemand etwas sieht – und wenn nicht, dann ist das deine

Freiheit. Alles falsch zu machen, blockiert zu sein, dumm zu sein, das ist deine Freiheit. Das kommt zuerst. Wenn man das wegnimmt, hat man zum Schluss eine Diktatur, nicht wirklich etwas Blühendes.

Vom Wissen zur Weisheit

Hinter allem liegt das Vertrauen, dass, wenn ich die Freiheit gebe, das Leben es schon richtig wachsen lassen wird. Wenn ein Mensch dieses Vertrauen nicht hat, kann er auch nicht die Freiheit wählen. Dann meint er immer, er müsse es machen, dass es richtig wächst, oder er müsse etwas wegschneiden.

Es war eine Entscheidung in meinem Leben. Ein Hunger war in mir, alles kennen zu lernen, viel zu lesen, viel zu explorieren, was viele Menschen schon gesagt haben. Das habe ich auch gemacht. Die ersten 30 Jahre meines Lebens habe ich sehr viel gelesen. Ich habe gemerkt, ich suche danach, dass sich ein Puzzle in meinem Kopf zusammensetzt, so dass ich ab einem gewissen Punkt weiß: Jetzt habe ich verstanden, was man verstehen kann. Mehr kann man auf dieser Ebene nicht holen. Ich habe es verstanden, ich habe ein Bild zusammengekriegt, wie die Welt tickt, ein intellektuelles Verständnis.

Von diesem Punkt an habe ich einen anderen Weg eingeschlagen, habe praktisch nichts mehr gelesen, nichts mehr aufgenommen von anderen, um eben den ganzen Raum frei zu haben, mein

Eigenes dazugeben. Ich bekomme oft Bücher geschenkt von anderen Leuten, ich habe immer eine Tasche, da sind sie drin. Die verteile ich dann in der Gemeinschaft und sage den Leuten: Hat jemand Lust, das zu lesen und mir dann zu erzählen, was drin steht? Manchmal machen sie es, manchmal nicht. Aber ich selbst lese das Zeug gar nicht mehr. Ich sage immer, ich habe hier Bücher, die liest man vor der Erleuchtung, sind also für mich nichts mehr.

Manchmal ist es wie ein Verlust, wie wenn du autistisch geworden wärst. Du orientierst dich nicht mehr so genau darüber, was in den Köpfen der anderen läuft, aber gleichzeitig ist das auch ein Vorteil, weil es dich sonst zu sehr beeinflussen würde. Ich habe gemerkt, dass für mich jetzt eine Zeit ist, in der es nicht mehr so interessant ist, was andere denken oder gedacht haben, sondern ich will dazugeben, was *ich* denke. Und zwar genau so, wie sie es mir dann wieder vorgeworfen haben, nämlich dass das unwissenschaftlich sei: Du kannst doch nicht einfach etwas denken, sondern du musst es in Verbindung setzen mit dem, was andere gedacht haben, und so weiter. Und ich sage: Nein, nein, ich will aus mir heraus gebären, was aus mir als Einsicht kommt, und da stört es mich nur zu wissen, was du gedacht hast oder du.

Du musst alle Fraglichkeiten hinter dir gelassen haben. Die kämen dir ja sonst immer wieder in die Quere. Die Fraglichkeit: Ist es gut genug, abgeprüft an diesem oder jenem, hat es jemand schon mal besser gemacht?

Das habe ich schrittweise aufgegeben. Ich blühe einfach. Ich schreibe dieses Buch, ich mache das, und dann kommt jemand und sagt „sektiererischer Mist“. Das tut irgendwie schon weh. Aber soll ich jetzt den Gegenbeweis antreten oder soll ich einfach weiterblühen? Dem Leben, der Geschichte überlassen, was daraus gemacht wird, oder was das war?

Leseproben

Liebe

Liebe ist unsere grundlegende, eigentliche, in der Regel verschüttete Natur. Wenn ich mich entdecke, entdecke ich die Liebe. Der ganze Bereich des Unbewussten und Transpersonalen ist nur ein Vorraum. Erst wenn ich das Ganze umfasse, bin ich „ich“, bin ich die Liebe, vorher irre ich im Ganzen herum und weiss immer weniger, wer ich bin. Liebe ist nicht Abhängigkeit, nicht Eifersucht, sie hat nichts zu tun mit Bindung, mit Lust und Ähnlichem. (Ins Herz 223f.)

Einander zu lieben ... ist Schönheit. Einander zu lieben bedeutet, wirklich zu sein, heisst, in Wirklichkeit verankert zu sein. Aber ein Paar zu sein ist Hässlichkeit, ist eine folie à deux, ist Verrücktheit, heisst, mechanisch, gemäß einer Schlussfolgerung zu leben, die sich auf vergangener Erfahrung begründet. Einander zu lieben ein Leben lang, nebeneinander allein zu sein für ein ganzes Leben ist Schönheit. Einander zu lieben ist ein höchst lebendiges Ding. Darin ist man allein und schön. (Durchdrungen 271)

Angst

Was wirklich zu tun ist: die Angst, das verdrängte Kind genau beobachten, dann das Chaos dahinter genau betrachten, ohne irgendein Konzept, wie es sein sollte, einfach hinschauen. Dann ist

das Chaos gar kein Chaos, das Chaos entsteht nämlich dadurch, dass ich Angst bekomme und aus der Panik heraus zu handeln (kopflös herumzuschieszen) beginne. Wenn ich das Chaos einfach betrachte, erkenne ich schließlich angstlos den unstrukturierten Lebensstrom, der durch mich fließt, der nie gewusst werden kann, nie in eine Vorstellung oder ein Konzept gefasst werden kann. (Ins Herz 244)

Sexualität

Ich sehe die Versuchung der Sexualität, die Möglichkeit, ihr zu verfallen und mit ihr in die Irre zu gehen. ... Aber ich sehe auch die andere Gefahr, die ich als fast größer erachte, dass wir die Welt der jubelnden Freude genau deshalb verpassen, weil wir die Schönheit der Sexualität aus unserem Leben verbannen wollen, nur weil wir uns nicht fähig fühlen, mit ihr wirklich makellos umzugehen, sie in uns im Gleichgewicht zu halten und zu benutzen, um eine neue Welt hervorzubringen, eine neue Geschichte, den Mythos des irdischen Paradieses zu verwirklichen. Deswegen halte ich in aller Vorsicht, ohne mich definitiv darauf zu versteifen, daran fest. (Vom Weg 250)

Die Sexualität sollte völlig losgelöst sein von Bedingungen und nicht in erster Linie verknüpft werden mit dem Gefühl des Zuhause-seins, der Zugehörigkeit, welches einer anderen Dimension angehört. In unserer Welt ist dem aber nicht so. Die Verknüpfung ist da, aber Tatsache ist, dass in diesem Bereich nie Ordnung und Konfliktlosigkeit

herrschen wird, solange dem so ist. Freiheit in der Sexualität würde bedeuten, das jeder und jede in jedem Moment, an jedem neuen Tag, in jeder neuen Situation von neuem und völlig frei und unbehindert durch irgendwelche Zwänge entscheiden könnte und auch würde, zu wem es sie oder ihn gerade zieht. Und dies würde nichts ändern an den grundsätzlichen Beziehungen, die mit Zuhausesein, mit gemeinsamer Sorge um Kinder oder Heim zu tun haben. (Von der unerlösten Liebe 92)

Psycholytische Therapie

Normale Psychotherapie befasst sich mit dem Kranken. Es geht dabei um eine Umkonditionierung oder Neukonditionierung des Gehirns. ... Meine Psychotherapie fühlt sich verantwortlich für den ganzen Menschen und auch für die Erneuerung der Gesellschaft. Ihr Ziel ist eine völlige Dekonditionierung des menschlichen Gehirns und Geistes, eine radikale Wandlung des Einzelnen und damit der Gesellschaft. Diese Art der Psychotherapie ist die praktische Anwendung der Lehre Krishnamurtis im Alltag. (Du bist Schönheit 15)

Der Lehrer

Seinen Lehrer zu lieben, heisst, von ihm frei zu sein. Deshalb gibt es keine Autorität. Eigentlich ist es nicht wichtig, aus welcher Quelle unser Erwachen kommt. Aber natürlich sind da auch die Liebe und der Respekt für den Lehrer. Und genau in dieser Liebe und in diesem Respekt bist du frei

von seiner Autorität. Liebe ist der befreiende Faktor auf allen Ebenen. (Du bist Schönheit 24)

Dreiecksbeziehungen

Unter Dreiecksbeziehungen verstehe ich unsere allgemeine Unfähigkeit, uns auf mehrere Menschen auf allen Ebenen, den ganzen Lebensprozess betreffend einzulassen, unser Unvermögen, ganz offen und ehrlich zu dritt und damit in Gruppen zu leben, ohne Solidarisierung, ohne Ausgrenzung, ohne Abspaltung und Projektion und ohne Verzicht auf die Freiheit, authentisch zu sein. ... Ich meine, wenn ich von Beziehungsdreiecken rede, natürlich nicht die gängigen Liebesverhältnisse eines Menschen mit zwei andersgeschlechtlichen Personen, welche einander nicht kennen (und trotzdem hassen!) und auch keine Beziehung zueinander haben wollen. Ich meine damit auch nicht in erster Linie nur sexuelle Verknüpfungen, obwohl in diesem Bereich die Schwierigkeiten besonders groß sind. Ich meine damit eine Situation, in der alle drei, vier oder mehr Beteiligten in einem Beziehungsgeflecht, welches das ganze Leben erfasst und nicht auf einen Teilbereich reduziert ist, verbunden sind und alle an der Beziehung untereinander, wenn auch vielleicht auf verschiedenen Ebenen und in verschiedener Weise, und am Wohlergehen der anderen interessiert sind. Mit solchen Situationen sind wir offensichtlich nicht fähig umzugehen. (Von der unerlösten Liebe 54f.)

Dreiecke oder ganze Gruppen, die aus gleichwertigen Menschen bestehen würden, wären wohl der Glücksfall, der ebenso selten aufleuchten würde, wie die Erleuchtung eines Einzelwesens selten ist. (Von der unerlösten Liebe 82)

Das Inzesttabu

Wenn ich vom Tabu um den Inzest rede, meine ich natürlich nicht das gewaltsame Erzwingen von Nähe eines Erwachsenen zu einem Kind, wenn das Kind dies ja gar nicht will. Ich meine auch nicht Grenzüberschreitungen, welche das Kind oder in der Psychotherapie der Klient oder die Klientin gar nicht verantworten kann. Solcher Inzest ist unrecht, krank und bereits Folgesymptom des Inzesttabus, wie wir noch sehen werden. (Von der unerlösten Liebe 56)

Prüfen

Wenn das Leben mich rufen würde, sagen würde: Komm, du musst alles verlassen, worin du gerade steckst, deine Kinder und alles – und es ist nicht der Tod, der ruft, sondern das Leben, das heisst, ich selbst müsste es verantworten -, dann würde ich es ganz genau prüfen, ob das auch wirklich ist, was da ruft, oder nicht. In diesem Prüfen würde etwas ganz klar in mir, etwas ganz verantwortlich, etwas auch ganz demütig, etwas auch ganz still. Diese Stille kann sehen. Diese Stille sieht Wirklichkeit. Aus dieser Stille heraus können wir erkennen, ob es das Leben ist, das ruft, oder ob es nur meine Wünsche oder Ängste sind, die ich auf die Umstände projiziere. Aus

dieser Stille heraus kann ich den Tod, wenn er denn kommt, nehmen als eine würdevolle Einladung. So wie wenn ich bei jemand Fremdem zu Gast geladen wäre. Ich kann mir alles genau anschauen, den neuen Ort und die neuen Menschen. Ich bin nicht verstrickt in Angst und Verwirrung.

(Sag mir, Liebste 70)

Hingabe und Grenzenlosigkeit

Der Druck der ganzen Grenzen, wenn er vollumfänglich und ohne Widerstand wahrgenommen wird, führt zu einer Implosion, einer Bewegung nach innen, weil durch die Grenzen die Bewegung nach außen blockiert ist. Manchmal ist dies wichtig für uns, damit wir den Weg nach innen finden können. Deshalb ist es wichtig, die Grenzen lieben zu lernen, ihren Sinn zu erkennen und sich ihnen hinzugeben. In uns öffnet sich letztlich im Kopfbereich dadurch eine völlig neue Dimension, in der totale Hingabe, die durch nichts mehr begrenzt ist, die Gesetzmäßigkeit ist. (Von der unerlösten Liebe 75)

Entkonditionierung

Wir sind durchwegs, manche weniger, manche mehr, die einen offensichtlich, die andern unauffälliger, konditioniert auf ein Programm, das in einem unaufhörlichen Prozess unseres Gehirns unser Handeln kontrolliert: Du sollst! Du sollst nicht! Du darfst! Du darfst nicht! und so weiter. Wenn du gegen das Diktat dieses Programms

verstößt, kommen Angst und Schuldgefühle auf; wenn du dich ihnen beugst, fühlst du dich wohler, aber bist nicht du selbst. Wenn wir dieses Programmiersein in seiner Gesamtheit zu erkennen beginnen, das heißt, wenn wir es nicht als gedanklichen Prozess, sondern als gefühlsmäßige Realität in uns wahrnehmen, wenn wir das Verbot, das Gebot in uns spüren, beginnt die Korrektur ganz von selbst. Wir sehen vielleicht, dass wir uns ein Leben aufgebaut haben, das nicht unser Leben ist und mit dem uns folglich nie wohl sein kann. Wir beginnen trotz der Angst und der Schuldgefühle, trotz der Verbote und Gebote, die wir in uns fühlen, allmählich das bestehende Programm durch eine neue Haltung zu ersetzen: Was will ich? Was will ich nicht? Wie ist mir wohl? Wann ist mir nicht wohl? Das sind die vorsichtigen Fragen, die den Handlungsprozess nun zu steuern beginnen; Fragen eben und nicht Gebote und Verbote. Zuerst werde ich Mühe haben herauszufinden, was ich will. Das Wissen darum ist nämlich schon lange verloren gegangen. Ich werde mich in unzähligen Illusionen verstricken, weil ich meine, ich wolle etwas, um dann nur erkennen zu müssen, dass mein Wollen durch noch unerkannte Ängste, Schuldgefühle und Ähnliches verfälscht war.

Doch ganz sachte entsteht eine neue Bewegung in mir. Die mir ein neues Leben schafft, mein eigenes eben. Vielleicht sind viele Korrekturen nötig; vielleicht entdecke ich, dass ich nicht meinen Beruf, sondern den meines Vaters habe, nicht mit meiner Frau lebe, sondern mit der, die meine Mutter die richtige fand, meine Freizeit nicht so verbringe, wie ich es wünsche, sondern so, wie

"man" es tut. Vielleicht werde ich das ganze Leben auf den Kopf stellen müssen, um mein eigenes zu finden, und das wird kein leichter, sondern ein sehr schwieriger Prozess sein. Er hat viel mit Loslassen oder viel mehr noch mit Seinlassen, mit Geschehenlassen zu tun!

Wenn du so weit bist, wirst du nämlich allmählich zu erkennen beginnen, dass dein Wohlbefinden dann am größten ist, wenn du geschehen lassen kannst, was geschehen will, wenn du einsiehst, dass du eigentlich gar keine Wahl hast, außer der, deinen Willen gleichzuschalten mit dem, was sich in deinem Leben ganz von selbst ergeben will. Wenn du mit der Bewegung des Ganzen, mit dem, was geschehen will, zusammengehen kannst, findest du das größte Wohlbefinden; wenn du dich dagegenstemmst, endest du wieder dort, wo du angefangen hast, und fühlst dich nicht wohl. Du entdeckst immer mehr, dass das eigene Wollen nur eine eigenwilligere Form des "Du sollst!" ist. Je mehr du die Dualität von Beobachter und Beobachtetem in dir überwindest und in der Einheit aufgehst, desto mehr verlieren Loslassen und Festhalten ihre Bedeutung. Da ist niemand mehr, der festhält, auch niemand, der loslassen könnte, und, was sollte er loslassen oder festhalten. Da ist nur noch das, was geschieht, nur noch die Bewegung dessen, was ist. (Ins Herz 183 – 185)

Beziehungsveränderung

Beziehungen sind in zweierlei Hinsicht etwas sehr Wichtiges in unserem Leben. Einerseits lei-

den die meisten von uns unsäglich in und an ihnen, und andererseits sind sie oder könnten sie wenigstens ein ungeheures Potenzial, eine enorme Befruchtung für unser geistiges Wachstum sein. Speziell die Mann-Frau-Beziehung verursacht uns in der Regel große Probleme. Einiges habe ich schon dazu gesagt. Ich möchte es hier noch einmal zusammenfassen und vervollständigen.

In der Regel sehen wir den Sinn in der Beziehung zu unserem Partner in der Erfüllung unserer Wünsche und Bedürfnisse. Mir scheint das irreführend und falsch zu sein; günstigstenfalls ist das ein positiver Nebeneffekt. *Der Sinn unserer Beziehungen liegt meiner Meinung nach mehr darin, in der Auseinandersetzung mit dem Du, über uns selbst zu lernen, herauszufinden, wer wir wirklich sind, und wie wir miteinander in Frieden leben können.* Das gilt für Beziehungen überhaupt, im Speziellen auch für die Mann-Frau-Beziehung. Dass wir sie als Institution für die Bedürfnisbefriedigung betrachten, resultiert daraus, dass wir auf der Flucht vor unseren Verlassensängsten, vor unserer Einsamkeit, vor unserem ungestillten Hunger aus frühkindlichen Versagungen, Sicherheit und Geborgenheit suchen, die uns nicht abhanden kommen können. Darum machen wir aus all unseren Beziehungen, besonders den familiären Banden und den ehelichen Beziehungen, ein Gefängnis, halten uns in gegenseitiger Abhängigkeit, beherrschen und besitzen einander und lassen die Eifersucht dominieren anstelle von Fürsorge und Zuneigung. Die Gewalt, das Elend, die Sucht, die daraus folgen, sind bekannt.

Dass wir eifersüchtig reagieren, wenn wir verlassen werden oder wenn sich der Partner einem anderen zuwendet, ist soweit nichts Besonderes. Dass wir der Eifersucht recht geben, ihre Forderung zum Gesetz in unseren Beziehungen erheben, statt sie als eine schwierige menschliche Eigenschaft, der wir uns mit großem Verständnis und Interesse zuwenden sollten, zu betrachten, ist das wirkliche Problem. Auf diese Weise findet kein Bewusstseinsprozess statt, dieser wird unterdrückt. Wenn wir unseren inneren Prozess in Beziehungen genau beobachten, werden wir entdecken, dass nicht Liebe und Zuneigung, nicht einmal sexuelle Anziehung oder Sympathie die bindendsten Elemente in unseren Beziehungen sind, sondern unsere Versuche, an unseren Partnern Rache zu nehmen für das, was uns in früheren Zeiten angetan wurde. ...

Je nachdem, wo du in deiner bewusstseinsmäßigen Entfaltung gerade stehst, wird eine andere Lebensform für dich die richtige sein. Und hier liegt vielleicht gerade das Hauptproblem: Dass wir das einfach nicht akzeptieren wollen. Wir wollen nicht wahrhaben, dass Beziehungen zu Ende gehen können, obwohl wir es tagtäglich erleben. Wir wollen nicht wahrhaben, dass unsere Bedürfnisse im Verlaufe der Zeit wechseln, wir wollen nicht sehen, dass wir wenig Einfluss darauf haben, wann, wo und an wen wir unser Herz verlieren. Wir wollen nicht mit der Bewegung unseres Herzens gehen. Immer wieder stoßen wir auf die Unfähigkeit, Unsicherheit, Wandel und Veränderung als Hauptfaktoren in unserem Leben überhaupt und in unseren Beziehungen im speziellen zu akzeptieren. Wir können es nicht wahrhaben,

wenn unser Partner einen neuen Weg einschlagen muss, weil es ihn drängt, noch etwas anderes zu lernen als das, was er mit uns lernen konnte. Wir können einander nicht zugestehen, dass jeder ein Recht darauf hat, in seinem Leben dasjenige zu materialisieren, was für sein Wachstum vonnöten ist. Dadurch erleben wir dann wirklich keine Geborgenheit in unseren Beziehungen, sondern nur Elend und Frustration.

Alleinsein

Ein anderes Problem besteht häufig darin, dass wir das In-Beziehung-stehen als das Primäre, Normale ansehen, das Alleinsein hingegen als das Sekundäre, zu Vermeidende. Das ist verkehrt. Grundsätzlich sind wir allein, und dieses Alleinsein ist kein Leid, sondern eine simple, nicht zu bewertende Tatsache. Beziehung ist das Sekundäre, das Geschenk, das Zusätzliche, welches zuweilen stattfindet und manchmal eben nicht. Weil wir süchtig sind, können wir nicht warten, bis es ins Leben treten will; weil wir nicht allein sein können, unter dem Alleinsein leiden, statt seine Schönheit zu erforschen, müssen wir zwanghaft Beziehung suchen und erzwingen. Weil wir ungesättigte kindliche Bedürftigkeit in uns tragen, greifen wir zu in Beziehungen, die uns gar nicht gut tun. Wenn wir warten können, entdecken wir in uns die Fähigkeit genau zu spüren, wo es uns hinzieht, ob die Anziehung richtig ist oder ungenügend, ob wir uns daheim fühlen oder nicht, ob Alleinsein oder Zusammensein gerade besser ist für uns. Wir sind dann nicht mehr bereit, alles zu erdulden, nur um zusammen zu

sein. Wir können uns dann hohe Ansprüche leisten, und dadurch auch wertvolle Momente gewinnen. Unser Beziehungsgeschenk bedeutet uns dann viel, ebenso wie unser Alleinsein. Wir verschwenden dann keines von beiden, sondern schätzen beide als etwas Kostbares. Das Alleinsein öffnet uns für die Natur, für das Zusammensein mit dem, was uns umgibt, für die Tiefe der Gegenwart, für den Raum, in dem Alleinsein stattfindet. Damit dies möglich wird in unserem Leben, müsste wohl auch das grundsätzliche Schuldgefühl, das uns bezüglich des Alleinseins eingepflanzt wurde, verschwinden. Alleinsein zu wollen, gilt als etwas Abnormes, etwas Unsolidarisches, fast Krankes. Davon müssen wir uns befreien. (Ins Herz 204 – 209)

Krankwerden - Gesundwerden

Dass ein Kind sich anpasst, statt an den unerträglichen Gefühlen, die in ihm verursacht werden, zugrunde zu gehen, hängt wohl einerseits mit einem grundlegenden Lebenswillen zusammen, der in uns wohnt, und andererseits mit unserem inhärenten Sozialverhalten:

Keiner will einsam sein und wir möchten alle geliebt werden. Wenn ein Kind unter ständigem Anpassungsdruck steht, so dass es zum Beispiel extreme Ängste ausstehen muss, was wird es tun?

Du weißt, Angst ist ein Gefühl, aber auch ein physisch unangenehmes Empfinden, etwas, das einen völlig absorbiert, intellektuell lähmt, gefangen nimmt. Das Kind kann damit nicht dauernd

leben, es würde sonst psychotisch - das geschieht auch, wenn es unfähig ist zu verdrängen -, schwer neurotisch oder könnte eventuell gar nicht überleben. Sein Lebenswille hilft ihm, einen Weg aus dieser Situation zu finden: Die Verdrängung, eine sehr nützliche, menschliche Fähigkeit, die, wenn sie zum Zwang wird, später so viele Probleme schaffen kann. Das Kind hört auf, seine Angst wahrzunehmen, so dass sein Kopf und sein Handeln frei werden und sich anderem zuwenden können. Es bleiben dann nur das physische Missempfinden, die körperliche Enge und Anspannung, welche die Angst mit sich bringt. Wenn die Angst sehr lange andauert, wird deshalb die Verdrängung nicht genügend helfen, das Kind hat mit der Zeit doch zu wenig Freiheit. Sein Körper und sein Bewusstsein suchen daher eine neue Lösung und finden sie, indem auch die physische Pein unter Kontrolle gebracht wird. Das ist möglich dadurch, dass sie energetisch blockiert wird, der Lebensfluss in diesem Körperteil unterdrückt wird. Muskuläre Panzerung oder noch effektiver: Blockierung im Bereich innerer Organe (etwa Darm) ist die Folge. ...

Die Behandlung der Verdrängung und Abspaltung versucht das Bewusstsein wieder in die entsprechenden psychischen Räume und körperlichen Anteile zu lenken, ein mühsamer und steiniger Weg. Dabei treten all die Symptome, die durch die Umstände, welche die Verdrängung begleiteten, verursacht wurden, wieder auf wie zum Beispiel eben die Angst, verbunden mit dem Eindruck, sie aushalten zu müssen, bedrohe Leib und Leben, die einzige Möglichkeit zu überleben, sei die Verhinderung dieser Gefühle. Dadurch er-

klären sich auch die extremen Widerstände, die in der aufdeckenden Psychotherapie zu überwinden sind. Auch der Eindruck, wenn man sich auf das verdrängte Gefühl einlasse, werde es für immer bleiben, ist eine typische Begleiterscheinung des Aufdeckens.

Alles was hilft, Bewusstheit zurückzubringen, ist gute Psychotherapie, seien es Körperarbeit, Gespräche, Schreien, Massage oder was auch immer. Meistens ist es aber ein sehr langwieriges und häufig auch recht hoffnungsloses Unterfangen. (Ins Herz 107 – 109)

Spiritualität

Spiritualität heisst, sich seinem inneren Alleinsein zu stellen, darin einzutauchen und aufzugehen, nicht mehr davor zu fliehen, sondern dieses Alleinsein zu wählen, kennen zu lernen und auszukosten. (Von der unerlösten Liebe 94)

Mitgefühl

Mitgefühl. Kein Mitleid! Im Gegenteil! Der Punkt der inneren Stille ist auch der Punkt ohne Erbarmen. Alles ist, wie es ist. Letztlich lässt sich nichts verändern, nichts tun. Aber diese mitleidlose Haltung ist nicht ein Zustand der Gleichgültigkeit, sondern ein leidenschaftliches Mitfühlen, eine Eins-zu-eins-Verschmelzung mit allem, was dir begegnet. Daraus kommt das richtige Handeln, das für alles sorgt, die richtige Aufmerksamkeit, in der alles getragen wird. (Heute wurde 39)

Der Tod

Sterben lernen oder leben lernen hat etwas damit zu tun, frei zu werden. Frei zu werden für die Unermesslichkeit. Frei zu werden für die Möglichkeiten, von denen wir noch nichts wissen. Frei zu werden für das Leben, wie es sich mir zeigt, wie es in mir erblühen will, wie es mich nehmen will und irgendeinmal dann für den Tod.

Ich weiss nicht, was der Tod ist, ich weiss nicht, wer er ist. Das ganz einzugestehen, bringt mich ihm näher: Aber ich spüre, dass die Art, wie ich lebe, etwas damit zu tun hat, ob er zu mir als Einladung kommen wird, mit ganz neuen, ungeahnten Möglichkeiten, oder ob er mich zwingen und wegputzen wird. Ich weiss nicht, wo er mich hinführen wird, ich weiss nicht, was nachher sein wird. Aber ich erahne, dass er mir je nachdem, wie ich ihm entgetrete, unterschiedliche Möglichkeiten bieten wird. Und das macht, dass ich daraus wie im Leben auch die Leidenschaft ziehe, die sich darum bemüht, das Beste zu bekommen, die Beste aller Möglichkeiten. So wie ich das Beste vom Leben möchte und ihm dafür das Beste gebe von mir, möchte ich auch im Tod die Beste aller Möglichkeiten. Und deshalb bemühe ich mich, und ich benütze dazu jetzt mein Leben als Vorbereitung darauf, um ihm dann in der besten Art und Weise entgetreten zu können, so dass er als Höhepunkt, als Fest, als würdiger Abschluss zu mir kommen und darin kein Gefühl bleiben wird, etwas verpasst zu haben, etwas schuldig geblieben zu sein, etwas nicht in Ordnung gebracht zu haben. Ich denke, dann

wird sich seine ganze Schönheit zeigen und entfalten können.

(Sag mir, Liebster 73f.)

Veröffentlichungen

Von Samuel Widmer Nicolet sind bisher folgende Buch-Titel erschienen:

- 1989 Nachtschatten-Verlag: Ins Herz der Dinge lauschen; Sachbuch Psychologie
- 1997 Basic Editions: Listening into the Heart of Things (in Englisch); Sachbuch Psychologie
- 1992 Heuwinkel-Verlag: Im Irrgarten der Lust; Sachbuch Psychologie
- 1995 Heuwinkel-Verlag: Von der unerlösten Liebe zwischen Vater und Tochter; Sachbuch Psychologie
- 1995 Heuwinkel-Verlag: Stell dir vor, du wärst ein Stück Natur; Sachbuch Psychologie
- 1995 Heuwinkel-Verlag: Die Einsamkeit auf dem Weg, Gedichtband
- 1995 Heuwinkel-Verlag: Vom Mann, der ein Bübchen im Bauch hatte (zusammen mit Danièle Nicolet), Kinderbilderbuch
- 1996 Heuwinkel-Verlag: ecstasy – die User-Fibel, Jugendsachbuch Psychologie
- 1996 Basic Editions: Aus der Stille / Out of Stillness (zweisprachig: englisch/deutsch), Meditationen
- 1998 Basic Editions: Essenz schauen, Sachbuch Psychologie

- 1998 Basic Editions: Du bist Schönheit, Sachbuch
- 2000 Basic Editions: You are Beauty (in Englisch), Sachbuch
- 1998 Basic Editions: Du ..., Meditationen
- 1998 Basic Editions: You... (in Englisch), Meditationen
- 1999 Basic Editions: kirschbaumblütenblätterweiss (unter Paul Nicolet), Roman
- 2000 Heuwinkel-Verlag: Die Liebe äussert sich ganz einfach, Geschichtenband
- 2001 Basic Editions: glitzerglimmerspotzerpuster (unter Paul Nicolet), Kinder/Jugend-Roman
- 2002 Nachtschatten-Verlag: Vom Weg mit Herz, Sachbuch Psychologie
- 2002 Basic Editions: Reise in die Wüste – Reise in die Freiheit (zusammen mit Kurt Moser), Meditationen
- 2003 Basic Editions: Sag mir Liebste, was ist das Leben? Und sag mir Liebster, was ist der Tod? (zusammen mit Danièle Nicolet), Briefe
- 2003 Basic Editions: Des Kaisers Nacktheit – des Kaisers Dummheit, autobiographisch/Sachbuch Psychologie
- 2003 Basic Editions: Durchdrungen sein vom Du, Gemeinschaftsbriefe
- 2005 Basic Editions: Vom Allerinnersten, Meditationen

- 2005 Basic Editions: Heute wurde uns eine Tochter geboren (zusammen mit Danièle Nicolet), Tagebuch
- 2005 Basic Editions: Perlen auf dem Weg / Perls on the Way (zweisprachig: englisch/deutsch), Meditationen
- 2006 Basic Editions: Celias Garten (unter Paul Nicolet), Roman
- 2007 Basic Editions: Aus dem innersten Herzen gemeinsamen Seins, Gemeinschaftsbriefe
- 2007 Basic Editions: Freiheit beinhaltet Verantwortung, Gemeinschaftsbriefe
- 2009 Basic Editions: Letters to the World / Briefe an die Welt, Briefe
- 2009 Basic Editions: Einfachheit / Simplicity (zweisprachig: englisch/deutsch), Gedichte
- 2010 Basic Editions: Das Inzesttabu, Band I, Sachbuch Psychologie/autobiographisch
- 2010 Basic Editions: Wer heilt, hat Recht, Band II, Sachbuch Psychologie / autobiographisch
- 2010 Die Kriegertexte. (im Druck)
- 2010 Die Wahrheit. (im Druck)
- 2010 Was ich dir noch sagen wollte. Begegnungen mit Manuel Schoch (im Druck)

Von Samuel Widmer und Danièle Nicolet sind bisher folgende CD's (Meditationen, Psychologie, Psychotherapie, Selbsterkenntnis) erschienen:

(alle Basic Editions)

1996 Sterbepunkt (3 CD's)

1997 Glücksfähigkeit (2 Doppel-CD's + 1 CD)

1997 Intimität I + II (2 CD's)

1998 Bestandesaufnahme (Sexualität-Transzendenz-Spiritualität)

1998 Ins Herz der Dinge lauschen

1999 Essenz schauen I + II (je 2 CD's)

2000 Zwischen Ecstasy und Ekstase (Doppel-CD)

2000 Recht auf Rausch

2000 Meditationen (Liebender / grosse Leere)

2001 Die Einsamkeit

2001 Freiheit, was ist Freiheit (Doppel-CD)

Indien 2000/01 „Ausdruck“ (auch engl. erhältl. „Expression“)

2002 Sahara Meditationen (Doppel-CD)

2002 Freisein (Doppel-CD)

2003 Meditationen über den Tod

2003 Die Liebe und der Tod

2003 Tantra, I + II (2 Doppel-CD's)

- 2004 Vom ehrbaren Inzest (Interview Hugo Stamm) (Doppel-CD)
- 2004 Unausweichlichkeit I + II (2 Doppel-CD's)
- 2004 Zyklus über GELD (5 Doppel-CD's)
- 2005 Zur Inzestproblematik in der Therapie
- 2005 Der tantrische Kreis (2 Doppel CD's)
- 2006 Meditationen (2 Doppel-CD's + 1 CD)
- 2006 Energiezyklus: Sexualität (Doppel-CD)
- 2007 Einfach Nichts / Romantische Liebesbeziehung (Doppel-CD)
- 2007 Energiezyklus: Wille (Doppel-CD)
- 2007 Energiezyklus: Sterbepunkt (Doppel-CD)
- 2008 Energiezyklus: Herz (Doppel-CD)
- 2008 Selbsterkenntnis (Doppel-CD)
- 2008 Dich aushalten / Der Zustand des Nichtwissens (Doppel-CD)
- 2008 Die Weltformel / Verschiebung des Montagepunktes (4 CD's)
- 2009 Energiezyklus: Ausdruck (Doppel-CD)
- 2009 Innere Räume (Vortrag Architektur Frankfurt)
- 2009 Energiezyklus: Stille-Wahnsinns-Macht-Punkt (Doppel-CD)
- 2009 Und noch mehr Selbsterkenntnis / Die Art des Kriegers (Doppel-CD)
- 2009 Zwei Meditationen vom 22.10.08 & 28.01.09 (Doppel-CD)

Von Samuel Widmer und Danièle Nicolet sind bisher folgende DVD's (Meditationen, Psychologie, Psychotherapie, Selbsterkenntnis, Vorträge) erschienen:

(alle Basic Editions)

2000 Vom Tanz um die Einsamkeit

2001 Von der Einsamkeit als Tor

2001 Von der Kunst der Meditation

2001 Freiheit, was ist Freiheit? Vortrag Berlin
2001

2002 Vom Mysterium des Seins, Vortrag Berlin
2002

2003 Vom neuen Mythos

2003 Von der Freiheit

2004 Wahrheit, Vortrag Berlin 2004

2005 Der tantrische Weg, Vortrag Hamburg 2005

2006 Therapeutischer Inzest, Vortrag Cham 2006
(Doppel-DVD)

2006 Die Spiritualität beginnt im Becken, Vortrag
Berlin 2006

2009 Der Schweizer Psychiater im Gespräch mit
Volkmar W. Dünkel

Filme über Samuel Widmer Nicolet und seine Arbeit:

2000 Annäherung an die Liebe (Portrait), Film, 90 min.

2001 Einladung in die Liebe (Seminar), Film, 90 min.

In Vorbereitung:

weitere CD's: zum Energiezyklus (Krone, Wurzel) 2009-2010

DVD: Gemeinschaft, Vortrag Hamburg 2006 / Gemeinschaft, Vortrag Frankfurt 2007

Von Danièle Nicolet sind ausser den gemeinsamen, mit Samuel Widmer Nicolet herausgegebenen folgende Titel erschienen:

1996 Basic Editions: Verbrannte Flügel, autobiographisch/Sachbuch Psychologie

2001 Basic Editions: Was macht, dass du so schön bist? Gedichte

2005 Basic Editions: Vom Leben überwältigt (zusammen mit Christoph Hofer), Gedichte & Fotos

Adressen der Verlage

Nachtschatten-Verlag

Kronengasse 11

4502 Solothurn

Tel. 0041 (0)32 621 89 49

Fax 0041 (0)32 621 89 47

www.nachtschatten.ch

info@nachtschatten.ch

Basic Editions

Rebe 268

4574 Nennigkofen

Tel./Fax 032 621 88 40

Handy 076 307 70 76

www.basic-editions.ch

info@basic-editions.ch

Editions Heuwinkel

4123 Neu-Allschwil



Samuel Widmer



Martin Jochheim

Die Vision

„Wir Menschen würden uns vollkommen unverbrüchlich und mit Haut und Haaren aufeinander einlassen. Wir würden uns so vollkommen aufeinander einlassen, dass Besitzverhältnisse weder im Materiellen noch in Beziehungen länger eine Rolle spielen würden. Wir wären uns über unsere flüssige Natur, über unsere Unbegrenztheit, über unser unverbrüchliches und unausweichliches Verbundensein miteinander bewusst. So sehr aufeinander einlassen würden wir uns, dass es zum Beispiel keine Rolle mehr spielen würde, von wem die Kinder wären, die uns geboren würden (obwohl man es natürlich genau wüsste), weil sowieso alle Kinder unsere Kinder, meine Kinder, deine Kinder wären, für die wir uns ohnehin ganz und gar verantwortlich fühlen würden. So sehr auch wären wir einander versprochen - um dieses leidige Thema der Sexualität, das immer wieder der Stolperstein in der Angelegenheit zu sein scheint, miteinzuschliessen -, dass ich mit allen Frauen, die sich zu einer solchen Gemeinschaft zählen, eine ungezwungene, heitere Sexualität leben könnte, sofern wir das wollten, und alle anderen Männer auch, und die Frauen mit allen Männern selbstverständlich auch. Und ob wir das wollten! Und ob wir das endlich eingestehen würden, dass wir das tatsächlich wollen!“