

Im Herzen des schöpferischen Mysteriums

DIE VIELEN FARBEN DES BEWUSSTSEINS

Der Weg zum Licht, zur Erleuchtung, heraus aus dem Dunkel gilt vielen als das ultimative Ziel des spirituellen Weges. Die Mystikerin Cynthia Bourgeault sieht darin auch eine Flucht vor der Fülle und Verantwortlichkeit der Welt. Sie führt uns in diesem Gespräch in eine innere Offenheit, die das ganze Spektrum des Bewusstseins und das Wesen der Schöpfung umarmt.

evolve: Kaum jemand würde wohl bestreiten, dass das menschliche Leben voller Extreme ist. So grundlegende Tatsachen des Menschseins wie Geburt und Tod stellen uns vor eine existenzielle Herausforderung. Auch Licht und Schatten, deren Effekte wir täglich mit dem Sonnenlauf erleben, sind zu einer Metapher für einen dualistischen Gegensatz geworden, in dem Licht als positives Phänomen und Schatten als negative Erscheinung gilt. Welche Auswirkungen hat dieses binäre Denken in Gegensätzen? Wenn wir darüber nachdenken, in welche Richtung sich unsere Kultur entwickeln müsste, damit Menschen in einer dynamischen Ganzheit zusammenleben können, müssen wir unsere Beziehung zu Licht und Dunkelheit verändern. Aber wie?

Cynthia Bourgeault: Ja, wir neigen dazu zu glauben, dass es bei unserer eigenen Reise nur darum geht, immer weiter und weiter durch die Bewusstseinszustände aufzusteigen, und dass der höchste Zustand der nicht-duale ist, in dem die dualistische Idiotie verschwindet und wir einfach eins mit dem Einen sind. Aber das ist so, als würde ein Regenbogen zu reinem weißem Licht werden, was bedeutet, dass man all seine magischen Farben nicht mehr sehen könnte.

Eine Möglichkeit, diesen Dualismus aufzulockern, besteht für mich nicht darin, einen der Begriffe zu relativieren (oder ihn gänzlich abzulehnen), sondern darin, deren Polarität herauszustellen. In Psalm 139 (um 1000 v. Chr.) gibt es eine Stelle, an der König David sagt: »Spräche ich: Dunkelheit möge mich decken und Nacht statt Licht um mich sein, so wäre auch Dunkelheit nicht dunkel bei dir, und die Nacht leuchtete wie der Tag. Dunkelheit ist wie das Licht.« Das ist eine atemberaubende Erkenntnis, besonders wenn man darüber nachdenkt, wie alt sie bereits ist. Die grundlegende Polarität zwischen Licht und Dunkelheit ist eine der ursprünglichen Gegebenheiten, die eine bestimmte Bandbreite an Erscheinungsformen und Seinsweisen ermöglicht, während sie andere verhindert. Mit anderen Worten: Wir Menschen unterliegen in unserem gewöhnlichen Bewusstseinszustand (den ich an unseren besseren Tagen als höher entwickeltes Ego bezeichnen würde) bestimmten Einschränkungen, die untrennbar mit dieser Bewusstseinsstufe verbunden sind. Wir erleben uns typischerweise als individuelle Person mit einer persönlichen Geschichte und betrachten die Welt durch die Linse einer Sichtweise, die in sich getrennt und dualistisch ist. Wir neigen dazu, Urteile und Meinungen zu haben, darunter auch die, dass Licht besser ist als Dunkelheit. Wir sind in diesem Dualismus gefangen und sehen keinen Ausweg, denn es ist sehr schwer, die Linse zu betrachten, durch die man selbst schaut.

Darüber hinaus verharrt unser Bewusstseinsniveau nicht in einem statischen Zustand. Selbst als erfahrene spirituelle Suchende müssen wir, wenn wir ehrlich sind, erkennen, dass wir – manchmal sogar mehrmals am Tag – zwischen den Höhen innerer Weite und den

Tiefen von Selbstmitleid und Verzweiflung hin- und herpendeln. Doch in gewisser Weise ist diese Erkenntnis befreiend, denn sobald man diese gesamte Bandbreite erkennt, kann man beginnen, die Frage neu zu formulieren und nicht mehr zu fragen: »Wie gelange ich so schnell wie möglich zur dauerhaften Nondualität und kehre nie wieder in die Dualität zurück?«, sondern stattdessen: »Wie können Menschen am sinnvollsten das tun, wozu wir auf dieser Erde offenbar berufen sind, nämlich die Kluft überbrücken und auf kreative und fruchtbare Weise zwischen dem Begrenzten und dem Grenzenlosen vermitteln?«

Die Würde aller Bewusstseins Ebenen

e: Wie können wir diese Integration ins Leben bringen?

CB: Solange wir unbewusst dem Dualismus verhaftet bleiben, sind wir hilflos in dieser Welt. Wir werden jeder neuen Situation mit zu viel Urteilen, zu viel Kontrolle und zu viel Angst begegnen. Und solange dieses unhinterfragte Licht/Schatten-Vorurteil unsere faktische kollektive Grundhaltung ist, werden unsere Religionen und unsere spirituellen Praktiken im Grunde genommen auf Ausgrenzung ausgerichtet sein, was niemals funktionieren kann. Wir können eine natürliche Polarität nicht überwinden, indem wir einen der Pole beseitigen. Ich bin fest davon überzeugt, dass dies ein wesentlicher Faktor dafür ist, warum die Welt in dem Chaos gelandet ist, in dem wir uns heute befinden. Das Ego zu transformieren ist nicht dasselbe wie den Schatten zu verdrängen.

Aber so verhalten wir uns nun einmal meistens. Sowohl individuell als auch kulturell neigten wir in der Welt der Babyboomer, in der ich aufgewachsen bin, dazu, uns selbst auf die Schulter zu klopfen und zu sagen: »Seht nur, wie zivilisiert wir jetzt sind!« Ich erinnere mich noch gut daran, wie wir in der Grundschule über die Gemetzel von Attila, dem Hunnen, und andere derartige Gräueltaten

»Solange wir unbewusst dem Dualismus verhaftet bleiben, sind wir hilflos in dieser Welt.«

der Menschheit die Stirn runzelten, während wir uns alle gegenseitig auf die Schulter klopfen, weil die Zivilisation sich inzwischen so weit entwickelt hatte. Selbst als wir höflich daran erinnert wurden, dass der Holocaust im Grunde vor unseren Augen stattfinden konnte, sagten wir immer noch: »Ja, aber schaut mal, was wir daraus gelernt haben!«

Natürlich erinnerten uns einige der nachdenklichen Bewusstseinsphilosophen wie Jean Gebser in seinem meisterhaften Buch »Ursprung und Gegenwart« daran, dass wir im Grunde nichts anderes getan hatten, als den Schatten kollektiv zu verdrängen. Jede der Bewusstseinsstrukturen, durch die wir Menschen uns entwickelt haben, so betont er, verbleibt in der Kultur und besitzt ihre eigene Schönheit und Integrität. Die Aufgabe, die an dieser nächsten integralen Schwelle vor uns liegt, besteht nicht darin, einfach weiter die Bewusstseinsleiter zum reinen weißen

Licht hinaufzusteigen, sondern vielmehr darin, eine sich vertiefende Weite in uns zu entwickeln. Eine Tiefe, die es uns ermöglicht, den Wert all der früheren Bewusstseinsstrukturen – das Magische, das Mythische, das Mentale – anzuerkennen und sie nicht als »unreif« abzustempeln und wieder ins Unbewusste zu verdrängen, um dann, wenn sie wieder auftauchen – was sie mit Sicherheit tun werden –, in diesen grotesk verzerrten Formen zu erscheinen.

Erinnern wir uns an die schrecklichen Aufnahmen, die vom Angriff auf das US-Kapitol und dem Aufstand nach Trumps gescheiterter Wiederwahl auftauchten. Da war dieser QAnon-Schamane mit rot bemaltem Gesicht und einer Kopfbedeckung mit Hörnern zu sehen – ein Zeichen für die nicht integrierte magische Bewusstseinsstruktur! Die Angreifer schlugen mit selbstgebaute Kreuze Fenster im Kapitol ein. Das war der dramatische Ausbruch einer Krankheit, die wir in das Staatswesen eingeschleust haben.

Zwischen dem Endlichen und Unendlichen

e: Das gilt auch für den Nationalsozialismus, wo Hakenkreuze, Symbole und Rituale als deformierter Ausdruck magischer und mythischer Bewusstseinsstrukturen missbraucht wurden.

CB: Magie und Mythos sind an sich nicht schlecht, unreif oder unnötig. Sie gehören zum großen Reichtum der Menschheit. Einer der bewegendsten Orte, an denen ich je gewesen bin, ist das außergewöhnliche archäologische Museum in Heraklion auf Kreta, das die Zivilisation und ihre Artefakte bis mindestens 10.000 Jahre zurückverfolgt. Man kann nicht einfach dorthin gehen, alle früheren Räume geringschätzen und sagen: »Na ja, die sind eben primitiv.«

In jeder Kultur, in jeder Epoche der Zivilisation findet sich eine Integrität, egal wie »primitiv« sie auch sein mag. Und wenn man das erkennt, kann man auch die Integrität in seinem eigenen Wesen sehen. Dein eigenes Mythisches, dein eigenes Magisches sind keine unreifen Phasen, aus denen man herauswächst und die man hinter sich lässt. Stattdessen müssen sie integriert und in einer Art innerem Yin und Yang zusammengehalten werden. Wenn du diese Bewusstseinsformen auf immer tieferen Ebenen annehmen kannst, beginnst du, den geheimnisvollen wechselseitigen Austausch zwischen dem Endlichen und dem Unendlichen, dem Begrenzten und dem Unbegrenzten zu erahnen, der im Herzen der göttlichen Bestimmung in der Schaffung endlicher Form zu liegen scheint.

Gott ist nicht nur das undifferenzierte weiße Licht an der Spitze der Bewusstseinsspirale. Die Bewusstseinsprozesse, die dazu dienen, dieses Licht zu vermitteln, sind nicht die höchsten oder exklusiven Formen des Bewusstseins. Das gesamte Spektrum des Bewusstseins, wie es sowohl individuell als auch kollektiv erlebt wird, ist eine fortwährende Offenbarung von Möglichkeiten, wie wir Menschen mit unserem einzigartigen und sich entfaltenden Geist aufgefordert sind, weiterhin über diese experimentelle Grenze zwischen Form und Formlosigkeit hinweg zu gehen und zu empfangen.

In jenen ehrwürdigen alten Weltbildern, die als »Große Kette des Seins« bekannt sind, ist eines der schönsten und zugleich ergreifendsten Merkmale, dass das menschliche Bewusstsein stets an der Schwelle zwischen dem Stand, was die Menschen jener Zeit als »geistig« und »mate-

rielle« Welt bezeichneten. Natürlich verfügen wir heutzutage über eine weitaus differenziertere Sprache dafür (»sichtbar und unsichtbar« kommt dem schon näher). Diese tief verwurzelte Intuition wird im christlichen Evangelium in wenigen Worten zusammengefasst: »Denn so sehr hat Gott die Welt geliebt.« Abgesehen von dieser Manifestation in Form, abgesehen von dieser ganzen bunten Ansammlung von Welten und Molekülen, die sich auf niedrigeren Frequenzen bewegen und alle auf zerbrechliche Weise voneinander abhängig sind, bliebe ohne den Menschen etwas von der Natur dieser größeren »unsichtbaren« Realitäten – Liebe, Mitgefühl, Standhaftigkeit, Mut, diese wunderschönen Farben der strahlenden Schöpfung – ohne Stimme. Sie hätten keine Sprache, in der sie sich ausdrücken könnten.

Genau in dieser holografischen bzw. vieldimensionalen Weise steht jeder von uns, ganz gleich auf welcher Ebene wir uns befinden und in welcher Bewusstseinsstruktur wir uns meistens aufhalten, vor derselben kosmischen Aufgabe, die untrennbar mit unserer Stellung in der Großen Kette des Seins verbunden ist. Es gibt einen Teil von uns, der eine reale Geschichte in Zeit und Raum hat, ein individuelles und sorgfältig herangebildetes Temperament, eine kurze Lebensspanne, eine persönliche Geschichte, ein Selbst, das biologisch und neurologisch darauf ausgerichtet zu sein scheint, diese Konstruktion eines endlichen Selbst aufrechtzuerhalten. Und wir haben die Aufgabe, diese tief verborgenen Qualitäten göttlicher Intelligenz, der großen Leuchtkraft, offenbar zu machen, indem wir sie in all diesen wunderschönen und einzigartigen Farben zum Vorschein kommen lassen. Wie vermitteln wir zwischen diesen beiden Aspekten unseres Daseins? Das scheint unsere kosmisch bestimmte menschliche Aufgabe zu sein.

Die Herausforderung der Transformation

e: Wie können wir dieser Aufgabe gerecht werden?

CB: Jedes Menschenleben, das ich kenne, bewegt sich zwischen diesen beiden großen Polaritäten hin und her. Wir alle haben jene Momente, in denen wir wissen, dass alles Eins ist, in denen unser Gefühl der Dualität für einen Augenblick verschwindet und wir einfach die Einheit allen Seins kosten. Aber wir können nicht dort verweilen. Das tun wir nie. Einigen wenigen Menschen ist





vielleicht die engelsgleiche Aufgabe gegeben, dort zu verweilen, damit sie uns daran erinnern können, dass dieser Zustand tatsächlich existiert. Die meisten von uns bewegen sich wellenartig hin und her. Ich glaube, dass die eigentliche Arbeit gerade in diesem Weggehen und Zurückkommen liegt.

Wenn wir diese Realität anerkennen könnten, wären wir schon viel weiter auf dem Weg dahin, die Polarität gekonnt zu halten. Wir könnten sie als Ausgangspunkt nutzen, um einen flüchtigen Blick auf eine subtile lebendige Dynamik zu werfen und in sie einzutreten – eine Dynamik, die sich mit jedem Atemzug von den göttlichen und grenzenlosen Welten in die Form und wieder zurück bewegt.

Mit jedem Atemzug können wir sagen: »Okay, ich weiß nicht, wie ich hierhergekommen bin, aber ich bin bereit, mich darauf einzulassen, denn es ist ein ziemlich interessantes Experiment. Ich weiß, was ich tun kann, was hilfreich und was nicht hilfreich ist.« Aus dieser inneren Haltung heraus bewegst du dich in einer Weise durch die Welt, die dem echten Gewissen am nächsten kommt, wie wir Menschen es uns vorstellen können – was für mich wirklich konfliktfreies, richtiges Handeln bedeutet.

Man tut, was man tut, einfach weil man weiß, dass es im Einklang mit einer Welt steht, die sich aus einer höheren Ordnung

der Kohärenz manifestiert, die man allein, mit seinem »kleinen Selbst«, nicht aufrecht erhalten kann. Aber wenn man in seinem kleinen Selbst still ist und sich erlaubt, sich für diese nächste Stufe jenseits des Selbst zu öffnen, kann man es erahnen. Du kannst dich durch die Welt bewegen und dabei vom Schmerz, von der Ungerechtigkeit, vom

»Wir können eine natürliche Polarität nicht überwinden, indem wir einen der Pole beseitigen.«

Kummer, vom Leiden berührt werden – und dennoch nicht zulassen, dass dich das in eine Geschichte verwickelt, die dich die Hoffnung aufgeben lässt. Du kannst es vielmehr als Anlass nehmen, dich immer wieder der Herausforderung der Transformation zu widmen, damit ein wenig mehr Weite im Leiden existieren kann. Und das ist so ziemlich das Beste, was ich damit tun kann. Das ist die Erkenntnis meiner 79 Jahre des Ringens mit diesem Rätsel.

Der höheren Intelligenz vertrauen

e: Du weist also darauf hin, dass es ein Übergang ist: vom Festgefahrensein in der eigenen persönlichen Geschichte hin zu der Erkenntnis, Teil von Kräften zu sein, die im Kosmos selbst lebendig sind.

CB: Ja, genau – und dieser höheren Intelligenz zu vertrauen. Das Einzige, was ich in allen spirituellen Traditionen wiederfinde, ist die absolute, tiefste Überzeugung, dass es ein höheres Wissen gibt, vor dessen Hintergrund alles einen Sinn ergibt. Wenn ich mich in einem Zustand allgemeiner innerer Ruhe befinde, einem Zustand der Gelassenheit und Ausgeglichenheit, kann ich dieses Wissen berühren. Ich kann es bestätigen. Aber wenn ich ganz in meiner Geschichte, meinen Wunden und meiner Opferrolle gefangen bin, dann kann ich es nicht mehr spüren. Und ich kann es auch nicht mehr direkt bezeugen.

Einer der aufschlussreichsten Momente in meiner eigenen spirituellen Entwicklung ereignete sich, als ich gerade mit einem Problem rang, das mich nicht losließ. Ich versuchte, eine Beziehung zu einer Person loszulassen, von der ich wusste, dass sie nicht gut für mich war. Ich wiederholte immer wieder all die spirituellen Übungen, die ich gelernt hatte: Lass das Objekt los, lass das Objekt los, lass das Objekt los. Aber

es funktionierte einfach nicht. Und so saß ich da, völlig frustriert, und sagte mir: »Na ja, ich bin eine totale Versagerin in all diesen Dingen.« Da ging mir ein kleines Licht auf und etwas in mir flüsterte: »Wenn du auf der Seite des Objekts nicht loslassen kannst, versuche es doch auf der Seite des Subjekts.« Was? Da saß ich nun und versuchte vergeblich, das Objekt loszulassen, an dem ich festhielt. Und es war einfach dieser leise Vorschlag: »Warum lässt du nicht einfach das Subjekt los, das an diesem Objekt festhält?« – also mein Ego-Selbst. Ich lockerte meinen Zugriff, und voilà, es funktionierte tatsächlich!

Ich weiß, dass ich, um in dieser turbulenten Welt als bewusster Mensch zu überleben, lernen muss, mein empathisches Herz zu schützen, indem ich seine Fähigkeit vertiefe, all diesem schrecklichen Leid direkt ins Gesicht zu blicken – fast wie eine Sphinx oder wie in einem Bild aus der christlichen Tradition, der Pietà. Die Mutter Maria hält ihren Sohn, der durch die Gewalt dieser Welt zermalmt und zerstört wurde, und blickt auf ihn mit grenzenlosem Leid und doch ohne einen Hauch von Wut, Urteil oder Überraschung. Sie hält ihn – und die Welt – einfach fest, ganz ohne Hysterie und ganz ohne Urteil. Ich glaube, es ist diese stille Gelassenheit, die uns immer wieder zur Pietà zurückkehren lässt – als einer Ikone, die der Welt vor Augen hält, was möglich ist.

Das Leiden Gottes

e: Ich habe nie darüber nachgedacht, aber diese Erfahrung war sofort zugänglich für mich. Es gibt etwas in dem, worauf Maria sich stützt und wir uns stützen, wenn wir das Leiden der Welt betrachten, das keine Polarität beinhaltet. Es ist etwas, wodurch in dem, was wir als schwierig empfinden, Raum entsteht. Da ist also die Mutter Maria, die Jesus inmitten unglaublicher Schmerzen und Leiden umarmt, und doch wird sie selbst von etwas getragen. Was ist das? Wie würdest du das ansprechen?

CB: Sie hält das, was manche Traditionen das Leiden Gottes nennen würden. Das muss sehr behutsam angesprochen werden, besonders für Menschen, denen das viel zu früh aufgezwungen wurde. Aber im Herzen Gottes liegt eine Selbstaufopferung. Nimm irgendein Wort, das du für Gott, das Göttliche, die unendliche Intelligenz oder was auch immer verwenden möchtest – es gibt ein Leiden darin. Ich spreche nicht von dem alten Mann mit Bart da oben im Himmel. Trotzdem ist es hilfreich, das Göttliche zu personifizieren, weil man es so besser spüren kann.

e: Wieder einmal deutest du mit diesem Schritt auf etwas hin, das über das rein Persönliche hinausgeht.

CB: Weit darüber hinaus. Ich glaube, dass es das Persönliche auf einer höheren Stufe in der Großen Kette des Seins ist. Die Bereitschaft zu leiden ermöglicht die Entfaltung in diese Ebenen. Es ist die Offenbarung des Geheimnisses der Liebe. Maria sieht das Leiden und trägt es. Durch sie erkennen wir, dass das Leiden nicht dadurch verursacht wird, dass bei der Schöpfung etwas schiefgelaufen ist, weil Adam und Eva herumgealbert und einen Apfel gegessen haben. Niemand hat es vermässelt. Das Leiden ist wie eine nicht reduzierbare Planck-Konstante, es ist einfach eine Folge des Entstehens von allem. Wie Maria können wir erkennen, dass Leiden die Folge des Entstehens von allem ist. Wie Maria können wir das Leiden in der Gelassenheit des Herzens akzeptieren – ohne Urteil und ohne Schuldzuweisungen. Wir können es annehmen und bereit sein, das Leiden zu tragen, als Ausdruck unseres Mitgefühls und unserer Freiheit. Hier sind wir dem Kern des göttlichen schöpferischen Mysteriums am nächsten.

In der menschlichen Welt sieht es einfach wie eine Mutter aus, die ihren geschundenen und massakrierten Sohn hält. Auf der menschlichen Ebene wäre jeder wütend und aufgebracht. Die Geschichte vom Leiden Christi wurde benutzt, um das unendliche Leid des jüdischen Volkes und vieler anderer ethnischer Gruppen zu rechtfertigen. Hier wird diese Geschichte missbraucht, um andere herabzusetzen. Auf der nächsthöheren Ebene jedoch wird sie zu einem symbolischen Fenster zu einer höheren Gelassenheit, in der man sein Gesicht nicht abwenden muss. In der man lernt, dass das Herz wiederholt gebrochen werden kann, ohne dass es zerstört wird.

Aber um auf dieser Ebene gefestigt zu sein, muss im Herzen ein Gleichmut leben, der für die meisten Menschen auf dieser Welt unerreichbar ist. In den buddhistischen Traditionen ist es die Bodhisattwa-Liebe. Sie ist kein Besitz der Menschen. Sie liegt jenseits der Grenzen einer Welt des endlichen Selbst. Von den großen kosmischen Lehrern und Meistern

wird immer gesagt, sie seien Meister der selbstlosen Liebe. Etwas davon sehen wir in Maria, in der Pietà.

Der deutsche Schuhmacher und Mystiker Jakob Böhme aus dem 17. Jahrhundert sagte sinngemäß: Schmerz ist die Grundlage der kosmischen Bewegung. Man entkommt dem Schmerz also nicht – und für mich ist diese Erkenntnis das wahre Geschenk. Hier kommt es für mich auf die Praxis an. Wir erkennen, dass es sich um bewussten Schmerz und bewusste Akzeptanz und Gelassenheit bis ins Innerste handelt. Das ist eine der grundlegenden Bedingungen, die es ermöglichen, dass es etwas gibt statt nichts. Erst wenn man das sieht, ist man in der Lage, mit den eigenen Füßen fest auf tieferem Boden zu stehen, wenn die Welt aus den Fugen zu geraten scheint. Und das ist unsere Aufgabe.

e: Das ist ein Prozess, dessen Ausgang wir nicht kennen und von dem wir nicht wissen, wohin er führt.

CB: Und manchmal können wir nicht höher steigen, aber mit Mut und Vertrauen können wir immer tiefer gehen. Wir werden eigentlich nur gebeten, unsere Füße tief in die feste Erde zu setzen, die unter dem Fluss der Tränen liegt, und dort zu stehen, um wach und wachsam zu sein. ■

Das Gespräch führte Elizabeth Debold.

CYNTHIA BOURGEAULT

ist Priesterin der Episkopalkirche in den USA, Kontemplationslehrerin und Autorin. Sie lehrte mit Richard Rohr und Thomas Keating und ist Gründerin der Contemplative Society und der Aspen Wisdom School.

www.cynthiabourgeault.com

