



Bewusstsein - Philosophische Gedanken und Begriffsklärung

In diesem Text teile ich einerseits ein paar eher philosophische Betrachtungen mit dir, andererseits kläre ich dadurch die Verwendung des Begriffes *Bewusstsein* in meinen anderen Texten (insbesondere im Text über [Licht und Schatten](#)). Dabei habe ich keinerlei Wahrheitsanspruch. Ich wähle diese *Geschichte* bzw. (Be-)Deutung, weil ich sie als kraftvoll erlebe und sie mir viele Möglichkeiten bietet, wirksam zu *sein* im Hier und Jetzt. Wenn das spannend für dich klingt, freue ich mich, wenn du die folgenden Betrachtungen liest und dir das davon nimmst, was dir für deine eigene kraftvoll-lebendige Wirksamkeit dient.

Es war eine Sensation, als Einstein entdeckt hat, dass Materie und Energie ineinander umformbar sind. In seiner Formel $E=mc^2$ steckt die Lichtgeschwindigkeit zum Quadrat, was heisst, dass Materie extrem viel dichter ist als Energie. In einem ähnlichen Verhältnis sehe ich Energie und Bewusstsein, d.h. Energie ist unvorstellbar viel dichter als Bewusstsein (oder anders gesagt, es braucht sehr viel Bewusstsein, um messbare Energie zu erzeugen, und extreme Mengen, um Bewusstsein in Materie zu verwandeln).

Darüber hinaus ist Energie und Materie an Raum und Zeit gebunden (physikalisch gesehen liesse sich auch sagen, dass sie unsere bekannte Raumzeit "erzeugen"), Bewusstsein jedoch nicht. Damit wäre der Urknall als Verdichtung von Bewusstsein verstehbar, was zu diversen Schöpfungsmythen passt (u.a. "Am Anfang war das Wort ..."). Zugleich setzt dieser Urknall eine Evolution in Gang, die zu Bewusstsein führt. Es gibt eine Spannung zwischen dem allumfassenden Bewusstsein, das alles durchdringt und bedingt, und dem (scheinbar) "getrennten" Bewusstsein von uns einzelnen menschlichen Wesen. (In diesen Gedanken sehe ich eine Verwandtschaft zu östlichen Philosophien rund um die physische Welt der Erscheinungen als "Maya" - Illusion und Täuschung, jedoch genauso zum monotheistischen Gedanken des Menschen als "Gottes Ebenbild".)

In einer tiefen Liebesbeziehung wird erfahrbar, wie intensiv und lebendig der Austausch zwischen zwei (scheinbar getrennten) bewussten Wesen sein kann. Was, wenn Erfahrung und das Erleben eines "Gegenübers" die "Motivation" für die Entstehung der "dualen" (an Raum, Zeit und Kausalität) gebundenen Welt ist? Das ist der Kern der von mir gewählten Geschichte (Philosophie): Bewusstsein ist Liebe und verbindet alles mit allem.

Doch genug des eher abstrakten und philosophischen Teils und mehr zu der praktischen Bedeutung des Wortes *Bewusstsein* und der Abgrenzung zu anderen, verwandten Begriffen. Zunächst ist mir wichtig, dass es nicht um ein intellektuelles Wissen geht, sondern um ein ganzheitliches Wahrnehmen und Reflektieren auf allen Ebenen (in allen Körpern, also auch emotional, physisch und energetisch). Was ich nicht wahrnehme, ist unbewusst. (Nur) wenn ich mich die Einheit allen Lebens nicht spüren lasse, kann ich willentlich gegen das Leben handeln; ein Teil von mir ist dann also unbewusst. Alles, was nicht von Liebe erfüllt ist, ist (zumindest teilweise) unbewusst (hier trifft sich die praktische Ebene mit der philosophischen Deutung von Bewusstsein = Liebe).



Um zu unterscheiden, verwende ich den Begriff "willentlich" an Stellen, wo andere vielleicht "bewusst" (oder "absichtlich") sagen würden. In dieser Sprechweise würde ein CEO, der zur Gewinnmaximierung seiner Firma die Kosten (Umweltschäden, Nebenwirkungen usw.) seiner Produkte der Allgemeinheit aufbürdet, dies ggf. "willentlich" tun (und darum "wissen" in seinem intellektuellen Körper), doch wäre diese Handlungsweise dennoch nicht "bewusst" (weil er nicht fühlt, was er anderen oder der Umwelt damit antut, nicht wahrnimmt, wie lieblos das ist, den Schmerz nicht spürt, den das auslöst). Es ist zudem verantwortungslos (Verantwortung ist Bewusstsein in Aktion). In diesem Beispiel ist die bewusste Absicht, der Firma zu dienen. Dienst als helles Prinzip lässt sich als eine Ausprägung von Bewusstsein sehen und hier auch als Liebe zur Firma (oder zu den Menschen, die dahinter stehen). Die "unbewusste" Absicht (weil lieblos, getrennt, unverantwortlich) ist Bereicherung auf Kosten anderer und als Nebeneffekt Zerstörung. (Um zwischen bewusster und unbewusster Absicht unterscheiden zu können, vermeide ich das Wort "absichtlich" für willentliche Schattenhandlungen oder -haltungen, auch wenn es im alltäglichen Sprachgebrauch mehr oder weniger synonym verwendet wird.)

Das Beispiel zeigt auf, dass "Absicht" nicht "bewusst" sein muss. Unbewusste Angst z.B. verleitet zu den Schattenprinzipien Kontrolle und/oder Manipulation. Was ich kontrollieren kann (oder in meinem Sinne manipulieren), ängstigt weniger. So könnte eine gut gemeinte Unterstützung als Schattenabsicht Macht ausüben und sich über andere stellen (als Schatten-Archetyp wäre das der "Retter", der von unbewusster Angst getrieben wird). Beim Schatten-Archetyp des "Opfers" geht es nicht darum, jemanden, der einen Schaden erlitten hat, dafür verantwortlich zu machen, sondern um die Beschreibung der unbewussten Nutzung von Traurigkeit mit Schattenprinzipien wie Trägheit und Passivität, Jammern und Klagen, ggf. Vampirismus (Energie z.B. in Form von Aufmerksamkeit "saugen"). Für den Schatten-Archetyp des "Täters" mit unbewusst genutzter Wut ist der obige CEO ein Beispiel. Doch auch manches Opfer wechselt aus der Opferrolle in die des Täters mit der unbewussten Absicht (und dem Schattenprinzip) von Rache ...

Was mir besonders am Herzen liegt, ist die Bedeutung der neutralen Beobachtung und Beschreibung, vor allem bei mir selbst. Sobald ich mich (oder andere) verurteile, bin ich nicht mehr (bedingungslos in Liebe) verbunden - Urteilen ist Machtausübung aus übergeordneter Position (unbewusst und vermutlich auch unwillentlich). Bewusst-Sein wächst durch neutrale Selbstbeobachtung und die Energie für Transformation kommt aus dem Schmerz und dem Bereuen (was zu unterscheiden ist von der vermischten Opferemotion des Sich-Schuldig-Fühlens - im Gefühlskörper geht Bereuen mit unvermischter Traurigkeit einher). Je klarer mir meine unbewussten Absichten und die durch mich wirkenden Schattenprinzipien werden (Feedback geben mir die erzielten Ergebnisse) und je mehr ich bereit bin, wahrzunehmen und zu fühlen, desto leichter gelingt die Transformation in helle Prinzipien (all die verschiedenen Ausprägungen von Liebe bzw. Bewusstsein), die meinen bewussten Absichten und damit meinem Wesenskern (meinem Bewusst-Sein) dienen.

Soweit war mein neuer Text fertig, als ich eine vergessene alte Fassung mit ähnlichen Gedanken (leichter lesbar und praktischer orientiert) auf meiner Website entdeckte ...



Nun konnte ich life in mir beobachten, wie verschiedene (unbewusste) Strategien um Mitsprache beim Umgang damit rangen: Sollte ich den neuen Text wegwerfen (oder zumindest nicht veröffentlichen) und mich an ein anderes Thema setzen? Ärgerlich um die verlorene Zeit und Arbeit. Oder den alten "heimlich" von der Website nehmen? Wäre auch schade (Traurigkeit) und könnte jemandem auffallen (Angst). Scham klopfte an über den "Fehler". Als mir die Wertung in "leichter lesbar und praktischer orientiert" bewusst wurde und gleichzeitig der Wunsch, einen "Fortschritt" (mehr Lebenserfahrung und Weisheit - also mehr Bewusstsein) im neuen Text zu finden, habe ich innerlich eine Pause gemacht (wie eine Lücke zwischen meinem innersten bewussten Wesenskern und all diesen Gedanken und Emotionen, die von den Überlebensgewohnheiten kommen) und bewusst entschieden, nicht dahin (in diese Wertung in die eine oder andere Richtung) zu gehen.

In dieser Situation habe ich etwas erlebt, was ich auch beim Lesen alter Tagebücher (oder sonstiger selbst geschriebener Texte) schon beobachtet habe: Ein Überrascht-Sein über die hinter dem jeweiligen Text spürbare Tiefe (Intensität, Klarheit) des Bewusstseins, die ein Stück weit vergessen gegangen ist. Mein Fazit aus der Situation: Es geht bei der Bewusstseinsarbeit nicht darum, morgen mehr Bewusstsein zu haben als heute. Und schon gar nicht darum, die eigene Vergangenheit danach zu durchforsten, ob ich "bewusster" geworden bin. Worum es geht, ist im Hier und Jetzt präsent zu sein und so viel Bewusstsein zuzulassen, wie es mir gerade möglich ist (inklusive der Schmerzen, die z.B. beim Bewusst-Werden von Inkompetenz entstehen, wenn ich bereit bin, das zu fühlen).

Hier also ohne Bedeutung und Wertung der Link zum Text von 2015:
[Fragen, Unterscheidungen und Experimente rund um Bewusstsein](#)

Wie ist es für dich? Ein spannendes Forschen wünsche ich dir von Herzen
Georg