

## Eins Und Sein der 52. Newsletter Anfang März 2012

### Liebe Freunde und Interessenten,

Ende des 19. Jahrhunderts gab es in unter Naturwissenschaftlern die Meinung, in der Physik werde es schwerlich viel neues geben. Der Münchner Physikprofessor Philipp von Jolly zum Beispiel gab dem Studenten Max Planck die Auskunft, in dieser Wissenschaft sei schon fast alles erforscht und es gelte, nur noch wenige unbedeutende Lücken zu schließen. Bekanntlich kam es anders – durch Max Plancks Quantentheorie und die in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts entwickelte Quantenmechanik. Diese Entdeckungen revolutionierten die Physik und fordern unser aller Denkgewohnheiten heraus. Erst in jüngster Zeit beginnen sich auch Nichtphysiker dessen bewusst zu werden.

#### *Statisches Denken*

Man hält etwas für abgeschlossen, für nahezu vollendet. Man überblickt die Jahrzehnte des eigenen Lebens und glaubt, sich selber zu kennen, die Stärken, die Begabungen und das, von dem man überzeugt ist, dass es einem verschlossen bleibt. Man meint, nach den Entwicklungsjahren, wenn man erwachsen geworden ist, sei die eigene Entwicklung beendet. Die Persönlichkeit mit ihren Überzeugungen und Glaubenssätzen sei gefestigt und werde sich nicht mehr verändern.

Viele Menschen denken auf diese statische Weise von sich selber und bewegen sich während ihres ganzen Lebens in einem nicht sehr weit gesteckten Rahmen des von jeher Gewohnten und Vertrauten. Und wenn das Gewohnte und Vertraute ins Rutschen gerät, haben sie Angst. Diese Angst führt wiederum dazu, dass in Zeiten persönlicher Krisen viel Energie darauf verwendet wird, zu Klagen und vom Bestehenden retten zu wollen was zu retten ist.

Vor ein paar Jahren begegnete ich einer Frau, deren Haus in Florida ebenso wie das ihres Nachbarn von einem Tornado dem Erdboden gleich gemacht worden war. Immer wieder suchte sie in den Wochen nach dem Wirbelsturm den alten Platz auf und stocherte in den Trümmern nach Hausrat. Bis ihr schließlich der Nachbar, der ja auch alles verloren hatte, eindringlich nahe legte, sie solle endlich mit dem Suchen aufhören und neu anfangen.

#### *Neurowissenschaft*

Am Beginn eines Interviews, das Lorenz Marti im Schweizerischen Rundfunk mit dem Göttinger Neurobiologen Gerald Hüther führte, steht dieses Zitat des Nobelpreisträgers Konrad Lorenz: »Der Übergang vom Affen zum Menschen sind wir«. Das klingt ganz schön provokativ. Wir sind

demnach noch keine wirklichen Menschen, sondern erst auf dem Weg dorthin. Im Übergang. Und entsprechend sei auch das Forschungsgebiet Mensch so wenig abgeschlossen wie das der Physik.

Gerald Hüther wird zur Zeit viel interviewt. Denn er hat ein Buch geschrieben, das ich für eines der wichtigsten der letzten Jahre halte. Es trägt den Titel »Was wir sind und was wir sein könnten. Ein neurobiologischer Mutmacher«, und ist bei S.Fischer erschienen.

Ich werde hier keine ausführliche Darstellung geben, dazu würde schon der Platz nicht reichen. Aber ein paar Ergebnisse der Forschung vorstellen möchte ich. Wir können daran sehen, wie die Hirnforschung so manches von dem bestätigt, was die Jahrtausende alten Weisheitslehren sagen.

#### *Wir sind weitgehend frei*

Als vor ein paar Jahren das menschliche Genom sequenziert war, redete alles über die Gene. Gene sollten verantwortlich sein nicht nur für die Veranlagung zu bestimmten Krankheiten – woran nicht zu zweifeln ist – sondern auch für persönliche Neigungen und Verhaltensweisen und dafür, was im Leben aus uns wird, zum Beispiel ein braver Bürger oder ein Verbrecher. Im Extrem feierte da eine Lehre vom vorbestimmten Schicksal (Prädestination) fröhliche Urstände. Es gebe keinen eigenen Willen, sondern man mache, was die Gene von einem wollten. Wir seien die Sklaven unserer Gene.

Doch es ist anders. Wir sind nicht genetisch vorprogrammiert. Vielmehr sind wir Menschen seit Urzeiten die Gestalter unserer Entwicklung. Sprache, Kultur, Kunst, Ritual, die Formen des Zusammenlebens,

*Während seines Lebens immer wieder zu recht gestutzt erinnert sich dieser Baum stets an seine natürliche Form und verwirklicht sie*

das alles, was wir heute sind, haben nicht die Gene, sondern Menschen hervor gebracht. Die Gene stellen nur das Potenzial zur Verfügung.

Frei zu sein heißt, wählen zu können, heißt Offenheit für Wechsel und Wandel. Dem entsprechen die Aussagen der Weisheitslehren. Sie beschreiben den Menschen ja auch als ein Wesen im Übergang: »Erkenne dich selbst, wachse über dich hinaus, werde zu einem vollständigen Menschen, wähle den Weg, der zum Leben führt!«

#### *Das Gehirn ist plastisch*

Die alte Vorstellung, unser erwachsenes Gehirn sei eine Art fest verdrahteter Apparat, ist falsch. Die Forschung hat vielmehr gezeigt, dass zum einen sehr viel mehr Potenzial zu neuronaler Verknüpfung und Vernetzung bereit steht, als jemals genutzt wird – und dass das Gehirn plastisch ist!

Was heißt plastisch? Es ist veränderbar. Durch Erfahrung und Lernen können immer neue Verknüpfungen und Vernetzungen entstehen, und zwar unabhängig vom Lebensalter. Das Sprichwort »was Häschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr« stimmt nicht. Auch Hans kann lernen, kann sich verändern, wachsen.



Geht jemand zum Beispiel daran, im Alter noch zeichnen zu lernen oder den Tango zu tanzen, zeigt sein Gehirn nach etwa einem halben Jahr Praxis, dass sich neue Vernetzungsmuster gebildet haben.

Oder meditieren lernen. Untersuchungen haben gezeigt, wie sich durch Meditation die Struktur des Gehirns verändert und es sogar wachsen lässt. Jene Areale, die mit Erkennen und Erfahren, mit der Verarbeitung von Gefühlen und dem Wohlbefinden zu tun haben und bei älteren Menschen dünner werden, nehmen an Dicke zu.

#### *Gehirne sind als einzelne nicht denkbar*

Die Gene stellen Potenzial zur Verfügung, regeln aber nicht, wie das Potenzial verwirklicht wird. Dass wir auf zwei Beinen gehen, eine Muttersprache erlernen, Sexualität praktizieren, verdanken wir anderen Gehirnen – denen unserer Eltern und Lehrer und dem in den Kulturen überlieferten unermesslichen Schatz des seit Urzeiten von Menschen Gelernten. Unsere Gehirne werden also von unserer sozialen Umwelt geprägt. Ein alpenländischer Bergbauer, der von Kindheit an mit den harten Bedingungen seiner Lebensweise vertraut ist, weist andere neuronale Verknüpfungen auf als ein Fischer in tropischen Gewässern. Und ein Amateurgeiger andere als ein Berner Steuerberater. Zugleich aber sind diese vier Gehirne nicht fix verdrahtet, sondern jedes einzelne kann lernen. Der Geiger die Alpwirtschaft, der Fischer die Steuerberatung, der Steuerberater das Geigen.

#### *Das Gehirn ist kein Muskel*

und auch nicht mechanisch trainierbar wie ein Muskel. Nachdem in den 60er Jahren die Plastizität des Gehirns entdeckt worden war, kam das Schlagwort vom Gehirnjogging auf. In den Kindergärten sollten den Kleinen als sogenannte Frühförderung Fremdsprachen und Mathematik beigebracht werden, und in den Altenheimen

setzte man den Senioren Sudoku und Kreuzworträtsel vor. Das waren, wie die Fachwelt inzwischen weiß, Schüsse in den Ofen. Gerald Hüther erklärt warum.

Wir Menschen brauchen, damit Lernen und Erfahren dauerhafte Spuren im Gehirn hinterlassen, etwas wie einen Dünger. Und er nennt diesen Dünger »Freude und Begeisterung«. Immer wenn wir uns über etwas freuen, von etwas begeistert sind, schüttet das Gehirn ihn aus. Er aktiviert die emotionalen Zentren im Gehirn, wodurch sich die neuronalen Netzwerke verändern.

#### *Unser Gehirn wird so, wie wir es benutzen*

Ohne Freude und Begeisterung verändert sich also nichts. Gehen wir jedoch offen, begeisterungsfähig, neugierig und freudig durch das Leben und an das heran, was zu lernen ist und was wir lernen wollen, nimmt das Gehirn entsprechend auf und erzeugt in jedem Lebensalter neue Vernetzungen.

Da muss ich an den fröhlichen Christenmenschen Martin Luthers denken, und wo der wohl geblieben ist, und an die heitere Gelassenheit eines Buddha. Sowie an die Schulverhältnisse meiner Kinder und der Kinder vieler Teilnehmer. Wie diesen durch das Schulsystem in vielen Gegenden die Freude am Lernen ausgetrieben wird. Oder an die vielen Erwachsenen, die kaum mit Freude und Begeisterung in die Arbeit gehen. Burn-out und Depression sind ja nicht zuletzt Merkmale für erstickte Lebensfreude und Sinnleere im Beruf.

#### *Konkurrenz und Kooperation*

Gerald Hüther ist ein entschiedener Kritiker herrschender Verhältnisse. Wie so viele voraus blickende Geister der Gegenwart sieht er ans Ende gelangt, was er die einseitig auf Nutzung der Ressourcen und Wahrung des Besitzstands ausgerichtete Lebensweise nennt. Immer schnelleres Produzieren und Konsumieren unter dem Druck der Kon-

kurrenz eines jeden gegen jeden, wo alles nur immer reibungsloser laufen soll und Fehler nicht mehr erlaubt sind, töten die Kreativität und treiben die Menschen in die Vereinzelung. Und sie zerstören die Lebensgrundlagen auf unserem Planeten.

Denn wo die Angst vor dem Versagen und dem Verlust des Besitzstands den Ton angeben, bleibt die Offenheit für Wandel auf der Strecke. Weil Menschen unter Druck und in Angst kaum neue Wege gehen, sondern sich in der Regel an das Alte klammern und hinter ihre Zäune flüchten.

Überhaupt Konkurrenz: die Evolution zu höher organisiertem Leben sei ja nicht das Resultat des Konkurrenzkampfs einzelner Zellen gegeneinander, sondern von ihrem Zusammenschluss zu größeren Verbänden, also von Zusammenarbeit.

#### *Zwei Grundbedürfnisse*

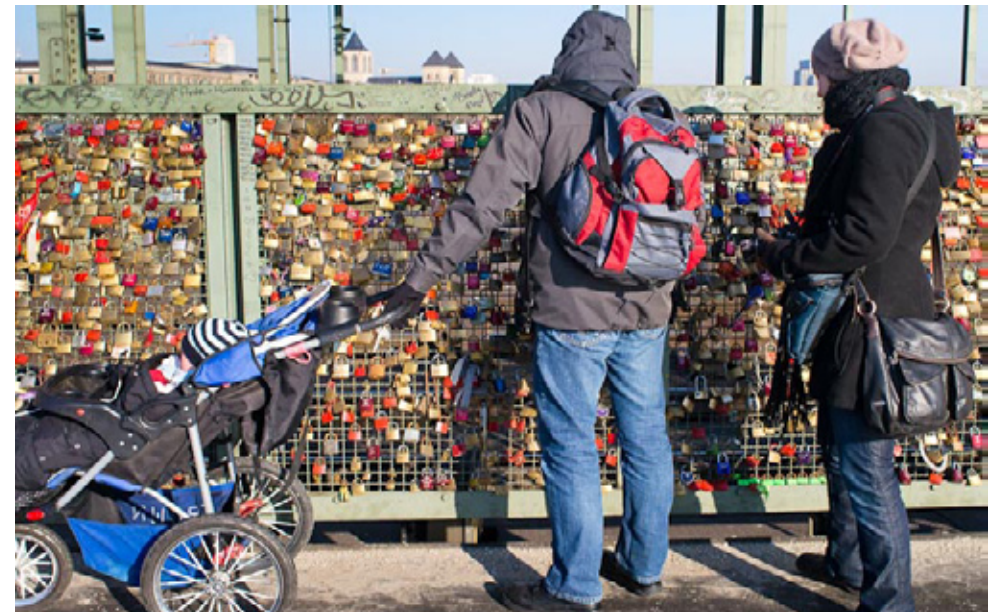
teilen alle Menschen: das Bedürfnis nach Geborgenheit und das nach Freiheit. Beides wurzelt in unserer frühesten Lebenszeit. Aus dem Mutterleib bringen wir die Seh-

sucht mit, dass jemand für uns da ist, dass wir aufgehoben sind und ganz loslassen können. Auch der Drang nach Freiheit und Selbständigkeit stammt aus den frühen Erfahrungen: wir sind gewachsen, haben gelernt, auf zwei Beinen zu gehen und mit Abenteuerlust Stück für Stück mehr von unserer Umwelt entdeckt.

Viele Menschen erleben als Erwachsene Geborgenheit und Freiheit als Gegensätze. Ich höre das sehr oft von Teilnehmern der Seminare. Wieder aufgrund schmerzhafter Erfahrungen aus Kindheit und Jugend verbinden sie Geborgenheit mit Angst vor Abhängigkeit und Freiheit mit der Angst vor dem Verlust von Geborgenheit. Mit der Folge, dass die Geborgenheit wie die Freiheit auf der Strecke bleiben.

Wo aber Geborgenheit und Freiheit nicht als Gegensätze erlebt werden, sondern gemeinsam herrschen, entstehen Freude, Begeisterung, Gemeinschaft. Der beste Dünger für das Gehirn, für Kreativität, für Lernen und Wandel.

*Liebes-Schlösser*



### *Gemeinschaft*

ist ein Merkmal von Spiritualität. Sie kann nur gedeihen, wo keine Angst ist. Wo mit Neugier und Experimentierlust Grenzen erforscht, erweitert und schließlich überwunden werden. Gemeinschaft entsteht, wo wir uns zugehörig fühlen. Wo wir nicht gegeneinander konkurrieren, sondern wo jeder sich entsprechend seiner Fähigkeiten einbringen kann und geachtet wird. Wo ein Ziel verfolgt wird, das den Mitgliedern der Gemeinschaft sinnvoll erscheint. Sinn ist übrigens mehr als Zweck! Als sinnvoll erscheint uns, was uns auf einer tieferen existenziellen Ebene berührt. Und die uns am tiefsten berührenden Fragen lauten nicht »Wie werde ich reich und berühmt?« Oder »Wie nutze ich die spirituellen Lehren, um möglichst schnell jemand Besonderer zu sein?«. Sondern es sind die nach dem Kern des eigenen Seins: »Woher komme ich? Wer bin ich? Was ist Liebe? Was ist Tod?«.

Auch Gerald Hüther spricht von Liebe. Von der echten Liebe, in der Geborgenheit und Freiheit zugleich verwirklicht sind.

### *Das Gegenteil von Liebe ist Angst*

Ich habe in all den Jahren niemanden kennen gelernt, der nicht von jenen Ängsten und Glaubenssätzen geprägt gewesen wäre, die den Ungeist unserer Zivilisation ausmachen. Sie alle wurzeln in dem Zweifel am eigenen Wert und sorgen in unserem Verhalten dafür, dass wir anderen – meist ohne es selber zu wissen – das zufügen, wovor wir selber die größte Angst haben. Hier ein Beispiel: Viele Menschen haben aus der Kindheit die Angst, verlassen zu werden. Als Erwachsene ist ihnen dann kaum bewusst, dass sie sich lieber selber von einem Partner trennen, als eine Trennung neuerlich als Leidende erleben zu müssen. Oder, wieder auf einer wenig bewussten Ebene, sie wählen einen Partner, der sie ein wenig mehr liebt als sie ihn lieben.

Es liegt auf der Hand, dass in solchen Beziehungen Geborgenheit und Freiheit als Widersprüche erlebt werden. Erklärt man jemandem solche Zusammenhänge, werden sie gewöhnlich schnell verstanden – doch am Verhalten ändert sich dadurch in aller Regel noch nichts.

### *Haltungen und Verhalten ändern*

Warum ändert sich am Verhalten wenig, obwohl doch Tausende von Büchern auf dem Markt sind – wie man eine glückliche Beziehung führt, Konflikte konstruktiv austrägt, Kinder erfolgreich erzieht? Und in Tausenden von Büchern werden die Sucher mit den Lehren der Meister bekannt gemacht, werden Anleitung zur Mediation gegeben und Hilfen für die Spiritualität im Alltag. Alle diese Bücher werden gekauft, gelesen. Doch was ändert sich? Lesen ist nur ein sehr begrenztes Erfahren. Ein Buch muss einem schon ungewöhnlich nahe gehen, wenn es in unserem Alltag ein paar Spuren hinterlassen soll.



Unsere inneren Haltungen, die sich als ein oft automatisches Verhalten im Umgang mit uns selbst und anderen Menschen ausdrücken, sitzen tief. Obwohl wir sie nicht mit auf die Welt gebracht, sondern von anderen Menschen übernommen oder aus der Reibung mit der Umwelt erworben haben, sind wir so mit ihnen identifiziert, dass wir sie mit uns selbst verwechseln.

Gerald Hüther: »Eine Haltungsänderung funktioniert nicht durch Appelle, nicht durch Belehrungen, nicht durch Aufklärung. Das geht nicht, weil immer nur das kognitive Netzwerk aktiviert wird, und das emotionale bleibt wie es ist... Und jetzt wird es interessant: Der andere Weg geht auch nicht. Also mit Küssen und Umarmen wird das auch nichts. Das heißt, weder die Kuschelpädagogik noch Appelle oder Ermahnungen führen dazu, dass Menschen sich hirntechnisch auch nur einen Zentimeter von der Stelle bewegen.«

### *Inspiration*

ist notwendig. Hüther nennt es ausdrücklich Begeisterung und meint, dass uns dieser Begriff im 21. Jahrhundert nicht wieder verlassen werde. Er ist eben auch Optimist.

Mein 15jähriger Sohn hat sich auf dem Weg über seine Leidenschaft für Mangas für die japanische Sprache und Kultur begeistert. Im bayerischen Gymnasium, wo den Kindern die Begeisterung längst ausgetrieben wurde, schwimmt er so mit. Vom Japanischkurs der Volkshochschule spricht er mit Engagement und Freude. Was er dort lernt, lernt er schnell und behält es. Er ist inspiriert.

Ich habe weiter oben den Bergbauern, den Geiger, den Steuerberater und den Fischer angeführt und dass sie die Tätigkeit des anderen auch lernen können. Es stimmt, doch müsste jeder wirklich begeistert, inspiriert sein, es müsste ihm unter die Haut gehend, das ist die Voraussetzung.

### *Spiritualität*

Im Grunde sind alle Menschen Sucher. Doch ob man auch findet, hängt wiederum davon ab, ob man auf eine vorurteilslose Weise neugierig und inspiriert ist – kurz, von der Begeisterung. Ein Sucher, der auf Erfahrungen aus ist, die ihn in seinen mitgebrachten Konzepten, Meinungen und Urteilen bestätigen sollen, wird nicht zum Finder. Er wird in irgendeiner Ecke des spirituellen Materialismus oder bei einer Ideologie seine Befriedigung finden und Transzendenz nicht erleben.

Darum ist es bei der spirituellen Arbeit so wichtig, dass Menschen so richtig neugierig auf sich selber werden und Entdeckerlust entwickeln. Diese Begeisterung hilft entscheidend, bei der Arbeit mit den alten Ängsten und negativen Glaubenssätzen zu einem heilenden Ja zu finden.

Gerald Hüther: *Die Spiritualität und damit auch die Fähigkeit zur Transzendenz sind in uns angelegt. Das haben viele Menschen schon verstanden, und das ist auch von spirituellen Lehrern schon seit Jahrtausenden gelehrt worden. Jetzt kommt die Wissenschaft und sagt, das stimmt wohl. Wir sind spirituelle Wesen, wir sind Suchende. Wir sind auf dem Weg.*

### *Das Ziel*

Der alte Spruch »der Weg ist das Ziel« soll die Augen öffnen für die Wirklichkeit der Gegenwart. Er soll uns daran erinnern, unser Dasein im Alltag bewusst zu erleben. Im Büro, beim Spazierengehen, bei der Hausarbeit, beim Zusammensein mit den Liebsten. Das heißt aber nicht, dass es kein Ziel gibt oder dass man Ziele vergessen sollte. Denn tatsächlich entfaltet sich das Ziel aus dieser Bewusstheit für jeden Schritt auf dem Weg. Es heißt Erkenntnis und Liebe.

Herzliche Grüße, Frühling liegt in der Luft  
Burkhardt

## Dhyan Mara schreibt für diesen Newsletter

Lieber Freunde, ein grosses Fest liegt hinter uns und wie immer bei solchen Angelegenheiten trifft man viele Menschen. Menschen, die man neu kennenlernt und solche, die einem nah und vertraut sind. Menschen mit denen man den Alltag teilt und nun ein Fest feiert und die, die man lange nicht gesehen hat. Und die wahrscheinlich häufigste Frage an diesem Abend war: »Wie geht es dir?« Auch ich habe diese Frage häufig gehört und die eingebaute Floskelantwort ist dann immer »Gut. Danke.« Aber so einfach ist es nicht. Jedenfalls bei mir nicht.

Im grossen und ganzen kann ich schon sagen das es mir gut geht. Nun habe ich aber auch seit geraumer Zeit immer wieder mit Rückenschmerzen oder Ischiasproblemen zu tun. Das darf ich ja nicht ganz unter den Teppich kehren. Ich nehme sogar Schmerzmittel und werde, sobald ich das erwähne, mit sorgenvollen Blicken bedacht. Allen ist sofort klar, dass ich zu viel und zu schwer und zu weiß nicht was arbeite. Wahlweise bekomme ich noch Tipps zur Ernährung und Lebensführung, eine Paarberatung und sammle nun auch viele Telefonnummern

Postkonto Verein Eins und Sein,  
Balzenberg  
3762 Erlenbach im Simmental,  
Postfinance 90-720215-8  
IBAN: CH32 0900 0000 9072 0215 8  
BIC POFICHBEXXX  
mit dem Vermerk »Neubau«

Wieder ist eine großzügige Spende eingetroffen, bei allen Spendern bedanken wir uns ganz herzlich!

von den unterschiedlichsten Koryphäen. Jetzt bräuchte ich nur noch Geduld und Ruhe, den rechten Weg für mich zu finden. Die eine Koryphäe hat erst Ende März einen Termin frei, die andere lebt und arbeitet rund 800 km nördlich, ist also gar nicht so schnell zu erreichen. Was mache ich also in der Zwischenzeit? Massagen, Physiotherapie, Schmerzmittel und TCM-Krütli.

Am besten fühle ich mich allerdings, wenn ich gehe. Also habe ich mir erst einmal täglich ein bis zwei Spaziergänge verordnet. Seit zwei Wochen also laufe ich jeden Morgen die Eschlenrunde in ihren verschiedensten Wegführungen. Ich kann die Straße runter, nach Eschlen unserem nächsten Nachbarweiler hoch und über die Wiese zurück laufen. Ich kann die große Eschlenrunde gehen. Ganz außen rum die Strasse entlang. Ich kann den Tannenzäpfliweg hoch, über eine Wiese zum großen Ahorn und dann über Eschlen zurück oder über die Giselmannd am Seminarhaus vorbei. Und all diese Wege kann ich auch noch in die andere Richtung gehen und auf verschiedene Weise abkürzen.

Vor ein paar Tagen am Tannenzäpfliweg schreckte ich vier Eichhörnchen auf. In Windeseile brachten sie sich in Sicherheit. Sie rannten an einem kahlen Baum hoch. Zielstrebig steuerten sie einen Ast an, der weit hinüber ragte zum Nachbarbaum einer Fichte mit dichten Zweigen, die Schutz boten. Eines nach dem anderen lief über diesen Ast bis ganz nach außen und mit einem beherzten Sprung landeten sie in den dicht benadelten Ästen, rannten noch in einiger Aufregung, wie es schien, hoch und runter. Ich sah es mal links mal rechts wackeln, aber noch waren nicht alle drüben. Das vierte Eichhörnchen fehlte noch. Es war das Kleinste wie mir schien und lief am unbelaubten Ahorn rauf und runter auf der Suche nach dem richtigen Weg. Welches ist wohl der beste Absprungast, um sicher in den Fichtenästen zu landen? Es lief recht

hoch, fast bis zur Krone des Baumes, aber da war es viel zu weit weg vom rettenden Nadelgrün. Etwas weiter unten waren die Äste an ihren Enden zu dünn, selbst das winzig kleine, weiche, kuschelige Eichhörnchen wäre mit den Ästen zusammen einfach abknicken. Mit allen Sinnen, so schien es mir, prüfte dieses possierliche Tierlein den rechten Weg, tastend, wippend, schnüffelnd. Es unternahm sogar einen kurzen Versuch, wieder ganz zurück zu laufen und den Baum über den Boden zu wechseln. Am Ende entschied es sich für den genau gleichen Ast wie seine Gefährten, nahm Anlauf und sprang in die dichten, grünen Zweige.

Nicht auf jeder meiner kleinen Wanderungen erlebe ich ein solches Schauspiel, was noch dazu wie für mich inszeniert zu sein scheint, Titel »der rechte Weg«, aber jeden Weg gehe ich neugierig und gerne und manches mal träume ich davon, einfach weiter zu laufen, vielleicht bis zum Meer.

Und fragt mich jemand, wie es mir geht, sage ich: »Gut, besonders im gehen.«

Ich wünsche euch allen schöne Frühlingstage. Hier blühen die Winterlinge, Schneeglöckchen und Märzenbecher, die Bienen beginnen zu fliegen und ein Buntspecht markiert laut klopfend sein Revier. Ach ja, und den Fuchs habe ich auch wieder gesehen!

Herzlich Dhyan Mara



## Die Seins-Woche

Diese stille und intensive Meditationswoche ist offen für die Teilnehmer der Trainingsjahre sowie nach Rücksprache auch für Teilnehmer aus anderen Projekten, vorausgesetzt, sie bringen Meditationserfahrung mit und die Bereitschaft für Begegnung und Stille.

Für eine Woche ziehen wir uns auf uns selber zurück in eine Struktur aus Retreat und Begegnung, aus Alltag und Stille, aus Energiearbeit und Heilung. Dies alles dient der Erfahrung von Nicht-Tun, von Loslassen in das Sein hinein, dem Freilegen von Essenz. Denn Leben ist nur wirklich in diesem Augenblick. Und dieser Augenblick ist in jedem Augenblick neu.

Worauf kommt es also an? Auf die Antworten aus unserer innersten Freiheit, auf unsere Spontaneität und die natürliche Kreativität.

Tao:  
no miracle bigger  
than the no-miracle,

no secret deeper  
than the no-secret.

Don't teach the Tao  
how to Tao -

Tao is like an innocent child  
penetrating the clouds of the knower

Die nächste Seinswoche findet  
statt vom 30. April. bis 6. Mai 2012  
auf dem Balzenberg

## Jochen Matthäus schreibt für diesen Newsletter

Liebe Freunde,

letzten ist mir ein Erlebnis aus meiner Kindheit wieder nahe gekommen: Ich war wohl acht oder neun Jahre alt, als ich bei einem anderen Buben nachmittags zum Spielen war. Wieder zu Hause fand ich auf einmal ein hübsches kleines Spielzeugauto in meiner Hosentasche. Ich wusste selbst nicht so genau, wie das dorthin gekommen war... Jedenfalls hatte ich niemanden gefragt, ob ich es ausleihen oder behalten dürfe.

Nur meine Mutter, die wusste genau, dass dies nicht mein Auto war, und so machten wir uns auf den Weg, um es zurück zu bringen. Lebhaft erinnere ich mich an den Moment, als ich vor der Haustüre stand. Ihr könnt Euch sicher vorstellen, wie mir da zumute war. Ich erinnere mich auch, wie die Mutter meines Freundes sofort sagte: »Aber das macht doch nichts! Sicher wollte mein Sohn ihm das Auto schenken. Das darf er auf jeden Fall behalten.« Ob ich es tatsächlich behalten habe oder nicht, daran kann ich mich nicht mehr erinnern. Aber eines spürte ich an dem Tag deutlich: Das ist nicht die Art und Weise, die sich gut anfühlt, um zu seinen Sachen zu kommen.

Dennoch übte ich mich auch noch als Student zusammen mit meinem Bruder in der Kunst des Schwarzfahrens. Mit psychologischem Geschick und Tricks wie lackierten Fahrkarten in schillernden Klarsichtmäppchen, auf denen man die Stempel mit dem Daumen einfach wieder abwischen konnte, machten wir uns einen Sport daraus, den wir fast bis zur Meisterschaft trieben – Bubenstreiche.

Erst viel später, in einem Seminar mit Burkhardt, lernte ich den größeren Zusammenhang begreifen. Ich denke heute, bei einem Kind kann man noch nicht wirklich

von »stehlen« reden. In der Kindheit nehmen einfach Wünsche, das Habenwollen und die Ich-Bezogenheit noch sehr viel Raum ein. Dafür gibt es ja die Eltern und Lehrer, die das ins rechte Maß rücken.

Was mir als Erwachsener sofort einleuchtete, als ich es das erste Mal gehört hatte, ist die einfache Weisheit, das jedesmal wenn ich stehle, ich nicht nur dem anderen etwas wegnehme, sondern vor allem mir selber. Jedesmal wenn ich durch Stehlen etwas an mich bringe, raube ich mir das Selbstvertrauen, dass ich durch meine eigene Kraft und meine Talente fähig bin, auf einem geraden, offenen Weg zu dem Erwünschten zu kommen.

Zur Zeit liest man in den Schweizer Zeitungen, wie die beiden Zuger Rohstoffkonzerne Glencore und Xstrata zu einem der weltweit grössten Bergbauriesen fusionieren wollen, mit geschätzt 210 Milliarden Jahresumsatz.

Dabei haben sie im Kanton Zug in der Schweiz nur ihre Büros. Von dort aus können sie als Drehscheibe des Rohstoffhandels die Steuern an den Ländern der dritten Welt vorbei schleusen. Zudem erhalten sie so einen juristischen Blankoscheck für Geschäfte in Risikoländern wie Kolumbien,



Kasachstan oder Kongo, wo Umweltauflagen und Menschenrechte kaum Bedeutung haben – schließlich seien sie eine Schweizer Firma und das gehe sie nichts an.

Und die Schweizer Rechtspraxis spielt das Spiel mit. Warum? Für ein paar Millionen Steuern, die dabei für die Schweiz abfallen. Kritisiert man diese Praxis hingegen öffentlich, wird in der Regel sofort mit drohendem »Wettbewerbsnachteil« argumentiert.

Nun bin ich aber Schweizer und meine, die Sache gehe mich durchaus etwas an. Diese Firmen sind bei weitem nicht die einzigen, die in den westlichen Ländern auf solche Weise wirtschaften. Da sind ja auch noch die Banken mit dem Schwarzgeld.

All diese Millionen, die durch solche Praktiken erwirtschaftet werden, kommen auch mir zu gute. Denn von diesem Geld werden für mich gute Spitäler, vorbildliche Schulen und ein bestens funktionierendes Verkehrsnetz finanziert. Rechne ich mir das nun alles zusammen, muss ich mir eingestehen, dass wohl mehr als ein Drittel meines Wohlstands nicht durch den Einsatz meiner eigenen Fähigkeiten und meines Fleißes verdient ist, sondern auf unsauber Art und Weise generiert wird.

Der Kolonialismus hat noch lange nicht aufgehört, nur versucht man heute, die Ausbeutung etwas geschickter zu vertuschen. Und ich komme mir plötzlich wieder vor wie der kleine Schulbube, der vor der Haustüre steht und weiß, dass er das Spielzeugauto zurückgeben sollte.

Bezogen auf den oben erklärte Zusammenhang: Bei allem, was ich anderen stehle, nehme ich vor allem mir selber etwas weg – das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Kräfte.

Wahrscheinlich kommt es nicht von ungefähr, dass die Schweiz im Weltgeschehen der letzten Jahren eigentlich nichts Bedeutendes mehr zu sagen hat, sondern immer wieder nur peinlich dasteht. In einer Welt,

die sich rasant verändert, übt die Schweiz lediglich »Besitzstandswahrung« – egal mit welchen Mitteln. Entsprechend verliert sie massiv an Glaubwürdigkeit und kann zur Zukunft oder zu kulturell Wertvollem kaum mehr viel beitragen – ähnlich wie es bei dem einzelnen Menschen geschieht, der durch Diebstahl zu seinen Besitztümern kommt.

Für mich ist alles letztlich eine Frage des Energiehaushaltes oder der Qualität der Schwingung, in die wir uns mit unserem ganzen Sein stellen. Will ich von dieser höheren Schwingung etwas erfahren und Teil von ihr werden, dann kann ich doch gar nicht anders, als mich von ganzem Herzen immer wieder direkt und offen für diese Welt einzusetzen.

Wo zum Beispiel in dieser Welt Unrecht geschieht und ich das mitbekomme, da geht es mich als Mitmensch immer etwas an. Und damit bin ich wieder mitten im eigenen Alltag: bei meiner Familie, wenn meine Kinder streiten. Bei meiner Frau wenn es darum geht, Aufgaben und Verantwortlichkeiten gerecht zu verteilen. Am Arbeitsplatz, wenn ich merke, dass ein Mitarbeiter übervorteilt oder schikaniert wird. Und jedesmal, wenn ich meine Verantwortung wahrnehme, wachse ich dabei ein Stück. Wenn ich aber wegschaue, nehme ich vor allem mir selber etwas weg.

Solch ganz einfachen Erkenntnisse aus den Seminaren mit Burkhardt sind mir unendlich wertvoll. Und das bedeutet nichts anderes als: Energiearbeit hört mit den Seminaren bei Burkhardt nicht auf, sondern fängt im Alltag erst richtig an. Mit einem herzlichen Gruss  
Goykand

Jochen Matthäus  
Hubelhüsistrasse 55  
CH-3147 Mittelhäusern  
goykand@bluewin.ch  
0041 31 842 06 10