

Der Weg des modernen Menschen und die »TM«

GEORG KÜHLEWIND

1. Der vorchristliche und der moderne Mensch

Zu allen Zeiten wurde die Menschheit in ihrer Entwicklung, in der Vervollkommenung ihres Erkennens und ihrer Moralität geführt, im Sinne der Verwirklichung ihres Daseins-sinnes. Die vorchristlichen Bestrebungen dieser Art gingen von einem damals gültigen Bild der menschlichen Konstitution aus. Danach bestand der Mensch aus zwei Gliedern, aus dem ausgebildeten, *gestalteten* unteren Menschen: eine Dreiheit von »Leibern«, der physische, der Lebens- und der Empfindsamskeitsleib; aus dem *nicht-gestalteten* oberen Menschen – Manas, Buddhi, Atma –, der den Ichheiten der gestalteten Leiber entspricht, jedoch der Selbstständigkeit ermangelt. Dieser obere Mensch war eingebettet in die Wesenheit von übermenschlichen Intelligenzen; man könnte sagen: er war ein Teil von ihnen. Auch der heutige Mensch weiß nicht, warum er etwas logisch oder evident empfindet, nur führt er das nicht auf Intelligenzen zurück. Der obere Mensch war der eigentlich erkennende und moralisch verantwortliche Teil des Menschen. Wo der obere und der untere Mensch einander gegenseitig durchsetzten, dort entstand der mittlere, siebente Teil des Menschen, sein Ego-Wesen. Aber damit kam auch Unordnung in seine Konstitution; denn – nach allen Mythologien und Urerinnerungen verschiedener Völker und Rassen – es geschah die gegenseitige Durchdringung der zwei Bereiche unter dem Einfluß von menschenfeindlichen Wesenheiten und Kräften, sie bildete den Sündenfall. Das erkennende – »Erkennen« nicht im heutigen Sinne gemeint, nach dem der Mensch von seinem Erkennen auch *weiß* – und moralische Wesen war durch das unregelmäßige siebente Glied gestört. Daher war zunächst das Ziel aller Schulungswege zur Verwirklichung des Menschen, dieses störende Glied in seiner Tätigkeit abzdämpfen, auszuschalten, damit sich der noch reine obere und untere Mensch unter Vermeidung von Unregelmäßigkeiten ineinander fügen sollten. Durch das Ausschalten oder Wegschicken des Ego lockerten sich die Glieder des unteren Menschen, wodurch der obere Mensch leichter und ungestört in den unteren Menschen eindringen konnte.

Zu dem genannten Zwecke verwendete man geistige, seelische und körperliche Erlebnisse, die von dem Alltagsleben stark abweichen. Die geistigen Methoden können im allgemeinen *Meditationen* genannt werden. Unter den seelischen Erlebnissen spielten Angst, Schreck, Erschüttertsein eine große Rolle. Die körperlichen Erlebnisse ergaben sich z. B. aus Fasten, Schmerz, Diät oder aus dem Zusichnehmen gewisser Substanzen. Man kann aber diese seelischen und körperlichen Erlebnisse nicht mit den heutigen vergleichen, denn sie waren zugleich geistige, bzw. seelisch-geistige Erfahrungen. Die Atem-Übungen z. B. waren nicht bloß körperlich-mechanische Tätigkeiten, sondern eben nur dadurch als Übungen gerechtfertigt, daß sie zugleich seelisch-geistiges Erleben waren. Die alten Menschheitsführer wußten, daß durch die einseitige Beeinflussung des Bewußtseins von unten her, d. h. von dem Bewußtseinsträger her, der Bewußtseinszu-

stand zwar selbstverständlich geändert werden kann, die *Bewußtseinsfähigkeiten* des Menschen aber im positiven Sinne nicht wandelbar sind, weil dazu das eigentliche Subjekt, der *ansprechbare* Mensch selbst in die Übungen einbezogen und geändert werden müßte. Selbst die verschiedenen körperlichen Positionen, als Bestandteil der Übungen, hatten eine entsprechende geistig-seelische Erlebnis-Bedeutung.

Der Mensch war durch sein Denken, Fühlen und Wollen für die Bewußtseinsentwicklung zugänglich, insofern in den früheren Entwicklungsepochen das Fühlen und das Wollen – im Gegensatz zum heutigen Zustand – auch erkennende und nicht bloß selbsterlebende Tätigkeiten waren. Ein letzter Ausklang dieser Fähigkeiten ist der Glaube im Urchristentum. So sprachen in früheren Zeiten Wort-, Laut- und Silbenmantren auch oder allein das erkennende Fühlen und Wollen an, jenes Fühlen etwa, durch welches die einstige improvisierte Laut-Ursprache¹ durch die Wort-Sprachen noch fühlend »verstanden« werden konnte.

Man kann feststellen, daß die vorchristlichen Methoden, die einzelne Auserwählte im Dienste der Menschheit empfohlen und angewendet haben, wirksam gewesen sind; denn heute verfügt nun jeder normale Mensch über Fähigkeiten, die in früheren Epochen nur für wenige Auserwählte charakteristisch waren. Jeder kann heute schreiben und rechnen lernen, Schulkinder verstehen den Lehrsatz des Pythagoras z. B., und jeder westliche Mensch kann über das Bewußtsein, das Gewissen, über Denkgesetze sprechen; das war früher nur einem Buddha oder einem Heraklit möglich. Darin liegt ein Fortschritt, schwer erkaufte allerdings durch das Heraufkommen des finsternen Zeitalters. Geht der erkennende Charakter des Fühlens und Wollens verloren und verlieren auch die körperlichen Übungsverrichtungen ihre seelisch-geistige erfahrbare Bedeutung, so bleiben dem Menschen als Übungsfeld in der Bewußtseinsentwicklung nur das Denken, das Vorstellen und das Wahrnehmen; die anderen Seelenfunktionen stehen nicht im Machtbereich des Menschen, sind daher nur mittelbar, durch Denken, Vorstellen, Wahrnehmen, in die Bewußtseinsübungen einbeziehbar.

Das Selbstbewußtsein des heutigen Menschen ist denkerisches Selbstbewußtsein; das Bewußtsein des früheren Menschen war fühlendes Götterbewußtsein. Das Denken erklärt dem modernen Menschen alles, sein Seelisches, seine Vorstellungen, sein Wahrnehmen und sich selbst. Daher ist das Denken der natürliche Ausgangspunkt des Übungsweges für den heutigen Menschen.

2. Der moderne Schulungsweg

Es gibt Regeln für die Gestaltung einer Bewußtseinsschulung, die leicht einzusehen und in jeder Menschheitsentwicklungsphase gültig sind.

Die Schulung, die Übungen setzen an dem *hellsten Punkt* des jeweiligen Bewußtseins an, wo der Mensch am bewußtesten erlebt, und streben von da aus stetig, ohne

1 s. Kühlewind: Tod und Auferstehung des Wortes, die Drei, Jg. 1979, Nr. 6, S. 357.

Unterbrechung der Bewußtseinskontinuität, zu einer immer größeren Helligkeit des Bewußtseins.

Jede gutgemeinte Bewußtseinsschulung ist eine *Lehre*, gilt also dem ansprechbaren Subjekt im Menschen, dem Sprechenden in ihm, und ist bestrebt, eben diesem Sprechenden als solchem zum Bewußtsein zu verhelfen.

Jeder Schritt auf dem Schulungsweg geschieht *konzentriert*, d. h. durch die eindeutige Hinwendung der jeweils lichtesten Bewußtseinskräfte auf das Thema oder auf die Seelengebärde der Übung.

Für den gesamten Schulungsweg ist entweder der Schüler oder ein persönlicher Lehrer verantwortlich.

In früheren Zeiten wurde das damals noch anfängliche Selbstbewußtsein durch das unbedingte Vertrauen zum Lehrer ersetzt: seine seelisch-geistige Ausstrahlung war vor allem die Lehre, und dem entsprach die Nachahmung seiner Worte, Gebärden, seines Schweigens durch den Schüler – eine Nachahmung, die, wie die des sprechenlernenden Kindes, nicht die Außenseite, sondern den Kern, die Quelle, die Kraft nachahmt, in der die Worte, die Gebärden, das Schweigen des Meisters urständen.

Der heutige Übende muß die gesamte Verantwortung seines Weges auf sich nehmen, denn er kann sich als einen Denkenden bezeichnen, und das heißt, daß er seinen Weg, seine Methoden selbst wählt, auch wenn sie von einem persönlichen Lehrer oder von einem, der durch seine Schriften sich kundgibt, kommen: er wählt auch seinen Lehrer selbst. Früher lag die Verantwortung des Weges beim Lehrer; selbst das Schüler-Lehrer-Verhältnis wurde vorwiegend von ihm bestimmt.

Daß heute der Schüler die Verantwortung trägt, bedeutet, daß der Weg, seine Schritte ihm durchschaubar und verständlich sein müssen, und zwar im *voraus*, *bevor* er den Weg beschreitet, wenigstens in dem Maße, als er die Auswirkung der einzelnen Schritte voraussehen kann. Diese Forderung war in früheren Zeiten unmöglich. Sie bedeutet nämlich, daß der Schüler ein weitgehend genaues Bild von der menschlichen geistigen, seelischen und körperlichen Struktur haben muß, insbesondere aber das Erkenntnisleben – durch Selbstbeobachtung – kennen muß. Das setzt die genannten Fähigkeiten des heutigen Menschen und ein Studium voraus, in dem die angedeutete Erkenntnisaufgabe durch neue, intuitiv gebildete, von den alltäglichen qualitativ verschiedenen Begriffen bewältigt wird.

Da der moderne Mensch – im Gegensatz zu dem archaischen – ein *helles* Bewußtsein entfaltet nur im Denken, muß jede Art Übung beim denkenden Bewußtsein ansetzen und von diesem ausgehen. Es kann das denkende Bewußtsein nicht umgangen werden, sonst würde die hellste Bewußtseinsfunktion des Menschen vernachlässigt und unverwandelt bleiben. Deshalb kann es für den modernen Menschen *zunächst* keine unmittelbare Atemübung, kein denkerisch unverständenes Mantram, keine bloße Lautmeditation geben. Solche Übungen können heute nur einer vorausgehenden Bewußtseinsentwicklung folgen, durch die eine neue Empfindlichkeit, ein Bewußtseinslicht für sie erworben wird.

Zunächst kann der Mensch heute nur die Begriffe der von ihm selbst gemachten, zweckvollen Gegenstände klar denken. Anhand des Denkens von solchen Begriffen und Vorstellungen erlernt der Mensch das konzentrierte, selbstlose Denken². Ist ihm das einigermaßen gelungen, so kann er beginnen, Denk-Meditationen zu üben, d. h. Sätze und Inhalte, die sich nicht auf die Sinneswelt beziehen, *wortlos* zu denken. Der unmittelbare Sinn der Meditationssätze ist für das Verstandesdenken als Ausgangspunkt faßbar; ihr eigentlicher, unerschöpfbarer Sinn ist nur der Meditationsgebärde zugänglich.

Das Wesen der »Versenkung« in den Meditationstext, das »Ruh« auf ihm kann annähernd als ein *wortloses Denken* beschrieben werden. Ein sinnvoller, neuen Sinn tragender Satz entsteht im Menschen zuerst auch ohne Worte; die Sinnbedeutung lebt ganz kurz vor der Verkörperung in Worten auf; dann wird sie in Worte gefaßt, formuliert. In der Meditation wird angestrebt, diesen vor-wortlichen, über-wortlichen Sinn »intuitiv« zu erfassen und im intuitiven Erleben zu »bleiben«, erfahrend zu erleben. Nach der Erübung der Denk-Meditation kann der Mensch Vorstellungs- und Bild-Meditationen vornehmen und noch später Wahrnehmungs-Meditationen an Naturgegenständen, deren »Sinn« dem Alltagsbewußtsein nicht denkbar ist. Zu den Wahrnehmungsmeditationen muß der Übende die Gebärden der Denk- und Vorstellungs-Meditation schon einigermaßen beherrschen.³

Das Ziel der Bewußtseinsübungen ist, das gespiegelte Alltagsbewußtsein zu überwinden und in der Sphäre des lebendigen Bewußtseinslichtes – im »Leben« – bewußt zu werden. Während man früher dieses Ziel durch die Eliminierung des – damals noch schwachen – Alltagsdenkens verfolgte, geht es heute darum, dieses Denken auf seine Quellen hin zu orientieren und es zu diesen Quellen zu führen. Daß diese Quellen heute im Wirkungsbe- reich des Alltagsdenkens liegen, ist das Ergebnis der vorangegangenen Entwicklungsstufen und zeigt sich darin, daß der heutige Mensch über seine Bewußtseinserscheinungen zu denken und zu sprechen vermag. Die frühere Möglichkeit zur Überwindung des Alltagsbewußtseins war dadurch gegeben, daß der Mensch noch andere Bewußtseinsfähigkeiten (z. B. das erkennende Fühlen) hatte, woran die Schulung anknüpfen konnte, auch wenn das Alltagsdenken abgedämpft worden war.

Neben den mehr direkten Übungen zur Entwicklung eines höheren Bewußtseins gab es zu jeder Zeit andere, die zur Auflösung von Bewußtseinsgewohnheiten, von Bewußtseinsmechanismen und von fixierten seelischen Mustern führen sollten. Sie brachten den Menschen dazu, daß er sonst unbedacht, gewohnheitsmäßig oder instinktiv ausgeübte Bewußtseins- und Lebensgebärden *bedacht* und mit Bewußtsein tue. Übungen dieser Art sind z. B. die im »achtgliedrigen Pfad« des Buddha enthaltenen, die inhaltlich fast ungeändert, methodisch dem heutigen Menschen angepaßt auch heute geübt werden können: die richtige Rede, das richtige Urteil, die richtige Meinung usw.

Es ist charakteristisch für den heutigen Schulungsweg, daß die Übungen immer im Alltagsbewußtsein anfangen. Diesem ist, was getan wird, begreiflich, und die Durch-

2 s. Kühlewind: Bewußtseinsstufen, Kap. »Konzentration und Kontemplation«, Stuttgart 1979.

3 s. Kühlewind: Die Wahrheit tun, Kap. »Meditation«, Stuttgart 1978.

schaubarkeit geht in den Übungsschritten nie verloren. Das sichert die Kontinuität des Bewußtseins auf dem Schulungsweg und damit auch ein durchgängiges Orientierungsvermögen.

3. Das Ziel der Schulungswege

Das menschliche Wesen wird von oben her gebaut. Der ganze untere Mensch ist da, damit einst der erkennend-schöpferische obere Mensch in ihm sein irdisches Haus, Werkzeug und Ausdrucksmittel finde. Der Mensch ist dadurch ein Licht-Wesen, ein Wort-Wesen; damit sich das Wort in ihm verkörpern kann; damit das Wort durch ihn sprechen kann, ist er da. Das war in den alten Menschheitsschulen bewußt, und deswegen sprachen die Lehren den Menschen in seiner zukünftigen Natur, nämlich als Ich-Wesen an. Sie waren wirklich *Lehre* und für den Menschen, der dadurch allmählich zu einem *Wer* erzogen wurde, zu einem *Wort*. Denn der Mensch, das Individuum ist letztlich eine einzige *Aussage*, ein Wort, eine große Intuition. Die Lehren sprachen und sprechen ihn an, und er wird dadurch *ansprechbar*. Sofern sie dem Menschen dienten, wurde in den Lehren das Worthafte, Lichthafte kultiviert, zur Wirksamkeit gebracht, damit der Mensch das Wort habe, d. h. das Wort gewahr werde und einst sich selbst zum schöpferischen Wort erhebe, die Wahrheit erkenne und ein gnadenspendendes Wesen werde.⁴

Deshalb mußten die Übungen bei der lichtesten, höchsten Funktion des Bewußtseins ansetzen und von da aus die weiteren Bewußtseins- und Lebensbereiche gestalten, gesunden, wandeln. Setzt eine Schulung nicht da an, so wird dieser Punkt umgangen, und untergeordnete Bewußtseinsfunktionen werden vorherrschend: die hierarchische Ordnung im Menschen wird zerstört.

Die Ordnung des Geistes, der Seele und des Körpers untereinander und innerhalb derselben bildet sich jeweils gemäß dem zur Wirksamkeit gebrachten Bereich und der entsprechenden Gebärde. Wird das Worthafte im Menschen bewegt und kultiviert, so bildet sich ein *Worthaftes*, er selbst. Wird das reflexartige Seelenhafte – durch Assoziierenlassen – wiederholt in Bewegung gebracht, so wird dieser Seelenteil vorherrschend. Wird Logos-Widriges »gedacht« (z. B. daß es eine Offenbarung ohne den sie empfangenden und verstehenden Menschen gibt), so wird der Mensch zur Sünde gegen den Geist erzogen, so daß er einst sagen kann: »Ich bin nicht« (d. h. das Ich ist nicht), ohne zu merken, daß dies ein Krankheitssymptom des Bewußtseins ist. – Die Erziehung der Menschheit, in gutem und in negativem Sinne, beruht auf diesem Prinzip. Und dieses Prinzip bietet auch eine grundlegende Unterscheidungsmöglichkeit in der Fülle des Angebots von »Schulungswegen«.

4. Die Praxis der »Transzendentalen Meditation«

Wenn heute dem westlichen Menschen ein Weg empfohlen wird, kann es nicht anders geschehen, als daß im Anfang sein Ich-Wesen angesprochen wird. So ist es, wenn eine Schulung reklameartig viele verschiedene Vorteile verspricht; wenn dadurch das Wunsch- und Begierde-Wesen, das am leichtesten Manipulierbare im Menschen, angesprochen wird. So geht auch die Transzendente Meditation (kurz: TM) vor. Es wird zunächst eine oberflächliche und leichtgeschürzte Psychologie bzw. Geisteslehre dem angehenden Übenden gegeben, die weder logisch noch erfahrend geprüft werden kann. Dann folgen die Anweisungen zur »Meditation«. Das Ziel ist das Eliminieren des denkenden Ich-Wesens. Bei anderen Methoden wird das durch die Empfehlung: »Nicht-Denken« versucht – als ob der westliche Mensch dessen fähig wäre, denn er hängt doch mit seinem Denken an dem letzten Gedanken, nämlich an dem des »Nicht-Denkens«, oder er sinkt in ein Assoziations-Denken. Das Eliminieren des »Ich«-sagenden Wesens kann auch durch das »Meditieren« eines nichtverstandenen »Wortes« oder Lautes – das wird *Mantram* genannt – geschehen. In der TM ist dies gerade wesentlich, daß das Mantram *nicht verstanden wird*. – Wie kann sich das denkende Bewußtsein aber auf etwas konzentrieren, das es nicht denken kann? Es beharrt auf der verbalen Wiederholung des »Wortes«, wobei es seiner eigentlichen Funktion entsagt und daher nach und nach auf eine niedrigere Bewußtseinsstufe sinkt, die etwa dem Halbtraum entspricht. In der TM-Praxis kann der Übende vom »Mantram« ruhig abweichen und ins Assoziieren kommen – die Hauptsache ist, daß er sein Denkendes ausklammert. Da die Ich- (Ego-)Wesenheit des Menschen im denkenden Bewußtsein seine Quelle und Wurzel hat, wird es samt dem Denken in Ruhestand versetzt, und alles, was durch das selbstbewußte Wesen an Seelenformen, seelischen Mechanismen, Assoziations- und Instinktbildungen »versiegelt« war, kommt durch die Ablenkung und Ausschaltung des Selbstbewußtseins und durch die im Denken entstandene Leere zum Vorschein – wie dies auch durch eine psychoanalytische Behandlung geschehen kann, nur mit dem bedeutenden Unterschied, daß hier ein Arzt anwesend ist, der das vorübergehend ausgeschaltete Selbstbewußtsein vertritt und der bemüht ist, das normale Verhältnis zum Alltagsleben wieder herzustellen – (was für die TM überhaupt kein Ziel ist). Weiterhin wird durch das lange halbbewußte Wiederholen des »Mantrams« eine neue seelische Gewohnheit gebildet: das Sichgehenlassen ohne bewußte Kontrolle, ohne daß das Alltagsbewußtsein das Geschehen kontinuierlich verfolgen könnte. Zweifellos lösen sich in der Seele, im »Unterbewußtsein«, Verformungen auf; aber es erhebt sich die Frage: Wer oder was nimmt den Platz des abwesenden Ich-Wesens ein? Wer wird der Meister der durch die Auflösung von Seelenformen freiwerdenden Seelenkräfte? – Was auch im Laufe der Übungen geschieht, der Übende ist weder imstande, es zu beurteilen, noch sich zu orientieren; er kann Gefühle, Empfindungen haben – genauer gesagt: solche können ihn überkommen –, Erkenntnisse werden daraus nicht resultieren, denn die erkennende Instanz wird lahmgelegt. Die TM verspricht auch keine Erkenntnisse neuer Art, »Erfahrungen« jedoch von Harmonie, Glückseligkeit, Streßlosigkeit, deren wahre Natur dem Übenden nach wie vor verborgen bleibt.

Immerhin: die TM würde eine unschuldige Entspannungsmethode sein, wenn nicht *mehr* im Laufe der »Meditation« geschehen würde als das Geschilderte. Diese Praxis beruht auf der Voraussetzung, daß bei Abwesenheit des störenden Alltags-Ich der seelisch-geistige Organismus von selbst nach »oben« zur Integration des Menschenwesens tendiert. Das war auch seinerzeit zutreffende Voraussetzung der vorchristlichen Methoden: der obere Mensch zog nach der Eliminierung der Hindernisse in den unteren ein.

Die menschliche Struktur hat sich aber eben durch die Wirkung der alten Erziehungsmethoden verändert. Die größte Veränderung zeigt sich darin, daß der Mensch heute fähig ist, in seinem *Alltags*-bewußtsein Ideen von Bewußtseinserscheinungen, von dem Bewußtsein selbst zu erfassen und zu bilden, – eine Fähigkeit, die früher nur Auserwählte in höheren *Bewußtseinszuständen* eigen war. Diese Fähigkeit ist ein Zeichen dafür, daß der höhere Mensch im Alltagsbewußtsein – wenigstens potentiell, als Intuitionsquelle – anwesend ist.

Diese Tatsache wird im Christentum das Fleischwerden des Logos genannt. Damit hängt die Fähigkeit, »ich« zu sagen, zusammen, eine Fähigkeit, die im Osten bis heute nicht allgemein gegeben ist.

Aus diesem Wesenswandel des Bewußtseins – der natürlich die alte Meditationsmethode nicht in Betracht ziehen konnte und brauchte – ergeben sich für den heutigen Menschen zwei Konsequenzen. Die eine ist, daß durch das Abdämpfen bzw. Ausschalten des Alltags-Ich – im Gegensatz zu früheren Zuständen – auch der obere Mensch abgedämpft bzw. entfernt wird. In diesem Falle aber wird die »natürliche Gravitation« der Seele das Bewußtsein nicht nach oben heben, sondern nach unten ziehen, in die Richtung des archaischen Bewußtseins. Während aber damals, als diese Bewußtseinsform zeitgemäß war, in ihm inspirierende Intelligenzen wirksam waren, greifen heute in das wieder heraufgeholte archaische Bewußtsein nur zerstörende Kräfte ein; denn die menschenfreundlichen Wesenheiten haben sich zurückgezogen, um der menschlichen Selbständigkeit Platz zu schaffen bzw. sie wirken im oberen Menschen, der aber gerade durch die angewandte TM-Methode von dem seelischen Wesen des Übenden abgeschnitten wird.

Die zweite Konsequenz ist, daß die Überwindung des Alltagsbewußtseins – »dieser Welt« – nicht durch die Ausschaltung des Alltags-Ich, sondern durch seine Wandlung, ja durch eine solche Erkräftung geschehen muß, daß das Ich *sich selbst aufgeben kann*. Dadurch wird die Forderung in bezug auf die Kontinuität des Bewußtseins erfüllt. Wie diese Erkräftung erfolgt, ist aus der Schilderung des modernen Schulungsweges ersichtlich.

Der frühere Mensch konnte sich auf etwas konzentrieren, was er nicht denken konnte und mußte, weil er zu solchen »Inhalten« noch andere Bewußtseinszugänge hatte. Bei dem heutigen Menschen, der im Denken seine einzige erkennende Fähigkeit hat (auch das Wahrnehmen geschieht nicht ohne das Denken), ist das Konzentrieren auf ein Nicht-denkbare widerspruchsvoll und wirkt ähnlich wie die sich selbst widersprechenden Aussagen (die zum Teil auch in der Wissenschaft gemacht werden, wie z. B.: »Ich bin nicht«, »das Gehirn denkt« usw.); es korrumpiert und zerstört nämlich die Denkfähigkeit.

Es kann aus alledem begriffen werden, inwiefern die TM-Praxis nicht in eine Transzendenz führt und nicht – nicht einmal im alten Sinne – eine Meditation ist.

5. Die Folgen der TM-Praxis

Das Alltags-Ich des heutigen Menschen enthält die Erinnerungen, das Gedachte, die Vorstellungen, die es im Laufe des Lebens erworben hat. Nach »oben hin« berührt es ohne scharfe Grenzen, ohne Trennung den oberen Menschen; von diesem fließen ihm die neuen gedanklichen Intuitionen, die Wahrnehmungen, die neuen moralischen Impulse zu. Nach unten geht es ebenso kontinuierlich in das Unterbewußte über, aus dem, wie durch die Psychologie reichlich bekannt, auch Impulse und Einflüsse aufsteigen. So ist das Alltags-Ich von zwei Seiten her Spannungen – Streß – ausgesetzt, kann in Disharmonie geraten, indem es den Impulsen von oben (z. B. Gewissen) oder von unten (z. B. Ehrgeiz) nicht nachkommt. Streß entsteht natürlich aus unerledigten Situationen nur dann, wenn der Mensch nicht denkend selbstbewußt, sondern nur in fixierten Mustern und Bewußtseinsreflexen reagiert.

Durch das ständige Wiederholen eines nicht denkbaren »Inhalts« und die davon ausgehende Einschläferung entsteht nun im Alltags-Ich des TM-Übenden ein Riß, der durch andauernde Übung sich intensiv weiter vertieft und verbreitert. Dieser Riß entsteht naturgemäß dort, wo die Spannung (Disharmonie) am größten ist. Erhebt sie sich mehr vom unteren Menschen, so wird allmählich der denkende und wollende Alltagsmensch zusammen mit dem oberen von dem unteren getrennt, und es entsteht zunächst ein träumerisches, weltfremdes, in sich selbst zufriedenes Wesen. Liegt der Schwerpunkt der Spannungen mehr im oberen Menschen, so wird das Geschehen komplizierter. Meistens ist die »Meditation« in diesem Fall nicht »wirksam«, es geschieht einfach nichts. Es kann aber sein, daß im Menschen noch die Möglichkeit eines archaischen Bewußtseins lebt, wenn auch in geschwächter und verzerrter Form, und dieses Bewußtsein wird wieder entfacht. Am Rand des neuen Bewußtseinszustandes ist das denkende Bewußtsein wie in einem Halbschlaf versunken. Die starken, wie in einem eindrucksvollen Traum hell erfahrenen Erlebnismomente werden nur noch ganz schwach von einem beobachtenden Bewußtsein begleitet; daher sind es *keine Erkenntnisse*.

Das Versprechen der TM-Propaganda, die Streß-Gefühle zu löschen, wird zwar gehalten. Doch ist der Mensch von oben her gebaut und verträgt das Abtrennen seines oberen Menschen auf die Dauer nicht ohne Schaden, denn es geht ihm dadurch das Prinzip verloren, um dessentwillen der irdische Mensch überhaupt da ist. Die Folgen der Abtrennung des höheren Menschen zeigen sich nach einigen Jahren als vor allem seelisch-geistige, aber auch körperliche Erkrankungen. Oft tritt nach mehreren Jahren TM-Praxis eine Stumpfheit im Gedankenleben und eine Willensschwäche auf. Wann und wie sich die Auswirkungen der unzeitgemäßen und der heutigen westlichen Menschenkonstitution widersprechenden Übungen zeigen, hängt weitgehend von der Ansprechbarkeit und Entfachtbarkeit des Archaischen im Menschen ab. Oft klingt das in die Empfindsamkeit eingeprägte »Mantram« unwillkürlich pausenlos nach.

Aus dem Berichteten mag es klarwerden, daß es sich in der TM um ein verhängnisvolles Mißverständnis handelt, das eine – von den meisten ihrer Vertreter nicht einmal geahnte – Unterwanderung des modernen Menschen bewirkt. Das Mißverständnis liegt darin, daß die empfohlene »Meditations«-Methode mit der im Vergleich zur vorchristlichen veränderten modernen Bewußtseinsverfassung nicht rechnet, aber ein dem modernen Menschen geeignetes Verfahren bietet, um sein Alltags-Ich mit seinen Sorgen, Hemmungen, Spannungen auszuschalten. Sie wird darin durch die das wahre Wesen des Menschen völlig verkennende Streß-Psychologie – die ihrerseits die Bestrebungen der auf die Tradition bauenden TM nicht verstehen kann – unterstützt. Alle Ergebnisse der – meist dilettantistischen – psychologischen und psychiatrischen Untersuchungen sind durch die geschilderten realen hintergründigen Vorgänge verständlich⁵. Die Untersuchungsmethoden sind keineswegs geeignet, die »Kreativität« des Menschen zu erfassen, und es besteht bis heute kein Anzeichen dafür, daß die »kreative Intelligenz« durch TM-Übungen zunehme, wie es die TM-Propaganda behauptet. Was erreicht wird, ist vielmehr ein Wohlgefühl in der Übung, das auch auf andere Tageszeiten ausstrahlt. Eine Erkenntnis wird weder versprochen, noch erreicht. Die Auseinandersetzung mit den wichtigsten Problemen der Menschheit beschränkt sich auf den Optimismus, daß, wenn nur genügend Menschen TM praktizierten, dies wohlütig auch auf die anderen Menschen ausstrahlen werde. Dieser Optimismus gründet sich auf den Glauben an die natürliche Gravitation der Seele nach oben, der aber bei dem modernen Menschen sicher nicht sachgemäß ist.

Die Rolle des »Mantrams« ist unter den geschilderten Umständen zunächst rein negativ: Es soll ein Wort sein – und doch kein Wort, indem der Übende sich dabei nichts denken soll; den Behauptungen der TM-Vertreter entgegen kann jede sinnlose Silbe dieselbe Rolle spielen. Doch können die Mantram-Worte durch die entfachte Empfindlichkeit für Laute im aktivierten archaischen Bewußtsein eine weitere Wirkung haben – wobei die Bedeutung und Wirkungsweise wie auch das »Ziel« der Wirkung sich dem Bewußtsein des Übenden entzieht.

Eine große Anzahl der heutigen Menschen ist imstande, durch nicht denkendes Beharren auf ein nicht verstandenes »Wort« eine Art Streßlosigkeit zu erlangen. Dieser Möglichkeit wurde stark durch das materialistische Erkranken des denkenden Bewußtseins vorgesorgt: Das meiste, was der Mensch zu denken vermeint, ist nur zu einem kleinen Bruchteil wirklich gedacht, und vieles ist überhaupt nicht denkbar. – Für die Streßlosigkeit wird der Preis des Menschseins bezahlt.

Die Seelenformen, die seelischen Gewohnheiten und Verhaltensmuster, die aus dem Unterbewußten auf den Alltagsbewußten wirken, sind für jede konzentrierte Bewußtseinstätigkeit schwer zu überwindende Hindernisse. Auf dem modernen Erkenntnisweg werden sie durch »Auflösungsübungen« (z. B. die des achtgliedrigen Pfades) allmählich in freie Erkenntniskräfte überführt. Man könnte meinen, daß die TM-Praxis, als Vorübung zur Konzentration oder Meditation, in dieser Hinsicht guten Dienst leisten könnte, indem sie die Spannungsquellen aus dem Unterbewußten heraufholt. In dieser Praxis

fehlt aber das Entscheidende, das Subjekt, für das die Arbeit geschieht. Die Seelenmechanismen werden zwar aufgelöst – oder eher beiseite geschoben, – aber so, daß der eine Pol der Spannungen »abgeschnitten« wird; keine wirkliche Lösung geschieht. Und wenn doch Kräfte frei werden, so fragt sich: wem kommen sie zugute? Der Mensch wird Spielzeug von Kräften, die evtl. tiefer liegen, als die TM-Praxis das Bewußtsein des Ausübenden führt, oder von Einflüssen von außen, z. B. seitens der TM-Vertreter. Jedenfalls gerät er in Abhängigkeit, denn der Unabhängige in ihm wird eingeschläfert, abgedämpft, abgezogen und ausgeschaltet.

Das ist die Unterwanderung des westlichen Menschen. Es werden ihm gerade die Errungenschaften abgenommen, auf denen und für die sich – samt ihren Verfehlungen, Sackgassen und Gefährdungen – seine ganze Kultur aufgebaut hat. Diese zu vermeiden, zu heilen oder abzubauen heißt noch lange nicht, die wahren Grundlagen und Grundprinzipien dieser Kultur zu eliminieren oder zu verleugnen. Durch die TM-Meditation gehen dem Menschen das klare und weiter entwickelbare Selbstbewußtsein, das Bewußtsein der Individualität und damit die Möglichkeit zur Liebe der Individualität, und so die Möglichkeit der Weiterschöpfung an der abklingenden Welt verloren. Vor allem das Interesse am Irdischen und die im Absterben begriffene Fähigkeit neuer Erkenntnisse werden getilgt.

Nichts ist jedoch heute notwendiger, als das Wiederöffnen der Zugänge für Intuitionen, die das Leben wieder sinnvoll und menschenwürdig gestalten lassen. Dieser Zugang wird durch die *europäische* oder westliche Meditation geschaffen, die – im Gegensatz zur TM und zu anderen unzeitgemäßen »Wegen« – auch die im voraus absehbaren Bedingungen eines aktuellen Geistesweges erfüllt: die klare und ununterbrochene Übersicht der Schritte, das Ausgehen von dem »Ich«-Sagenden im Menschen, die ganze *Hingabe* des Bewußtseins – anstatt seines Herabdämpfens – und die fortschreitende Erziehung zur Verantwortlichkeit sich selbst, den Mitmenschen und der Erde gegenüber. Dieser Weg wird auch dem grundlegenden Prinzip gerecht, daß nämlich die vorhandene Erkrankung des Bewußtseins nur durch ununterbrochene Verstärkung des Bewußtseinslichtes geheilt werden kann, und nicht durch das Umgehen oder Abdämpfen des aktuellen, wenn auch erkrankten Bewußtseins. Das gebliebene kleine Licht muß gepflegt werden, muß, sich wandelnd, zunehmen, weil es *neues* selbstbewußtes Licht ist; es darf nicht ausgelöscht werden, auch nicht geblendet werden durch ein mächtiges, aber das Menschenwesen zerstörendes, einst aktuelles, heute aber dämonisches Licht, das den Menschen in seinem nicht-selbstbewußten Wesen ergreift, wenn das Selbstbewußtsein geschwächt und ausgelöscht wird. Der traditionelle Osten kennt das Ich-Wesen nur in seinem Schatten, im Ego, nicht aber als das Logos-Ich, das Wort im Menschen.

Der moderne Weg ist kein leichter, kein bequemer, kein genußvoller Weg, bringt auch unmittelbar kein Erleben einer immerhin egoistischen Glückseligkeit. Denn Steigen ist immer schwieriger und mühsamer, deshalb auch weniger verlockend, als das Herunterrollen – evtl. in unbekannte und ungeahnte Abgründe.