

Selbsterkenntnis

© Erich Bonfert

„Erkenne dich selbst!“

Dieses ist ein Leitspruch in allen mystischen Richtungen und Religionen. Es ist auch der Leitspruch des Apollos. Er steht über dem Eingangsportal des Apollotempels in Memphis.

Im folgenden werden drei Beiträge behandelt:

1. Inhalt der Selbsterkenntnis.
2. Warum Selbsterkenntnis?
3. Wege zur Selbsterkenntnis

1. Inhalt der Selbsterkenntnis. Was ist Selbsterkenntnis?

Selbsterkenntnis ist eine Fähigkeit, die unter den Lebewesen nur dem Menschen eigen ist. Das Ergebnis der Selbsterkenntnis ist das Selbstbewusstsein. Im philosophisch-mystischem Sinne geht es beim Selbstbewusstsein um die Erkenntnis: Wer bin ich?; Von wo komme ich?; Wohin gehe ich? Es ist die Suche nach der eigenen Identität und deren Einordnung in das Universum. Während eine materialistische Auffassung über das Selbstbewusstsein sich ausschließlich mit der Persönlichkeit, dem Ego, als Ergebnis höherer Entwicklung der Materie befasst, erkennt die mystische Auffassung neben dem wandelbaren Ego, vor allem die **ewig bewusste Seele** als eigentliche Wesenheit des Menschen und somit des Selbstbewusstseins an. Im Folgenden Beitrag wird die mystische Auffassung über das Selbstbewusstsein vertreten.

Selbsterkenntnis bedeutet ein unbefangenes Selbstbildnis, hinsichtlich Körper, Geist und Seele zu erstellen. Die Grundlage der wissenschaftlichen Erkenntnis über den Menschen und den Kosmos (die Außenwelt) ist der Empirismus, basierend auf sinnliche Wahrnehmung und Rationalität. Mystische Selbsterkenntnis zielt vor allem auf das Erkennen der Wesenheit des Menschen als ewig verbundene Seele mit Gott; der eigenen geistigen Innenwelt, mit all ihren Wechselwirkungen zur Außenwelt und den Beziehungen zu Gott und den Mitmenschen. Deshalb wird der Leitspruch von manchen Mystikern auch folgendermaßen ausgesprochen:

„Erkenne dich selbst und du erkennst Gott und die Welt.“

Der Mensch ist ein Zwitterwesen, d.h. er ist eine bewusste Seele, die nach dem "Bilde Gottes" geschaffen ist und er hat einen materiellen Körper, der das Ergebnis seines Bewusstseins ist. Der Körper ist also eine Manifestation seines bedingten Bewusstseins. Sein Geist (als Denken, Fühlen, Wollen) ist eine "Vermischung" der transzendentalen Seele mit der Materie; eine Bedeckung seiner reinen Seele durch die sinnlich wahrgenommene Materie.



Ein Atheist sieht sich und die Menschen allgemein aus rein empirischer, rationaler Erkenntnis, also als rein stofflich- materielle Beschaffenheit. Den Geist sieht er als hohe Entwicklung der Materie an. Die Existenz einer Seele unabhängig vom Stofflichen ist für ihn unvorstellbar, deshalb inexistent.

Aus mystischer Sicht ist alles mit Bewusstsein erfüllt, auch der Geist und auch die Materie. Im Kern der Selbsterkenntnis steht die Erkenntnis über die eigene Seele, über das Selbst. Die Erkenntnis:

- Ich bin eine ewige spirituelle Seele und habe einen sterblichen Körper.
- Ich bin als Seele ein untrennbarer Teil Gottes (der Universalseele).
- Meine Seele ist ewig, voller Wissen und voller Glückseligkeit.
- Meine Seele ist transzendent (immateriell, spirituell, geistig)
- Meine Heimat ist das Himmelreich Gottes.

Als Ergänzung ist das Wissen über den Körper und das Ego auch das "Ich" genannt:

- Die Seele wird durch mehrere fein- und grobstoffliche (sichtbare und unsichtbare) wandelbare Hüllen umgeben. Die Gesamtheit dieser Hüllen nennt man das Ego.
- Weitläufig gesehen sind die feinstofflichen Hüllen der Energiekörper, der Geist als seine Gedankenwelt, Emotionskörper und der Identifikationskörper (das Ego).
- Weitläufig gesehen sind die grobstofflichen Hüllen, der physische Körper (der Leib), die Kleider, die Wohnung, die Arbeitsstätte, das Auto, die Heimat.
- Der Körper ist eine energetische Erweiterung, eine materielle Manifestation der eigenen Gedanken bzw. des Bewusstseins. Das Bewusstsein bestimmt die Form und Eigenschaften des Körpers.
- Das irdische Leben ist ein zeitweiliger Ausnahmezustand mit dem Zweck einer Bewusstseinsreinigung und Vorbereitung für das Himmelreich Gottes. Unter Bewusstseinsreinigung versteht man, die Erlangung von Wissen und vor allem Fähigkeiten sich von der materiellen Knechtschaft durch Anhaftung zu befreien.
- Durch Reinigung des Bewusstseins erhält man einen „Lichtkörper“.
- Erleiden diese künstlichen Hüllen eine Trennung oder Schaden, so empfindet der Mensch Schmerzen.
- Körperliche und psychische Schmerzen (dazu gehören auch Ängste und Sorgen) sind ein Zeichen seiner Identifikation, bzw. Anhaftung mit den unterschiedlichen feinstofflichen Hüllen. Sie entstehen durch die Begierden und der eigenen Anhaftung an den betreffenden stofflichen Hüllen. Sie sind ein Zeichen seiner spirituellen Unvollkommenheit.

Beispiele:

- Heimweh ist ein Trennungsschmerz von der materiellen Erweiterung unseres physischen Körpers, den wir zusammen mit der Heimat als unser Eigentum durch Identifikation ansehen: "Meine Heimat!" – Ein Teil von mir! Der Verlust tut weh!
- Eifersucht entsteht durch Verletzung des eigenen Macht- und Eigentumsanspruch über andere Personen. "Mein Mann/Frau" ist mein Eigentum über das ich die Verfügungs- Machthoheit besitze.
- Phantomschmerzen entstehen durch Identifikation mit dem physischen Körper nach dem Verlust von Gliedern dieses physischen Körpers, wobei der feinstoffliche Energiekörper diese Glieder noch besitzt.
- Durch bewusste Ablenkung vom Herd eines leiblichen Schmerzes, oder durch völlige Entspannung (autogenes Training) kann der Schmerzherd, oder sogar der gesamte Körper schmerz- und gefühllos werden.

Jesus über den Körper und die Seele:

„Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten und können nicht die Seele töten.“

Die Erkenntnis unserer Umwelt erreicht der Mensch über die sinnliche Erfahrung auf empirischem Wege. Diese Erkenntnis ist jedoch oft geschmälert und verfälscht durch die eigenen Leidenschaften, Befangenheit und Vorurteile. Der Mensch sieht, was er sehen möchte, was von Interesse ist. Er verdrängt, was uninteressant, unangenehm und lästig ist. Durch wiederholte Erfahrungen, aber auch im Arbeitsprozess eignet er sich Denkroutinen, Empfindungsmustern und Handlungsmuster hinsichtlich Zeitersparnis an. So

können gerade diese auch ein Hemmnis in seiner weiteren spirituellen Erkenntnis und Entwicklung sein, weil er in ihnen festgefahren ist. Das Ergebnis dieser Routinen sind Begriffe, Vorstellungen über die Welt und ihrer Manipulation. Einerseits helfen ihm diese Vorstellungen seinen Alltag leichter zu gestalten, andererseits haben gerade Begriffe einen Abstraktionsprozess hinter sich, die die Realität in sich, aus menschlich- befangener Sicht scheinbar in wesentlichen Teilen und Eigenschaften beschreiben, jedoch die Realität oft wesentlich beschneiden. So entsteht ein unvollkommenes, verzerrtes, vom Ganzen abgetrenntes, befangenes Bild der Realität, das ihn oft in ein Labyrinth von Paradoxen, Dichotomien und in einen Dschungel von neuen Begriffen schlittern lässt. Denk- und Handlungsroutinen, die sich für die spirituelle Entwicklung positiv auswirken, bezeichnen wir mit Tugenden. Jesus sprach von Schätzen des Himmelreiches. Einige dieser Tugenden sind: Die unverfälschte, selbstlose Liebe, die Demut, die Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit, die Barmherzigkeit und Güte, die Ehrlichkeit, die Bescheidenheit, die Friedfertigkeit und Toleranz. Dagegen sind Untugenden, bzw. sündhafte Eigenschaften Denk- und Handlungsroutinen, die sich negativ auf die spirituelle Entwicklung des Menschen auswirken. Jesus spricht vom Satan im Menschen. Namentlich: Lüge, Falschheit, Gier, Hass, Neid, Raffsucht, Eitelkeit, Stolz, Gewalt, Rache, Macht. Es ist des Menschen Hölle.

Selbsterkenntnis zielt vornehmlich auf das aufrichtige Erkennen der eigenen Tugenden und Untugenden.

Teil 2 folgt