

Werner Zurfluh

Quellen der Nacht



Luzides Träumen und
Reisen außerhalb des Körpers
Neue Dimensionen der Selbsterfahrung

Ansata

Werner Zurfluh
Quellen der Nacht

Werner Zurfluh

Quellen der Nacht

Luzides Träumen und
Reisen außerhalb des Körpers

Neue Dimensionen der Selbsterfahrung



Ansata-Verlag

Liebe Leserin, lieber Leser!

Dieses Buch, das Sie gerade in Händen halten, hat eine
benutzerfreundliche *Spezialbindung*.

Obwohl nur broschiert, können Sie es *ganz* aufschlagen
und es *flach* auf den Tisch legen, ohne daß der
Buchrücken unansehnlich geknickt wird.

3. Auflage

Sonderausgabe 1996

Copyright © 1983 by Werner Zurfluh
und Ansata-Verlag, Interlaken

Alle Rechte Vorbehalten

Umschlagbild: Paul Struck

Foto: Ursula Edelmann

Gesamtherstellung: Kösel, Kempten

ISBN 3-7157-0204-4

Scan & OCR von Shiva2012

Inhalt

1. Kapitel	Der Weg des Herzens	9
1.1.	Tod und Schlaf.....	10
1.2.	Die Absonderlichkeit der Eigenerfahrung . . .	12
1.3.	Die Unfähigkeit, mit den Träumen umzugehen.....	15
1.3.1.	Die Selbstverständlichkeit der Kindheitserlebnisse.....	16
1.3.2.	Der Verlust der Fähigkeiten der Jugendzeit . . .	19
2. Kapitel	Begleiterscheinungen im Zu- sammenhang mit dem Austritt	25
2.1.	Die Schwierigkeiten der ersten Jahre.....	25
2.1.1.	Folgeschwere Sprachgewohnheiten.....	30
2.1.2.	Weltbild und Paradigma.....	34
2.2.	Wichtig ist allein die Kontinuität des Ich-Bewußtseins.....	38
2.3.	Hindernisse auf dem Weg zur Kontinuität . .	43
2.4.	Gleichgültigkeit und ein neuer Anfang	48
2.5.	Wege, die in die Irre führen.....	57
2.6.	Die Angst vor dem Fremden, Hindernis auf dem Weg zu einem neuen Traumverständnis.....	62
2.7.	Dämmerung eines neuen Zeitalters — mitten in der Nacht kommt der Pegasus	66
3. Kapitel	Aufbruch in die Nacht	71
3.1.	Das Wagnis einer neuen Fragestellung.....	71
3.2.	Ein Grund, das Schweigen aufzugeben und zu fragen.....	76
3.3.	Meditatio mortis — dem Tod ins Antlitz schauen.....	79

3.4.	Das scheinbar endgültige Ziel.....	84
3.5.	Vorbereitung des Paradigmenwechsels	87
3.6.	Durchbruch	92
3.7.	Unerwartete Hilfe und eine lange Reise zu neuen Ufern.....	95
3.8.	Erzählen und Ausschachten.....	100
3.8.1.	Das Traum-Ich beobachten.....	103
3.8.2.	Erfahrungsaustausch.....	107
3.8.3.	Drei Arten, Wissen zu erwerben.....	109
3.8.4.	Die mißachtete «andere Seite».....	112
3.8.5.	Sich von den Schwierigkeiten nicht abhalten lassen — die Herausforderung annehmen	115
3.9.	Der Weg des Erzählens.....	117

4. Kapitel Die Frage nach der Wirklichkeit .. 125

4.1.	Wahrheit und Wirklichkeit.....	127
4.2.	Schweigen und Schauen.....	129
4-3-	Eine merkwürdige Realität.....	139
4-4-	Mosaiksteinchen der Wirklichkeitsfindung	144
4.4.1.	Et audiatur altera pars — auch der anderen Seite Beachtung schenken.....	148
4.4.2.	Mangelnde Einsicht und Voreingenommenheit	152
4-4-3-	Wachen oder Träumen.....	156
4-4-4-	Die Mumie und das Skelett.....	160
4-4-5-	Ein verzweifelter Ausbruchversuch.....	164
4.4.6.	Ich-Auflösung.....	167
4-4-7-	Rückkehr aus dem Meer des Lichtes.....	170
4.5.	Der Geist ist erleuchtet, aber die Füße gehen auf der Erde.....	173

5. Kapitel Das Geheimnis der Vereinigung.. 177

5.1.	Das Ich als offenes System.....	177
5.1.1.	Die Gefahr der Vereinzelung oder die Lust am Untergang.....	183
5.1.2.	Andere Länder, andere Sitten.....	183
5.2.	Glückseligkeit des Vergessens	188
5.3.	Die vollkommene Freude der gegenseitigen Erkenntnis.....	194
5.4.	Erinnerungen an die Angst.....	194
5.5.	Kostbarkeiten.....	194

5.6.	Selbstbeschränkung, Verzicht und Einsichten	223
5.6.1.	Schauderhafter Ekel.....	223
5.6.2.	Konfrontation mit dem Schatten.....	232
5.6.3.	Die Quelle des Lebens und die Bändigung des Drachen.....	241

6. Kapitel	Abschluß und Neubeginn	243

Anmerkungen.....	253
Glossar	359
Bibliographie.....	375
Chronologische Reihenfolge der erzählten Erfahrungen	389
Verzeichnis der Bibelstellen.....	391
Personenverzeichnis.....	392
Stichwortverzeichnis	398
Über den Autor.....	428

1. Kapitel

Der Weg des Herzens

Mit dem «Einschlafen» öffnet sich ein Tor, das den Blick in einen unermeßlich weiten Erfahrungsbereich hinein freigibt. Die Nacht beginnt dort, wo der Tag endet! — Und nun will ich davon erzählen, was in dieser Dunkelzone alles erlebt werden kann und wie stark die Nacht mit dem Tag zusammenhängt. Für mich hatte die Erschließung der nächtlichen Welten unabsehbare Folgen — und vielleicht wird der Weg zu den Quellen der Nacht auch anderen Menschen zu einem neuen Lebenssinn verhelfen.

Die Möglichkeiten des Nachtlebens werden im allgemeinen bloß im Wachzustand des *physischen* Körpers genutzt. Nur wenige wissen um die Tatsache, daß es ein weit fantastischeres Erleben der Nacht *nach* dem Einschlafen gibt — wenn das Ich sich selbst bewußt bleibt. Sonst ergeht es dem Schlaf wie dem Tod und dem Sterben — sie gelten als finstere Abgründe, in denen die Ich-Identität verlorenggeht. Deshalb werden sie verdrängt und vom Leben ausgeschlossen. Die göttlichen Brüder Hypnos und Thanatos sind von der Gesellschaft geächtet worden.

Ihnen wurde die Schweigepflicht auferlegt, und die mit ihnen verbundenen Erfahrungsdimensionen haben keinen Einfluß auf das Dasein des einseitig auf den Wachheitszustand des physischen Körpers mit seinen materiellen Bedürfnissen ausgerichteten Alltags.

Die Scheu vor der Finsternis ist wohl auch darin begründet, daß zwischen Einschlafen und Sterben eine innere Verwandtschaft besteht. Außerdem gibt es eine geheimnisvolle Beziehung zwischen Schlaf und Tod. Nicht umsonst wird der Schlaf «der kleine Bruder des Todes» genannt. Viele Erlebnisse während des Schlafens sind den sogenannten Sterbeerfahrungen sehr ähnlich. Die Auseinandersetzung mit dem nächtlichen Bereich könnte also durchaus eine Vorbereitung auf den eigenen Tod sein und den Gedanken an das eigene Sterben miteinschließen.

1.1. Tod und Schlaf

Die Frage nach der *Kunst des Sterbens*, der *ars moriendi*, ist das zentrale Thema aller «Totenbücher». Und der Mensch wußte seit Anbeginn der Geschichte, daß der Tod ein unabwendbares Ereignis ist — nur die Stunde ist ungewiß: *mors certa, hora incerta*. Dieser lateinische Ausspruch war im Mittelalter eine geläufige Redewendung. Ist es trotz oder gerade wegen dieser unerschütterlichen Gewißheit *lebensnotwendig*, Sterben und Tod zu verdrängen?¹

Das eigene Sterben und speziell der Tod sind als zukünftige Ereignisse nicht direkt faßbar. Sie bleiben nebelhaft, liegen in einer scheinbar fernen Zukunft und betreffen immer nur die anderen. Zwar senkt sich der Schatten des Todes manchmal über das Leben und verdunkelt es, doch läßt man sich deswegen kaum von den Lebens- und Denkgewohnheiten abhalten. Wie ist es also möglich, mitten im Leben an das Sterben zu denken und Leben und Tod nicht mehr als Gegensatz, sondern als Einheit zu sehen? Vielleicht sollte man einmal versuchen, anders zu denken.

Der Tag umfaßt 24 Stunden! Der Mensch lebt und erlebt nicht nur während des von ihm als «Tag» bezeichneten Zeitabschnittes, sondern auch in der Zeit, in der der physische Körper schläft. Tag und Nacht bilden eine Erfahrungseinheit, die aber nur teilweise *bewußt gelebt* wird. In diesem Falle muß das Leben unvollständig sein! — Die meist nur kläglichen Reste des nächtlichen Erlebens werden als *Träume* bezeichnet — oft in einem abwertenden Sinne. Derartige Erinnerungsfragmente gelten als verwirrend, irrational, qualitativ minderwertig und vor allem als deutungsbedürftig. Es ist auch allgemein bekannt, daß beim Einschlafen das bewußte Ich in sich zusammenfällt, in der Dunkelheit der Nacht versinkt und erst am nächsten Morgen wieder erwacht. Im wahrsten Sinne des Wortes löst es sich also in der Finsternis auf und irrt manchmal als kümmerliche Restform, als Traum-Ich, in einer fremden, abstrusen und zuweilen beängstigenden Welt umher. Dies liegt vor allem daran, daß die gewohnten Denkweisen nicht aufgegeben werden können. Wenn Einschlafen und Ich-Verlust als dasselbe gelten, muß es eben so sein. Und wenn zu wenig über die Gesetze, Maßstäbe und Erfahrungsmöglichkeiten der Nacht bekannt ist, besteht auch kein Anlaß, beim Einschlafen anders zu denken. Der Weiße denkt nicht zuviel, er denkt ausschließlich in genormten Bahnen.

Die Sprache der Nacht ist fremd und unverständlich, bezugslos und oft schrecklich. Woran soll sich das Ich da orientieren, wenn es nicht einmal weiß, daß es durchaus in der Lage wäre, den nächtlichen Erfahrungsraum mit voll erhalten gebliebenem Bewußtsein zu betreten — ohne dabei seine emotionalen und kognitiven Funktionen zu verlieren.

Doch gerade von dieser Möglichkeit sprechen die Totenbücher. Die Kunst des Sterbens ist gleichzeitig auch die Kunst, richtig einzuschlafen. Nur um die Schulung des Ich-Bewußtseins geht es, das unbedingt lernen muß, kontinuierlich zu bleiben. Das Ich darf sich bei ungewöhnlichen, erschreckenden und verwirrenden Erlebnissen nicht aus der Fassung bringen lassen.

Erlebt das Ich den nächtlichen Bereich bewußt, so ergibt sich daraus nicht nur eine enorme Bereicherung des Erfahrungsspektrums, sondern auch eine Fülle von Bedeutungsveränderungen in bezug auf das Weltbild, die Weltanschauung und das eigene Leben im Alltag. Ein kontinuierliches Ich hat aufgehört zu träumen, es verfügt — während der physische Körper schläft — über einen anderen Körper, der oft erstaunliche Fähigkeiten hat und sich in zuvor verborgen gebliebenen Wirklichkeitsbereichen bewegen kann. Es wird dem Ich möglich, die Aussagen der Totenbücher selbst zu bestätigen oder zu widerlegen und die Welt der Mythen und Märchen authentisch zu erleben. Sogar die außerordentlichsten Sterbeerfahrungen und mystischen Seinszustände können nachvollzogen werden — *wenn* die nächtlichen Zonen nicht mehr schlafend in totalem Vergessen² oder träumend mit einem vom Alltags-Ich total verschiedenen Traum-Ich durchwandert werden. Diese Chancen sollten nicht leichtfertig vertan werden, zumal die Berücksichtigung dieser Erlebnisbereiche zu positiven Veränderungen des oft völlig sinnentleerten Alltags führen kann.

Obwohl alles Fremde zunächst bedrohlich scheint und die Existenzgrundlagen gefährdet, stellt es doch eine Herausforderung dar, das eigene Selbstverständnis zu überprüfen — eben weil das Ganz-Andere der Normalität widerspricht.

Ungewöhnliches ist nur so lange außerordentlich, paranormal und verrückt, bis das Ich bereit ist, sein Herz zu öffnen und einen Weg zu gehen, der nicht mehr ausschließlich vom Verstand vorgezeichnet ist. Und wenn die Vernunft rät, von einer Sache abzulassen, spricht das Herz oft eine ganz andere Sprache. Doch die Vernunft ist meist zu kleinlich und unfähig, von der einmal eingeschlagenen Richtung abzuweichen. Das Herz dagegen kann ohne weiteres auch noch die Vernunft in sich beherbergen und sich um Dinge kümmern und an Gegebenheiten erinnern³, mit denen sich ein vernünftiger Mensch niemals auseinandersetzen würde. Gibt es nicht eine Unmenge von Argumenten gegen die Erschließung der nächtlichen Quellen: die vielen gesellschaftlichen Sachzwänge, die kritischen wissenschaftlichen Meinungen und all die familiären und persönlichen Bedürfnisse. Wer würde da noch in den Schlaf hineingehen wollen, um dem Tod auf diese Weise näherzukommen? Nur das Herz spricht leise vom Tod, dessen enthülltes Antlitz das Leben ist.

1.2. Die Absonderlichkeit der Eigenerfahrung

Um den nächtlichen Welten gerecht zu werden, muß eine Auseinandersetzungsform gefunden werden, die sich von den üblichen Ansätzen in einigen wesentlichen Punkten unterscheidet. In der Regel ist es aber schwierig, die durch die Eindimensionalität des Alltags vorgegebenen Beschränkungen und Vorurteile zu überwinden. Wer nie von anderen Lebensmöglichkeiten gehört hat, wird aufgrund seines Nichtinformiertseins überhaupt nicht auf die Idee kommen, neue Bedürfnisse anzumelden und ungewohnte Fragen zu stellen. Weil man nicht weiß, daß durch nichtalltägliche Erfahrungen ganz andere Betrachtungsweisen möglich sind, kann nicht einmal der Wunsch nach Erschließung neuartiger Erlebnisbereiche formuliert werden. Deshalb macht sich eine allgemeine Unzufriedenheit breit, die sich auch als Unwohlsein oder als psychosomatische Krankheit äußert. Ersuchen die unruhig gewordenen Menschen um Hilfe, sind sie selbst auf Befragung hin unfähig, konkretere Angaben zu ihrer Situation zu machen.

Wer seine eigenen Erfahrungsmöglichkeiten erschließen möchte, wird auf die psychologischen Mittel verwiesen. Auf den Wegen der Psychologie bleiben aber die nicht-systemkonformen Erlebnisse unbeachtet am Rande liegen, denn der theoretische Rahmen verbietet Gespräche über psychische Belange, die außerhalb der abgesteckten Grenzen stattfinden sollten. Psychotherapeuten beschränken sich beinahe ausschließlich auf die verschiedenen Formen des «normalen*» Träumens, die sie zu übersetzen und in die vorgegebenen Konzepte einzubauen suchen. Dabei werden die Möglichkeiten eines kontinuierlich aufrechterhaltenen und luziden Ichs nicht in Betracht gezogen — die Auseinandersetzung mit dem Traumgeschehen muß also verschoben werden, bis der physische Körper erwacht ist.

Wenn sich das Ich jedoch schon *während* des Traumes seines Zustandes bewußt wird und von diesem Augenblick an *luzid* «träumt-», kann es sich direkt mit den Ereignissen auseinandersetzen! Auch während der Einschlafphase vermag das Ich kontinuierlich bestehen zu bleiben. Es wechselt dann bewußt vom innerphysischen in den außerkörperlichen Zustand hinüber und erhält sich auf diese Weise mit dem Bewußtsein auch sein Wissen und seine Kritikfähigkeit.

Deutungen mögen unter Umständen mithelfen, das nächtliche Erleben mit dem Alltag zu verbinden. Dennoch wird sich das luzide Ich (im <Traum> bzw. im außerkörperlichen Zustand) einer Wirklichkeit gegenübergestellt sehen, die «deutungsinvariant» bleibt. D. h., der Gegenstand, der interpretiert wird, bleibt als solcher in unveränderter Form weiter bestehen. Ein Baum, der nicht verschwindet, wenn er vom Betrachter als Symbol für etwas anderes bezeichnet wird, ist eben ein Baum —

ungeachtet der Assoziationen und Symbolauffassungen des (psychologisch geschulten) Ichs. Wer dennoch auf seinem Standpunkt beharrt, wird weder jemals in eine Frucht beißen noch das Holz bearbeiten können.

Geht das Ich mit einer <Alles-kann-gedeutet-werden-Einstellung> in die nächtlichen Erfahrungsbereiche hinein, spricht es den fremden Welten von vornherein jede Eigenständigkeit ab. Es verhält sich wie ein Kolonialherr und Ausbeuter, dem die Gesetze der Einheimischen nichts gelten, weil er nur daran denkt, die eigenen Interessen durchzusetzen. Mit dieser Einstellung wird die Kontinuität und Luzidität des Ichs in fremder Umgebung nicht lange bestehen bleiben, denn ein fruchtbarer Austausch, ein wechselseitiges Aufeinanderwirken der unterschiedlichen Welten mit ihren andersartigen Gesichtspunkten, wird dadurch ausgeschlossen. Die herkömmliche Meinung, das nächtliche Erleben sei

<in Tat und Wahrheit> nichts anderes als Alltägliches, das sich in verfremdeter Form ausdrückt und bei entsprechender Interpretation wieder in das <eigentlich Gemeinte> zurückübersetzen läßt, verhindert den Durchbruch des Neuen.

Die Wirklichkeit, wie wir sie zu sehen gelernt haben, ist nur eine Beschreibung aufgrund des Wissens und der Erfahrungen einer bestimmten Menschengruppe zu einer bestimmten Zeit. Diese tradierte und immer wieder veränderte Beschreibung, die als *die* Wirklichkeit ausgegeben wird, hat im Grunde genommen keine allgemeinverbindliche Bedeutung. Sie ist <nur> Ausgangspunkt und kleinster gemeinsamer Nenner für das Zusammenleben. Die ganze Erziehung zielt zur Hauptsache darauf ab, das Kind mit diesem Bezugssystem und seinen Wertungen bekannt zu machen, damit es sich in der Gesellschaft einigermaßen zurechtfindet.

Erfahrungswissen und Erlebnisse, die nicht in das vorgegebene System hineinpassen, stellen dessen Absolutheitsanspruch in Frage und werden deshalb mißtrauisch betrachtet. Ein Mensch, der etwas Außerordentliches erlebt, steht automatisch im Abseits — wenigstens solange, bis es ihm oder anderen gelingt, sein Erlebnis zu deuten und in den passenden Rahmen einzubetten — oder zu vergessen. Als Ausweg bietet sich höchstens die Parapsychologie an. Aber dort werden ausschließlich normgemäße Ansätze verwendet, um das Paranormale zu beweisen — ein unauflösbarer Widerspruch.

Übrig bleibt nur die Rückkehr zum schlichten Erzählen: dem Mitmenschen von den Erlebnissen berichten, die dem Gewohnten zuwiderlaufen, um ihn zur Kritik herauszufordern und zu eigenem Erleben und Nachprüfen anzuregen. Gemeinsam läßt sich dann das Risiko der Erforschung nichtalltäglicher Erfahrungswelten leichter tragen.

Der Sinn des Daseins kann sich doch nicht in der pflichtgemäßen

Erfüllung der Normen und Werte des Kollektivs erschöpfen. Der Mensch ist doch immer auch «der einmalige, ganz besondere, in jedem Fall wichtige und merkwürdige Punkt, wo die Erscheinungen der Welt sich kreuzen, nur einmal so und nie wieder. Darum ist jedes Menschen Geschichte wichtig.»⁴ Diese Geschichte hat einen alltäglichen und einen befremdlichen Teil. Und in der Nacht sind die Dinge manchmal viel fremdartiger, als sie es tagsüber jemals sein könnten. Dies schreckt viele ab, und deshalb lassen sie alle Erinnerungen an der Grenze zurück und leben als Fremde in einer fremden Welt. Erst wenn es dem Ich gelingt, sich im Dort an das Hier und im Diesseits an das Jenseits zu erinnern, und wenn der verschüttete Durchgang von der einen Ebene zur anderen freigelegt worden ist, wird es wieder zu nicht-alltäglichen Lösungen für den einzelnen Menschen und vielleicht sogar für die Gesellschaft kommen.

Der Weg in die Nacht hinein ist ein gangbarer Weg, ein Weg, der nicht den Ausschluß, sondern das Mitleben des Alltags erfordert. Er erlaubt keinerlei Verdrängung und verlangt äußerste Aufmerksamkeit, denn fern von der alltäglichen Normalität ist beinahe jeder Schritt ein Fehltritt — und doch sind die Erfahrungen, die auf diesem Weg gemacht werden, bedeutsam. Vieles mag zunächst nur für denjenigen Menschen eine Bereicherung des Lebens und eine Quelle der Erneuerung sein, der etwas Bestimmtes selbst erlebt hat. Aber wirkt sich nicht *jede* Erfahrung in irgendeiner Form auf das Gemeinschaftsleben aus?! Deshalb wäre es unmenschlich und kurzsichtig, willkürlich bestimmte Erlebnisse auszuschließen, nur weil sie nicht ins normierte System hineinpassen. Das Ungewöhnliche entspricht einem Mutationsereignis auf geistiger Ebene. Bevor über das definitive Ausscheiden der betreffenden Mutante entschieden wird, sollte wenigstens deren Bedeutung für den Weiterbestand des Ichs beim Einschlafen geprüft werden können.

Zu viele Menschen erzählen heute von absonderlichen Erlebnissen, von luziden Träumen, außerkörperlichen Erfahrungen und mystischen Zuständen. Auch ich reihe mich in diese Gruppe ein: eine Gruppe, die nur selten ausführlich erzählen durfte und ernsthaft angehört wurde. Weil die Nacht jedoch zur Ganzheit des Menschen gehört und sich zusammen mit allen anderen Lebensbereichen zu einem reichen und vielseitigen Netz von Beziehungen verknüpft, wird das Erzählen stets zu einer Bestandsaufnahme des persönlichen und gesellschaftlichen Alltags. Und gleichzeitig mit dem Öffnen des Mundes öffnet sich auch eine neue Welt.

Die in diesem Buch erzählten Beispiele sind Teil einer sich über Jahre hin erstreckenden und niemals endenden Auseinandersetzung. Eine Erfahrungsauswahl ist immer problematisch. Einerseits sind die Erlebnisse sehr persönlich, und andererseits soll den Außenstehenden doch

verdeutlicht werden, wie das von mir Gemeinte in der Praxis aussieht. Oft sind die Erzählungen nur Ausschnitte eines Erlebnisablaufes, der um einen größeren Fragenkomplex kreist. Jedes einzelne Erlebnis beleuchtet dann wieder einen anderen Aspekt des Problems. Die Leser, die weder meinen subjektiven Hintergrund noch den entsprechenden Zeitabschnitt in allen Einzelheiten kennen, werden vielleicht vieles unverständlich finden. Ich muß aber von meinem *eigenen* Material ausgehen, weil nur so gezeigt werden kann, was mir die gefühlsmäßige Gewißheit gegeben hat, nun auf Abwege geraten oder auf dem Weg des Herzens geblieben zu sein.

Sämtliche persönlichen Erlebnisse, die ich in diesem Buch erzähle, stehen in einem größeren Zusammenhang — sowohl unter sich wie auch zum Alltag und zum Allgemeinmenschlichen. Dieses Umfeld habe ich mit Hilfe von Hinweisen und Andeutungen zu erhellen versucht — unvollständig und zum Teil bruchstückhaft. Ich hoffe dennoch, daß dies genügen wird, um einen Nachhall zu erzeugen. Wenn nur eine einzige Saite beim Lesen mitzuschwingen beginnt, weil eine Erinnerung an vielleicht längst vergessen Geglaubtes anklingt, hat dieses Buch seinen Zweck erfüllt. Dann genügt es, der *eigenen* inneren Stimme zu lauschen — und die Seiten dieses Buches sind nur noch Makulatur.

Der umfangreiche Anmerkungsapparat soll das im laufenden Text Geschriebene in einen nochmals weiteren Rahmen hineinbringen, dessen Umfang das rein Persönliche verblassen läßt. Der Weg zu den Quellen der Nacht ist gerade wegen seines subjektiven Charakters äußerst fragwürdig, doch gibt es nichts, was einer Frage würdiger wäre als die Nacht, die als «das Reich der Großen Mutter» bezeichnet wird. Mann und Frau werden diesen Weg aber nur gehen können, wenn sie das gesamte Spektrum menschlicher Möglichkeiten gelten lassen und bewußt hinübernehmen: das konkrete und zugleich imaginative Denken, das intuitive Erfassen und das gefühlsmäßige Anpassungsvermögen.

1.3. Die Unfähigkeit, mit den Träumen umzugehen

Psychologische und andere Vorurteile machten sich bei mir in dem Moment besonders stark bemerkbar, als ich begann, mich ernsthaft mit dem nächtlichen Erfahrungsbereich auseinanderzusetzen. Ich war zwar gewillt, auf die bisher benutzten Krücken zu verzichten. Doch erweisen sich Stützen erst dann als solche, wenn sie aufgegeben werden sollen. Als Kind konnte ich vorurteilslos träumen — als Erwachsener wußte ich zuviel *über* Träume und nichts oder kaum etwas von der Praxis des

eigenen Träumens geschweige denn von anderen Arten des nächtlichen Erlebens im Schlafzustand. Ich mußte mich an meine Kindheits-erlebnisse wiedererinnern, die Konsequenzen gewisser Schlaferfahrungen bedenken und von neuem staunen lernen.

1.3.1. Die Selbstverständlichkeit der Kindheitserlebnisse

Als Kind konnte ich mich meistens am Morgen an einen Traum erinnern, ohne aber besonders darauf zu achten. Für mein Interesse kann ich keinen Grund angeben. Für mich waren die Welten einfach noch nicht fein säuberlich in Tag und Nacht getrennt, was mir manchen gutgemeinten Tadel der Erwachsenen eintrug. Doch war ich trotz der Ermahnungen nicht bereit, die eine Welt zugunsten der anderen aufzugeben. Meines Erachtens bestand dafür auch keine Notwendigkeit. Ich durfte Traum und Alltag nur nicht miteinander verwechseln, sondern mußte lernen, in beiden zu leben — gleichzeitig oder abwechselungsweise. Dies gelang mir so weit, daß keine Konfliktsituationen entstanden, die ich nicht mehr bewältigen konnte.

Dann erlebte ich in meiner Jugendzeit *spontan* erste außerkörperliche Zustände. — Als *außerkörperlich* bezeichne ich jenen Seinszustand, in dem man die Gewißheit und das durch nichts zu erschütternde Gefühl hat, mit seinem Bewußtsein, seiner Ich-Entität, außerhalb des physischen Körpers zu sein. Dabei fühlt man sich bewußtseinsmäßig wie innerhalb des wachen physischen Körpers. Das Ich bleibt kontinuierlich bestehen und verfügt über die normale Stabilität und Koordination. Das Wahrnehmungsvermögen, die Gedächtnisleistungen, die Lernfähigkeit, der Denkstil, die Vorstellungs- und Urteilsfähigkeit sowie die Beherrschung der Sprache bleiben nicht nur voll erhalten, sondern sind unter Umständen sogar erheblich gesteigert. Ich möchte es nochmals betonen: Die Kontinuität des Ichs bleibt vollumfänglich erhalten, es verfügt über alle emotionalen und kognitiven Funktionen.⁵

Bei den ersten außerkörperlichen Erfahrungen war ich überzeugt, mitten in der Nacht aufgestanden zu sein. Ich fühlte mich überhaupt nicht müde, sondern ausgeruht und erfrischt. Irgendwie kam mir das sehr merkwürdig vor, denn üblicherweise verspürte ich eine bleierne Müdigkeit, wenn ich einmal zwischen Mitternacht und drei Uhr morgens aufstehen mußte. Dieser Unterschied machte mich stutzig, weshalb ich zurückhaltend und vorsichtig handelte. Der für mich ungewöhnliche Zustand dauerte jeweils nur wenige Sekunden und wiederholte sich oft mehrere Male. Ich stand normal auf und ging einige Schritte im Zimmer umher. Plötzlich lag ich wieder im Bett. Die Schnelligkeit der Rückkehr war mir vorerst unerklärlich. Ich erhob

mich von neuem, ging umher und schnellte wieder zurück. Diese *Wiederholungen* ermöglichten es mir, das Geschehen genauer zu beobachten, bis ich versuchsweise den Schluß zu ziehen vermochte, daß ich einen *zweiten Körper* besitzen mußte. Dieser Zweitkörper war empfindungsmäßig mit dem physischen Körper völlig identisch, außer eben der Tatsache, daß ich mich in ihm sehr wohl fühlte. Die Annahme, daß ich mich nicht innerhalb des schlafenden physischen Körpers, sondern außerhalb in einem Zweitkörper befand, bereitete mir keinerlei Unbehagen. Mein Denken brauchte damals zu seiner Beruhigung noch keine von außen her beigebrachten Theorien,⁶ sondern entwickelte spontan eine eigene, die ihm am passendsten schien.

Ich erkannte rasch, daß mit dem außerkörperlichen Zustand endlich eine Möglichkeit gegeben war, auch des Nachts frei und bei vollem Bewußtsein zu agieren. Nun konnte ich Entdeckungen machen, das Traumgeschehen beliebig steuern oder mich einfach meines Zustandes freuen und in die dunkle Nacht hinaussehen. Ich betrachtete dieses Erlebnis als selbstverständlich. Nie kam mir der Gedanke, daß dies paranormal sein könnte. Ich wußte nicht, wie weit dies alles von der praktischen und theoretischen Normalität entfernt war.

Die Tatsache, daß sich *bewußtseinsmäßig* keinerlei Unterschied zwischen innerkörperlichem und außerkörperlichem Zustand ausmachen ließ, zwang mich zu größter Vorsicht. Ich wollte unter keinen Umständen schwer verunfallen — nur weil ich mich nicht vergewissert hatte, in welchem Körper ich mich aufhielt. Um mich also zweifelsfrei von der Außerkörperlichkeit zu überzeugen, entwickelte ich mit der Zeit mehrere *Zustandskontrollen*, Methoden, die es mir erlaubten, meinen Zustand mit Sicherheit zu bestimmen. Ohne diese Sicherheit wagte ich es — damals schlief ich in einem kleinen Estrichzimmer im vierten Stock eines Mehrfamilienhauses, in dem sich die elterliche Wohnung befand — nach dem Hinaussteigen auf das Dach nicht, in den Hof hinunterzuspringen. Ich kletterte bloß der Dachrinne entlang oder auf dem Dach herum, bis ich plötzlich wieder in den schlafenden physischen Körper zurückschnellte. Mit der Zeit wurde ich mutiger und hangelte mich via Regenrohr bis zum Balkon hinunter, von wo aus es problemlos weiter von Balkon zu Balkon bis ins Erdgeschoß hinabging. Letzteres hatte ich schon mit dem physischen Körper getan, weshalb mir der Abstieg nicht schwerfiel. Nach einigen Wiederholungen ging mir diese Kletterei im außerkörperlichen Zustand «viel zu langsam», denn meines Erachtens mußte es zustandsadäquatere Fortbewegungsweisen geben. Springen oder Fliegen wäre schneller gegangen. Aber dafür mußte ich unbedingt wissen, ob ich mich im Zweitkörper außerhalb des physischen Körpers befand. Ich entwickelte also zunächst zwei zur Bestimmung des Zustandes geeignete Methoden.

Als erstes pflegte ich nun einen Blick auf mein Bett zu werfen. Lag mein schlafender Körper da, dann wußte ich, daß ich mich außerhalb meines physischen Leibes befand. Diese Methode hatte allerdings ihre Tücken, denn oft wurde ich gerade wegen dieses ›Zurückblickens‹ wieder zurückgezogen. Manchmal war es auch viel zu dunkel, um wirklich etwas erkennen zu können. Deshalb benutzte ich eine andere Kontrollmöglichkeit. Bei einer meiner nächtlichen Exkursionen hatte ich nämlich festgestellt, daß im außerkörperlichen Zustand das geschlossene Zimmerfenster durchdrungen werden konnte, ohne daß die Scheibe in Brüche ging. So etwas war mit dem materiellen Körper unmöglich! Mein Plan bestand nun darin, in jedem Fall die Scheibe direkt zu durchqueren, wenn ich auf das Dach hinausgelangen wollte. Deshalb ließ ich das Fenster stets nur einen Spaltbreit offen. Es erwies sich in der Folge, daß ich damit eine sichere Methode gefunden hatte, um den jeweiligen Zustand zu bestimmen. Ich streckte einen Arm vor, berührte mit der Hand die Fensterscheibe, drückte leicht dagegen — und wußte sogleich, ob ich außerkörperlich war oder nicht. Konnte ich das Glas durchdringen, so bestand kein Zweifel mehr an meiner Außerkörperlichkeit. Später fand ich noch weitere Kontrollmöglichkeiten, weil ich mich immer mehr an den außerkörperlichen Zustand gewöhnte und anpaßte und neue Empfindungen kennenlernte, die ich zuvor nicht bewußt hatte wahrnehmen können.

Neben der Zustandskontrolle gibt es auch die *Bewußtseinskontrolle*⁷, die vor allem beim Übergang von einem gewöhnlichen in einen luziden Traum⁸ von großer Bedeutung ist. In diesem Falle wird man sich ja während eines Traumgeschehens voll bewußt, daß man träumt. Daher ist es unerläßlich, die Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu kontrollieren, um nicht wieder in einen dumpfen Traumzustand zurückzufallen. Die aktive Prüfung des Bewußtseins «mittels Datum, Wochentag und Lage des eigenen Körpers fordert trotz des geringen Zeitaufwandes ein hohes Maß an Selbstbeherrschung und Willensanstrengung! Ohne diese Bewußtseinskontrolle besteht aber keinerlei Gewähr für die Echtheit des Ich-Bewußtseins.»⁹ Beim direkten Übergang in den außerkörperlichen Zustand kennt man wegen der *Kontinuität* des Ich-Bewußtseins seinen Namen sowie Wohnort und genaue Lage des eingeschlafenen physischen Körpers. Man ist während der Außerkörperlichkeit *jederzeit* fähig, eine beliebige Art der aktiven Bewußtseinskontrolle durchzuführen, was man — besonders als Anfänger — auch des öfteren tun sollte, um nicht ins Vergessen bzw. in den gewöhnlichen Traumzustand abzugleiten. Da man aber bei den ersten *außerkörperlichen* Erfahrungen oft nicht den geringsten Unterschied zum Tagesbewußtsein feststellen kann und sich ›körperlich‹ etwa so fühlt wie immer, sollte vor der Bewußtseinskontrolle eine Zustandskontrolle gemacht werden.

Von Anfang an hatten mich die sehr häufig auftretenden außerkörperlichen Zustände (manchmal drei- bis viermal in der Woche) gelehrt, daß die *Ablösung* vom schlafenden physischen Körper unproblematisch war und keinerlei Schwierigkeiten bereitete — ich stand einfach auf wie jeweils am Morgen. Kritisch wurde es oft erst *nach* der Ablösung. Obwohl ich dank der Anwendung einer meiner Zustandskontrollen bald einmal den Mut fand, von der Dachrinne aus in den Hof hinunterzuspringen oder vom Haus wegzufiegen, tauchten früher oder später unüberwindliche Hindernisse auf, die es mir nicht erlaubten, mehr als etwa 200 Meter vom Ausgangspunkt wegzukommen. Ich konnte mir dies nicht erklären und fand damals auch keine Mittel, diese Blockade zu durchbrechen. Oft wurde ich beim Versuch, den Abstand zu vergrößern, plötzlich mit aller Heftigkeit von irgendwelchen Zwängen befallen. Ich konnte nicht mehr tun, was ich wollte, sondern wurde in ein Geschehen verwickelt, das zum Verlust des kontinuierlichen Bewußtseins führte. Ich fiel in eine typische Traumwelt hinein, in der ich nur das mir wohlbekannte Traum-Ich besaß und *nicht* wußte, daß ich träumte und wo ich war. Es ergaben sich aber noch andere Fragen. Warum konnte ich manchmal fliegen und andere Male wieder nicht? Weshalb ließen sich die Fensterscheiben nicht immer gleich mühelos durchqueren? Und was mochte der Grund dafür sein, daß ich trotz verzweifelter Anstrengungen niemals weiter als etwa 200 Meter von meinem Zimmer Weggehen oder fliegen konnte? — Damals fand ich keine Antworten auf diese Fragen, sondern konnte bloß versuchen, an die Grenzen des mir Möglichen zu kommen und vor allem genau auf das zu achten, was sich mir da als Hindernis entgegenstellte.

Ich hatte eingesehen, daß ich mich noch so perfekt vom physischen Körper ablösen konnte — *dies* hatte keinen entscheidenden Einfluß auf den darauffolgenden Zustand. Welche Bedingungen waren also zu erfüllen, um die Außerkörperlichkeit zeitlich zu verlängern und den Aktionsradius zu vergrößern?¹⁰

1.3.2. Der Verlust von Fähigkeiten der Jugendzeit

Mit 16 las ich Sigmund Freuds «Traumdeutung» und wunderte mich, daß der berühmte Psychologe unfähig war, seine Träume direkt zu beeinflussen. Anschließend nahm ich mir die «Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie» vor und staunte noch mehr, denn meine gewöhnlichen und vor allem die luziden Träume bestätigten Freuds Annahmen keineswegs: das Geschehen war in meinen Erlebnissen nicht zensuriert. Aus dem Buch «Zur Psychopathologie des Alltagslebens» lernte ich dagegen sehr viel. Dann machte mich mein Firmpate auf Jungs Autbio-

graphie «Erinnerungen, Träume, Gedanken» aufmerksam. Dieses Buch beeindruckte mich derart, daß ich begann, mich neben der Schule systematisch mit dem Werk dieses Tiefenpsychologen auseinanderzusetzen. Obwohl ich zu Beginn höchstens ein Viertel des Gelesenen verstand, beschäftigte ich mich — sooft ich neben den durch die kurz bevorstehende Maturitätsprüfung immer größer werdenden schulischen Belastungen Zeit fand — mit dem Jungschen Werk.

Je näher der Schulabschluß rückte, desto seltener «löste» ich mich vom Körper ab. Daß ein direkter Zusammenhang mit den schulischen Anforderungen bestehen könnte, merkte ich damals nicht. Zwar mißfiel mir diese Entwicklung, aber ich maß der Wende keine besondere Bedeutung zu, da sie möglicherweise einer notwendigen Entwicklung entsprach. Außerdem sprach kein Psychologe von Erfahrungen, wie ich sie immer wieder erlebt hatte. Nur C. G. Jung schien Ähnliches erlebt zu haben, ohne aber sein psychologisches Konzept darauf auszurichten.

1965 bestand ich die Matur, absolvierte die Rekrutenschule, immatrikulierte mich an der Universität und schloß den Ehebund. Am 21. Juli war ich zwanzig Jahre alt geworden. Was das Studium angeht, so hatte ich mich für eine naturwissenschaftliche Ausbildung entschieden. Es schien mir wesentlich, exakte Grundlagen und saubere experimentelle Arbeitsmethoden kennenzulernen. Ich nahm mir vor, nach dem Doktorat in Biologie ein Zweitstudium geisteswissenschaftlicher Art aufzunehmen. In den ersten Semestern belegte ich Zoologie im Hauptfach und die Nebenfächer Botanik, Chemie und Physik. Nebenher beschäftigte ich mich weiterhin mit der Analytischen Psychologie und begann mit dem Aufschreiben meiner Träume. Die außerkörperlichen Erlebnisse wurden nun immer seltener, aber die Träume waren zum größten Teil noch sehr friedlich und befriedigend.

Nach dem vierten Semester nahmen die Belastungen an der Universität zu, denn es galt, für die Zwischenprüfungen zu lernen und das erste Nebenfach, die Botanik, abzuschließen. Die Prüfungen verliefen mehr oder weniger zu meiner Zufriedenheit. Innerlich machte sich in dieser Zeit ein zunehmendes Unbehagen breit. Die Art des Wissens, das ich mir anzueignen hatte, sprach nur einen Teil meines Menschseins an, denn der gefühlsmäßige Zusammenhang zwischen den mich interessierenden Fächern und mir selbst schien sich zu verflüchtigen. Die zunehmende intellektuelle Inanspruchnahme ließ das Bedürfnis nach empfindendem Erleben und gefühlsmäßiger Anteilnahme unberücksichtigt. Es kam zu einer inneren Entfremdung, die sich im persönlichen Alltagsbereich auswirkte und immer stärker die nächtlichen Erlebnismöglichkeiten beschränkte. Die naturwissenschaftliche Betrachtungsweise entzog den Objekten meines Interesses alle Lebendigkeit, um sie dann begrifflich und formal zu kategorisieren. Auf diese Weise ging der Bezug zur

Gesamtheit meines Erlebens verloren. Mein Intellekt beschäftigte sich mit Dingen und Begriffen, die mir kaum etwas bedeuteten. Ich ahnte dies irgendwie, weigerte mich aber dennoch, den leise drängenden Stimmen weiter nachzugehen. Ich sah einfach keinen Ausweg, wie diese zerfahrene Situation hätte geändert werden können, ohne daß damit mein Ausbildungs- und Karriereziel gefährdet gewesen wäre. Dann erlebte ich in der Nacht auf den 7. Februar 1968 folgenden luziden Traum:

Ich bin mit meiner <Anima> zusammen. So nenne ich eine in meinen Träumen immer wiederkehrende junge Frau mit meist blonden Haaren, die sehr hübsch ist und meiner Frau gleicht. Es erstaunt mich, daß zwischen uns ein derart harmonisches Einvernehmen besteht, denn ich erinnere mich, bei C. G. Jung gelesen zu haben, daß dies üblicherweise nicht der Fall sei. Wie in vielen anderen Träumen — an die ich mich jetzt (im Traum!) durchaus erinnern kann — bin ich erfüllt von einem tiefen inneren Frieden, einem Gefühl, das bis in den wachen Alltag hinein weiterschwingt und oft tagelang anhält.

Ich begleite sie zu ihrem Haus am Rheinsprung. In der materiellen Wirklichkeit steht an dieser Stelle das ehemalige Gebäude der Universität Basel, in dem jetzt die Zoologische Anstalt untergebracht ist. Dieser Sachverhalt ist mir im Traum bekannt. Da ich in der Stadt noch irgendwelche Besorgungen zu machen habe, verabschiede ich mich und gehe.

Nach einer unbestimmten Zeitspanne erhalte ich die Nachricht, daß die junge Frau gestorben sei. Eine Traurigkeit, wie ich sie noch niemals erlebt habe, überkommt mich. In tiefster Beklemmung eile ich zurück zum Haus, renne die Treppen hinunter und betrete das Schlafzimmer. Doch ihre Leiche ist nirgends zu finden. Auf dem Bett sitzt nur eine mir nicht bekannte Frau mittleren Alters, die still vor sich hin weint. Ich trete zu der Unbekannten hin und versuche sie zu trösten, was mir aber nicht gelingt, da ich selber zu erschüttert bin.

Ohne Übergang wache ich im Bett auf. Die gleichen schmerzvollen Gefühle dauern mit unverminderter Heftigkeit an. Verwirrt und beunruhigt versuche ich den Traum zu deuten; aber der Versuch beeinflusst meine Stimmung in keiner Weise. Der Zusammenhang zwischen dem Ort des Geschehens, dem Tod der <Anima> und dem Hinweis auf die Ähnlichkeit mit meiner Frau ist derart offensichtlich, daß es mir nicht gelingt, ihn wegzuinterpretieren.

7.2.1968

Dieser «Traum- war ein Schock für mich, denn ich empfand den Verlust der Anima als Untergang einer Welt, mit der ich mich seit jeher verbunden gefühlt hatte. Selbstverständlich ließ sich das Erlebnis aus den bisher geschilderten Lebensumständen heraus deuten. Und was konnte ich mit einer Deutung gewinnen? Doch nur eine Umsetzung der emotionalen Betroffenheit in Begriffe, die dem Kopf nur das sagten, was er ohnehin schon wußte. Dann hätte ich genau das wiederum vergessen, was ich hartnäckig nicht zur Kenntnis nehmen wollte: den Gefühlschock! Und ich war nicht der einzige, dem es so erging. Die Studentenunruhen in jener Zeit waren auch eine Reaktion und vor allem ein handfest be-greifbarer Ausdruck einer tiefen Gefühlsverletzung. Das Herz begann zu sprechen, es wollte umfassend begreifen, in sich einschließen, sich etwas ertasten, es berühren — und nicht immer nur abstrahieren und sich den Definitionen des Intellekts beugen. Jetzt war mir alles zu einer toten Wüste unter der sengenden Sonne des Intellekts geworden. Die Begriffsapparate töteten eiskalt, sie zergliederten, zerschnitten, präparierten und objektivierten. Und sie vernichteten sogar die Anima, das Leben — und dieses Leben begann sich zu wehren, es bäumte sich auf und verschaffte sich Luft, unbeholfen, brutal, zerstörerisch und rücksichtslos. Dies geschah draußen auf der Straße, aber in mir war eine Welt zerbrochen. Langsam begann ich zu verstehen, daß «Anima- kein abstrakter Begriff für einen Gefühlsausdruck war. Sie war konkrete Wirklichkeit, die sich im Alltag und in den Erfahrungsbereichen der Nacht verkörpern konnte. Aber wenn sie in der Nacht gestorben war, dann mußte auch die Alltagsordnung zusammenbrechen und aus allen Fugen geraten.

Ich war also gezwungen, mein Verhalten zu ändern. Statt auf die Straße zu gehen, wollte ich endlich die Hinweise der Nacht berücksichtigen, denn sonst hätte ich außer der Anima auch noch meine Familie verloren. Dies bedingte zunächst eine Veränderung der Studienpläne, denn Studienreformen ließen zu lange auf sich warten. Ich begann Psychologie und Philosophie zu studieren, unterzog mich einer Schulanalyse und nahm als Ausbildungskandidat das Studium am C. G. Jung-Institut in Zürich auf.¹¹ Schon vorher hatte ich mich ja etwas mit dem Werk Sigmund Freuds auseinandergesetzt und wußte durch C. G. Jung, wie wichtig die Berücksichtigung der eigenen Erfahrungen war — daß diese für die Erkenntnisfindung von ausschlaggebender Bedeutung sind. Es galt, der Sprache des Intellekts die Sprache des Herzens zur Seite zu stellen, um den kognitiven und affektiv-emotionalen Bereich, die äußere und innere Welt und das alltägliche und nächtliche Erleben wieder in Einklang zu bringen.

In den nächsten paar Jahren bewegte ich mich ganz im Rahmen tiefenpsychologischer Anschauungen. Oft gelang es mir, meine Träume

mit Hilfe psychologischer Methoden zu deuten und zu «verstehen». Daneben gab es aber auch äußerst merkwürdige nächtliche Erfahrungen, die mich an meine Jugendzeit erinnerten. Ich nahm jedoch aufgrund meines in der Ausbildung erworbenen Wissens an, diese Erlebnisse seien bloß Ausdruck völlig falscher Vorstellungen und fataler Mißverständnisse meinerseits. Obwohl mir gerade diese von der Jungschen Norm abweichenden Ereignisse Dimensionen des Erlebens öffneten, an die ein normaler Traum nicht im entferntesten heranreichte, bemühte ich mich um einen Einbau in das Konzept der Tiefenpsychologie. Dies gelang trotz umfangreicher Bemühungen nicht bzw. stets nur teilweise. Bei diesen, vom üblichen tiefenpsychologischen Verständnis abweichenden und von Jung meines Wissens nur in seiner Autobiographie erwähnten Erlebnissen handelte es sich vor allem um außerkörperliche Erfahrungen. Diese waren mir schon von meiner Jugendzeit her bekannt, doch hatte ich sie beinahe vollends vergessen. Nun machten sie sich jedoch wieder bemerkbar, es geschah Merkwürdiges.

2. Kapitel

Begleiterscheinungen im Zusammenhang mit dem Austritt

In diesem Kapitel werden Phänomene im Umkreis der Ablösung des

«Zweitkörpers» vom im Bett liegenden physischen Leib beschrieben, wobei ich mich strikt an die chronologische Reihenfolge meiner Erfahrungen halte. Es wäre auch möglich, eine vergleichende Studie aufgrund bestimmter Begleiterscheinungen zu machen und dabei die Berichte anderer Autoren zu berücksichtigen. Ich verzichte jedoch auf Vollständigkeit, Übersichtlichkeit und systematische Durchdringung zugunsten einer Darstellung mit stark autobiographischem Charakter. Obwohl dadurch eine ganz persönliche Note in die Erzählung und die Gliederung der Austrittserfahrungen miteinfließt, dürfte dieser Form ein größerer Wiedererkennung- und Identifizierungseffekt zukommen.

2.1. Die Schwierigkeiten der ersten Jahre

Beim Einschlafen höre ich deutlich die Worte « . . . dieser Sprung entsteht ... ». Gleichzeitig knackt es laut. Sofort bin ich hellwach und überlege, was diese Phänomene für eine Bedeutung haben: «Bestimmt handelt es sich hier um ein synchronistisches Ereignis! Aber welches sind die Ursachen, die zu dieser Wortfolge und zum Knacken geführt haben, und worin besteht der akausale Zusammenhang?» denke ich — und werde augenblicklich durch das laut und scharf gesprochene Wort «Bezugslosigkeit» in meinem Gedankengang unterbrochen und von einem heftigen Knistern geplagt.

1.6.1970

Verstand ich das Wort «Bezugslosigkeit» als Antwort auf meine Überlegungen, dann durfte ich ohne weiteres von diesen ablassen und mich

statt dessen auf die Problematik der «Entstehung des Sprunges» und der damit zusammenhängenden Geräusche konzentrieren. Nur mußte ich eben noch lernen, daß Geräusche aller Art manchmal den Ablösungsvorgang einleiten oder gleichzeitig mit dem Austritt auftreten. Auch beim Wiedereintritt sind akustische Wahrnehmungen nicht selten. Beim «Ausklinken» wie beim «Einrasten» des Zweitkörpers kann es also zu einem *Klick-Effekt* kommen. Allerdings gibt es hier wie bei allen anderen Phänomenen im Zusammenhang mit dem Austritt *keine zwingenden Regeln!*

Zu den Geräuschen, die einen Durchbruch, ein Kippen bzw. einen Übergang vom inner- in den außerkörperlichen Zustand anzeigen, gehören das Brodeln, Heulen, Klappern, Klatschen, Klicken, Klingeln, Knacken, Knallen, Krachen, Läuten, Pfeifen, Rascheln, Rauschen, Säuseln, Summen, Tönen, Trommeln, Zischen und so weiter. Derartige akustische Wahrnehmungen sind sehr häufig, aber sie werden entweder nicht beachtet oder eben nicht auf die Außerkörperlichkeit bezogen.¹

In der Nacht auf den 26. Juli 1970, als ich als waffenloser Sanitätssoldat einen Wiederholungskurs in der Kaserne Aarau absolvierte, erlebte ich folgendes:

Mitten in der Nacht bin ich plötzlich hellwach und habe das deutliche Gefühl, daß ich mich von meinem im Bett liegenden Körper ablöse, so als ob ich mit einem Zweitkörper aus der Hülle des physischen Leibes aussteigen würde. Dies geschieht bei klarstem Bewußtsein, wobei ich ganz besonnen bleibe und mir in allen Punkten über meine augenblickliche Situation im klaren bin. Ich weiß, wo ich bin, was ich tue, und ich empfinde diesen Vorgang wie die Krönung nach einer langen Zeit des Suchens und wie das Wiederfinden eines verlorenegeglaubten Erfahrungsschatzes.

Langsam schwebe ich von meinem Bett aus dem Fenster des Dachstockzimmers hinaus, in dem meine Kameraden schlafen. Ich sehe sie in ihren Betten liegen und wundere mich über das geheimnisvolle Licht, das über allem liegt und die Gegenstände wie von innen heraus leuchten läßt. Draußen fliege ich schräg nach oben - bis in eine Höhe von etwa 20 Metern über dem Boden.

Beinahe schlagartig sehe ich nun den sternenübersäten Himmel über mir. Abermillionen Sterne und Galaxien gleißen und glitzern in einer zutiefst beeindruckenden Schönheit, als wäre ich irgendwo hoch oben in den Bergen draußen vor der Hütte, um in der klaren und mondlosen Nacht in das Firmament hinaufzuschauen. Ich stelle fest, daß ich das diesseitige Universum sehe. Ich hätte außerhalb des physischen Körpers eher erwartet, eine andere Welt zu sehen, aber dem Aussehen nach zu

urteilen, muß es sich um den normalen Sternenhimmel handeln. Dennoch fühle ich mich in dieser Unermeßlichkeit des Raumes völlig allein und irgendwie verloren. Deshalb beginne ich nach einiger Zeit nach einem <Führer> und <Meister> zu rufen. Aber trotz mehrmaliger Wiederholung rührt sich nichts — ich bleibe allein unter der majestätischen Weite des Sternenhimmels. Schließlich rufe ich nach Jesus Christus, doch es geschieht weiterhin nichts.

Nach ein paar Minuten komme ich zum Schluß, daß ich wohl noch zu wenig reif für derartige Reisen sei. Plötzlich erinnere ich mich an einen Freund, der vor kurzem in Indien war und dort meditiert hatte. Ich vermute bei ihm Verständnis für meine Situation und rufe deshalb laut seinen Namen. Tatsächlich erscheint er ziemlich rasch und begleitet mich auf der Rückkehr in den Dachstock. Dann bin ich wieder im Bett, schlage die Augen auf und bleibe eine Weile nachdenklich liegen. Später schlafe ich ein.

26.7.1970

Es war offensichtlich möglich, das Ich-Bewußtsein vollständig zu erhalten, während der physische Körper schlief. Und ich existierte in einem Körper, der anderen Gesetzen gehorchte. Dies lief nicht nur der gewohnten Verwendung des Wortes <wach> zuwider. Mein Erlebnis widersprach speziell an diesem militärisch geprägten Ort den üblichen gesellschaftlichen Vorstellungen. Der Kontrast konnte kaum größer sein. Dies führte zu erheblichen Anfangsschwierigkeiten gedanklicher und sprachlicher Art.

In den Jahren bis 1974 wurde mir dann immer deutlicher, daß in bezug auf derartige Erlebnisse besonders eines zu beachten war: Ich mußte die angelernten psychologischen Methoden und die von mir übernommenen gesellschaftlichen Vorstellungen relativieren. Aber 1970 besaß ich weder die Selbständigkeit noch die Furchtlosigkeit, derartige Erlebnisse ohne psychologische Einordnungsbemühungen zu akzeptieren — und es fehlten mir der Mut und die Risikobereitschaft, mein Weltbild mit allen Konsequenzen auf das Konzept der Außerkörperlichkeit auszurichten.

Das Erlebnis in Aarau vom 26. Juli zeigte mir <nur>, daß es *prinzipiell* möglich war, mit einem intakten Ich-Bewußtsein außerhalb des schlafenden Körpers zu sein. Diese Erfahrungsgewißheit war für mich von außerordentlicher Bedeutung, denn sie ließ in mir wieder eine beinahe vergessene Fähigkeit aufleben: die Fähigkeit, zu staunen: Einfach staunen und vorbehaltlos ein Geschehen annehmen, das vom Gewohnten abweicht und der Erwartung zuwiderläuft.

Das Erlebnis der Außerkörperlichkeit ist *zuerst* einmal etwas, was allen Sprachnormen und dem allgemein anerkannten Weltbild wider-

spricht. Deshalb ist man eher geneigt, die Wirklichkeit solcher <abartiger> Erlebnisse zu bezweifeln oder irgendwie abzuwerten, als die bisherigen Anschauungen in Frage zu stellen und zu korrigieren.² Und wer sich dieser Tendenzen nicht bewußt ist, stützt sich beim Erzählen der eigenen außerkörperlichen Erfahrungen fatalerweise unkritisch auf die allgemein verbindlichen Sprachregelungen und verfängt sich auf diese Weise leicht in den Netzen der umgangssprachlichen Gewohnheiten oder benutzt wissenschaftliche Terminologien, die hier fehl am Platze sind.

Psychologische Theorien sind derart konzipiert, daß sie das Ganz-Andere eher ausschließen oder zumindest zu kontrollieren suchen, statt neue Möglichkeiten⁵ des Erlebens zu eröffnen. Es gibt zwar Ausnahmen, aber sie werden kaum prophylaktisch als Strategie der Bewußtwerdung und Erübrigung therapeutischer Maßnahmen genutzt.⁴

«Theorie-Nischen», welche über den therapeutischen Rahmen der Psychologie hinausweisen, werden eher ängstlich gehütet und nur hinter vorgehaltener Hand — für Fortgeschrittene mit entsprechender Ausbildung oder mit Bewilligung des Analytikers oder für Schüler erster Klasse — mitgeteilt. Dabei scheint man davon auszugehen, daß der Mensch in allen Fällen irgendwie und irgendwo krank sei und einer Therapie und Katharsis bedürfe: eine ziemlich verbreitete und dennoch sehr merkwürdige Vorstellung. Sie führt zur Betonung der Pathologie und der Heilungstechniken unter Vernachlässigung der Vorbeugemaßnahmen und der Veränderung des sozialen Umfeldes.⁵

Was nun die Eigenerfahrungen betrifft — vor allem das Erleben während des Schlafes -, so werden sie auffällig geringschätzig beurteilt, mißachtet oder durch Deutungen stark verunstaltet. Persönliche Erlebnisse, die etwas von der Norm abweichen, werden so behandelt, als wären sie Ausdruck schlimmster Krankheitszustände und seelisch-geistiger Defekte.

Obwohl gerade die nächtlichen Erfahrungen zuallererst einmal eine Herausforderung an die eigenen Möglichkeiten sind, findet sich kaum jemand, der sich ernsthaft und unabhängig von psychologischen und parapsychologischen Schulmeinungen mit ihnen auseinandersetzt. Sie sind Objekte für Interpretationsversuche und statistische Untersuchungen.

Grundsätzlich war ich auch selbst für das mitverantwortlich, was mir zustieß. Verständlicherweise versuchte ich, das eigene Erleben an allgemeinen Maßstäben zu orientieren und in das Gewohnte einzugliedern. Nur durfte ich darin nicht zu weit gehen und behaupten, bestimmte Erfahrungen dürften nicht ernst genommen werden, nur weil sie dem herkömmlichen Weltbild nicht entsprachen.

Im Zusammenhang mit den Träumen und anderen nächtlichen Ereignissen gab es Verdrängungsmechanismen, die ich kaum als solche erkannte. Ich versuchte, nach den Regeln der Kunst zu interpretieren, weil ich gelernt hatte, daß <Träume> ein symbolhaftes Geschehen seien. Auf diese Weise hinderte ich mich oft selbst daran, vollbewußt einzuschlafen, um mich direkt an Ort und Stelle mit den Ereignissen auseinanderzusetzen.

Gemäß der psychologischen Auffassung *bedeuten* Traumbilder etwas, sie *sind* nicht, weshalb ich die hinter der Traumrealität verborgene *eigentliche* Wirklichkeit hätte suchen müssen. Vor allem in bezug auf die außerkörperlichen Erfahrungen galt es vorsichtig zu sein - ich durfte nicht einfach eine Sichtweise benutzen, die einer bestimmten psychologischen Schulrichtung verpflichtet war, und im kritischen Augenblick nach einem Ordnungsprinzip rufen.

Wie erwähnt, brauchte ich mehrere Jahre, um nur einigermaßen mit der Sache zurechtzukommen, denn ich übersah immer wieder ganz bestimmte Probleme, bzw. ich hatte die Tendenz, nach Hilfe zu suchen, statt selbst die Antworten zu finden. Die mir zur Verfügung stehenden Orientierungshilfen gingen davon aus, daß die Ich-Identität beim Einschlafen verlorengehe und daß es nur *eine* Wirklichkeit gebe, nämlich die *Alltags-Realität*. Alle anderen Erfahrungsebenen galten als halluzinatorisch.⁶ Derartige Meinungen wirkten sich bei mir bis in den nächtlichen Bereich hinein aus, sie bestimmten maßgeblich mein Verhalten — und sie hinderten mich daran, bewußtseinskontinuierlich zu bleiben. Unfähig, das Außergewöhnliche geschehen zu lassen, war ich gezwungen, wieder in den schlafenden Körper zurückzukehren oder dann unbewußt zu werden.

In den letzten paar Wochen ist es mir mehrere Male gelungen, mich vom Körper abzulösen und in den außerkörperlichen Zustand hinüber zuwechseln. Aber ich weiß nicht, was ich damit anfangen und wie ich dieses Ereignis einordnen soll. Heute war ich wiederum erfolgreich: Ich habe meinen Zweitkörper willentlich aus dem schlafenden Körper wie einen Zapfen aus dem Flaschenhals gezogen.

9.8.1970

Gerade in bezug auf die Art des Ablösungsvorganges darf man sich nicht in ein Vorstellungsschema pressen lassen und meinen, es dürfe nur so und nicht anders geschehen. Für mich ist die gewöhnlichste Art des Austrittes das seitliche Abrollen oder Aufstehen. Die Lage des physischen Körpers spielt dabei überhaupt keine Rolle. Ferner kenne ich z.B. das Hochfliegen, Hinunterfallen, Hinausrutschen, Hochziehen

und Herausdrücken und das körperlose Wegfliegen als Ich-Bewußtseins-«Punkt», Welche Art des Austrittes ich wähle, hängt einfach von den gegebenen Möglichkeiten und von meinen Absichten ab.

2. 1. 1. Folgeschwere Sprachgewohnheiten

Aus irgendeinem Grunde erwache ich mitten in der Nacht. Daraufhin versuche ich eine Körperablösung, was aber nicht gelingen will, so sehr ich mich auch anstrengt. Schließlich kann ich doch die <anderen> Augen öffnen und das dunkle Zimmer sehen. Gleichzeitig löse ich mich wie ein Blatt vom im Bett liegenden Körper ab und gehe die paar Schritte zum Fenster hinüber, wo ich stehen bleibe — und mich auf die Möglichkeit besinne, mit dem abgelösten Zweitkörper durch geschlossene Fenster gehen zu können. Dann springe ich durch die Scheibe hindurch.

24.8.1970

Auch dieses Protokoll war typisch für die damalige Zeit. Es widerspiegelte wie die anderen meine Unachtsamkeit und mein fehlendes Engagement diesem Erfahrungsbereich gegenüber. Das Erlebnis vom 24. August hatte ich «eigentlich» nur aufgeschrieben, weil ich mich an keinen Traum erinnern konnte. Doch gerade bei derartigen Versuchen wäre es wichtig gewesen, den Ablauf ausführlich zu beschreiben und vor allem die aufgetretenen Schwierigkeiten detailliert wiederzugeben. Diese Disziplinierung schult nämlich nicht nur die Kontinuität des Ich-Bewußtseins, die Aufmerksamkeit und die Beobachtungsgabe, sondern hilft auch, Fehler zu vermeiden.

Nach dem Mittagessen lege ich mich mit der Absicht hin, die Einschlafphasen ganz genau zu beobachten. Als erstes stelle ich ein stufenweises Absinken meines Bewußtseins fest. Diese Ausdrucksweise scheint mir jedoch nicht korrekt zu sein, denn mein Ich-Bewußtsein mindert sich nicht, sondern es verlagert und verschiebt sich, weil meine Aufmerksamkeit sich anderen Dingen zu wendet. Das reale Alltagsleben um mich herum nimmt seinen üblichen Lauf, während ich mich empfindungsmäßig immer weiter von ihm entferne, nicht nur bildlich gesprochen, sondern sogar körperlich mit dem Zweitkörper. Denn ohne Anstrengung ist mir eine Ablösung gelungen. Sie geschah wie selbstverständlich als Nebeneffekt der aufmerksamen Beobachtung der Einschlafphasen. Nun gehe ich sogleich durch die geschlossene Balkontüre hindurch auf die Veranda hinaus. Unterwegs vergewissere ich mich mehrere Male meines

Zustandes, nämlich der Tatsache, daß ich dies <schlafend> tue und nicht <real>. Ich denke auch an einige frühere Körperablösungen und vergleiche sie mit der eben erst durchgeführten. Es fällt mir auf, daß ein Austritt während des Mittagsschläfchens leichter zu bewerkstelligen ist als des Nachts.

Draußen im Garten höre ich plötzlich die laut gewordenen Stimmen der spielenden Kinder. Ihr lustiges Geschrei reißt mich ins Bett zurück und <weckt mich auf>. Aber ich verhindere ein totales <Einklinken> des Zweitkörpers, indem ich die Empfindungen des physischen Körpers in einem <schwebenden Dämmerzustand> belasse. Als erstes bleibe ich natürlich reglos liegen, und außerdem registriere ich die Sinneseindrücke aus dem Alltag nur ganz am Rande und schwäche sie ab, indem ich meine bewußte Aufmerksamkeit als selektiven Filter einsetze und die äußeren Ereignisse nicht besonders beachte. Statt dessen beobachte ich konzentriert das <innere> Geschehen.⁷

Bald stehe ich wieder mit dem Zweitkörper neben dem Bett und blicke auf die Veranda hinaus — ohne darauf zu achten, wie die Kinder auf der Alltagsebene herumtoben. Solange ihre Stimmen nicht übermäßig laut werden, wird meine Konzentration auf die optischen Eindrücke nicht beeinträchtigt.

Ich sehe den Garten, die Felder und etwa 200 Meter von meinem Standort entfernt Landschaftsbilder einer anderen Welt. Die Grenze zwischen den beiden Welten bildet ein von hohen Bäumen gesäumter Bach, auf dessen anderer Seite einige Hochhäuser stehen. Und in der Ferne erblicke ich die höchsten Gipfel eines imposanten Gebirges.

Ich bin mir meiner Bewußtseinsstabilität zu unsicher und beschließe, Schritt für Schritt vorzugehen und mir dabei unter allen Umständen meiner Situation bewußt zu bleiben. — Nach kurzem Anpeilen der Verandatüre verschiebt sich mein Standort blitzartig um die zwei Meter bis zum Ausgang. Dann schaue ich intensiv auf die Rasenfläche und stehe kaum eine Sekunde später im Garten. Als nächstes blicke ich auf einen Ort draußen auf dem Feld in der Nähe des Baches. Auch dieser <Sprung> gelingt. Und dann versuche ich einen bis zu den Hochhäusern auf der anderen Seite — aber da dringt das lauter gewordene Kindergeschrei bis zu mir durch und zwingt mich wieder zurück ins Bett. Dennoch bin ich zufrieden mit dem Erreichten, ohne deshalb die Versuchsreihe abzubrechen.

Ein paar Minuten später gelingt es mir von neuem, aus dem schlafen den Körper auszutreten und in den Garten hinauszugehen . . .⁸

28.11.1971

Beim Übergang vom wachen in den schlafenden Zustand des physischen Körpers habe ich die deutlich wahrnehmbare Empfindung, mich mit einem Zweitkörper abzulösen. Dann falle ich jedoch wieder in einen <halbwachen> Zustand zurück, d.h., ich spüre den im Bett liegenden Körper stärker. Dieses Hin- und Herschwanken zwischen <Ausleibigkeit> und <Innerkörperlichkeit> dauert eine ganze Weile, weshalb ich genügend Muße habe, in Ruhe über den Wechsel nachzudenken und ihn zu beobachten. Es scheint mir nun selbstverständlich und ganz natürlich, daß dieses Phänomen beim Einschlafen erlebt werden kann, wenn das Ich sich Mühe gibt, nicht selbst einzuschlafen.

Die Ablösung geschieht jeweils sanft und lautlos — ohne irgendwelche Begleitumstände. Nachdem ich mich vollständig abgelöst habe, gerate ich ziemlich rasch in eine mir völlig fremde Umgebung. Der Übergang geschieht derart schnell, daß ich in einen Zustand höchster Verwirrung gerate. Ich kann die Realitätsebenen nicht mehr voneinander unterscheiden — was ist nun Alltag und was nicht! Diese Unsicherheit bedroht die Stabilität und Kontinuität meines Ichs, und es ist sehr anstrengend, bewußt zu bleiben, statt dem Impuls nachzugeben, unbewußt zu werden. Endlich gelingt es mir, die Krise zu überwinden und die Ebenen auseinanderzuhalten, aber erst, als ich meinen außerkörperlichen Zustand als solchen akzeptiere und keine Skrupel mehr habe, in einem Erfahrungsbereich bewußtseinskontinuierlich zu bleiben, der doch <eigentlich> als Traumzustand gilt und in dem es gewissermaßen verboten ist, <Bescheid zu wissen>.

1. 12. 1971

Weil ich damals zu stark — trotz meinen Erfahrungen — an der Vorstellung festhielt, im <Traumzustand> sei es unmöglich, bewußt zu bleiben, kam es am 1. Dezember 1971 gerade wegen meiner Bewußtseinskontrolle und wegen meines Wissens, außerkörperlich zu sein, zu Komplikationen. Ich mußte auf eine Art Zustandskontrolle zurückgreifen und mir immer wieder sagen, daß ich nun definitiv ausgetreten sei. Die Verwirrung hätte andererseits vermieden werden können, wenn der Wechsel von der Alltagsebene in eine andere Umgebung nach dem Austritt langsam und schrittweise erfolgt wäre. Bei einem abrupten Übergang hatte ich als Anfänger Mühe, mein Ich-Bewußtsein stabil zu halten. Wortgebilde wie *wachbewußt träumen* und *bewußt schlafen* sind

überaus ungewöhnlich. <Wachen> und <schlafen> sind im Normalgebrauch gegensätzliche Bezeichnungen und weisen auf völlig verschiedene Zustände des Ichs hin. Ganz selbstverständlich wird dabei der Zustand des Ichs mit dem des physischen Körpers gleichgesetzt. Ein

schlafender Körper bedeutet ein unbewußtes Ich. Ein Ich, das nicht wach ist, schläft.

Wer sich nun während eines Traumes plötzlich der Tatsache, im Traumzustand zu sein, bewußt wird, erwacht in der Regel sofort. Aus lauter Gewohnheit und völlig kritiklos setzt das wachgewordene Ich voraus, daß <Wachwerden> und <Aufwachen des Körpers> gleichbedeutend seien. Da der Zustand des Ich-Bewußtseins mit dem des physischen Körpers gleichgesetzt wird, verbietet es sich das rationale Ich selbst, wachend zu schlafen.

Sprachgewohnheiten sind im Falle der Außerkörperlichkeit äußerst verhängnisvoll, denn es besteht ein fataler Zusammenhang zwischen Sprechen und Handeln.⁹ Die Sprache verlangt eine Identifizierung von Körper- und Ich-Zustand. Dies bedeutet dann — schließlich kennt man nichts anderes —, daß mit dem Einschlafen das Ich-Bewußtsein verlorengehen oder zumindest bis zur Unkenntlichkeit verändert werden muß. Diese Wirklichkeit wird dem Schläfer aufgezwungen, wenn er es unterläßt, sich mit derartigen Sprachregelungen kritisch auseinanderzusetzen.

Die Abtrennung des vollbewußten Ichs vom Zustand des Körpers ist kein Akt, der zwangsläufig die Schizophrenie einleitet. Wenn z. B. das Ich beim Einschlafen des physischen Körpers wach bleibt und sich von ihm ablöst, dann erleidet es weder einen Bewußtseinsverlust noch eine Dissoziation oder Depersonalisation. Wenn mir ein Arm oder ein Bein <einschläft>, weil ganz bestimmte Nerven allzu stark gepreßt wurden, dann sind die entsprechenden Glieder taub und nicht mehr zu spüren. Dies mag unter Umständen unangenehm sein, aber niemand wird deswegen behaupten wollen, sein Ich sei nun dissoziiert. Und Paraplegiker wird man nicht als schizophren bezeichnen, nur weil sie ihre Beine nicht mehr bewegen und spüren können. Invalidität und Krankheit lehren den Menschen, daß die Kontinuität des Ich-Bewußtseins *nicht nur* vom Zustand des physischen Körpers abhängt.¹⁰

Ich spüre genau, wie ich mich sanft vom Körper ablöse, ihn schlafend zurücklasse und im Zweitkörper durch die Fensterscheibe hindurch in den Garten hinausgehe. Dann wende ich mich nach links, werde aber nach ein paar Schritten unachtsam und verliere die Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Gleichzeitig wird die gewohnte Umgebung durch eine fremde überblendet. Je mehr mein Bewußtsein schwindet, desto stärker tritt das Neue in Erscheinung. — Nachdem ich mich aber ein bißchen in der neuen Welt umgesehen und mich mit ihren Dingen vertraut gemacht habe, werde ich mir wieder meines Zustandes bewußt. Sogleich beginne ich über den Zusammenhang mit meiner psychischen Proble-

matik nachzudenken, halte mich aber mit dem Deuten zurück und bin vor allem gewillt, das nun folgende Geschehen als das zu akzeptieren, was es ist, nämlich alltagsfern...

10. 7.1972

Die Fähigkeit, bewußt einzuschlafen und in den außerkörperlichen Zustand zu wechseln, genügte nicht. Sie schloß nicht automatisch eine bewußte Wechselwirkung mit den nichtalltäglichen Ebenen ein. Es brauchte noch eine Art Fixierung des flüchtigen, «körperlosen» Geistes, damit das Ich in seinem Zweitkörper nicht wieder unbewußt wurde. Dies geschah unter anderem durch die Bereitschaft, das Unerwartete als eigenständige Wirklichkeit anzunehmen und nicht ständig auf etwas Bekanntes zu reduzieren. Nur dann konnte das Ich sich seines Zustandes bewußt bleiben und mußte nicht bloß deswegen unbewußt werden, weil die Ereignisse dem Gewohnten allzusehr widersprachen. Jetzt wußte ich endlich, weshalb «ich trotz verzweifelter Anstrengungen nicht weiter als etwa 200 Meter von meinem Zimmer wegkommen konnte.»¹¹ Was mich zurückzog, ein Weitergehen verhinderte und einen Bewußtseinsverlust erzwang, das waren meine mit dem Weltbild zusammenhängenden Vorstellungen. Ich selbst war es, der auf der Forderung bestand, die Ereignisse hätten sich an gewisse Regeln zu halten.

Der außerkörperliche Zustand als solcher in einer normalen Umgebung war gerade noch erlaubt. Sobald es aber zu einem Wechsel in einen anderen Wirklichkeitsbereich hinein kam, entstanden massive Zweifel an der Realität dieser nichtalltäglichen Ebene, die schließlich zum Zusammenbruch der Kontinuität des Ichs führten. Um bewußtseinskontinuierlich bleiben zu können, mußte ich lernen, andere Seins-ebenen als eigenständige Realitäten anzunehmen.

2.1.2. Weltbild und Paradigma

Während meines Studiums an der Universität und am C. G. Jung-institut in Zürich habe ich niemals etwas von Außerkörperlichkeit gehört. Meine Versuche, von diesbezüglichen Erfahrungen zu erzählen, stießen zudem auf taube Ohren. Das Konzept eines sich selbst und seines Zustandes vollbewußten Ichs bei schlafendem Körper schien an keiner Stelle in das anerkannte Weltbild oder gar in ein offiziell gebilligtes Paradigma hineinzupassen. Ich fragte mich nach dem Grund dieses Sachverhaltes und beschäftigte mich deshalb vermehrt mit Erkenntnistheorie, woraus ich folgendes lernte:

Die Mittel, die man benutzt, um Kenntnisse zu erwerben, werden

innerhalb eines bestimmten Rahmens entwickelt, der als eine Art Grundidee vorgegeben ist. Diesen Rahmen bezeichnet man als Weltbild. Nun beruht jedes Weltbild auf einer Reihe von sehr erfahrungsfernen Voraussetzungen, die weder ausdrücklich aufgewiesen noch in Frage gestellt werden. Diese als selbstverständlich aufgefaßten Grundlagen der persönlichen Anschauung werden einfach verwendet und als Bestandteil des gesunden Menschenverstandes betrachtet. Sie bilden eine Art Grundgefühl, das als emotionaler Hintergrund die eigene und die allgemein verbindliche Lebensweise und Lebensauffassung bestimmt.¹² Dieser Hintergrund gilt als unerschütterlich, unveränderbar und ewig. Aus ihm heraus werden Paradigmen geboren, die nicht zu ihm in Widerspruch stehen.

Paradigmen sind modellhafte, verbindliche (theoretische) Anschauungsmuster, denen man sich so ganz beiläufig und wie selbstverständlich verschrieben hat. Sie bestimmen nicht nur die Art der Fragestellung, sondern auch die Arbeits- und Forschungsrichtung und die erlaubten und verwendeten Methoden. Für eine gewisse Zeit umgrenzen sie den allgemein anerkannten wissenschaftlichen Leistungsrahmen, innerhalb dessen Probleme aufgeworfen und Lösungen geliefert werden dürfen. Setzungen dieser Art haben die Tendenz, sich zu verabsolutieren und prinzipiell keine Beobachtungen mehr zuzulassen, die nicht in das paradigmatische Konzept hineinpassen.¹³

Meines Erachtens ist es aber unmöglich, den Erfahrungsbereich des Menschen abzugrenzen, auf den Alltag einzuschränken und mit irgendeinem Weltbild abzudecken. Dem Sicherheitsbedürfnis und dem Wunsch nach Berechenbarkeit des Unvorhersehbaren steht die Nichtvoraussagbarkeit der Wirkungen spiritueller Erlebnisse gegenüber. Persönliche Erfahrungen verändern das Verhalten und setzen damit jeder erzieherischen Planung, allen wirtschaftlichen Voraussagen und politischen Entscheidungen ihre Grenzen. Die Tore müßten also für den Zufall offenbleiben. Doch die Tore bleiben geschlossen.¹⁴ Und um jedem Zufall vorzubeugen, wird sogar der Rahmen der Grundlagenforschung enger gesteckt. Doch Vorhaben, die durch Zielvorstellungen und Plansoll bestimmt sind, werden dem Zufall gegenüber blind, weil wegen der Sachzwänge keine Zeit mehr übrigbleibt, dem scheinbar Nebensächlichen und Unpassenden nachzugehen.¹⁵

Es braucht eine innere Bereitschaft und Offenheit, Dinge als sinnvoll zu betrachten, die nicht in das vorgegebene Konzept hineinpassen. Alles Wissen, das sich durch die Beobachtung des Unerwarteten gewinnen ließe, bleibt sonst draußen vor verschlossener Tür und wächst dort zu monströsen Formen heran. Wer das alte Weltbild auf der Suche nach dem Lebenssinn verlassen will, hat damit zu rechnen, daß vor der eigenen Türe furchterregende Dinge lauern.¹⁶

Die Weigerung, sich sein Leben ausschließlich durch das momentan gerade modische Weltbild bestimmen und sich seine Erfahrungsmöglichkeiten vorschreiben zu lassen, ist Ausdruck der Umsicht eines Menschen, der genau weiß, daß sein Leben auf dieser Erde nur von beschränkter Dauer ist. Andererseits ergibt sich die Ablehnung und Relativierung einer bestimmten Weltanschauung auch aus der Bereitschaft zur Serendipity.¹⁷ Doch ausschlaggebend für die definitive Abkehr von einer nur auf das Materielle und den Alltag ausgerichteten Lebensweise wird letzten Endes immer die Gewißheit der außerkörperlichen Erfahrung sein. Dieses Erlebnis eröffnet einen bislang unbeachtet gebliebenen Zugang zu den Problemen des Alltags.

Es ist wichtig, bei der Diskussion der durch die Außerkörperlichkeit gegebenen neuen Möglichkeiten zunächst darauf zu verzichten, die *Tatsache* der gefühlsmäßigen Gewißheit der Außerkörperlichkeit erklären zu wollen — einfach einmal staunen darüber, daß dem Ich der außerkörperliche Zustand zumindest während des Schlafzustandes seines physischen Körpers möglich ist; dieses Geschehen vorbehaltlos annehmen, obwohl es vom Gewohnten abweicht und der Erwartung zuwiderläuft. Dieses Erlebnis ist nämlich wirklich etwas, was dem Weltbild des technischen Zeitalters widerspricht.

Wer den außerkörperlichen Seinszustand nur ein einziges Mal selbst erlebt hat,¹⁸ ist überzeugt von der Tatsächlichkeit dieser Existenzmöglichkeit. Aus einem oder mehreren Erlebnissen darf man aber noch kein allgemeingültiges Begriffssystem ableiten wollen.¹⁹ Sonst würde das Konzept der Außerkörperlichkeit nur wieder zu einem neuen Dogma erstarren und von neuem den Ausschluß unpassender Erlebnisteile erzwingen. Dogmatische Ansichten bleiben systemfremden Erfahrungsgewißheiten gegenüber blind.²⁰

Wer beim Umbau und der Neukonstruktion des Weltbildes die subjektiven Erfahrungen nicht mitberücksichtigen will, muß dies irgendwie begründen. Dies geschieht durch die Forderung, wissenschaftliche Resultate müßten objektiv sein, weshalb der Subjektanteil nichts in ihnen zu suchen habe. Aber es gibt keine Theorie, die subjektunabhängig konzipiert worden ist oder ohne den Einfluß <subjektiver Störgrößen> experimentell geprüft werden kann. Dennoch tun viele immer noch so, als würden Vorstellungsvermögen und Erlebnisfähigkeit²¹ des Menschen beim Aufbau einer Wissenschaft völlig belanglos sein. Manchmal scheint es mir, als sei die Objektivitätsforderung bloß ein schlecht getarnter Herrschaftsanspruch, der zu seiner Stabilisierung der Entmythologisierung, der statistischen Nivellierung und der Unterdrückung subjektiver Erfahrungen bedarf. Um den subjektiven Faktor nämlich in Grenzen halten zu können, muß der einzelne Mensch zu einem vollangepaßten gesellschaftlichen Wesen und zu einem namen-

losen Massenpartikel erzogen werden. Mit gezielten Informationen kann man ihn daran hindern, zu sich selbst vorzustoßen. Dazu gehört auch der Zwang der schulischen und beruflichen Ausbildung, in deren Verlauf man sich Wissen zu erwerben hat, das sich einzig aus dem rationalen und materiellen Bereich rekrutiert und nur <linkshirig>²² und intellektuell ist.²³ Auf diese Weise wird der Weg zu den eigenen Erlebnisbereichen verbaut. Als Erwachsener ist es dann kaum mehr möglich, sich das Leben mittels persönlicher Erfahrungen zur Gewißheit werden zu lassen und existentielles Wissen zu gewinnen.²⁴ Erwachsene haben gelernt, das durch die Vernunft nicht Greifbare des individuellen Menschseins durch Eingliederung in ein Theoriegefüge zu objektivieren und statistisch einzuebnet.²⁵

Für die einen sind Eigenerfahrungen völlig bedeutungslos. Andere neigen dazu, sie aufzubauschen, denn gerade aus der unmittelbaren spirituellen Erfahrungsgewißheit erwächst oft ein Elitarismus und Dogmatismus besonderer Ausprägung. Er findet seinen Höhepunkt im Glauben an die Führerschaft und an das Gurutum, wobei jede Skepsis ausgeschlossen bleibt. Führer sind nun diejenigen, denen Geheimes offenbart wurde, wodurch sie sich als Subjekte weit über die dumpfe Masse des Durchschnitts herausgehoben fühlen und sich mit dem Glorienschein der Auserwähltheit umgeben. Jeder Zweifel wird im Keim erstickt, denn «die Massen ... sind nicht imstande, die Wahrheit aus dem Abgrund des Irrtums heraufzuholen. Darum sind Führer notwendig», die «den ganzen göttlichen Plan mit all seinen Zielen und Richtungen»²⁶ sehen. Durch die zwingende Ausschließlichkeit solcher Aussagen wird jede vernünftige Argumentation abgewehrt. Geduldet werden nur noch blinde Gefolgschaft und absoluter Gehorsam. Spätestens jetzt erinnere man sich daran, «daß wir mit unseren Ansprüchen etwas mehr haushalten»²⁷ sollten. Zwar vermag *jede* Erfahrung aus der Ratlosigkeit der Sinnleere hinauszuführen, die Unwissenheit der eingeschränkten, eindimensionalen Lebensweise aufzubrechen und den nagenden Zweifel an der Wirklichkeit verstummen zu lassen. Aber *keine* Erfahrung darf den Anspruch auf alleingültige und alleinseligmachende Wahrheit erheben — der Grad ihrer Gewißheit, ihres geborgenen- und sicherheitgebenden Gefühls mag noch so stark sein. Ohne Kritikvermögen und erkenntnistheoretische Reflexion wird Gewißheit bloß zu Voreingenommenheit und Sturheit, erstarrt zur Wandlungsunfähigkeit und fordert fern jeder Nächstenliebe die Erfüllung von Pflichten und Prüfungen, die aus bestimmten Zielvorstellungen heraus legitimiert werden.

Zu leicht vergißt man bei erschütternden, die ganze Person in ihrer Existenz zutiefst treffenden Erfahrungen, daß selbst Gefühle absoluter Gewißheit oder die Gewißheit denkerischer Notwendigkeiten keine

Garantie dafür sind, in den Besitz der Wahrheit gekommen zu sein. Die Fähigkeit, der Ungewißheit trotz allem ihre Berechtigung zuzugestehen²⁸ und stets mit einem gehörigen Maß an Mißtrauen dem allzu Offensichtlichen entgegenzutreten, bleibt ein notwendiger Bestandteil zwischenmenschlicher Beziehungen und erleichtert das Gespräch erheblich.²⁹

2.2. Wichtig ist allein die Kontinuität des Ich-Bewußtseins

Am 12. Juni 1974 hatte ich einen freien Nachmittag. Etwa um 14 Uhr legte ich mich zu einem Mittagsschlaf hin und stand um 17 Uhr wieder auf. Ich beschloß, die Einschlafphase von Anfang an zu beobachten, denn die Lektüre von Robert A. Monroes «Der Mann mit den zwei Leben» hatte mir wieder einen neuen Ansporn gegeben, die Sache mit der Außerkörperlichkeit genauer zu untersuchen.

Zuerst lege ich mich auf das Bett meines Sohnes im Kinderzimmer, wechse jedoch bald ins Wohnzimmer hinüber, weil der Lärm der auf der Straße spielenden Kinder zu stark ist. Mehrere Male werde ich aufgeschreckt. Außerdem ist mein Arm eingeschlafen, und nun prickelt er heftig. Es dauert eine Weile, bis die störenden Empfindungen wieder verblasen. Im Wohnzimmer achte ich deshalb besonders auf die Lage der Arme. Sie dürfen nirgends so aufliegen, daß Druckstellen entstehen. Dann schließe ich die Augen und entspanne mich.

Plötzlich wache ich wieder auf und bin deshalb ziemlich verärgert. Schon wieder! Jetzt hätte ich doch wenigstens in Ruhe schlafen wollen, nachdem im anderen Zimmer die Kinder mein Vorhaben, das Einschlafen zu beobachten, zu vereiteln wußten. Auch die Rückenlage behagt mir nicht mehr — und überhaupt, jetzt ist es genug! Ich will aufstehen und rolle nach rechts aus dem Bett hinaus. Und im gleichen Moment merke ich, daß ich mich abgelöst habe. Unverzüglich beginne ich mit den Beobachtungen und untersuche als erstes den Zweitkörper, mit dem ich ausgetreten bin. Das Aussehen des Zweitkörpers ist nicht genau bestimmbar. Von der Gestalt her gleicht er einem lockeren Tuch mit weitem Faltenwurf, das seine Form ständig verändert. Erfühlt sich auch amorph an, aber vielleicht nur deswegen, weil meine Sinneswahrnehmungen stark beschränkt sind. Ich kann das Tuch und meine Umwelt nur verschwommen und wie durch einen dichten Nebel sehen und diffus spüren. Ich sehe allerdings die Umrisse des Bettes und der Möbel und bin überzeugt, im Wohnzimmer zu sein.

Als nächstes versuche ich, mich auf dem Boden ein bißchen herumzubewegen. Es gelingt. Unvermittelt treten aber sexuelle Spannungen auf, die jedoch schnell wieder schwinden, weil mir diese Empfindungen nicht nur von früheren Erfahrungen her bekannt sind, sondern weil sie mich auch an die Aussagen von Monroe erinnern. Dann denke ich daran, hochzufliegen und die Decke zu durchdringen — und spüre sogleich, wie ich hinaufschwebe, die Betondecke berühre und sie durchdringe. Das Raumgefühl ist derart gut, daß ich die Distanz genau abschätzen kann und auf dem Boden des oberen Wohnzimmers stoppe. Ich weiß, daß um diese Zeit niemand zu Hause ist, und glaube deshalb, mich ruhig Umsehen zu dürfen. Dazu muß ich aber <die Augen öffnen>, was nun trotz größter Anstrengungen nicht gelingt. Um mich herum bleibt alles nebelhaft verhangen, undurchdringlich und grau. Vielleicht wird es draußen vor dem Haus eher möglich sein, das Sehvermögen zu erlangen. Dieser Gedanke genügt, um mich horizontal hinausschweben zu lassen.

Vor dem Haus kann ich plötzlich Wiedersehen — doch ich bin in eine fremde Welt hineingeraten, es hat mich in ein Jenseits verschlagen. Ich bin sehr zufrieden mit dieser Entwicklung und gehe daran, fliegend die unter mir liegende Landschaft zu erkunden . . .

12.6.1974

Beim Einschlafen versuche ich, bewußt zu bleiben und willentlich einen Austritt herbeizuführen. Ich werde diesen Versuch machen, um einerseits die prinzipielle Möglichkeit einer Ablösung abzuklären und andererseits die Voraussetzung dafür zu schaffen, die Frage nach den außerkörperlichen Zuständen bei den Schamanen von der eigenen Erfahrung her anzugehen. Ferner interessieren mich die therapeutischen Verwendungsmöglichkeiten der Außerkörperlichkeit speziell im Hinblick auf die Wiedergewinnung eines verlorengegangenen Seelenteiles eines Kranken. Aber dazu ist es eben notwendig, daß die willentliche Ablösung gelingt und der außerkörperliche Zustand nicht zu ichhaften Zwecken ausgenutzt oder für sexuelle Spielereien mißbraucht wird, jede Art von Machtmißbrauch wird mich scheitern lassen, weshalb ich mir dieser Gefahr bewußt bleiben muß.

Der Übergang vom Wachen zum Schlafen bietet ungeahnte Schwierigkeiten, denn immer wieder wecke ich mich selbst auf, weil ich zu stark auf die Kontinuität des Ich-Bewußtseins achte und jeden Bewußtseinsverlust zu heftig kompensiere. Während dreier Stunden schwanke ich hin und her und höre jeden Glockenschlag der Kirchturmuhre in Hegenheim.

Aber endlich gelingt die Ablösung. Doch bereits beim ersten Versuch, mit dem Zweitkörper aus dem physischen Leib herauszukommen, gibt es

ernsthafte Schwierigkeiten. Merkwürdigerweise löst sich nicht alles ab. Deshalb rolle ich wieder ganz in den im Bett liegenden Körper zurück und versuche es ein zweites Mal. Nach dem Abrollen nach links (auf der rechten Seite liegt meine Frau) bleibt der Zweitkörper wieder an gewissen Stellen hängen. Ich muß es nochmals versuchen, und erst nach mehreren Wiederholungen glaube ich, mich vollständig abgelöst zu haben. Etwas unbeholfen stehe ich auf.

Die Freude über das gelungene Experiment ist groß, aber noch größer ist meine Zurückhaltung, denn als erstes muß die Kontinuität meines Ich-Bewußtseins stabilisiert werden. Der willentliche Austritt hat viel Kraft gekostet und fordert nun seinen Tribut — ich verliere beinahe meine Luzidität. Um dem ‹Schlafesog› des physischen Körpers nicht zu erliegen, konzentriere ich mich ausschließlich auf das Ich, bis ich mich für den nächsten Schritt stark genug fühle.

Mit geschlossenen Augen — optische Eindrücke könnten in dieser Anfangsphase zu verwirrend sein — achte ich auf die Raumempfindungen. Ich weiß ja nicht, ob mit der Ablösung gleichzeitig die Ebene gewechselt wurde. Dann müßte ich es aber spüren. Doch jetzt fühle ich mich nur etwa einen Meter von meinem physischen Körper entfernt. Also werde ich sehr wahrscheinlich immer noch auf der Alltagsebene sein.

Vorsichtig aktiviere ich (durch Verlagerung der Aufmerksamkeit auf die optische Wahrnehmung) den Sehsinn. Das Öffnen der Augen geht erstaunlich schnell — im Gegensatz zum letzten Mal. Um mich herum ist es ziemlich dunkel, und es ist schwierig, etwas zu erkennen. Die Dunkelheit scheint mir undurchdringlicher als sonst. Im normalen, innerkörperlichen Zustand hätte ich mehr unterscheiden können, fetzt sehe ich nur die Umrisse des Tisches, die Fenster und draußen den im helleren Licht liegenden Garten. Vielleicht ist mein außerkörperliches Sehvermögen noch gestört, unangepaßt und ungeschult. — Ich gehe langsam bis zum Tisch.

Sachte stütze ich mich ab. Die Hände des Zweitkörpers würden sonst das Tischblatt durchdringen — und ein abruptes Durchsacken könnte mich erschrecken. Was soll ich nun tun! — Da höre ich eine Stimme, die laut und deutlich zu mir sagt: ‹In diesem (außerkörperlichen) Zustand ist es — vor allem für den Anfänger — schwierig, Geräusche mit den sie erzeugenden Gegenständen in Verbindung zu bringen. Man meint, Glockenschläge würden von Schweinen erzeugt und Hundegebell von der Bewegung der Blätter im Wind. Dieses Problem muß man durch Übung in den Griff bekommen. Mit der Zeit wird es dann gelingen, Geräusche korrekt mit dem sie erzeugenden Gegenstand zu verbinden. Sonst gibt es nur Verwirrung!›

Die Unterweisung hat für mich eine ganz praktische Bedeutung, denn ich höre nun den Tisch läuten und die Mauern bellen und bin zunächst

völlig verwirrt, da mir diese Zuordnungen unbegreiflich sind. Ohne Unterweisung hätte ich meine Luzidität in diesem Augenblick verloren, aber jetzt kenne ich das Problem und finde die Angelegenheit nicht besonders aufregend, sondern bloß verblüffend. Ohne mich mit der Geräuschzuordnung weiter zu beschäftigen, durchdringe ich die Verandatür und spüre plötzlich ein Verlangen nach sexueller Betätigung. «Aha, jetzt ist es wieder soweit», denke ich. Doch allein schon das Bewußtsein, daß das Sexuelle überwältigend sein könnte, genügt, um es gar nicht erst zum Ausbruch kommen zu lassen.

Ich drehe mich um meine Achse, um meinen Standort zu verifizieren. Alles deutet auf die Veranda der materiellen Ebene hin. Dann schaue ich zum Himmel hinauf und bemerke rechts eine deutlich hellere Zone, die mich an das Pegasuserlebnis erinnert. Ich rufe laut nach dem geflügelten Pferd und ärgere mich sofort über mich selbst. Bin ich denn naiv? Ein Anfänger, der nicht einmal die Technik der Geräuschzuordnung beherrscht, muß sich an die Grenzen seiner momentanen Fähigkeiten halten. Doch ich scheine sie bereits überschritten zu haben, denn ich werde ohnmächtig und spüre Sekundenbruchteile nach dem totalen

«Blackout» meinen physischen Körper wieder. Das Ich-Gefühl ist dasselbe wie zuvor, nur empfinde ich jetzt einen starren Körper, der sich langsam wieder belebt. Während des Austritts sind vor allem die Arme ganz steif geworden, doch kümmere ich mich nicht darum, denn dieser Effekt scheint mir nebensächlich. Wenn ich mich ein bißchen gedulde, wird sich alles wieder bewegen lassen.

Ich freue mich über den erfolgreichen Versuch und die mir zugeordneten Unterweisungen, die mir sehr geholfen haben. Letztere sind das eigentlich Überraschende, denn für mich ist die Stimme auch ein Hinweis auf verborgene Möglichkeiten der Außerkörperlichkeit.

Nach dem Aufstehen protokolliere ich das Erlebte. Ein Blick auf die Uhr zeigt, daß ein Uhr knapp vorbei ist. Demnach müssen die Glockentöne, die mich im außerkörperlichen Zustand verwirrten, diejenigen gewesen sein, die eine volle Dreiviertelstunde angeschlagen haben. Also bin ich etwa zwanzig Minuten «draußen» gewesen. Aber was ist mit dem «Bellen der Mauern»? Am offenen Fenster lausche ich in die Nacht hinaus. In der Ferne kläfft ein Hund. Erst jetzt wird mir der Zusammenhang klar! Und wie steht es mit dem Geschauten! Es fällt mir auf, daß einer der Rolläden im Gegensatz zu dem, was ich außerkörperlich zu sehen glaubte, unten ist. Diese Abweichung gibt mir zu denken. Könnte es sich beim außerkörperlich gesehenen Umfeld um einen «psychischen Nahbereich» gehandelt haben, in dem die alltäglichen Eindrücke als beinahe exakte Kopie ein in sich geschlossenes System bilden! Aber gibt es denn überhaupt verschiedene Ebenen — oder ist alles nur eine einzige Wirklichkeit, in der klassifikatorische Netze mit verschiedenen Maschenwei-

ten ausgeworfen werden! Ich weiß es nicht. — Ich gehe wieder schlafen und möchte das Experiment ein zweites Mal durchführen. Aber schon nach den ersten Versuchen merke ich, daß zu wenig Energie vorhanden ist, um die Sache durchzustehen. Außerdem habe ich ein schlechtes Gefühl. Noch habe ich mich nicht mit dem Erlebten auseinandergesetzt. Es hat sich weder gefestigt noch gesetzt. Deshalb wäre es ein Frevel, gleich zur nächsten <Sensation> zu hasten.

25.6.1974

Beim Einschlafen versuche ich ganz bewußt, in den <Traumzustand> hinüberzugleiten oder einen Austritt durchzuführen. Nach mehreren, sehr mühsamen Anläufen strenge ich mich nicht mehr weiter an, sondern lasse mich in die Bewußtlosigkeit des Schlafes absinken — und stehe plötzlich mitten auf einer Straße. Ich bin mir meines Zustandes bewußt, weiß genau, daß ich mich auf einer <psychischen Ebene> befinde und kenne den Ort, wo mein materieller Körper schläft...

11.7.1974

Mit meiner schwankenden Einstellung verhinderte ich selbst einen kontinuierlichen Übergang. Ich durfte nicht gleichzeitig mit dem Austrittsversuch die Ereignisebenen wechseln wollen — wenigstens nicht als Anfänger. Entweder beschränkte ich mich auf die Ablösung, oder ich gab mir autosuggestiv den Befehl, sofort luzid zu werden, wenn ich die <Traumebene> erreicht hatte.

Auch zeigte es sich hier deutlich, daß die Luzidität wesentlich war - und nicht die bewußte Ablösung. Die bewußte Herbeiführung des Austrittes absorbierte unter Umständen zu viele Kräfte, die ich dringender für die sofortige Bewußtwerdung nach dem Ebenenwechsel brauchte. Ich durfte mich nicht auf die Ablösung als solche versteifen, sondern hatte <bloß> auf die Luzidität des Ichs zu achten. Es war unwesentlich, ob sich der Übergang in den außerkörperlichen Zustand unbewußt abspielte und von einem «Blackout» begleitet war, wenn ich die Fähigkeit hatte, in einem anderen Wirklichkeitsbereich luzid zu werden. Durch die Beachtung der <Technik der Körperablösung> lenkte ich mich von der Problematik der Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins ab. Der bewußte Austritt ergab sich als selbstverständlicher Nebeneffekt der Luzidität, während eine Ablösung die Ich-Kontinuität auf die Dauer nicht gewährleistete, sondern sie viel zu sehr in Anspruch nahm. Der Aufwand rechtfertigte das Ergebnis nicht. Ich konnte auf einer anderen Ebene luzid werden und bewußt bleiben, ohne zuvor durch die Plackerei der willentlichen Ablösung des Zweitkörpers gegangen zu sein. Es gab also noch einen weiteren Weg, der es erlaubte, die Kontinuität des

Ichs zeitlich auszudehnen. Und irgendwo traf sich dann der ‹luzide Traum› mit dem ‹luziden Alltag› im Moment der Körperablösung.

2.3. Hindernisse auf dem Weg zur Kontinuität

Mehrere Ablösungsversuche schlagen fehl, obwohl ich mich an diesem Abend bis zum Äußersten anstrengte. Schließlich gebe ich auf — und da reißt es mich völlig unerwartet aus dem physischen Körper. Mein Zweitkörper schnellt hoch und klappt zusammen, so daß Hände und Füße sich berühren. Dann kauere ich mich neben dem Bett zu Boden. Mit dem Gesicht und den Handflächen spüre ich die raue Oberfläche des Teppichs. Merkwürdigerweise kann ich nicht aufstehen, ich bin regelrecht blockiert. Und dann schleudert es mich wieder ins Bett zurück, als würde ein gespanntes Gummiband losgelassen. Auslösender Faktor ist das etwas laute Atmen meiner Frau, die mich dadurch aus meiner mißlichen Lage befreit.

22.7.1974

Dieses Lehrstück war deutlich! Es erinnerte mich an die Unmöglichkeit, einen komplizierten Bewegungsablauf in seinen Einzelheiten zu steuern. Dort, wo ein Impuls genügte, sollte ich nicht eingreifen. Im Gegenteil — ich verhinderte den Ablösungsvorgang durch meine Beeinflussungsversuche.

An dieser Stelle möchte ich auf den Austritt vom 7. August 1974 hinweisen,³⁰ weil es meines Erachtens kein besseres und schnelleres Verfahren gibt, um auszutreten und von einem Zustand in den anderen zu wechseln, als den ‹Vibrationsstoß›. Ich kann leider nicht angeben, wie er im einzelnen zu bewerkstelligen ist. Zu beachten bleibt allerdings ein wesentlicher Begleitumstand: Ich hatte nur am Rande an einen Austritt gedacht und damit wohl einen optimalen Impuls gegeben, der den Trennungsvorgang einleitete. Der Bewegungsablauf selbst wurde nicht im geringsten durch meine Vorstellungen gestört!

Zwei Stunden nach Mitternacht erwache ich im Bett und spüre, daß ich mich leicht mit dem Zweitkörper ablösen kann. Dennoch gibt es beim Abrollen Probleme, weil ich nicht bei der Sache bin und mich nicht dazu aufraffen kann, auf den Zustands Wechsel zu achten. Ich muß mir einen gehörigen ‹Schubs› geben, um meine Gleichgültigkeit diesem Geschehen gegenüber zu überwinden. In dem Moment, wo ich bewußt mitmache, gelingt die Ablösung.

Aber bin ich jetzt tatsächlich ausgetreten? Es ärgert mich, daß ich nicht auf Anhieb zweifelsfrei feststellen kann, ob ich wirklich draußen bin. Doch die Körperablösung ist derart sanft und ohne Nebeneffekte geschehen, daß mir nichts anderes übrigbleibt, als auf die bewährte Zustandskontrolle zurückzugreifen — für einen Anfänger wie mich immer noch das beste Mittel, um Gewißheit zu erlangen.

Doch zunächst kann ich wieder mal nichts sehen! So sehr ich mich auch anstrengte, ich bringe meine Augen nicht auf. Schließlich gelingt es mir doch — nur sind es die des physischen Körpers. Ich muß also von vorne anfangen und ein weiteres Mal austreten. Beim Versuch, die Augen zu öffnen, gehe ich nun zurückhaltender und ohne große Willensanstrengungen vor. Endlich ist es soweit. Etwas wackelig stehe ich neben dem Bett und weiß immer noch nicht definitiv, ob ich im Zweitkörper bin. Wenigstens sehe ich das Tischchen, die Stühle und die Fenster. Ich werde gleich über meinen Zustand Bescheid wissen, denn ich werde nach ein paar Schritten an einen Stuhl stoßen. Die Berührung schmerzt nicht, sondern geht in das seltsame Gefühl der Materiendurchdringung über. Das Feste scheint bröselig, zäh und locker zugleich.

Trotz oder gerade wegen früherer außerkörperlicher Erfahrungen kann ich diesen Zustand nicht mehr unbeschwert und naiv erleben. Die kritische Einstellung macht mich aber irgendwie verletzlicher und anfälliger für einen Bewußtseinsverlust. Ich beschränke deshalb meine Aufmerksamkeit auf den Zustand als solchen, denn es besteht ein diffiziles Gleichgewicht zwischen dem Zweitkörper und der physischen Leibhaftigkeit. Dabei ist das Gewicht in den Waagschalen ungleich verteilt, die physische Seite ist stärker belastet und übt einen kaum spürbaren und doch wirksamen Sog auf den Zweitkörper aus. Mich beruhigt diese Gewichtung, weil sie mir die Gewähr bietet, beim geringsten Fehler oder der kleinsten Störung auf der materiellen Ebene automatisch in den schlafenden Körper zurückzufallen. Andererseits zwingt mich dieser Sachverhalt zu ganz besonderen Verhaltensweisen. Ich kann meine Aufmerksamkeit nicht grundlos einmal hierhin und dann wieder dorthin schweifen lassen, sondern muß bei einer bestimmten Sache bleiben und diese zu Ende bringen, ohne mich ablenken zu lassen. Und ich darf weder «rasch denken» noch mich sonstwie abrupt bewegen — egal in welchem Bereich. Ich habe meine Konzentration ziemlich stur auf einen kleinen Ausschnitt der Gesamtwirklichkeit ausrichten und darf sie vorerst nicht ausweiten, um ein breiteres Feld abzudecken. Ich taste mich also langsam und vorsichtig — immer mit einem Seitenblick auf die Verschiebung des Gleichgewichtes — an einen neuen Gedanken heran, fasse ihn sanft am Rande, ziehe ihn hinein und versuche, ihn in die Tat umzusetzen und mit dem nächsten Gedanken zu verknüpfen. Auf dieselbe Weise verfare ich mit einem «äußeren» Gegenstand. Nur

zögernd wende ich mich ihm zu und prüfe ihn sorgfältig auf seine Eignung im Gesamtzusammenhang.

Einige Minuten lang bleibe ich sinnend und in mich hineinlauschend auf der Veranda stehen, ohne mich um die Gegenstände der Außenwelt zu kümmern, die wegen der Dunkelheit so oder so kaum zu sehen sind, letzt bin ich auch bereit, mich mit dem Problem der Sexualität auseinanderzusetzen — aber nirgends regt sich ein versteckter Wunsch oder ein uneingestandenes Bedürfnis, obwohl sich dieser Komplexbereich in diesem Augenblick <eigentlich> äußern müßte. Wahrscheinlich gibt es keine unbewußt angesammelte Energie mehr, die aufbrechen könnte. Ich scheine also in bezug auf das Sexuelle nichts mehr verdrängt zu haben — oder der energetische Inhalt des Sexualkomplexes ist einfach zu gering, um sich auswirken zu können. Wie dem auch sei, ich wende mich nun der Umwelt zu und trete auf die Rasenfläche des Gartens hinaus.

Trotz der Finsternis erkenne ich in der Ferne die Umrisse einer Bergkette, ich blicke also von einem — dem Alltäglichen zumindest sehr ähnlichen — Standort aus in eine andere Welt hinein. Auf einem der Bergrücken auf der linken Seite sehe ich einen Lichtpunkt. Um rasch dorthin zu kommen, werde ich fliegen müssen. Aber es gelingt nicht, ich bleibe auf dem Boden. Und ich darf es nicht noch einmal versuchen, denn die ruckartige Bewegung beim Abheben — ein sanfter Start ist aus unerfindlichen Gründen nicht möglich — würde mich in den schlafenden Körper zurückfallen lassen. Es bleibt mir nur der Weg zu Fuß!

Mit jedem Schritt gerate ich tiefer in eine andere, alltagsferne Welt hinein. Bis zum Morgen werde ich noch genügend Zeit haben, um geradeaus weiterzugehen und mir dieses Land anzusehen. Denn nun wird es von Minute zu Minute heller: ich verlasse langsam die dunkle Zwischenzone. Unterwegs achte ich genau auf die Stabilität und Kontinuität des Ich-Bewußtseins, um nicht in einen traumartigen Zustand zu geraten, in dem meine eigenen Vorstellungen dominierend werden. Ich verzichte auch auf jede direkte Beeinflussung des Geschehens und schaue einfach hin ...

11.3.1975

Beim Einschlafen will ich mich entspannen, wobei ich nach einem bestimmten Übungsschema vorgehe. Dabei denke ich mehr an den vorgeschriebenen Ablauf als an die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Und weil ich auf den Spannungszustand der verschiedenen Muskelgruppen achte, vergesse ich das <Loslassen> der Glieder! Ablenkend wirkt auch das starke Prickeln, das zwischendurch auftritt. Ich fasse es leichtfertig als Ablösungsphänomen auf, ohne zu wissen, ob es tatsächlich damit zusammenhängt. Ferner sehe ich auch

eine Unmenge dämonischer Gestalten von schwarz-grüner Ausstrahlung in einem wilden Durcheinander — vor allem, wenn ich mich in seitlicher Körperlage zu entspannen suche. Auf dem Rücken liegend, sehe ich nur einen schwarzen Punkt, der von einem gelben Kreis umschlossen wird. Statt diese flüchtigen optischen Eindrücke als völlig unwesentliche Nebeneffekte zu betrachten, bleibe ich an ihnen hängen. Es gelingt mir zwar mit der Zeit beinahe, meine Achtsamkeit ganz punktuell auf das Ich auszurichten, wodurch all diese Erscheinungsformen verschwinden und tatsächlich eine Ablösung geschieht — aber dann ist das Ich zu unstet, um sich mehr als ein paar Sekunden stabil halten zu können. Es zerfließt zum Traum-Ich, ist sich seines spezifischen Zustandes nicht mehr bewußt - und versinkt in einen tiefen, traumlosen Schlaf.

28.12.1975

Hier waren es drei Geisteszustände, die den Austrittsversuch scheitern ließen. Als erstes hatte ich mir vorgenommen, eine *ganz bestimmte* Übung durchzuführen, von der ich im Kapitel «Die Herauslösung des Mentalkörpers und ihre Technik» von Reinhard Fischer gelesen hatte.³¹ Ich hielt stur an meinem Vorhaben fest und blockierte damit den Entspannungs- und Austrittsvorgang.³² Als nächstes ließ ich mich von der wirren, flatternden Bilderwelt und den körperlichen Sensationen (Prickeln) ablenken.³³ Und schließlich glitt ich sofort nach dem Austritt in den unbewußten Zustand ab.³⁴

Nach dem Aufwachen — mitten in der Nacht — beschließe ich, bewußt mit dem Zweitkörper auszutreten. Nach einigen Minuten größter Konzentration bei total entspanntem, auf dem Rücken hegenden physischen Körper merke ich, daß die Arme sich ablösen lassen. Es gelingt mir aber nicht, die anderen Teile des Zweitkörpers herauszunehmen, weshalb ich mich nach links abrolle. Mit dieser Bewegung hoffe ich, den Rest hinauszubringen, doch bleiben die Unterschenkel und Füße stecken, so daß ich mit dem ausgetretenen Körper ganz verdreht zu liegen komme. Vorsichtig winde ich mich heraus und kann endlich aufstehen.

Vor lauter Freude, daß ich es in derart kurzer Zeit geschafft habe, hüpfte ich hoch und stoße prompt mit ausgestreckten Armen an die Zimmerdecke. Schon dringen die Finger in den Beton ein. «Das lieber nicht!» denke ich und stelle erleichtert fest, daß der Abstoßimpuls nicht ausreicht, um die Decke ganz zu durchdringen. Ich will nämlich nicht ins obere Stockwerk hinauf, da ich befürchte, dem fremden Umfeld nicht gewachsen zu sein. Meine Bewußtseins-Kontinuität und Ich-Stabilität sind noch zu wenig auf den außerkörperlichen Zustand eingependelt

und deshalb zu anfällig. Vorerst genügt es, wenn ich eine Weile im Wohnzimmer herumgehe und mich ein wenig umschaue. Mein Sehvermögen ist zwar vorhanden, doch kann ich wegen der Dunkelheit kaum etwas erkennen.

Dann verstärkt sich die Sogwirkung des physischen Körpers. Ich spüre, wie mein Zweitkörper magnetisch angezogen wird. Unwiderstehlich zerrt sie mich in die Nähe des Bettes. Hier wird die Zugkraft derart stark, daß sie mich regelrecht an den im Bett liegenden Körper heranreißt, wo eine blitzartige Drehung in die Horizontale geschieht und dann mein Zweitkörper ruckartig in den physischen Leib «einklinkt».

Beim zweiten Versuch öffne ich die Augen und sehe die hellen Fensterflächen. Ich glaube einen Fehler gemacht und das physische Sehvermögen aktiviert zu haben - und versuche es von neuem. Oft drohe ich dabei in einen Bilderrausch abzugleiten, weil meine Konzentration nachläßt und die Kontinuität des Ich-Bewußtseins sich aufzulösen beginnt. Mehrere Male muß ich mich wieder «rauffholen» und von vorne anfangen. Doch nach einigen fruchtlosen Bemühungen, bei denen ich nur jedesmal wieder die hellen Fenster sehe, gebe ich auf. Ein weiterer Grund ist meine Frau, die sich nun im Schlaf von der rechten auf die linke Seite dreht und laut atmet.

Um das Geschehen auf einem neben dem Bett bereitliegenden Blatt zu notieren, öffne ich die Augen und taste nach dem Bleistift. Sonst bewege ich mich nicht, bleibe also genau so liegen wie zuvor bei den Austrittsversuchen. Aber wo sind die hellen Fenster! Ich kann nichts sehen, nur eine schwarze Mauer. Bin ich blind? Oder was ist geschehen! Vielleicht bin ich ausgetreten, ohne es bemerkt zu haben. Ich taste nach den Augenlidern und bewege sie bewußt. Immer noch nichts — nur eine schwarze Mauer. Ich werde nun doch ein bißchen unruhig und sitze auf — und sehe plötzlich die hellen Fenster.

Nun merke ich erst, was geschehen ist. Ich hatte nämlich die Kissen, die tagsüber auf dem Bett liegen, zu einer kleinen Mauer aufgeschichtet, so daß ich die Fenster vom Bett aus überhaupt nicht sehen kann! Unsere Liegestatt besteht nur aus einer zusammenlegbaren Matratze, die direkt auf dem Boden aufliegt. Deshalb wird die Sicht zum Fenster schon durch wenige Kissen versperrt. Offensichtlich hatte ich bis jetzt nicht an diesen Sachverhalt gedacht und mich bei den vorherigen Austrittsversuchen von meinen Vorstellungen täuschen lassen. Ich ärgere mich über meine Unachtsamkeit.

30.12.1975

Meine Ablösungsversuche waren erfolgreich — nur hatte ich nichts davon bemerkt. Dieser Umstand durfte mich nicht erstaunen, denn in bezug auf das Ich-Bewußtsein konnte es keine Unterschiede geben! —

vor allem deshalb nicht, weil der physische Körper bewegungslos blieb und keine besonderen Empfindungen «produzierte». Außerdem befand ich mich in einem Entspannungszustand, in dem ich so oder so nicht auf das körperliche Wahrnehmungsfeld achtete. Nun sah ich aber etwas, was ich «normalerweise» nicht hätte sehen dürfen — die hellen Fenster. Und als unerfahrener Anfänger übersah ich dieses für die Zustandskontrolle eminent wichtige Phänomen.

Wahrscheinlich hatte ich mich vom physischen Körper abgelöst und schwebte etwa einen halben Meter über dem Boden — von wo aus ich natürlich die Fenster sehen konnte. Vielleicht war es mit den Augen des Zweitkörpers auch möglich, durch die Dinge hindurchzusehen. Nachprüfen ließ sich weder das eine noch das andere. Denn nur im außerkörperlichen Zustand konnte ich die beiden Hypothesen überprüfen und eventuell durch andere, passendere Annahmen ersetzen.

2.4. Gleichgültigkeit und ein neuer Anfang

Am 1. Januar 1976 hatte ich mir vorgenommen, in der Nacht einen Austrittsversuch zu machen. Als es soweit war und ich nach Mitternacht erwachte, lag ich da und konnte mich nicht dazu aufraffen:

Ich überlege mir nochmals, ob es nicht geschickter wäre, vom luziden Traum auszugehen und die Kontinuität des Ichs von dieser Seite her auszudehnen. Mit der Zeit würde dann vom Alltag und vom «Traum» her von selbst eine Verbindung entstehen. Aber mache ich mir da nicht etwas vor? Noch stehe ich am Anfang und weiß kaum etwas über die Außerkörperlichkeit — im Gegenteil, ich habe Widerstände dagegen entwickelt, die mich daran hindern, die Versuche weiterzuführen. Alles ist viel zu kompliziert, und nirgends zeigt sich ein Lichtstreifen. Woher soll ich wissen, daß ich nicht prinzipielle Fehler mache! Ich muß jedoch zugeben, daß meine Zweifel weder erkenntnistheoretischer Art noch wissenschaftlich begründbar sind. Sie erweisen sich bei näherer Betrachtung nur als Bestandteil einer Abwehrstrategie, die ihren Ursprung in einer gewissen Verdrießlichkeit hat. Am liebsten würde ich den ganzen Bettel hinschmeißen und vor allem die Außerkörperlichkeit auf sich beruhen lassen. Dann hätte ich allerdings meine Haltung mir selbst gegenüber als Gelassenheit ausgeben müssen, obwohl sie nur eine Form der Gleichgültigkeit und eine Abart der Faulheit darstellte.

2.1.1976

Noch in derselben Nacht träumte ich von einem besonderen Gegenstand und von der Notwendigkeit der Entwicklung einer angemessenen Gefühlsbeziehung zu demselben. Dieses nächtliche Ereignis faßte ich als eine Art Mahnung auf, die einmal begonnene Sache weiterzuführen. Zwei Tage später wurde ich nochmals aufgefordert, unbedingt weiterzumachen, denn es wurden mir im Traum wertvollste Erbstücke überlassen, die ich teilweise in den Alltag mit hinüberzunehmen hatte. Im gleichen Traum ging es auch um die Problematik des Schicksalsbrunnens, der Zusammensetzung von Teilen zu einem Ganzen, der Leuchtkraft von Edelsteinen und der Erlösung einer verkrüppelten Frau. Als ich aus diesem nächtlichen Geschehen erwachte, geschah folgendes:

Diesen Traum will ich unbedingt notieren und nicht bis zum Morgen warten, weil ich bis dann zuviel vergessen könnte. Ich drehe mich auf die linke Seite, nehme den Bleistift in die Hand und beginne zu schreiben. Um das Geschehene später noch detaillierter ins Gedächtnis zurückrufen zu können, mache ich eine saubere Gliederung der einzelnen Abschnitte des Traumes. Es dauert mindestens zwanzig Minuten, bis ich die wichtigsten Ereignisse festgehalten habe. Nun liegt ein deutlich gegliederter Text vor, der mir als Grundlage für die ausführlicheren Notizen dienen wird, die ich dann mit Schreibmaschine tippen werde. Ich bin mit meiner Arbeit zufrieden, drehe mich wieder auf den Rücken und schlafe bald darauf ein. — Am nächsten Morgen stehe ich auf und lege das Notizpapier auf den Schreibtisch. Auf der Vorderseite ist das Blatt leer. Ich stutze und schaue auf der Rückseite nach. Es ist nicht zu fassen, auch hier steht nichts geschrieben. Vielleicht habe ich das falsche Blatt erwischt. Aber neben dem Bett und unter der Matratze ist nichts zu finden. «Aha!» denke ich, «auch eine Art, den außerkörperlichen Zustand zu nutzen» und komme mir ein bißchen veräppelt vor.

4.1.1976

Dieses «falsche Aufwachen» zeigte mir von neuem, daß ich vor allem mir selbst gegenüber mißtrauisch sein mußte. Es genügte eben manchmal nicht, nur bewußtseinskontinuierlich zu sein, vor allem nicht in meinem Fall. Zustandskontrollen waren unvermeidlich. — Vom Traum hatte ich wenigstens noch genug im Gedächtnis behalten, um ziemlich viel aufschreiben zu können. Das Notieren im außerkörperlichen Zustand hatte sich zwar als vergebliche Mühe erwiesen, aber irgendwie half es mir doch, das Traumgeschehen in den Alltag hinüberzuretten. Außerkörperlichkeit als Bindeglied zweier verschiedener Erlebnisswelten — hier hatte ich eine Antwort auf meine Zweifel.

Nach dem Aufwachen um vier Uhr morgens versuche ich mich abzulösen, schlafe aber während der Entspannungsphase ein. — Ich erwache wieder. Es ist taghell, höchste Zeit zum Aufstehen! Ich beeile mich derart, daß ich die Mauer aus Kissen neben dem Bett umstoße. Irgend etwas macht mich jedoch mißtrauisch — und schon werde ich abrupt in den im Bett liegenden Körper zurückgezogen. Dieses Ereignis stimmt mich ein wenig nachdenklich. Der außerkörperliche Zustand bzw. die Ablösung scheint für mich etwas zu selbstverständlich zu werden. Nachlässigkeit und Leichtfertigkeit könnten aber fatale Auswirkungen haben. Ohne eiserne Disziplin wird es noch mehr Täuschungen geben. Das Umstürzen der Kissenmauer hätte eigentlich ein untrügliches Zeichen dafür sein sollen, daß ich mich im materiellen Körper auf der Alltagsebene befand. Aber dem ist nicht so gewesen! Deshalb werde ich in Zukunft mehrere Zustandskontrollen zu machen haben, außerkörperlich und innerkörperlich.

Trotz allem möchte ich nochmals einen Austritt in die Wege leiten. Schon nach kurzer Zeit gelingt die Ablösung. Es ist dunkel, und ich spüre gut, wie mein Zweitkörper die Kissen und später einen Stuhl durchdringt. Nur das Glas der Verandatür erweist sich als zähe Masse. Ich muß drücken und stoßen, um durchzukommen. Wie ein aufgeplatzter, dickwandiger und äußerst elastischer Ballon gleitet das <Glas> um meinen Zweitkörper herum und schließt sich hinter mir wieder zu einer kompakten Fläche. Merkwürdig! Dann kehre ich wieder um.

14.1.1976

Ich mußte noch vorsichtiger und vor allem disziplinierter werden, denn ich schien einen kritischen Punkt erreicht zu haben. Unter keinen Umständen durfte meine Aufmerksamkeit nachlassen. Doch manches war leichter gedacht als getan. Es gab noch einige Voraussetzungen zu erfüllen, um die Schwelle vom Anfänger zum Fortgeschrittenen überschreiten zu können.

Nachdem ich zu Bett gegangen bin, entspanne ich mich bewußt mit dem Ziel einer Ablösung. Als der Austritt zum ersten Mal gelingt, täusche ich mich in bezug auf meinen Zustand, d. h., ich meine, mit dem materiellen Körper aufgestanden zu sein, und kehre wieder ins Bett zurück, um erst beim Hinlegen zu merken, daß es doch der Zweitkörper gewesen ist, mit dem ich ausgestiegen bin. Nun, das spielt keine Rolle, habe ich mir doch vorgenommen, lieber zu vorsichtig zu sein als ein einziges Mal zu leichtsinnig. Auch die nächsten Versuche sind mit vielen Täuschungen verbunden, so daß ich — sicherheitshalber — stets wieder zurückkehre. Immerhin kann ich diese Austritte (etwa ein Dutzend) aus

den verschiedensten Körperlagen heraus machen und damit klar aufzeigen, daß die Stellung des physischen Leibes nebensächlich ist. Die Ablösung gelingt aus der Seiten-, Bauch- und Rückenlage, und zwar auf alle Arten: durch Abrollen, Hochstemmen und Aufrichten des Zweitkörpers.

Schließlich kommt es zu einem Austritt, bei dem meines Erachtens alles optimal gelingt. Täuschungen treten keine auf. Ich bin mir meines Zustandes ganz sicher und fühle mich in bezug auf die Kontinuität des Ich-Bewußtseins völlig stabil. Ich glaube es sogar wagen zu können, meinen schlafenden Körper zu betrachten, denn vom Materiellen geht dieses Mal keine Sogwirkung aus. Nach dem Umdrehen blicke ich auf meinen Leib hinunter. Da liegt er und ist wegen der Dunkelheit nur in seinen Umrissen unter der Decke zu sehen. Kopf und Schultern heben sich etwas deutlicher ab, da sie nicht zugedeckt sind. Als nächstes betrachte ich die dunkel vom Hintergrund sich abhebende Silhouette meiner Frau. Dann gehe ich zum Fenster und drehe mich nochmals um, weil hinter mir etwas geschehen ist, das ich als subtilen Anstoß wahrnehme.

Meine Frau hat sich von ihrem Körper abgelöst und steht auf dem Teppich neben dem Bett. Ihr nackter Leib leuchtet von innen heraus in einer rötlich-gelben Farbe. Das Licht bildet auf der Hautoberfläche einen pulsierenden Film, der die nähere Umgebung schwach und ziemlich den Körperkonturen folgend erhellt. Meine Gattin scheint kaum in der Lage, sich weiter von ihrem schlafenden Körper wegzubewegen. Ich gehe schnell zu ihr hin und trage sie aus dem für sie wahrscheinlich stärksten Sogbereich hinaus. Ihr wunderschönes, ätherisches Gesicht macht einen müden Eindruck. Ich merke, daß sie sich ihres Zustandes kaum bewußt ist, aber meine Nähe fühlt und darauf reagiert — und zwar ganz aus ihrem Gefühl heraus. Wir umarmen uns, wobei die Innigkeit wegen der besonderen Beschaffenheit unserer Zweitkörper eine Vollkommenheit erreicht, die auf der materiellen Ebene wegen der durch den physischen Körper auferlegten Begrenztheit niemals Ereignis werden könnte — es sei denn, bei der körperlichen Vereinigung käme es gleichzeitig zu einem Teilaustritt der Zweitkörper. Wir sind nämlich im außerkörperlichen Zustand in der Lage, die äußere <Hautschicht> ineinanderfließen zu lassen und uns vor allem — ungehindert durch die physische Hülle — mit der Ausstrahlung unseres Wesens zu durchtränken.

Auf die Frage an meine Frau, ob sie mit mir im außerkörperlichen Zustand eine andere Welt besuchen möchte, antwortet sie mit einem Gefühlsausdruck, der besagen will, daß sie sich zu müde fühle. Ich blicke ihr nach, wie sie schwerelos auf einer sanft geschwungenen Flugbahn in den schlafenden Körper zurückkehrt und mit diesem verschmilzt, worauf das Leuchten wieder verschwindet. Nur noch um mich herum glüht eine kaum wahrnehmbare Lichtaura, deren Intensität aber nicht ausge-

reicht hätte, um ohne weiteres auf sie aufmerksam zu werden. Jetzt achte ich darauf, weil ich es zuvor bei meiner Frau gesehen habe.

Ich gehe nun zum Fenster und glaube, von neuem Schwierigkeiten mit dem Sehen zu haben, da alles dunkel bleibt und kaum Umrisse zu erkennen sind. «Was ist mit den Astralfarben, von denen gewisse Autoren schreiben», frage ich mich. — Beim Durchqueren der Fensterscheibe muß ich wie bei anderen Austritten ziemlich drücken und stoßen, bis ich endlich Kopf und Rumpf draußen habe. Eine Katze huscht aufgeschreckt unter mir durch, rennt der Wand entlang und springt wie vom Teufel gehetzt in den Garten hinaus. Ob sie mich gesehen hat? Bei Muldoon oder einem anderen Autor habe ich einmal gelesen, daß Tiere den Zweitkörper sehen können.³⁵ Ohne Kenntnis dieser Besonderheit wäre ich nicht nur überrascht gewesen, sondern zutiefst erschrocken — und zurückgeprallt (in den physischen Körper hinein).

Dann springe ich auf die Veranda hinaus und bleibe auf den Steinplatten des Gartenvorplatzes stehen. Als nächstes will ich den Versuch wiederholen, von dem Castaneda geschrieben hatte: «Im Traum die Hände ansehen.»³⁶ Ich halte beide Hände etwa dreißig Zentimeter vor mein Gesicht, wende sie hin und her und betrachte sie ganz genau, ohne ein einziges Mal den Blick abzuwenden. Sie verändern sich nicht, und ich kann den Anblick meiner Hände zeitlich beliebig ausdehnen und jeden Finger nach eigenem Ermessen bewegen. Ich freue mich darüber und beende den Versuch, um mit einem anderen Experiment fortzufahren. Ich möchte die Reaktionen meiner Umgebung auf ganz bestimmte Schwingungen testen und rufe laut in die Dunkelheit hinaus: «Om mani padme hum!» Ein bißchen hoffe ich, daß mein Ruf von jemandem gehört wird, der mir im außerkörperlichen Zustand weiterhelfen könnte. Doch nichts geschieht, die Schwingungen dieses Mantras verhallen langsam in der Ferne. Nach einer Weile wird es schlagartig hell — ohne den geringsten Übergang in Form einer noch so kurzen Dämmerung.

Um mich herum leuchten die schönsten Farben. Blumen, Gräser, Sträucher und Bäume erstrahlen in einer ergreifenden Intensität und Buntheit. Ihr Wesen dringt in mich ein und erfüllt mich mit Freude. Ich schaue einmal dahin und dann wieder dorthin, verweile einmal bei einer Blüte, ein andermal bei der Gestalt eines Busches — und kann kaum genug bekommen von der Schönheit der Pflanzen und der Pracht der Vögel und Insekten, der Reinheit der Luft und der Großartigkeit der hügeligen Landschaft. Vieles gleicht dem, was mir vom Alltag her bekannt ist. Doch hier ist nicht nur alles vielfältiger, üppiger, lebendiger und ausdrucksvoller, es ist auch anders, nämlich fremd: eine Welt, die fern von der Alltagswelt existiert, eine Ebene für sich, nicht einfach eine Extrapolation des Irdischen, eine übersteigerte Form, ein Mehr-Desselben, sondern etwas Eigenständiges, Ganz-Anderes, eine Neuschöpfung

*und Weiterentwicklung, die vom Menschen unabhängig geworden ist. Die Wirklichkeit, die ich hier erlebe, ist mir gegenüber indifferent. Ich kann sie nicht willkürlich verändern nur einfach dadurch, daß ich sie anschau und gewissermaßen telekinetisch beeinflusse. Ich müßte wie im materiellen Bereich *herangehen und die Sache anpacken*», wenn ich etwas anders haben wollte. Doch vorerst genügt es mir, einfach hinzuschauen und nochmals zu schauen. Ich lasse die Harmonie der Geräusche und die Sanftheit der Düfte auf mich einwirken — im vollen Bewußtsein meines Zustandes! Dies alles bewußt erleben und erkennen zu können, daß diese Welt im wahrsten Sinne des Wortes jenseits meines Vorstellungsvermögens, meiner Phantasie und meiner sonstigen Fähigkeiten liegt, dies ist für mich ein wunderbares Geschenk. Es ist etwas, was mir die Gewißheit gibt, auf dem richtigen Weg zu sein. Es läßt mich alle Mühen vergessen, gibt mir Mut für die Zukunft und motiviert mich auf dem Weg der Kontinuität, der mich zu dieser außerkörperlichen Erfahrung geführt hat.*

Nun fliege ich wie eine Lerche hinauf in den Himmel, um alles nochmals von oben zu betrachten. Ich schwebe etwa hundert Meter über dem Boden und schaue hinunter, ohne Hast, zufrieden über das Erreichte, glücklich und dennoch aufmerksam. Nichts verändert sich, auch wenn ich es noch so konzentriert betrachte.

Und je höher ich steige, desto umfassender wird die Fernsicht. Kilometerweit erstreckt sich die zu einem Märchenland gewordene irdische Realität — Allschwil, Basel, Hegenheim, das Sundgauer Hügelland als wäre dies alles das innere, strahlende Wesen dieser Alltagszonen und dennoch etwas Ganz-Anderes, dessen Schattenseiten ich vorerst noch nicht kenne...

19.1.1976

Wird die Ablösung nicht bewußt herbeigeführt, dann ist relativ häufig ein übergangsloser (*«spontaner»*) Austritt zu beobachten: Man geht zu Bett, schläft ein und erwacht wieder — aber im außerkörperlichen Zustand. Verfügt nun das Ich über eine gewisse Erfahrung, wird es entweder sofort oder spätestens nach einer Zustandskontrolle die Gewißheit haben, ob es tatsächlich ausgetreten ist. Anfänger haben dagegen eher die Tendenz, sich täuschen zu lassen oder sogar ziemlich zu erschrecken, worauf sie unweigerlich wieder in den schlafenden Körper zurückfallen oder in einen Traum eintauchen. Falls weder das eine noch das andere geschieht, kommt es oft zu einer panikartigen Reaktion des sich selbst bewußten Ichs, das sich total verwirrt fühlt — vor allem, wenn das Erlebnis als außer-ordentlich aufgefaßt wird und überhaupt keine Möglichkeit besteht, es in einen bekannten Rahmen einzuordnen.

Bei einem übergangslosen Austritt hat das Ich keine stetigen Empfindungen. Es erlebt die Ablösung also nicht als kontinuierlichen Vorgang, sondern weiß nur, daß es ein <Blackout> von unterschiedlicher und erst im nachhinein bestimmbarer Zeitdauer gehabt hat — und nun plötzlich auf einer anderen Ereignissebene existiert bzw. außerkörperlich ist. Ein Beispiel für diese Art der Ablösung ist die Erfahrung vom 3. Mai 1976, die ich später erzählen werde.⁵⁷

Heute abend (am 26. Juli 1976) will ich wieder einmal eine Ablösung induzieren. Vor dem Einschlafen schaue ich noch — vom Bett aus — die TV-Übertragung der Olympischen Spiele an, als letztes den 10 000-Meter-Lauf, bei dem meine Sympathien vor allem den finnischen Läufern gelten. Ein Finne gewinnt! Dann schalte ich ab und gehe direkt in die Konzentrationsphase über, weil der Körper durch das lange Liegen schon genug entspannt und kaum mehr zu spüren ist.

Mehrere Male ertappe ich mich als Zuschauer eines Laufwettbewerbs und wundere mich, wie stark die Bilder nachwirken und alles andere überdecken. Dies bringt mich auf die Idee, daß gerade das konzentrierte Betrachten von Bildern kurz vor dem Einschlafen für spezifische Experimente hilfreich sein könnte. In jedem Falle wird das zuletzt Gesehene oder das, womit man sich tagsüber am intensivsten beschäftigt hat, in der Übergangsphase vom Wachen zum Schlafen Wiedererstehen und möglicherweise alle anderen Absichten des Ichs zunichte machen. Diese Überlegungen verhindern ein Absinken meines Ich-Bewußtseins und ein Verschmelzen mit dem Laufgeschehen, dem <fesselnden Nachhall> des vorher Betrachteten. Ich muß darüber nachdenken und eine kritische Distanz gewinnen, sonst würde meine Luzidität verlorengehen.

Ich widerstehe also dem Sog der Bilder und gerate langsam — wenn auch mit großer Mühe und hohem Energieaufwand — in einen ablösungsgünstigen Zustand. Dabei fällt mir auf, daß ich zu träumen beginne. Es ist ein Traum, bei dem sich Trauminhalt und Wirklichkeit beinahe vollständig decken. Ich träume nämlich, ich sei am Einschlafen und würde eine Ablösung versuchen. Die beiden Ereignissebenen schwingen hin und her, wobei mein Ich-Bewußtsein eine aussteuernde Funktion hat und es ganz von ihm abhängt, welches Geschehen stärker zum Zuge kommt. Es gelingt mir sogar, die Traumphase als Verstärkung der anderen zu nutzen, muß aber höllisch aufpassen, nicht in den Traum abzugleiten. Bei diesem ereignis- und bewußtseinsmäßigen Schwingen lockert sich die Verbindung des Zweitkörpers zum physischen Leib spürbar. Ich will die Füße ablösen, was jedoch nicht so leicht zu bewerkstelligen ist, weshalb ich es mit dem Kopf versuche. Dieser läßt sich ziemlich gut ausklinken.

Nun stoppe ich die Traumphase, weil sie nicht weiterhilft, und drehe den Kopf des physischen Körpers rhythmisch nach links und rechts (etwa einmal pro Sekunde). Aufgrund der schon weit fortgeschrittenen Lockerung des Zweitkörpers bleibt der Kopf des <feinstofflichen> Leibes wegen seiner <Trägheit> hinter den Bewegungen des <irdischen> Kopfes zurück. Immer in der Mitte des Bewegungsablaufes, der in Rückenlage durchgeführt wird, verschmelzen die beiden unterschiedlichen Körper wieder. Bei jeder Periode wiederholt sich dieser Vorgang der Ablösung und Verschmelzung, was schon von der Doppel-Einfach-Wahrnehmung her eine faszinierende Angelegenheit ist. Nachdem ich diesen Prozeß stabilisiert und optimiert habe, gehe ich daran, mich auf den definitiven Ausklinkmoment vorzubereiten. Der Austritt soll erfolgen, wenn die Winkeldistanz der beiden Köpfe 45 Grad beträgt, weil sie dann am weitesten voneinander entfernt sind. Da ich sowohl den physischen wie den <feinstofflichen> Kopf spüre (wie man sich gleichzeitig beider Hände bewußt sein kann), fällt es mir nicht schwer, die Bewegung des physischen Kopfes brüsk auf der Seite abzubremsen und gleichzeitig ruckartig den Kopf des Zweitkörpers und mit ihm den Rest des <immateriellen> Leibes hochzunehmen bzw. austreten zu lassen. Meine Aufmerksamkeit verlagere ich dabei — ohne Eile — vollständig auf den abgelösten Körper, mit dem ich nun einige Zentimeter über dem regungslos schlafenden Körper schwebe.

Sicherheitshalber verändere ich die Lage des Zweitkörpers nicht. Ich belasse den <Astralleib> in der Horizontalen und stabilisiere nochmals mein Ich-Bewußtsein, bis ich mir meiner Kontinuität gewiß bin. Dies dauert eine ganze Weile, weil der Austritt doch ziemlich <auf-regend> gewesen ist. Dann teste ich das Flugvermögen in horizontaler Lage und gebe in Gedanken den Impuls zum Hochfliegen. Nach ca. einem Meter bremsen ich ab und kontrolliere nochmals meine Ich-Stabilität und danach meine genaue Position im Zimmer. Ich bin mit dem Ergebnis zufrieden und schwebe wieder hinunter — ohne in den schlafenden Körper einzutauchen. Dieses Flugmanöver wiederhole ich während einiger Minuten (wenigstens scheint es mir so, als wären es ein paar Minuten gewesen). Nun ändere ich die Lage meines Zweitkörpers, ich sitze auf und fliege anschließend in dieser Position auf und ab, was wesentlich einfacher geht ...

17.7.1976

Nach einem wunderbaren und beeindruckenden präluziden Traum setze ich mich an ein kleines Tischchen, schreibe fein säuberlich von Hand einige Stichworte auf und skizziere die im Traum gesehenen Teiche, das wurmartige Menschengeschöpf und die sprechende Riesen

krake. Einerseits genügen mir ein paar Zeilen, um den betreffenden Traum wieder vollständig ins Gedächtnis zurückrufen zu können, und andererseits werden die Zeichnungen am genauesten, wenn ich sie sofort nach dem Ende des Traumes anfertige, weil dann die Bilder noch nicht verblaßt sind.

Aber irgend etwas stimmt nicht. Es ist nicht so, wie es sein sollte und wie ich es gewohnt bin. Nicht die fehlende Schreibmaschine auf dem Tischchen macht mich stutzig, sondern die Tatsache, daß ich an diesem Ort sitze und mir gerade hier Traumnotizen mache. So etwas ist noch niemals geschehen. Da erinnere ich mich blitzartig daran, schon oft — gerade beim Aufschreiben wichtiger Traumerfahrungen — getäuscht worden zu sein. Nun schaue ich mir meine Umgebung etwas genauer an. Erst jetzt fällt mir auf, daß sie in gewissen Einzelheiten vom Alltäglichen abweicht. Es sind nur minimale Unterschiede, etwa der Aufbau des Tischchens, die Anordnung der Bücher oder die Farben der Gegenstände. Oberflächlich betrachtet, handelt es sich um unwesentliche und unauffällige Abweichungen. Für die Bestimmung meines Zustandes jedoch sind sie von ausschlaggebender Bedeutung, denn bewußtseinsmäßig und vom Gefühl der Ich-Identität her besteht nicht der geringste Kontrast zum Alltag. Nach einer ersten Orientierung identifiziere ich meinen Zustand als außerkörperlich und bin mir sicher, nicht auf der physischen Ebene zu sein. Meine Verblüffung über die perfekte und beinahe gelungene Täuschung könnte nicht größer sein. Eine Verwechslung mit dem Alltag wäre aber einzig darin begründet, daß ich mich selbst als «absolut» dieselbe Person wie tagsüber fühle.

Kopfschüttelnd und mit dem sauren Lächeln des beinahe Übertölpelten überlege ich mir das weitere Vorgehen. Was soll ich tun? Die Außerkörperlichkeit trifft mich völlig unvorbereitet. Ich werde mich ein bißchen im Fliegen üben . . .

31.7.1976

Vordem Zu-Bett-Gehen bedenke ich in der ungewohnten Ferienumgebung das Vorgehen nach einem eventuellen Austritt: Zuerst werde ich mich im Zimmer umsehen, dann durch das Fenster hindurch auf die Straße hinunterfliegen — und sonst keine Experimente machen. Ich will nur die Umgebung genau beobachten.

Mitten in der Nacht erwache ich und merke, daß eine Ablösung ohne weitere Vorbereitungen möglich ist. Sogleich rolle ich mit dem Zweitkörper seitlich aus dem Bett, stehe auf und schaue mich programmgemäß als erstes im Zimmer um. Vom Aussehen her scheint alles ziemlich genau der materiellen Alltagsebene zu entsprechen. Nur in bezug auf die Farben gibt es wesentliche Unterschiede, denn ihre Intensität, Sättigkeit, Leuchtkraft

und Vielfältigkeit übertreffen die andere, alltägliche Wirklichkeit bei weitem. Mehrere Gegenstände betrachte ich aus der Nähe, wobei mir die Klarheit der Oberflächenstruktur, die Sauberkeit der Verarbeitung und die Ästhetik der Musterungen auffällt. Es sind <ideale> Stücke, die einen über-realen Eindruck machen. Ihre <Abbilder> auf der Ebene des Alltags erscheinen im Vergleich wie Schatten, wiegetrübte und verstaubte Zerrbilder, die von einem schlechten Spiegel wiedergegeben werden.

Überraschend ist ferner die Tatsache, daß mein Gesichtsfeld keinerlei unscharfe Randzonen mehr aufweist. Auch das Ich-Bewußtsein mit seinen kognitiven und emotionalen Funktionen ist klarer, leichter und vor allem luzider — als wären die trägen Fesseln des Alltags von mir abgefallen. Alle Schwerfälligkeiten sind verschwunden.

Im Zimmer gibt es mit der Zeit nichts mehr, was noch zu untersuchen wäre. Nun führe ich den zweiten Teil meines Vorhabens aus und gehe zum Fenster, durchdringe problemlos das Glas und fliege auf die Straße hinunter, In der Nähe des Hotels auf der gegenüberliegenden Seite fällt mir eine Plakatsäule auf. Ich denke, daß es nichts schaden kann, einen der Anschläge zu lesen und sogar zu versuchen, den Text auswendig zu lernen. — Es ist zwar leicht, die Schrift zu lesen und den Wortsinn zu verstehen, aber es ist unmöglich, auch nur ein einziges Wort im Gedächtnis zu behalten, obwohl ich das Ganze mindestens ein dutzendmal lese. Schließlich läßt meine Konzentration nach, ich werde müde und spüre, wie es mich in den schlafenden Körper zurückzuziehen beginnt. Einen Augenblick später bin ich wieder im Bett.

6.8.1976

Die Nachprüfung ergab, daß die Gegenstände im Zimmer den im außerkörperlichen Zustand gesehenen — mit den oben erwähnten Unterschieden — entsprachen. In der Nähe des Hotels gab es jedoch keine Litfaßsäule. Beim Suchen erinnerte ich mich, daß genau an der Stelle, wo ich die Säule außerkörperlich gesehen hatte, früher einmal ein Betonzylinder des Elektrizitätswerkes oder der Post (Telefonumschaltzentrale) stand. Oder wenigstens glaubte ich, daß dem so gewesen sein könnte — ohne der Sache weiter nachzugehen.

2.5. Wege, die in die Irre führen

Eine Erfahrung wie z. B. die in Aarau vom 26. Juli 1970 bestätigte mir, daß ich immer noch fähig war, ohne Verlust der Ich-Identität und der Bewußtseins-Kontinuität außerhalb des schlafenden Körpers zu existieren. Das Erlebnis half mir, in einer Richtung weiterzuforschen, die mich - zu meiner nicht geringen Bestürzung — nicht nur vom naturwissen-

schaftlichen Studium, sondern auch von der Tiefenpsychologie entfremdete. Aber was konnte mir die Sicherheit geben, nicht irgendwelchen Halluzinationen zu erliegen oder irgendeiner verrückten Spinnerei nachzuhängen? Ich begann mich nun intensiver vor allem mit Erkenntnistheorie, aber auch mit Mystik, Religionsgeschichte und Parapsychologie auseinanderzusetzen. Mir wurde bald ziemlich klar, daß meine wieder häufiger auftretenden außerkörperlichen Zustände zu einer alten Tradition gehören und in der Moderne entweder mißverstanden oder dann — erkenntnistheoretisch allzu unbelastet — hochgejubelt werden.

Bis 1974 bemühte ich mich intensiv darum, eine Methode zu finden, die es mir erlaubte, die Kontinuität des Ich-Bewußtseins bei schlafendem Körper beizubehalten. Vorerst stieß ich auf eigene Fehler im Zusammenhang mit diesen Bemühungen. Immerhin war ich an einem Punkt angelangt, an dem die Sache mit der Außerkörperlichkeit unbelasteter von paradigmatischen Zwängen angegangen werden konnte und mir die Zusammenhänge zwischen Einstellung und Erfahrung wesentlich deutlicher wurden. Doch immer noch vertraute ich zu sehr den tiefen psychologischen Methoden, ihren Orientierungshilfen und Fragestellungen. Monatelang rang ich darum, aus der Sprachlosigkeit des Unbehagens, das mir gewisse tiefenpsychologische Konzepte verursachten, herauszukommen und eine andere Einstellung gegenüber der seelischen Wirklichkeit und meinen nächtlichen Erfahrungen zu gewinnen. Es gab derart viele psychologische Auffassungen, daß ich mir sagen mußte, es sei doch unsinnig, auf sie verzichten zu wollen. Vor dem Fremden fühlte ich mich wie ein Reisender, der vergeblich in seinen Taschen nach Landkarten sucht, mit denen er den Weg durch das Neuland zu finden hofft. Fatalerweise schienen die Karten der etablierten Wissenschaftsdisziplinen veraltet, durcheinandergebracht und völlig irreführend zu sein.³⁸ Wohl um mir dies klarzumachen, träumte ich folgendes:

Ich fahre seit einiger Zeit mit meinem Auto auf gut ausgebauten Straßen in der Schweiz. Nun bin ich in eine Gegend gekommen, die ich nicht kenne. Welchen Weg soll ich also einschlagen, um das unbekannte Ziel zu erreichen! Bei der nächsten Abzweigung entschieße ich mich für einen Nebenstraße, da ich mich daran erinnere, in der Schulanalyse davon gehört zu haben, daß es gerade die unscheinbaren Pfade sind, die zum eigentlichen Ziel führen. Meine beiden Mitfahrer sind allerdings der Meinung, es sei die falsche Richtung. Da sie keine psychologischen Kenntnisse haben, mißtraue ich ihrem rein gefühlsmäßigen Urteil, das sie auch bei Befragung nicht begründen können. Ich lasse mich also von meinem Entschluß nicht abbringen.

Nach einer kurzen Fahrstrecke mündet die Nebenstraße wieder in eine Hauptstraße. Keiner weiß, ob diese Überlandstraße tatsächlich in die Richtung führt, die wir gerne beibehalten wollen. Verunsichert wende ich den Wagen und fahre bis zur letzten großen Kreuzung zurück, um dort die Wegweiser nochmals genauer anzuschauen.

6.1.1974 II

Die abendländische Entwicklung gleicht einer breiten Straße. An jeder Biegung und an jeder Gabelung stehen Wegweiser, damit die Richtung ins Paradies des Fortschrittes ja nicht verfehlt wird. Raffiniert und konsequent treibt das analysierende Denken den Menschen vorwärts. Aber auch das Er-Fahren-Können setzt ein Vehikel voraus. Und vom Fortbewegungsmittel hängt es ab, welche Wege benutzt werden können! Ich hatte mich auf ein ganz bestimmtes Fortbewegungsmittel fixiert und die damit verbundenen Vorstellungen derart verinnerlicht, daß ich sie sogar in einer anderen Welt glaubte benutzen zu müssen. Daß der *Zweitkörper ein Vehikel* war, der vorgezeichnete Wege unnötig machte, übersah ich — obwohl ich es aufgrund meiner Erfahrungen hätte besser wissen können. Statt dessen realisierte ich mit der «verminderten Zurechnungsfähigkeit» des nicht-luziden Traum-Ichs zwanghaft die im Alltag üblichen und dort verwirklichten (und nützlichen) Vorstellungen von Straße und Auto. Auf diese Weise versuchte ich, meine Erlebnisse in vorgegebene Bahnen zu lenken, in Bahnen, die meinem hauptsächlich linear strukturierten Denken entsprachen, welches das Er-Fahren ordnen und nach bekannten Mustern ausrichten wollte. Deshalb übersah ich den Hinweis auf das «Wesen» des *Auto-Mobile*, das in der von mir benutzten Form technologisch ausgebildet war. Ich trug also ein technisches Vorgehen in eine Welt hinein, in der es möglich war, den *Zweitkörper* als Fortbewegungsmittel zu verwenden, wie das in vielen Märchen dargestellt wird — sich an einen Ort wünschen, durch die Luft getragen werden, mit Siebenmeilenstiefeln gehen, Fliegen, sich in einen Vogel verwandeln usw.

Wäre ich luzid gewesen, hätte ich sofort eine dieser «märchenhaften» Arten der Fortbewegung zu verwirklichen gewußt. Doch jetzt wurde ich von meinem vordergründigen Denken getäuscht, dessen Raumorientierungs- und Vorgehensweisen stark analytisch-fortschrittlich geprägt waren. Da war nichts von spielerischer Absichtslosigkeit und schöpferischer Offenheit.

Reisen im Alltag sind hauptsächlich zielgerichtet. Dabei wird oft übersehen, daß die Besonderheiten des Weges mindestens ebenso wichtig sind und genau beachtet werden sollten. Wer in Gedanken schon am Ziel ist, lebt nicht in der Gegenwart — und übersieht alles. Sein Weg ist asphaltiert und zubetoniert, beschildert und grau. Geradlinigkeit und

Schnelligkeit werden zum obersten Gebot, denn das Ziel ist nicht zu fassen, rückt immer weiter. Schließlich ist man wieder dort, wo das Rennen begonnen hat. Demgegenüber betont z. B. der Taoismus, daß Weg und Ziel *eins* sind. Folgerichtig wird das Hauptgewicht auf die Bewegung selbst verlagert, auf die Erfahrung des Reisens, während bei uns das Ankommen, das Erreichen eines Zieles im Vordergrund steht. Die Ausrichtung des Erkenntniswillens auf einen festgelegten Endpunkt verhindert die Offenbarung des Neuen, weil nur das anerkannt wird, was mit dem definierten Ziel übereinstimmt.

Meines Erachtens ist jeder Traum ein Erlebnis in einem bestimmten Wirklichkeitsbereich, dessen Realität der materiellen Alltagswirklichkeit ebenbürtig ist. Dies bedeutet aber keineswegs, daß dasjenige, was in der Alltagswelt seine Berechtigung haben mag, auch in einem anderen Bereich als vernünftige Handlungsweise gilt. Es kann sogar oft unangebracht, falsch oder unsinnig sein. Deshalb weisen in einem Traum benutzte technische Fortbewegungsmittel in der Regel darauf hin, daß der Einfluß der Alltagsvorstellungen noch zu übermächtig ist. Man hat oft eine Unmenge vorgefaßter Meinungen über die Welt der Träume und ist deshalb unfähig, die nächtlichen Erfahrungswelten in ihrer Eigenständigkeit zu belassen und sie mit adäquaten Mitteln zu bereisen. Statt zu fliegen oder ganz einfach zu Fuß zu gehen, benutzt man «ebenenfremde» Fortbewegungsmittel, welche den vorhandenen Möglichkeiten nicht im geringsten Rechnung tragen.

Im Schlaf werden die Welten des Seelischen in anderer Form und viel direkter erlebt als tagsüber. In einer dieser Welten fuhr ich mit einem technischen Hilfsmittel auf asphaltierten und ausgeschilderten Straßen herum, ohne auf die Einwände von Menschen zu achten, die eher gefühlsmäßig und «rechtshirinig» reagierten. Ich hörte nicht auf die Stimme des Herzens und verwendete Mittel und Wege, die ich aus dem alltäglichen Bezugsrahmen übernommen hatte. Ich war ein Wissenschaftler, der vorsichtig und mit technisch und methodisch abgesicherten Mitteln an etwas Fremdes heranging — auf der Suche nach einem imaginären Ziel. Dies geschah mit einer Strategie der Annäherung und gleichzeitigen Vermeidung des Fremdartigen, indem ich bekannte Mittel benutzte und auf ausgeschilderten Wegen voranging. Die Auflösung dieses Annäherungs-Vermeidungs-Konfliktes wußte ich dadurch zu verhindern, daß ich eine Bestätigung meiner Vorgehensweise durch meinen Schulanalytiker erhoffte und meine Auffassungen durch das tiefenpsychologische Gedankengut zu rechtfertigen suchte.³⁹ Zwar glaubte ich Spuren im Neuland entdeckt zu haben — und dennoch konnte ich es mir nicht verkneifen, eine Ordnung in das unbekannte Gebiet hineinzusehen. Auf diese Weise versuchte ich krampfhaft, das Neuland «in das Besitztum der wissenschaftlichen Ordnung»⁴⁰ einzu-

gliedern. Was ordinär wird, erlaubt die Anwendung bekannter Methoden. «So gesehen, sind Wissenschaftler permanent Frustrierte, die sich auf den betörenden Reiz des Fremden einlassen wollen - offensichtlich das Objekt der Begierde, das die wildesten Phantasien hervorzurufen vermag, weil es neu, fremd, eben unberührt ist — aber nur soweit sie wissen, daß es im Grunde gar nicht fremd ist.»⁴¹ Die Angst vor dem Verlust der Ich-Grenzen war noch zu groß, das Vertrauen in das Gefühl geschwächt und vom Verstand, der logisches Argumentieren forderte, blockiert. Ein banales «Im-Kreise-Herumfahren» schien vorprogrammiert zu sein.

Seit mehr als zehn Jahren versuchte ich, die Träume vor allem mit der von C.G. Jung eingeführten Methode der Komplexen oder Analytischen Psychologie zu verstehen. Nach wie vor erstellte ich einen *Kontext*, indem ich zu jeder Einzelheit des jeweiligen Traumes die Einfälle und Gefühle notierte, um anschließend das Material zu amplifizieren.

Das Aufschreiben des Kontextes und der damit verbundenen Assoziationen ist eine leichte Arbeit, welche die eigentliche Interpretation des Traumes vorbereiten hilft. Anschließend werden die Assoziationen mit ähnlichem und verwandtem Material aus Mythologie, Religionsgeschichte, Völkerkunde und anderen Gebieten erweitert. Mit dieser Anreicherung, die man *Amplifizieren* nennt, soll sich dann in Verbindung mit dem Kontext und den Symbolauffassungen der Psychologie die Bedeutung des Traum Inhaltes ergeben. Viele Träume lassen sich mit diesem Vorgehen ziemlich gut verstehen — manchmal beinahe zu gut, denn in jedem Netz bleiben schließlich ein paar fette Brocken hängen. Daneben gibt es aber andere nächtliche Erlebnisse, die mit einem noch so großen Aufwand *gefühlsmäßig* nicht befriedigend zu deuten sind.⁴² Trotz aller Deutungsversuche und aller Symbolkenntnis bleibt ein sprachlich nicht ausdrückbarer Rest zurück, der mit einem schalen Gefühl verbunden ist. In diesem Falle werden die Deutungsanstrengungen verdoppelt, statt die Angelegenheit auf sich beruhen zu lassen oder eine andere Methode anzuwenden.⁴³ Schließlich werden die Traumbilder mittels Kontext, Amplifikation und vor allem durch fachlich geprägte Sprachwendungen dem Gefühl total entfremdet. Das Neuartige wird vollständig auf Altbekanntes zurückgeführt und bis zur Unkenntlichkeit verunstaltet. Die Reise in das Jenseits der Alltagsvorstellungen und -Verbindlichkeiten ist zu einer theatralisch gefärbten, halluzinatorischen und zensurierten Darstellung der materiellen Realität umfunktioniert worden, zu deren Entschlüsselung es der Hilfe eines Psychotherapeuten bedarf. Wer den Mut findet, von diesem Karussell abzuspringen, wird sich nicht darüber wundern dürfen, wenn ihm plötzlich weder Autos noch Wege zur Verfügung stehen, auf denen er sich im Neuland geruhsam fortbewegen kann. Man sollte sich auch nicht allzu sehr

darüber entsetzen, daß das Gebäude der bisherigen Vorgehensweise löchrig wird und tief im Keller unten das Heulen und Zähneklappern des Verdrängten und Beiseitegeschobenen beginnt, an das sich alle Geister angehängt haben, die man lieber draußen lassen würde.

2.6. Die Angst vor dem Fremden, Hindernis auf dem Weg zu einem neuen Traumverständnis

Ein Träumer, der sich im Traum seines Zustandes und seiner Ich-Identität nicht voll bewußt bleibt, muß sich den Vorwurf gefallen lassen, seinen ethischen Verpflichtungen nicht nachzukommen. Diese Anschuldigung bedarf der Begründung. Da es sich bei diesem Versäumnis um eine unbewußt begangene Schuld handelt, ist zu fragen, welche Sachverhalte zu dieser Anklage führen. Zunächst ist einmal zu beachten, daß Träume nicht einfach objektiv gegebene Naturprodukte sind, sondern in erheblichem Maße von den Wünschen und Vorstellungen der Träumer abhängen. Das Traumgeschehen wird von egoistischen Impulsen, Verdrängungsmechanismen und starken Widerständen in vorgebahnte bildliche Ausdrucksformen hineingepreßt, die den gewohnten Auffassungen nicht widersprechen. Es ereignet sich nichts, was die Priorität der Alltagswirklichkeit und der gesellschaftlichen Bedürfnisse in Frage stellt. Damit auch wirklich nichts Widersprüchliches geschehen kann, träumt man sicherheitshalber mit einem Traum-Ich, denn das Vorhandensein eines wachbewußten Ichs würde ja bedeuten, daß man sofort kritische Fragen stellen kann — an die Umgebung und an die eigenen Verhaltensweisen.

Gegenüber der Akzeptierung anderer Realitäten besteht eine unüberwindlich scheinende Abscheu. Deshalb lehnt man es ab, sich tagsüber und während des Traumgeschehens darum zu bemühen, auch bei schlafendem physischen Körper in einem anderen Seinsbereich wachbewußt zu werden oder zu bleiben. Der Kelch der Mitverantwortlichkeit für das Geschehen auf allen Wirklichkeitsebenen geht Nacht für Nacht am Schläfer vorüber, wenn er sich nicht um die Aufrechterhaltung der vollbewußten Ich-Identität kümmert. Mit dem Vorhandensein eines wachbewußten Ichs müßte die Erkenntnis bis zur bitteren Neige ausgedehnt werden. Und je mehr man um die Zusammenhänge weiß, desto schwerer wiegt die moralische Belastung. Alle *bewußt* mitvollzogenen Wechselwirkungen beanspruchen die Integrität der Beteiligten in erhöhtem Maße und machen eine Harmonisierung der verschiedenen Realitätsebenen in horizontaler und vertikaler Richtung zur ethischen Verpflichtung.⁴⁴ Im Alltag geht es deshalb darum, Not und Leiden zu lindern und deren *Ursachen* aufzulösen, während die nächtlichen

Erfahrungen das Ich lehren, sich so weit zurückzunehmen, daß das Ganz-Andere geschehen und in alle Wirklichkeitsebenen einfließen kann.

Weil es mir schon oft möglich war, beim Einschlafen meine Ich-Stabilität aufrechtzuerhalten, weiß ich, daß Ausdrücke wie <wach> und <wachbewußt> *nicht* auf den Wachzustand des physischen Körpers eingeschränkt sind.⁴⁵ Aufgrund der Kontinuität des Ich-Bewußtseins im außerkörperlichen Zustand gehe ich von der Arbeitshypothese aus, bei den Welten, die ich außerkörperlich erlebe, handle es sich um Wirklichkeitsbereiche wie den Alltag. Jenseits und Diesseits sind einander ebenbürtige Realitäten!

Durch die Offenheit für das andere, die Ausweitung der Ich-Bewußtseins-Kontinuität auf 24 Stunden täglich und die Akzeptierung einer multidimensionalen Wirklichkeit wird die bisherige Sicht der Dinge wesentlich verändert. Es entstehen Risse im festgefügtten Weltbild. Der Absolutheitsanspruch der Alltagsrealität bricht zusammen. Aus diesem Grunde mag es beruhigender sein, weiterhin mit dem alten Traum-Ich so zu träumen wie bisher. Auf diese Weise beruhigt man seine eigenen Unsicherheiten, denn durch Anwendung <altbewährter> Methoden gibt man sich die Gewähr, fachlich korrekte Pfade gegangen zu sein und offizielle Wegweiser als Orientierungshilfen benutzt zu haben.

Vielen behagt die volltechnisierte Methodik der modernen Psychologie *gefühlsmäßig* nicht. Sie müssen sich den Vorwurf gefallen lassen, unüberwindbare Widerstände zu haben. Ein kaum zu entkräftender Einwand! Ist man dann unfähig, die ablehnenden Gefühle mit wissenschaftlichen und von der Psychologie anerkannten Argumenten auszudrücken, bleibt nur Resignation oder ohnmächtige Wut. Um nicht stillhalten zu müssen und sich formulieren und in die Diskussion eingreifen zu können, ist man gezwungen, Psychologie zu studieren. Man hat sich die entsprechende Terminologie anzueignen und sich einer langjährigen Analyse zu unterziehen. Die Psychologen wissen natürlich, daß die <Rebellen> sich auf diese Weise in die theoretischen Netze verstricken und zahm werden — das Monopol bleibt bestehen. Fachspezialisten verlangen stets die Benutzung (und Bezahlung!) der ausgeschilderten methodischen Wege und behaupten, das *eigentliche Ziel* zu kennen. Ihrer Meinung nach geht es bloß darum, die persönlichen Widerstände zu überwinden und von der entsprechenden negativen Übertragung abzusehen. Deshalb solle man sich darum bemühen, das bereits Vorhandene und von der Psychologie Erforschte genauestens zu studieren und auf diesem Gerüst höher hinaufzusteigen. Der Bau müsse durch zusätzliche Kenntnisse vervollständigt und durch persönliche Beiträge stilvoll bereichert werden. Die axiomatischen Grundlagen der Psychologie werden nicht in Frage gestellt. Tut man dies trotz-

dem, so wird man in wahre Abgründe blicken, die intersubjektiven Übereinkünfte erschüttern und den Ausschluß aus der Geborgenheit sorgfältig errichteter (rationaler) Weltbilder erzwingen. Es ist nichts weniger denn der *soziale Tod*⁴⁶, der im Hintergrund mit all seinen Ängsten droht. Diesbezüglich läßt der folgende Traum an Deutlichkeit nichts zu wünschen übrig:

In einem Haus, das wie das komplizierte Gerüst eines unvollendeten Turmes aussieht, sehe ich unten auf dem Boden eine undefinierbare, lebende Masse, die langsam aus der Tiefe heraufgekrochen kommt. Ich habe nicht die geringste Ahnung, um was es sich bei diesem schleimigen Ding handelt. Deshalb bin ich verunsichert und verängstigt und versuche krampfhaft, höher hinaufzuklettern. Ich will mit dem pulsierenden Etwas unter keinen Umständen in Berührung kommen.

Unten auf der Höhe des gestaltlosen und sich ständig in seiner Form verändernden Dinges halten sich außerhalb des Turmgerüsts Geister auf, die bestimmt eine enge Beziehung zu diesem grauenhaften Wesen haben.

6.1.1974 III

Dieser dritte Traum vom 6. Januar 1974 nahm die Problematik des zweiten wieder auf. Beim Autofahren ging es um eine horizontale Erschließung, während hier die Vertikale dargestellt wurde. Als Träger des Rationalen glaubte ich oben zu sein, weit weg von jenem Urgrund, in dem das Unstrukturierte und Unberechenbare schlummerte. Aber nun hatte ich es durch meine Beschäftigung mit dem Problem der Außerkörperlichkeit geweckt und in jenen Potenzen herumgewühlt, die im irdischen Leib verborgen waren und normalerweise mit einem festen Überbau abgedeckt werden. Mit dem Lebendigwerden dieser Fähigkeiten kam es zu Erschütterungen, zu einem Erdbeben, das das rationale Gerüst bedrohte, auf dem ich mich bisher einigermaßen sicher gefühlt hatte. Ich versuchte immer höher in das Gedankengebäude der wissenschaftlichen Erkenntnis hinaufzusteigen, um nicht in Berührung mit dem Unfaßbaren und den Geisterwesen zu kommen. Das Verhalten des Traum-Ichs war ganz von diesem Bestreben besessen. Nur im luziden Zustand hätte ich etwas gegen diesen «Reflex» tun können. Vielleicht hatte ich mir das Turmgerüst sogar selbst geschaffen, um irgend etwas Festes unter die Füße zu bekommen — in der Hoffnung, diese Masse, die aus dem «Materiellen» hervorbrechen konnte, zu verstehen. Bei mir spukte das Rational-Begriffliche nicht mehr im Kopf, das Geistige spukte an der Basis — eine eindrückliche Darstellung der bedrohlichen erkenntnistheoretischen Konsequenzen meines Tuns.

Über den gräßlichen Traum durfte ich mich nicht wundern. *Ich* erlebte ihn, *weil* ich ständig versucht hatte, die nächtlichen Erlebnismöglichkeiten mit den aus dem Alltag mit hinübergenommenen Anpassungsleistungen und den erlernten Methoden zu bewältigen. Ich hatte zu viele vorgefaßte Meinungen über die Welt der Träume und war deshalb unfähig, die nächtlichen Erfahrungswelten als eigenständige, nichtreduzierbare Wirklichkeit gelten zu lassen — Welten, die ihren eigenen Gesetzen gehorchten und von mir völlig andere, nicht-alltägliche Anpassungsleistungen verlangten. Außerdem hatte ich Angst. Ich fühlte mich ohne Deutungstechniken und Orientierungshilfen verloren und dem drohenden Unbekannten ausgesetzt. Ich spürte genau, daß die nach mir greifende seelische Realität mit den mir bisher zur Verfügung stehenden Mitteln nicht zu packen und mit Dingen verbunden war, die ich am liebsten draußen gelassen hätte, da sie nicht in das bestehende System eingebaut werden konnten. Da gab es etwas, was meinen mühsam errichteten wissenschaftlichen und psychologischen Turmbau erschütterte und in Frage stellte — und mich zwang, meinen Sozialstatus zu verändern! Und ich hatte zu diesem Etwas kein Vertrauen, sondern blieb mißtrauisch und argwöhnisch, bedacht auf die Erhaltung meiner Privilegien. Ich weigerte mich, auf die Stimme meines Herzens zu hören, obwohl sie mir deutlich zu verstehen gab, daß es im Himmel und auf Erden viel mehr gab, als ich es mit dem Kopf und meiner Schulweisheit je zu erträumen vermochte. Also mußte ich den *ersten* <Traum> in dieser Nacht auf den 6. Januar 1974 genauer beachten - um herauszufinden, in welcher Richtung ich weitergehen mußte und welche Verzichtleistungen zu erbringen waren. Im ersten <Traum> war ich nämlich — im Gegensatz zu den anderen beiden, die ich schon erzählt habe - *luzid* gewesen. Dadurch wurde es mir möglich, mich situationsadäquat zu verhalten — und dies wiederum wies mich auf Mittel hin, die für eine gütliche Einigung mit dem monströsen Etwas neben der Luzidität notwendig waren: das Wissen der Ekstatiker, Mystiker und Schamanen. Auch die Märchen hatte ich noch zu wenig im Hinblick darauf gewürdigt, daß sie Geschichten von Wirklichkeitsebenen sind, in denen andere Gesetze gelten und mythische Wesen existieren, mit denen das Ich eine Beziehung aufnehmen und wechselwirken kann wie bei einem Wesen im materiellen Bereich. Nun aber kam der Pegasus und erteilte mir eine Lektion.

2.7. Dämmerung eines neuen Zeitalters — mitten in der Nacht kommt der Pegasus

Mitten in der Stadt Basel laufe ich von der Steinentorstraße her kommend Richtung Heuwaage. Ich weiß ganz genau, daß ich mich im Traumzustand befinde und auf einer nichtalltäglichen Wirklichkeits-ebene bei voll intaktem Ich-Bewußtsein existiere. Da ich dies schon mehrere Male erlebt habe, wundere ich mich nicht darüber. Es wird natürlich schwierig, wenn nicht gar unmöglich sein, die Tatsache meiner Ich-Intaktheit mit den Konzepten der Tiefenpsychologie in Einklang zu bringen. Aber jetzt interessiert mich das nicht. Vielmehr möchte ich die günstige Gelegenheit nutzen, das Traumgeschehen nach meinen eigenen Absichten zu gestalten. Was soll ich tun! Es ist Nacht, und niemand außer mir geht durch die dunklen Straßen.

Plötzlich höre ich ein unheimliches Rauschen, das wie das Zischen einer Feuerwerksrakete tönt. Erschreckt wende ich mich um und sehe ein geflügeltes Pferd am nächtlichen Himmel. Es fliegt in einem weiten Linksbogen über die Elisabethenkirche hinweg und zieht eine feurige Bahn wie ein Komet. Das Pferd ist von gedrungener Gestalt und besitzt drei Flügelpaare. Das eine Paar ist deutlich größer und entspringt in der Mitte des Rumpfes, die anderen beiden setzen weiter vorne an.

Unwillkürlich muß ich an einen fliegenden Teufel denken — das Pferd des Teufels, ein <eiserner> Drache von einer Art schwefelgelben Farbe, wie ich sie noch niemals gesehen habe. Der Pegasus fliegt direkt auf mich zu. Der Gedanke, daß er bei mir landen könnte, erschreckt mich. Das würde bedeuten, daß ich aufsitzen darf. «Er reitet den Teufel!» hätte es früher geheißen. Und das wäre mehr als gefährlich gewesen.

Das geflügelte Roß landet tatsächlich und tritt geradewegs auf mich zu. Stoßweise faucht es Hitze und Feuer aus seinen geblähten Nüstern. Merkwürdigerweise habe ich keine Angst mehr. Ich wundere mich vielmehr über das plötzlich entstandene Gefühl innerer Verbundenheit, das mich ohne Scheu aufsitzen läßt. Ich halte mich am vordersten Flügelpaar fest, das mich irgendwie an riesige Insektenbeine erinnert.

Schon <donnert> der Pegasus los. Er galoppiert zuerst einige Meter über die Straße, bis ich ihm mittels Schenkeldruck anzeige, daß er in die Luft fliegen soll. Ich glaube ihm diese Hilfe geben zu müssen, da ich annehme, er könne die Leitungsdrähte der Straßenbahn und der Straßenbeleuchtung nicht sehen. Das Pferd richtet sich aber optimal nach den Gegebenheiten und steigt beinahe senkrecht in die Höhe. Auf diese Weise bewältigt es die Gefahr meisterhaft.

Es ist ein herrliches Gefühl, auf dem Rücken des Pegasus über die Stadt hinwegzufliegen — trotz der Flaueit in der Magengegend. Vermutlich

soll ich lernen, welche Empfindungen bei einem Flug mit relativ hoher Geschwindigkeit auftreten. Es geht jetzt nur darum — deshalb steuert das Pferd bald wieder die Erde an und setzt mich an derselben Stelle ab, von welcher wir gestartet sind.

Dann wird mir doch ein wenig schwindlig, und ich weiß nicht mehr genau, wo ich bin. Kaum habe ich mich etwas erholt, da trage ich eine große Amphore in meinen Armen. Das Gefäß ist auf unerklärliche Weise aus dem Pegasus entstanden. Was soll ich damit anfangen! — Es ist derart groß, daß ich es kaum allein halten geschweige denn tragen kann. Ich gehe in ein Restaurant und frage die Leute. Doch auch sie wissen nichts mit der Amphore anzufangen und können mir nicht weiterhelfen.

6. 1. 1974 I

Die Begegnung mit dem Pegasus, dem geflügelten Reittier der Jenseitsreisen und dem Symbol der Beschwingtheit der Erzählkunst, ist gleichzeitig auch eine Konfrontation mit einem besonderen Aspekt des beginnenden Wassermannzeitalters. Als «Pegasus» wird nämlich jene Sternkonstellation bezeichnet, «die, über dem zweiten Fisch stehend, dem Aquarius vorausgeht in der Präzession der Tagundnachtgleiche»⁴⁷. Deshalb sei kurz an die Entstehungsgeschichte des Pegasos erinnert, wie sie in den griechischen Mythen erzählt wird.

Poseidon, der Gott des Meeres, der Erdbeben und der Pferde, verführte eine junge, schöne Frau, die Medusa hieß. Diese Poseidonsbraut wurde später zu einer derart schrecklichen Gestalt, daß Perseus — um nicht selbst unterzugehen - sie köpfen mußte. Kaum hatte der Held den Gorgokopf abgehauen, sprang aus dem Hals⁴⁸ der Medusa das geflügelte Roß und sein Bruder Chrysaor hervor.⁴⁹ Das Flügelroß wurde zum Liebling der neun Musen, die auch *Mneiai*⁵⁰, «Gedächtnisformen», genannt wurden, womit der Zusammenhang zwischen der Art und Weise des Hineingehens in den nächtlichen Erfahrungsbereich und der dadurch möglich gewordenen Wechselwirkung mit den «jenseitigen» Wesen deutlich wird. Perseus hatte die Medusa geköpft und damit die furchterregende Torhüterin zur Unterwelt der Kopflastigkeit beraubt, so daß aus ihr der Pegasus geboren werden konnte. Später wurde das Pferd zum Liebling der neun Musen, welche dem Träger des kontinuierlichen Ich-Bewußtseins als Gedächtnisformen zur Verfügung stehen. So wird er befähigt, die Erinnerung an das auf der anderen Seite Gesehene ins Diesseits hinüberzutragen.

Das geflügelte Pferd leitet das neue Zeitalter ein, das in der astrologischen Tradition als Wassermann dargestellt wird, der ein Gefäß in Händen hält, aus dem Wasser strömt. «Im Namen Pegasos selbst ist der Bezug auf eine hervorsprudelnde Quelle, *pege*, ausgesprochen», denn

«unter seinem Hufschlag» soll «die Hippukrene, <des Pferdes Quelle>, auf dem Helikon entsprungen sein.»⁵¹

Die Entstehung des Berges Helikon ist mit einer merkwürdigen Geschichte verbunden, die im Zusammenhang mit dem Problem des Paradigmenwechsels eine erstaunlich zeitgemäße Bedeutung erhält: Da soll ein Mann aus Makedonien, Vater von neun Töchtern, in die Gegend des Helikon gekommen sein. Die Namen der Mädchen seien gleich wie die der neun Musen gewesen. Die falschen Musen begannen mit den wahren zu wetten: «Als sie sangen, verdunkelte sich alles, und niemand hörte auf sie. Beim Gesang der wahren Musen blieb alles stehen: Himmel, Gestirne, Meer und Flüsse. Der Berg Helikon selbst begann vor Entzücken in den Himmel zu wachsen, bis ihn das geflügelte Roß Pegasos, auf den Befehl des Poseidon, mit den Hufen schlug. Damals entstand die Quelle *Hippukrene*.»⁵² —

Haben wir in unserer Zeit nicht eine ähnliche Situation? Da wetten Wissenschaft, Technik, Kultur- und Konsumangebot um die Gunst der Menschen und wollen sie vom eigenen Erleben - von der Begegnung mit den wahren Musen — abhalten: Und dennoch hört der Mensch plötzlich eines Tages die Klänge des überwältigenden kosmischen Gesanges, und sein Innerstes droht vor lauter Entzücken in derart ferne himmlische Regionen hinaufzuwachsen, daß er die Beziehung zum Irdischen verliert.⁵³ Aber dann kommt der Pegasos auf Geheiß des Wassermannes und stoppt die erste Überschwenglichkeit mit einem Hufschlag, der einen zur Besinnung bringt. Es hat nämlich keinen Sinn, solche <erhebenden> Erfahrungen zu dramatisieren. Sie sind ebenso wunderbar wie die geringste Kleinigkeit in der Natur und ebenso banal wie ein Treibhaus voller Orchideen. Weder berechtigen sie, sich etwa als

<ausgewählt> zu betrachten, noch besteht Grund, das eigene Licht unter den Scheffel zu stellen. Es mag schwierig sein, diese beiden Extreme auszugleichen, doch der Verzicht auf Dramatisierung auf der einen wie auf der anderen Seite — denn Abwertung ist auch eine Form der Fehleinschätzung — läßt eine der wichtigsten Tugenden heranwachsen, die *Gelassenheit*.

Eine gelassene Haltung *ohne* Überheblichkeit und *ohne* das Mißverständnis, daß es sich dabei um Gleichgültigkeit und Leerheit von jeder ethischen Verpflichtung handelt, ist für jedes Ich von ausschlaggebender Bedeutung. Sie gehört zu den Tugenden des mystischen Weges des Herzens wie Demut, Sanftmut, Geduld, Bescheidenheit, Gerechtigkeit, Ausdauer, Furchtlosigkeit und Klugheit. Erkenntnis, die nicht aus diesen Quellen gespeist wird, bleibt trüb, unangemessen und unfruchtbar.

In diesem *luziden* Traum hatte sich der Pegasus in eine große Amphore umgewandelt, mit der niemand etwas anzufangen wußte. Auf die Dauer war ich unfähig, sie allein zu tragen. Also mußte ich mir durch

die angeführten Amplifikationen die wichtigsten Zusammenhänge bewußt machen, wobei ich eines nicht vergessen durfte: Ich war einem Pegasus begegnet und *nicht* dem Symbol eines Sternbildes, einer psychischen Triebdynamik oder der Dichtersprache. Ich mußte mich davor hüten, einfach zu sagen, der Pegasus verkörpere *in Wirklichkeit* das oder jenes, weil ich damit die Realität des geflügelten Pferdes zerstört und mit der Stimme einer falschen Muse gesungen hätte. Damals war ich allerdings unfähig, diesen Sachverhalt derart deutlich auszudrücken. Immer noch bestand die Gefahr, daß sich mir alles verdunkelte und die nächtlichen Welten wieder unsichtbar wurden.

Wer einem Pegasus begegnet und ihm sagt, er würde im Grunde genommen irgend etwas symbolisieren, muß sich nicht wundern, wenn er nicht darum gebeten wird, aufzusitzen! Es braucht Mut, von Deutungen abzusehen und bloß noch an Zusammenhänge und Verwandtschaften zu denken, *ohne* die eigenständige Wirklichkeit des Gesehenen anzuzweifeln oder durch Deutungen zu «verbessern». Bei mir waren drastische Maßnahmen nötig, um mir den Mund zu stopfen und mich endlich dazu zu veranlassen, dem Geschehen aufmerksam zuzuschauen statt es ständig zu zerreden. Dieses Thema wurde nochmals am 18. Januar 1974 aufgenommen und mit aller nur wünschenswerten Direktheit dargestellt.⁵⁴

3. Kapitel

Aufbruch in die Nacht

3.1. Das Wagnis einer neuen Fragestellung

«Zum einen ist keine Lebensform <in Ordnung>, so wie sie nun einmal ist. Und zum anderen lassen sich deshalb in jeder Lebensform stets Fragen stellen, die mit den derzeitig *anerkannten* Mitteln, die diese Lebensform zur Verfügung stellt, nicht zu beantworten sind, ohne daß sich daraus bereits folgern ließe, daß diesen Fragen kein Sinn zuzusprechen wäre.»¹

Bevor man nicht sich selbst prinzipiell in Frage stellt — und zwar mit all seinen Einstellungen *und* den gewohnten Lebensweisen, dem Weltbild und den Paradigmen —, sind keine neuen Ansätze möglich. Neues ergibt sich erst aus der Entfremdung — und nicht dadurch, daß man auf Zehenspitzen und verschämt am Baum der Erkenntnis vorbeischleicht.² Wenn die bisherige Art zu leben nicht mehr befriedigt, entstehen Konflikte mit der Außen- und Innenwelt. Man fühlt sich nicht mehr wohl und wird unruhig.³ Unter Umständen versucht man, das diffuse Gefühl des Unbefriedigtseins zu verdrängen, zu dämpfen oder gar im Rausch zu vergessen.⁴ Doch immer wieder taucht das Unbeschreibliche aus unbekannten Abgründen auf und überschwemmt unaufhaltsam die friedliche Idylle. Schließlich verdunkelt sich alles, denn die Nebelschwaden einer dumpfen Depression hüllen die letzten Lichter ein. — Nun ist die Entfremdung total, man ist sich selbst und seiner Umgebung fremd geworden und irrt als Fremder im eigenen Haus, als *Fremder in einem fremden Land*.⁵ umher. Es gibt nirgends einen Halt, denn sämtliche alten Verhaltensweisen erweisen sich als ungebührlich, taktlos und danebengeraten. Die alten Normen bieten keine Stütze mehr! Wie soll man sich jetzt noch zurechtfinden, wenn trotz allem die gesamte Umgebung auf der Beibehaltung der traditionellen Lebensformen besteht? Überleben kann man nur noch mit der Maske.⁶ Aber wie sieht es darunter aus? Aus Furcht vor dem eigenen Antlitz wagt man es selbst im stillen Kämmerlein nicht, ungeschminkt in den Spiegel zu blicken.

«Ein Mensch, der bereit ist, alles zu riskieren, aufzugeben, zu <opfern>,

was er bisher als lebensnotwendig ansah, nämlich seine Persona der Unschuld, . . . entscheidet sich für die Wahrheit seiner Person und seiner Welt, eine Entscheidung zugleich, die die bisherige Beschreibung der Welt in Frage stellt.»⁷ Wer dies versäumt, hat sich selbst eine Grenze gesetzt und eingeschlossen. Wenn man jetzt nicht weitersucht, bleibt nur das alte System, in dem man sich <bewegungstherapeutisch> ständig im Kreise drehen muß, um ja nicht zur Besinnung zu kommen. In diesem Tun innehalten ist gleichbedeutend mit <Welt anhalten>, Damit bringt der Mensch «die Einseitigkeit seiner Vernunft, ihre rationale Weitsicht und Daseinserklärung, die sich immer und immer wieder im <inneren Dialog> durchsetzt und sich seiner zu bemächtigen sucht, zum Schweigen.»⁸ Die Welt dreht sich dennoch munter weiter, und das schweigend im Zentrum stehende Ich kann das rasende Geschehen um sich herum beobachten und gleichzeitig mit den Ereignissen ganz bewußt in Beziehung treten und wechselwirken. Ein Fuß muß dabei in der Mitte, im <Nirvana-, stehen bleiben, und nur der andere darf in den Mahlstrom des <Samsara> hineingehen.⁹ Auf diese Weise weiß man um die Mitte und kennt ebenso die Peripherie, lebt in der Stille und wirkt im Lärm der Welt, bleibt gelassen und tritt dennoch entschieden für die augenblickliche Sache ein. Dabei hört man nicht nur die Geräusche des Alltags, sondern auch den Gesang anderer Welten — und versucht, die verschiedenen Bereiche aufeinander abzustimmen bzw. so zu leben, daß die Harmonie der Welten nicht durch Dissonanzen gestört wird. Diese Lebensweise entspricht dem Weg des Herzens.

Nun gibt es zwei Sackgassen, die vom Mittelweg abzweigen. Die eine endet im Nirvana, die andere im Samsara. Ist die Mitte einmal sichtbar geworden, erliegt man leicht der Versuchung, mit allem im Zentrum zu verbleiben, definitiv ins Nirvana, in die beziehungslose Leere, einzugehen. Die irdischen Belange werden dann als Nichtigkeiten fallengelassen, man entzieht sich jeder mitmenschlichen und sozialen Verantwortung. Ralph Waldo Emerson hat einmal gesagt: «Es ist leicht, in der Welt nach der Welt Meinung zu leben; es ist leicht, in der Einsamkeit nach unserer eigenen Meinung zu leben, aber groß ist der Mensch, der mitten im Gewühl mit vollkommener Frische die Unabhängigkeit der Einsamkeit bewahrt.» Von dieser Größe zeugt zum Beispiel das 18. Gelübde des Buddha Amitabha in seiner Existenz als Bhiksu Dharmakara: «Wenn nach meiner Erlangung der Buddhaschaft noch Lebewesen in den zehn Himmelsrichtungen existieren ..., die unerschütterlichen Glauben an mich besitzen, in meinem Reich wiedergeboren zu werden suchen und meinen Namen zehnmal wiederholen und doch nicht zu ihrem Ziel gelangen, so bin ich bereit, die Sambodhi (die vollkommene universelle Wahrnehmung, die vollkommene Erleuchtung) aufzugeben.»¹⁰ Dieser Verzicht auf die andauernde <Ekstase> ist ohne Liebe und Mit-Leid nicht

zu erbringen, denn es ist viel leichter, in vollkommener Erleuchtung und absoluter Selbstvergessenheit oben sitzen zu bleiben. Deshalb ist die bewundernswerteste Leistung der *Abstieg*. Wer menschlich sein möchte, kann «nicht immer in der Todeszone bleiben»¹¹. Die Strapazen des Abstiegs sind ungleich größer als die letzten Schritte zum Gipfel hinauf.¹² Bei der Rückkehr verliert sich dann ein Teil der gewonnenen Erkenntnisse. Das absolute Wissen verflüchtigt sich, ist «rational nicht mehr greifbar. Aber, die Höhe überblickt die Tiefe, die Tiefen kennen die Höhen nicht. Aufsteigend, die Schwierigkeiten des Weges abschätzend, sieht man, beim Abstieg sieht man nicht mehr, man weiß, wo es lang geht. Man hat gesehen. Wer höher oben war, kann sich unten leichter orientieren, aus der Erinnerung, dem Blick von oben. Man kann sich also auch dann noch auskennen, wenn man nicht mehr sehen kann, wenn man von oben her weiß.»¹³ — Erleuchtete, die in Selbstgenügsamkeit auf dem Gipfel vor sich hin gleißen, bis sie vor lauter Selbstverblendung nichts mehr anderes wissen, vergessen den Abstieg und sind für das Leben verloren. Außerdem sind sie unfähig, ihren Zustand als chaotisch¹⁴ zu erkennen, denn als Wärmetote¹⁵ sind sie zu keiner Art von Wechselwirkung fähig und kennen die Liebe nicht.

Die andere Sackgasse ist ein bequemer Aufenthaltsort für diejenigen, welche die «Flagge der reinen Vernunft» hochhalten. Als Bannerträger der weltbildkonformen Paradigmen stehen sie mit beiden Beinen «auf der Erde» — Helden im reißenden Strom der Alltagsbelange. Doch sie drehen sich meistens im Kreise und sehen nicht, was jenseits der Grenzen geschieht. Auch sie werden einmal zur Ruhe kommen und dann den schmalen, langen und gefährlichen Weg zu den Höhen sehen können. Wenn sie mutig genug sind, werden sie mit dem Aufstieg beginnen. Unterwegs treffen sie auf die Gruppe jener, die den Gipfel verlassen haben, weil sie auf die Stimme des Herzens hören.

Was veranlaßt den Menschen dazu, sein Bündel zu packen und die lange Wanderschaft zu beginnen? Es mag viele Gründe geben, doch eines bleibt sich stets gleich: Früher oder später kommt es darauf an, präzise Fragen zu stellen. In ungewöhnlichen Situationen ergeben sich nämlich neuartige Probleme, die sich nur mit Hilfe von Fragen beantworten lassen, die provokativ sind. Dann kann etwas zustande kommen, was in der Lage der Dinge nicht vorgegeben war. Wenn es um Leben und Tod, Sinnfindung und Liebe geht, kann man sich nicht mehr *nur* nach dem Konformen ausrichten und nach dem gesellschaftlichen Nutzen, nach Ehre und Verdienst fragen. Um hier Antworten zu bekommen, sind andere Fragestellungen notwendig, zu deren Formulierung die üblichen Mittel nur in beschränktem Maße ausreichen. Dieser Problematik ist man sich seit dem Mittelalter bewußt. Der Dichter Wolfram von Eschenbach (ca. 1170 bis 1220) hat sie im *Parzival* dargestellt.

Parzival, die Hauptgestalt des gleichnamigen Epos, ist der Sohn der aus dem Gralsgeschlecht stammenden Herzeloyde und des mit Artus verwandten Gahmuret. Er ist der neue Gralskönig, der Nachfolger von Amfortas. Parzival erlangt das Erbe aber erst, nachdem er durch Leid, Sünde und Zweifel an Gott hindurchgegangen ist. Obwohl er dauernd bestrebt ist, das Rechte zu tun, verschuldet er sich mehrmals und versäumt es schließlich auch, in der Gralsburg die Frage nach dem Grund des Leidens des Amfortas zu stellen. Parzival wird deshalb aus der Burg gewiesen, was ihn dermaßen verbittert, daß er sich von Gott abwendet und auf eigene Faust das Heil zu erringen sucht. Erst nach Jahren erkennt er die Sinnlosigkeit seines Tuns und ist gewillt, auch die unbewußt aufgeladene Schuld zu sühnen. Als Geläuterter strebt er demütig weiter und wird endlich ein zweites Mal zum Gral geführt.¹⁶

Die Unterlassung der Frage nach dem Leiden des Amfortas ist im Zusammenhang mit der Frage nach den Quellen der Nacht von ausschlaggebender Bedeutung. Deshalb soll an dieser Stelle der erste Besuch Parzivals auf der Gralsburg ausführlich zur Sprache kommen.¹⁷

Parzival kommt zur Abendzeit *«an das Ufer eines Sees, auf dem ein Boot mit Fischern ankert. Er fragt einen der Insassen, der sich durch eine reiche Kleidung als vornehmer Herr ausweist, nach einer Herberge für die Nacht und wird von diesem auf seine in der Nähe liegende Burg gewiesen; Parzival findet sie ohne Schwierigkeit, und seine Berufung auf den Fischer verschafft ihm ein freundliches Willkommen. Er wird entwaffnet und in einen kostbaren Mantel gehüllt. Nach der Aufforderung, sich zu dem Burgherrn zu begeben, gelangt er in einen prächtig ausgestatteten Saal, der Platz für hundert gepolsterte Ruhebetten bietet und in dessen Mitte drei marmorne Herde errichtet sind. Der bereits anwesende Wirt fordert Parzival auf, gegenüber der mittleren Feuerstätte Platz zu nehmen, da er selbst infolge seiner Krankheit des wärmenden Feuers bedarf.*

Noch ist die bedrückte Stimmung, die auf der Burg herrscht, dem Gast nicht deutlich zum Bewußtsein gekommen, als plötzlich alle im Saal Anwesenden in lautes Klagen ausbrechen: Es erscheint ein Knappe, der eine Lanze in der Hand hält, aus deren Eisenspitze Blut hervorsickert, das am Schaft bis auf die Hand des Trägers herabträufelt. Der Knappe trägt die blutende Lanze rings um den ganzen Saal und verschwindet wieder durch die gleiche Tür, durch die er eingetreten war; nachdem er den Saal verlassen hat, verstummen auch die Klagen. Darauf betreten durch eine zweite Tür zwei kostbar gekleidete Jungfrauen mit brennenden Lichtern in goldenen Leuchtern den Raum, denen zwei andere mit je einem elfenbeinernen Tischgestell folgen, die beide vor dem Hausherrn aufgestellt werden. Jetzt kommen acht neue Jungfrauen: Vier von ihnen mit Kerzen gehen voran, die übrigen tragen gemeinsam die aus einem

besonders wertvollen Edelstein geschnittene Tischplatte und legen sie über die Tischgestelle. Dann treten sie zu den vier ersten zurück. Geleitet von wiederum vier jungen Mädchen mit Lichtern bringen nun zwei andere auf je einem Leinentuch zwei Messer mit scharfer Schneide aus glänzendem Silber, legen sie auf die Tischplatte und begeben sich dann zu den übrigen. Der Eintritt der nächsten und letzten Gruppe von sechs ebenfalls reich geschmückten Jungfrauen (zusammen sind es also 24) bedeutet den Höhepunkt dieser ganzen Zeremonie. Diese geben nämlich der Trägerin des Grals, der Königin Repanse de schoye, das Geleit.

Die sechs Begleiterinnen der Repanse tragen kostbare Lichter und Räuchergefäße vor dem Gral her; sie schreiten in feierlicher Prozession bis zur Mitte des Saales, alle verneigen sich ehrerbietig, und die Königin setzt den Gral vor dem Herrn der Burg auf den Tisch nieder. Dann tritt sie mit ihren Gefährtinnen zu den anderen Jungfrauen in den Hintergrund. Diese nehmen die Königin in ihre Mitte und stellen sich in zwei Gruppen von je zwölf zu beiden Seiten neben sie.

Jetzt beginnt das eigentliche Mahl, an dem außer dem Wirt und seinem Gast vierhundert Ritter teilnehmen. Dabei erweist sich der Gral als der eigentliche Spender von Speise und Trank, ja darüber hinaus stellt er auch jedem die Wahl der Gerichte frei.

Parzival nimmt staunend dieses Wunder und die damit verbundene Pracht wahr, aber eingedenk der Warnung seines Erziehers Gurnemanz unterläßt er jede Frage und will lieber abwarten, ob man ihn nicht ungefragt aufklärt.»¹⁸

Es ist erstaunlich, wie sehr sich eine Erziehung auswirkt, wenn sie einem folgsamen und lieben Zögling verpaßt wird. Parzival hatte das, was wir heute *«gepflegte Umgangsformen»* nennen und verhielt sich angesichts des Wunderbaren interessiert, zurückhaltend und respektvoll. Dies entspricht ziemlich genau den Verhaltensweisen gegenüber den eigenen nächtlichen Erfahrungen: Nur keine Neugierde zeigen und ja keine Fragen stellen. Lieber abwarten und zuhören, was z.B. die Psychologen dazu zu sagen haben — denn vielleicht erübrigt sich das mühsame Suchen nach den passendsten Fragen, und man erfährt die Bedeutung der Sache aus dem Munde eines Spezialisten.

Während Parzival noch überlegt, daß er ja nicht fragen dürfe, weil es sich nicht ziemt, *«erscheint ein Knappe mit einem kostbaren Schwert, das der Wirt dem Jungherrn als Geschenk überreicht mit den Worten: <Ich trug es selbst>.»¹⁹*

Zu Recht unterbricht hier Wolfram von Eschenbach seine Geschichte und bedauert, *«daß Parzival auch jetzt keine Frage stellt, die doch durch dieses Geschenk geradezu herausgefordert wird . . . denn durch die Frage hätte er seinen Wirt erlösen können»¹⁰.*

Vieles in und um uns wartet auf eine erlösende Frage,¹¹ aber zumeist vergeblich, weshalb eine Erstbegegnung mit dem Ganz-Anderen beinahe zwangsläufig traurig endet und man wieder in das alte Fahrwasser zurückfällt. Nicht nur der Parzival des Wolfram von Eschenbach scheitert bei seinem ersten Besuch der nicht-alltäglichen Wirklichkeit. Fehleinschätzung ist nun mal der Preis für die Stabilität eines Weltbildes — nur muß man dann bereit sein, die Folgen zu tragen.

«Nach der Mahlzeit wird der Gral in der gleichen feierlichen Prozession, nur mit umgekehrter Reihenfolge, durch dieselbe Tür wieder aus dem Saal herausgetragen. Hierbei erblickt Parzival in dem anstoßenden Gemach den schönsten alten Mann, den er bisher gesehen hat und dessen Haar weißer glänzt als Reif.»²²

Der Hausherr wünscht seinem Gast eine gute Nacht, und dieser wird in sein Schlafgemach geführt. Knappen entkleiden ihn, vier wunderschöne Jungfräulein bieten ihm Wein und Obst an und verlassen ihn erst, als er von beidem gekostet hat, während die Knappen bei ihm bleiben, bis er eingeschlafen ist. Aber ihn quälen böse Träume, so daß er beim Morgendämmern schweißgebadet aufschreckt. Da er sich allein sieht und niemand kommt, ihn zu bedienen, schlummert er wieder ein und erwacht erst ungefähr um 8 Uhr. Er kleidet sich an, findet neben dem Bett seinen Harnisch und zwei Schwerter, sein eigenes und das ihm von seinem Wirt geschenkte, und auf dem Burghof Pferd, Schild und Lanze, aber keiner der Burgbewohner läßt sich sehen. Er eilt durch alle Räume, vergeblich sucht er überall und schwingt sich schließlich ärgerlich in den Sattel. Er entdeckt die Spur von Pferdehufen, und da das Burgtor offen steht, sprengt er über die heruntergelassene Zugbrücke, um der Spur zu folgen. Da schnell die Brücke hinter ihm hoch, und er vernimmt die Scheltworte eines Knappen, der ihn wegen der unterlassenen Frage tadelt. Parzival fordert vergeblich eine Erklärung, erhält aber keine Antwort mehr. Auch die Spur, der er nachreiten will, verliert sich allmählich.»²³

3.2. Ein Grund, das Schweigen aufzugeben und zu fragen

Als höflicher Mensch, der sich gewissenhaft und pflichtbewußt an die gesellschaftlichen Umgangsformen hält, fragt man sogar in den verwunderlichsten Situationen niemals zuviel. Man gibt sich eher distanziert und zurückhaltend — und reiht sich in jenes Heer von Parzival-Jüngern ein, das sich auch im nächtlichen Erfahrungsbereich strikt an die üblichen Sitten und Gebräuche hält. Obwohl man in der

Fremde ist, stellt man die eigenen Verhaltensweisen nicht in Frage, und selbst das Erstaunlichste bewirkt höchstens eine kurze Verunsicherung und führt zur lakonischen Feststellung: «Sehr interessant!»

Wie andere bin auch ich zunächst eher geneigt, mich der herrschenden Meinung anzugleichen. — Früher glaubte ich, nur dann eine erfolgreiche berufliche Laufbahn realisieren zu können, wenn ich mich den bestehenden Verhältnissen anpaßte oder zumindest versuchte, nur positiv aufzufallen. Es dauerte denn auch mehrere Jahre, bis ich begreifen konnte, daß das Ganz-Andere sich mir nur öffnete, wenn ich bereit war, auf jede Art von Verdrängung zu verzichten, und lernte, mich zu erinnern statt zu vergessen. Es fiel mir ungemein schwer, das Bisherige in Frage zu stellen, meine Ich-Panzerung aufzugeben und das Unerwartete geschehen zu lassen. Denn damit verlor ich den Katalog verbindlicher Verhaltensformen und Deutungsmethoden und wußte schließlich nicht mehr, was ich tun sollte. Offenbar wurde von mir ein Verstoß gegen die «guten Sitten» gefordert, was gewissermaßen einem «kleinen Vätermord» gleichkam und eine Initiation in eine umfassendere Wirklichkeit hinein bedeutete. Der Gewissenskonflikt war unvermeidlich. Weshalb sollte ich ihn austragen? Mußte ich trotz aller Befriedigung der materiellen Bedürfnisse Fragen stellen, die nicht in der offiziellen Liste verzeichnet waren? Die Antwort gibt eine japanische Legende:

Die alten Japaner sangen in einem Liebeslied: «Ach, wie eine solche Nacht uns schnell vergeht! Der Baku wird nicht einmal Zeit haben, unsere Träume zu essen.»²⁴ In Japan war man der Meinung, schlechte Träume würden durch böse Geister hervorgerufen, und Baku wäre dazu da, die quälenden Alpträume aufzufressen. «Der *Baku*, wie so viele andere mythologische Wesen, ist eine merkwürdige Mischung aus verschiedenen Tieren.²⁵ Er hat den Kopf eines Löwen,²⁶ den Körper eines Pferdes,²⁷ den Schwanz einer Kuh,²⁸ einen Nashornschopf und Tigerpranken ... Ein japanischer Bauer, der aus einem schlimmen Alptraum aufschreckt, ruft laut: «O *Baku*, verschlinge meinen bösen Traum!»... Man glaubte, ein schrecklicher Traum würde durch die Macht des *Baku* eine glückliche Wendung nehmen, wenn das Wesen dazu veranlaßt werden konnte, den Alptraum aufzufressen.»²⁹ «*Baku* wird auch *Shirokina Kami* genannt. Er entspricht einem chinesischen Wesen, dessen Bild man im Hause als Schutz gegen die Pestilenz aufzuhängen pflegte. *Baku* wird heute noch auf die Kopfkissen gemalt, um einen ruhigen Schlummer zu gewährleisten.»³⁰

Der traumfressende Baku kann also die gräßlichsten Träume verschlingen und derart verdauen und umwandeln, daß sie zu beglückenden Erfahrungen werden. Er läßt die schrecklichen Teile der Träume in Vergessenheit geraten! Aber manchmal weigert er sich — aus einem sehr berechtigten Grund —, einen Traum zu verschlingen:

«Es war in einer drückend schwülen Nacht während der großen Hitzezeit, daß ich den Baku das letztemal sah.

Ich war gerade aus heftigem Qualgefühl erwacht um die Stunde des Ochsen (2 Uhr nachts), da kam der Baku zum Fenster herein und fragte: «Hast du etwas zu essen für mich!»

Voll Dankbarkeit antwortete ich:

«Freilich, freilich! — Höre, guter Baku, was mir geträumt hat:

Ich stand in einem großen weißen Raum, in dem Lampen brannten, aber ich warf keinen Schatten auf den nackten Boden dieses Raumes.

Auf einem eisernen Bett lag dort — ich sah es deutlich — mein eigener toter Körper. Wieso ich gestorben war und wann! — ich konnte mich nicht erinnern...

Ich war allein mit meinem Leichnam ...

Ich begriff, es sei höchste Zeit zu entweichen, aber ich dachte, ich könnte ohne Gefahr noch einen Augenblick bleiben — eine ungeheuerliche Neugier zwang mich zu bleiben: Ich mußte auf meinen Leichnam blicken, um ihn genau zu beobachten.

Ich minderte mich, er schien mir ungewöhnlich lang, ganz unnatürlich lang. — Dann schien es mir, ich sähe eines seiner Augenlider zucken. Aber es konnte auch sein, daß ich mich getäuscht hatte; vielleicht hatte nur eine der Lampen geflackert! — Ich senkte den Blick — ganz langsam —, denn ich fürchtete, der Leichnam werde die Augen aufschlagen.

«Ich bin es doch selbst», dachte ich, als ich mich niederbeugte, «und dennoch: er wächst so seltsam!» Das Gesicht des Leichnams schien länger zu werden.

«Ich bin es doch nicht», dachte ich bei mir, dachte es abermals, als ich mich tiefer herabbeugte, — «aber es kann doch nicht gut ein anderer sein!» Und eine tiefe Angst ergriff mich, eine unsagbare Angst, der Leichnam könne die Augen aufschlagen — — —

Und er schlug sie auf! — Grauenhaft! Und das Ding sprang — sprang vom Bett aus auf mich zu, klammerte sich an mich, winselnd, zähne-wetzend, mich zerfleischend!

Irrsinnig vor Schrecken kämpfte ich dagegen an. — Aber seine Augen, sein Gewinsel, seine Berührung lähmten mich; mein ganzes Wesen wollte vor Ekel und Abscheu vergehen, da — ich wußte nicht wieso — hatte ich plötzlich eine Axt in der Hand! Und ich schlug mit der Axt auf ihn ein, spaltete ihn, zerschmetterte ihn — den lebenden Leichnam, den Winseler, bis er vor mir lag: eine formlose scheußlich dampfende Masse, die abscheuliche Ruine meines eigenen Selbst.

Baku Kuraê! Baku Kuraê! Baku Kuraê! — Friß, o Baku, friß den Traum!

«Nein!» sagte der Baku, «ich esse keine glücklichen Träume. Dein Traum ist ein sehr guter Traum, — ein glückverheißender Traum.-----

— Die Axt — jawohl, die Axt ist das ›Erhabene geistige Gesetz‹, durch das das Ungeheuer des Selbst vernichtet wird. — Die beste Art Traum das! — Du weißt, mein Freund, ich glaube an den Buddha!›

Und der Baku ging zum Fenster hinaus.

Ich blickte ihm nach und sah, wie er über die steilen, vom Mond beschienenen Dächer huschte — von Giebel zu Giebel — mit erstaunlich leisen Sohlen, wie eine riesige Katze — — — »³¹

Wahrlich ein «glückverheißender Traum», der neue Welten erschließt, weil er alte Seh- und Auffassungsgewohnheiten zerschlägt. Es ist gut — wenn auch meist nicht besonders angenehm —, daß der Baku sich in diesem und auch in anderen Fällen weigert, das Außergewöhnliche in den Abgrund des Vergessens aufzunehmen. Welche Folgen mag dieses Erlebnis für den japanischen Träumer gehabt haben? Welche Einsichten wurden ihm möglich, weil der Baku seine Bitte abgeschlagen hatte? Welche Fragen mag er sich gestellt haben? Möge der Baku sich in Zukunft prinzipiell weigern, die unangenehmen Träume aufzufressen!

Von Esoterikerseite wird oft der Einwand vorgebracht, die Auseinandersetzung mit dem Dunklen und Niederen würde nur «hinabziehen». Aus diesem Grunde müsse man die alten Drachen und alles sonstige widerliche Gewürm vernichten und hinter sich lassen — und statt dessen zum Hellen, Lichten und Klaren streben. Dieser Einwand ist wieder eine andere Art des Frageverbots, die bestimmte Verdrängungsleistungen verlangt. Wer bestimmt denn, was als hell und klar betrachtet werden darf? Und wo bleibt die Liebe, wenn von Anfang an feststeht, was als verwerflich zu gelten hat? Was man als ekelhaft und gräßlich empfindet, das hängt doch einzig von der subjektiven Einstellung und der ganz persönlichen Sicht der Dinge ab. Das Negative kann nur transformiert werden, wenn man sich damit auseinandersetzt. Für den schöngeistigen Esoteriker sind der drachenähnliche Pegasus und der verletzte Amfortas bloß dunkle und zwiespältige Figuren, die in Alpträumen auftreten und zum Bewußtseinsverlust und zum Vergessen führen. Ob sie dies tatsächlich tun, hängt davon ab, welche Fragen man stellt. Denn der Baku weigert sich glücklicherweise, diese Wesen zu fressen.

3.3. Meditatio mortis — dem Tod ins Antlitz schauen

Kehren wir nun zum überaus klaren Pegasus-«Traum» vom 6. Januar 1974 zurück. Dort wurde mir zum Schluß ein Aspekt des Wassermanns-zeitalters in die Hände gegeben, der mir eng mit dem Gralsgefäß verbunden scheint — die Amphore. Ich mußte das Gefäß aufnehmen und

weitertragen, denn sonst wäre es vergessen worden oder gar zerbrochen. Aber noch wußte ich nicht genau, um was es sich dabei handelte — nur das eine sah ich ein: Ich war gezwungen, diesen Gegenstand ernst zu nehmen und zu ihm eine Beziehung aufzunehmen — egal, ob er etwas mit dem gräßlichen amöboiden Wesen zu tun hatte, das aus dem irdischen Bereich heraufgekrochen kam, egal, ob er mir die Orientierung auf den paradigmatisch gebahnten Wegen erschweren würde. Ich hatte mich nun seit mehreren Jahren intensiv mit dem nächtlichen Erfahrungsbereich auseinandergesetzt und war an eine Grenze angelangt, die zu überschreiten mir sehr schwerfiel. Was lag jenseits des Bekannten?

Ich wußte nicht, welche Auswirkungen auf den Alltag die Ausweitung des vollbewußten Erfahrungsbereiches in die Nacht hinein haben würde. Obwohl ich noch keine vollständige Klarheit über die praktischen und theoretischen Konsequenzen einer axiomatischen Begründung der Außerkörperlichkeit erlangt hatte, war ich bereit, das Axiom der Ich-Bewußtseins-Kontinuität, die unabhängig vom Wachzustand des physischen Körpers war und während 24 Stunden beibehalten werden konnte, als Ausgangspunkt für meine weitere Arbeit zu nehmen. Damit hatte ich aus der Menge meiner bisherigen Erfahrungen, Überlegungen und Nachforschungen eine Aussage abgeleitet, die so beschaffen war, daß ich mit Hilfe logischer Schlußfolgerungen weitere Aussagen ableiten konnte, die mir bei der Bildung von Arbeitshypothesen nützlich waren. Das grundlegende Axiom hieß *Außerkörperlichkeit* — aus ihm ließ sich theoretisch ableiten (deduzieren), daß es mir auch in Zukunft möglich sein *wußte*, wachbewußt zu schlafen! Wäre dies aber *praktisch* nicht zu realisieren, würde ein Widerspruch zu meiner Annahme bestehen. Ich war mir der Tatsache bewußt, daß ich gleichzeitig behauptete, daß das Ich-Bewußtsein *nicht* vom Zustand des physischen Körpers abhängig war, was sich direkt nur mittels eigener Erfahrungen bestätigen ließ. Indirekt wurde meine Annahme durch die Erzählungen der Mystiker, Schamanen, Astralreisenden und der mit Hilfe medizinischer Mittel Wiederbelebten bestätigt. Das Erlebnis der Außerkörperlichkeit war also nicht nur bei mir, sondern auch bei vielen Mitmenschen ein tatsächliches Ereignis. Die Seltenheit dieser Erfahrungsweise hing von ganz anderen Faktoren als der scheinbaren Unmöglichkeit der Ich-Bewußtseins-Kontinuität ab. Sie war eindeutig primär von der Einstellung, der *«Axiomatik»*, abhängig.

1974 war ich aber noch nicht in der Lage, eine experimentelle Bestätigung der Außerkörperlichkeit durch Anwendung ganz bestimmter Methoden zu erlangen. Vielmehr tastete ich mich mehr oder weniger orientierungslos herum — und war deshalb auf eine *spontane* Verifizierung, auf mehr oder weniger unbeabsichtigt und unvermittelt gesche-

hene Austritte angewiesen. Jede außerkörperliche Erfahrung gab mir die *gefühlsmäßige* Gewißheit, daß es mir möglich war, bei vollem Bewußtsein außerhalb der alltäglichen Wirklichkeit zu existieren, unabhängig vom Zustand des schlafenden Körpers. Dabei interessierten mich eventuell nachzuweisende hirnpysiologische Begleiterscheinungen überhaupt nicht. Schließlich konnte ich mir meine Ich-Existenz so oder so nicht auf naturwissenschaftliche Art und Weise beweisen. Hierfür standen (und stehen noch heute) keine Mittel zur Verfügung! Die Gewißheit, Ich zu sein, ist <bloß> eine Erfahrungstatsache, die weder einer weiteren Begründung noch des Beweises bedarf. Denn wer sollte mir denn beweisen, daß ich als Ich lebe — und wer beweist mir, daß mein Körper schläft, und beweist letzten Endes, daß ich gestorben bin?

Mit derartigen und ähnlichen Überlegungen meditierte ich den Untergang meines Weltbildes, mit dem ich mich bisher identifiziert hatte bzw. mit dem ich identisch gewesen war. Ich sah zu, wie die alten Vorstellungen unaufhaltsam unter dem Ansturm meiner Erfahrungen zerfielen, bis nur noch ihr Grundgerüst, die Axiomatik, übrigblieb. Ich hatte das Skelett meiner Weltanschauung bloßgelegt und war nun in der Lage, darüber nachzudenken und es neu zu gestalten.

Wie sah dies nun ganz konkret am Dreikönigstag des Jahres 1974 aus? Am 6. Januar hatte ich überhaupt nichts Außergewöhnliches getan. Im Gegenteil, ich stellte im kleinen Zimmer unserer Wohnung die Möbel um und brachte alles in Ordnung. Gegen Mittag ging ich mit Frau, Tochter und Sohn zu meinen Eltern. Dort aßen wir zu Mittag und jaßten anschließend. Erst nach 20 Uhr schrieb ich zu Hause die am Morgen nur kurz notierten Träume ins Reine, las das Märchen vom <Teufel und seiner Großmutter>³², weil dort ein geflügelter Drache drei Soldaten durch die Lüfte trägt, dann den entsprechenden Abschnitt in <Gegensatz und Erneuerung im Märchen>³³ und den Brief von Jung über die Pegasusproblematik³⁴.

Diese Lektüre bestätigte einerseits meine Einsicht, daß die «Wesen der anderen Seite» nicht beherrscht werden dürfen. Eine «schützende Abgrenzung gegen die auflösende Vielfalt unbewußter Bilder ... ist nur dann möglich, wenn das bewußte Ich seinen Willen zur Beherrschung eines Urbildes aufgibt.

In solchen Fällen ist die psychische Lage die, daß das Bewußtsein verzichtet hat, Herr über das Unbewußte zu sein. Die «Auseinandersetzung ... war - wie Jung schreibt — nicht ein Sieg des Bewußtseins über das Unbewußte, sondern die Herstellung eines Gleichgewichts zwischen beiden Welten ... Jeder Übergriff des Ichs ist gefolgt von einem Übergriff des Unbewußten.»^{35»36}

Wenn man sich erst einmal der Tatsache, im Traumzustand zu sein, voll bewußt, d. h. luzid geworden ist, kann man dank der vorhandenen

Ich-Bewußtseins-Kontinuität das Traumgeschehen *direkt* beeinflussen. Mit dieser Möglichkeit darf man durchaus spielerisch umgehen, muß aber letztlich *bereit sein, auf die Beeinflussung zu verzichten bzw. sich einzuschränken*. Diese Selbstbeschränkung ist sowohl im luziden Traum wie bei der Außerkörperlichkeit im allgemeinen — und im Alltag! — eine der wichtigsten Verzichtleistungen. Ein Ich, das bereit ist, seine Vorstellungen und Wünsche so weit zurückzustellen, daß es auch die Stimmen der anderen zu hören vermag, lebt die wohl wichtigste ethische Forderung des «Liebe deinen Nächsten wie dich selbst»³⁷. Auch die Nachtgeister gehören zu den Mitgeschöpfen der Einen Umfassenden Wirklichkeit, in der wir alle leben! Auch sie könnten eines Nachts der ständigen Beeinflussung durch Verdrängung und Drogen überdrüssig werden und ihre Mitarbeit verweigern.³⁸

Neben der durch die Märchen bestätigten Notwendigkeit des Verzichts auf die dank des vollbewußten Ichs wesentlich gesteigerten Beeinflussungsmöglichkeiten erkannte ich am Abend des 6. Januar beim Lesen von Jungs Ausführungen über den Pegasus, daß ich den Anschluß an die Zeitproblematik gefunden hatte. Außerdem beruhigte mich die Tatsache, daß der Pegasus als Wesen einer anderen Sphäre trotz seines furchterregenden Aussehens mir freundlich gesinnt entgegengetreten war und mich zum Flug mitgenommen hatte. Wenn mich also jene fremden Wesen akzeptierten, dann brauchte ich mich nicht mehr im selben Maße wie zuvor auf tiefenpsychologische Konzepte abzustützen, die zwischen den Welten zu vermitteln suchten. Ich durfte mich ruhig mit mehr Vertrauen auf die Führung des «Unbewußten» verlassen und mein Bewußtsein in einer Art verwenden, die beide Bereiche, die Welt des Alltags und die Sphäre der Nacht, friedlich Zusammenleben und sich gegenseitig befruchten ließ. Deshalb, so dachte ich, würde es wohl das Beste sein, wenn ich im außerkörperlichen Zustand keine Reisen auf eigene Faust mehr unternahm, sondern mich einer wie auch immer gearteten Führung überließ — ohne deswegen meine kritische Einstellung aufzugeben. Mit diesen und ähnlichen Gedanken schlief ich ein ...

... und finde mich im selben Bett liegend, wissend, daß ich jetzt schlafe und dennoch aufstehen kann und will — aufstehen bloß <seelisch>, nicht auch <körperlich>. Ich werde mich erheben, ohne daß mein physischer Körper mitbetroffen ist, habe aber gewisse Schwierigkeiten, zwischen sprachlicher Gewohnheit und Ereignis zu unterscheiden, und deshalb Probleme, der Situation gemäß korrekt zu denken.

7.1.1974, 1. Teil

Diese Schwierigkeiten hatten mit meinen sprachlichen Gewohnheiten zu tun. Damals unterschied ich noch nicht konsequent zwischen Wachheit des Ichs und Wachzustand des physischen Körpers und drohte deshalb allein durch die ‹falsche Rede› einen Bewußtseinsverlust zu erleiden. Da mir aber diese Problematik bereits bekannt war, konnten sich die unangemessenen Sprach- und Denkgewohnheiten nicht mehr auf eine Weise auswirken, die mich gezwungen hätte, im physischen Leib aufzuwachen bzw. mit dem Leib aufzustehen.

Beim ersten Ablösungsversuch gelingt es mir nicht, die Trennung durchzuführen, weshalb ich mich vollständig auf die Empfindungen des ‹Hinausziehens› konzentriere und versuche, die Subtilitäten des Überganges genau zu beachten. Die Trennlinie zwischen dem inner- und dem außerkörperlichen Zustand ist ebenso dünn wie die zwischen bewußtem Ich und unbewußtem Schlafzustand. Es ist außerordentlich schwierig, mir meiner spezifischen Situation bewußt zu bleiben und nicht in das Vergessen abzugleiten, was den Ablösungsversuch definitiv zum Scheitern bringen würde.

Erst beim dritten Anlauf gelingt es mir, nur mit dem ‹seelischen Doppelkörper› aufzustehen und den physischen Körper schlafend auf dem Bett liegen zu lassen. Ich gehe in die Küche hinaus und spüre, wie eine Welle sexuellen Verlangens mein Ich-Bewußtsein in Beschlag nimmt, die mich zu einer intimen Beziehung veranlaßt, der ich nachgebe. Erst beim zweiten Mal wird mir bewußt, daß ich auf dem besten Wege bin, den außerkörperlichen Zustand zu mißbrauchen. Danach schäme und ärgere ich mich über meine Unfähigkeit, auf sexuelle Wünsche zu verzichten, die sich außerkörperlich sehr leicht erfüllen lassen. Es depressiert mich, selbst nach vielen derartigen Beziehungen, die meistens ins Vergessen einmündeten, immer noch mit diesem Problem konfrontiert zu sein. Gerade jetzt, wo es für mich eindeutig darum geht, die Auseinandersetzung mit dem ‹Unbewußten› als autonome Gegebenheit aufzunehmen, darf ich nicht mehr eigenen Wünschen nachgeben wollen und die Kontinuität des Ich-Bewußtseins dazu mißbrauchen.

In demselben Augenblick fällt mein Blick auf einen ganz kleinen Schädel, der auf dem Fenstersims des Zimmers liegt, das ich mittlerweile betreten habe. Sofort konzentriere ich mich auf den etwa 4 cm langen und 1,5 cm hohen Schädel, um durch eine meditatio mortis, die Besinnung auf Tod und Vergänglichkeit, von allen sexuellen Phantasien freizukommen. Indem ich meine gesamte Aufmerksamkeit auf dieses Sinnbild des Todes lenke, werde ich von allen Begierden frei. Das einem Mausschädel ähnliche Gebilde leuchtet irgendwie von innen heraus in einer schwefelgelb-goldenen Farbe und scheint mir von wesentlicher

Bedeutung zu sein. Es erinnert mich auch an einen griechischen Helm, wie ihn z. B. Athene oder Perikies tragen.

7.1.1974, 2. Teil

Ich dachte zwar über den Tod und die Vergänglichkeit nach und wurde auf diese Weise frei von allen sexuellen Obsessionen — aber ich ahnte nicht, welche Konsequenzen die *meditatio mortis* schließlich haben würde, welche Dimensionen sich mir durch dieses Nachdenken eröffnen würden und wie sehr dies mit dem Wandel des Weltbildes zu tun hatte. Der Schädel war vorerst nur ein Teil eines ganzen Skelettes, das ich erst später und Stück für Stück in seinem Gesamtaufbau erkennen konnte. Doch vorläufig genügte schon die intensive Meditation dieses winzigen Teiles, um auf Dinge aufmerksam zu werden, die einerseits vollkommener Ausdruck meiner bisherigen Bemühungen waren und andererseits zu Erlebnissen führten, die jenseits meiner bisherigen Erfahrungen lagen.

3.4. Das scheinbar endgültige Ziel

Kaum ist es mir gelungen, mich vollständig auf den Schädel zu konzentrieren, bemerke ich plötzlich einen hellen, geheimnisvollen Lichtschimmer, der durch das Fenster ins Zimmer scheint. Ich schaue hinaus.

Draußen im Vorgarten steht ein wahrhaft phantastisches Gebilde, bei dessen Anblick ich sofort von einem immensen Glücksgefühl durchströmt werde. Es grenzt ans Wunderbare, überhaupt so etwas sehen zu dürfen. — Es ist ein etwa vier Meter hoher Baum, der eine ebenmäßig gebaute, vollkommen kugelförmige Krone besitzt, in der eine ebenso vollkommene, zweite und kleinere Kugelkrone zu erkennen ist. Mich erstaunt die Gestalt des Baumes als solche. Speziell der Aufbau der Doppelkrone aus langstieligen Blüten, deren Blütenachsen sich alle in einem gemeinsamen Mittelpunkt treffen, verblüfft mich. In die äußere Kugel, die aus Blüten mit vorwiegend blauen und grünen Farbtönen besteht, ist eine im Durchmesser etwa halb so große Kugel aus eher gelben und roten Blüten eingeschlossen.

«Dieser Kugelbaum kann nur der bestmögliche Ausdruck meiner jetzigen Gesamtsituation sein, In ihm ist alles zu einer Einheit zusammengefaßt, was ich je in meinem Leben getan habe. Dieser Baum ist der Lebensbaum, das Selbst!»

7.1.1974, 3 Teil

Diese Überlegung war für mich als gelehriger Student der Analytischen Psychologie natürlich charakteristisch. Schließlich hatte ich fleißig die Jungschen Schriften studiert und selbstverständlich auch Jungs Autobiographie «Erinnerungen, Gedanken, Träume» gelesen. Über diese Kenntnisse verfügte ich nun ebenso im außerkörperlichen Zustand, denn ich besaß ja ein kontinuierliches Bewußtsein und damit die Fähigkeit, mich an diese Dinge zu erinnern.

Jung erzählt in seiner Lebensbeschreibung den «Liverpooler Traum», in dem ein ganz besonderer Baum vorkommt:

«Ich fand mich in einer Stadt, schmutzig, rußig. Es regnete, und es war finster, es war Winter und Nacht. Das war Liverpool. Mit einer Anzahl, sagen wir einem halben Dutzend Schweizern, ging ich durch die dunklen Straßen. Ich hatte das Gefühl, wir kämen vom Meer her, vom Hafen, und die eigentliche Stadt stünde oben, auf den Cliffs. Dort hinauf gingen wir. Es erinnerte mich an Basel: Der Markt liegt unten, und dann geht's durch das Totengäßchen hinauf zu einem oberen Plateau, zum Petersplatz und der großen Peterskirche. Als wir auf das Plateau kamen, fanden wir einen weiten, von Straßenlaternen schwach erleuchteten Platz, in den viele Straßen einmündeten. Die Stadtquartiere waren radiär um den Platz angeordnet. In der Mitte befand sich ein runder Teich und darin eine kleine zentrale Insel.

Während alles von Regen, Nebel, Rauch und spärlich erhellter Nacht bedeckt war, erstrahlte die kleine Insel im Sonnenlicht. Dort wuchs ein einzelner Baum, eine Magnolie, übergossen von rötlichen Blüten. Es war, als ob der Baum im Sonnenlicht stünde und zugleich selbst Licht wäre. Meine Gefährten kommentierten das abscheuliche Wetter und sahen offenbar den Baum nicht. Sie sprachen von einem ändern Schweizer, der in Liverpool wohne, und wunderten sich, daß er sich gerade hier angesiedelt habe. Ich war von der Schönheit des blühenden Baumes und der sonnenbestrahlten Insel hingerissen und dachte: Ich weiß schon warum, und erwachte.»³⁹

Zu seinem Traum sagt Jung: «Das Erlebnis des Traumes verband sich mir mit dem Gefühl des Endgültigen. Ich sah, daß hier das Ziel ausgedrückt war. Die Mitte ist das Ziel, und über sie kommt man nicht hinweg. Durch den Traum verstand ich, daß das Selbst ein Prinzip und ein Archetypus der Orientierung und des Sinns ist. Darin liegt die heilbringende Funktion. Aus dieser Erkenntnis ergab sich mir eine erste Ahnung meines Mythos. Nach dem Traum gab ich es auf, Mandalas zu zeichnen oder zu malen. Er drückte den Gipfel der Bewußtseinsentwicklung aus. Er befriedigte mich restlos, denn er gab ein Vollständiges Bild meiner Situation.»⁴⁰

Im Magnolienbaum hatte also für Jung die Bewußtseinsentwicklung ihren Höhepunkt erreicht. Ein Weitergehen war unnötig, denn über das Selbst hinaus wollte und konnte das Ich nicht kommen. Jung *interpretierte*, ohne damit dem Baum als solchen zu schaden. Er handelte also als menschliches Wesen, das sich selbst den Bildern des «Unbewußten» gegenüber eine gewisse Zurückhaltung auferlegt und auf Gewaltanwendung verzichtet hatte. Nach kurzer Zeit mußte Jung jedoch wieder in den schlafenden Körper zurückkehren, vielleicht deshalb, weil er der Meinung war, der Traum sei dem Einfluß des Bewußtseins vollständig entzogen und «ein Stück *unwillkürlicher* psychischer Tätigkeit, das gerade so viel Bewußtsein hat, um im Wachzustand reproduzierbar zu sein»⁴¹. Er war fest davon überzeugt, daß Träume nicht kontrollierbar seien.⁴² Zwar ist es von außerordentlicher Bedeutung, daß das Ich darauf *verzichtet*, die Welten der nächtlichen Wirklichkeiten (das «Unbewußte») zu beherrschen, aber das heißt keineswegs, daß es unmöglich wäre, die Träume zu beeinflussen und ihnen eine beliebige Richtung zu geben. Jungs Behauptung, Träume seien nicht direkt kontrollierbar, widerspricht den tatsächlich vorhandenen Möglichkeiten.

Die Fähigkeit eines luziden Ichs, das Geschehen in einem Traum oder sonst einer nächtlichen Erfahrung aktiv mitzugestalten, bringt einen völlig neuen Gesichtspunkt in die Diskussion hinein. Jetzt ist es auf jeden Fall erforderlich, die für das *Verhalten* des Ichs ausschlaggebenden Motivationen zu bedenken. Bei der Außerkörperlichkeit spielt die Gesamtheit der Beweggründe und Einflüsse, welche die Entscheidungen und Handlungen beeinflussen, eine nicht mehr vernachlässigbare Rolle. Auch die persönliche Einstellung wirkt sich jetzt direkt aus, denn die Luzidität des Ichs erlaubt es, frei darüber zu entscheiden, ob das Geschehen nach eigenem Gutdünken verändert oder im Falle des Mißlingens einer Einflußnahme die Rückkehr in den physischen Körper angetreten werden soll. Von einer vollständig subjektunabhängigen Autonomie des «Unbewußten» kann also keine Rede mehr sein. *Spätestens* nach den ersten paar außerkörperlichen Erfahrungen müssen somit Fragen nach den bestimmenden Motivationen und den ethischen Normen gestellt werden, denen man sich verpflichtet fühlt. Dies ist sicher ein überraschendes Ergebnis. Diejenigen, die meinten, bei derartigen Erlebnissen handle es sich um Fluchtversuche, Ausbruchsbemühungen und um einen Egotrip, gelangen beim Versuch, Ähnliches zu erleben, bald einmal an eine Grenze. Dort gibt es ohne diese Fragen kein Weiterkommen mehr. Man ist eben auch des Nachts — und nicht nur im Alltag — voll für seine Handlungsweisen verantwortlich! Luzidität im Schlafzustand ist eng mit der Bereitschaft verbunden, auf allen Ebenen der Wirklichkeit die Mitverantwortung für die Gestaltung der Realität zu übernehmen.

Mit einem Ich, das über die normale Stabilität und Koordination verfügt, läßt sich auch im außerkörperlichen Zustand der ständige Strom des Geschehens zum Stillstand bringen. Der <Geist> wird beruhigt und in den Zustand der Betrachtung überführt. Anschließend wird die Richtung bestimmt, in der man weitergehen will. All dies ist ohne Luzidität niemals *direkt* ausführbar, und deshalb fließt dann das Traumgeschehen unaufhaltsam weiter, beeinflusst und getrieben von einer Unmenge eigener Wünsche, Vorstellungen, Meinungen und Vorurteile. Bei fehlender Ich-Bewußtseins-Kontinuität werden die Äußerungen des <Unbewußten> wesentlich stärker beeinträchtigt. Weil der Träumer nicht um seinen Zustand weiß, wandelt er *unwissend* durch die Welten der Nacht und verdreht und mißverstehet die Dinge. Er übernimmt unbewußt eine Einstellung, die im innerkörperlichen Zustand passend wäre, aber im außerkörperlichen Seinsbereich sehr oft unangebracht ist. Auf diese Weise kommt es zu einer indirekten Einflußnahme — auch wenn man jeden Übergriff des Ichs tunlichst vermeiden möchte. Leider nützt der beste Vorsatz nichts, wenn er sich nicht an Ort und Stelle und zu gegebener Zeit *bewußt* realisieren läßt. Ein nicht-luzides Ich bleibt stets von Suggestionen und von Verhaltensweisen abhängig, die es sich im Alltag angewöhnt hat. Es ist unfähig, an Ort und Stelle eigene Entscheidungen zu treffen und in eigener Verantwortung zu handeln.

Wenn Jung den Magnolienbaum außerdem als Ausdruck des endgültigen Ziels bezeichnet, über das es kein Hinauskommen gibt, zieht er meines Erachtens eine willkürliche Grenze. Sogar die unerschütterlichste innere Gewißheit ist letzten Endes immer trügerisch und bloß auf den Augenblick bezogen. Jung und Freud haben ihren eigenen und den Träumen anderer eine ausschlaggebende Bedeutung bei der Bestätigung ihrer psychologischen Vorstellungen zugemessen. Deshalb ist es wichtig, auch Erfahrungen bei der Theoriebildung zu berücksichtigen, die nicht so ganz in das Konzept hineinpassen wollen. Unter Umständen hat man dann die Theorie dem veränderten Tatsachenbestand anzupassen und vielleicht sogar einen Paradigmenwechsel vorzunehmen. Meines Erachtens haben sowohl Freud wie Jung diesen Wechsel schon vorbereitet.

3.5. Vorbereitung des Paradigmenwechsels

Freud hat die Tatsache anerkannt, daß es durchaus möglich sei, *ohne* Traumentstellung zu träumen. Um unzensuriert träumen zu können, dürfe im Alltag kein Grund zur Verdrängung bestehen. Freud schrieb in diesem Zusammenhang: «Meine Erklärung der Traumentstellung schien mir neu zu sein, ich hatte nirgends etwas Ähnliches gefunden.

Jahre später (ich kann nicht mehr sagen, wann) gerieten <Die Phantasien eines Realisten>⁴³ von Josef *Popper-Lynkeus* in meine Hand. Eine der darin enthaltenen Geschichten hieß <Träumen wie Wachen>⁴⁴, sie mußte mein stärkstes Interesse erwecken. Ein Mann war in ihr beschrieben, der von sich rühmen konnte, daß er nie etwas Unsinniges geträumt hatte. Seine Träume mochten phantastisch sein wie ein Märchen, aber sie standen mit der wachen Welt nicht so in Widerspruch, daß man mit Bestimmtheit hätte sagen können, <sie seien unmöglich oder an und für sich absurd>⁴⁵. Das hieß in meine Ausdrucksweise übersetzt, bei diesem Manne kam keine Traumentstellung zustande, und wenn man den Grund ihres Ausbleibens erfuhr, hatte man auch den Grund ihrer Entstehung erkannt. *Popper* gibt seinem Mann volle Einsicht in die Begründung seiner Eigentümlichkeit. Er läßt ihn sagen: <In meinem Denken wie in meinen Gefühlen herrscht Ordnung und Harmonie, auch kämpfen die beiden nie miteinander ... Ich bin eins, ungeteilt, die anderen sind geteilt und ihre zwei Teile: Wachen und Träumen führen beinahe immerfort Krieg miteinander.>⁴⁶ Und weiter über die Deutung der Träume: <Das ist gewiß keine leichte Aufgabe, aber es müßte bei einiger Aufmerksamkeit des Träumenden selbst wohl immer gelingen.

— Warum es meistens nicht gelingt? Es scheint bei Euch etwas Verstecktes zu liegen, etwas Unkeusches eigener Art, eine gewisse Heimlichkeit in Eurem Wesen, die schwer auszudrücken ist; und darum scheint Euer Träumen so oft ohne Sinn, sogar ein Widersinn zu sein. Es ist aber im tiefsten Grund durchaus nicht so; ja es kann gar nicht so sein, denn es ist immer derselbe Mensch, ob er wacht oder träumt.>^{47»48} Diese Ausführungen von *Popper-Lynkeus* veranlaßten Freud zu folgender Feststellung:

«Dies aber war unter Verzicht auf psychologische Terminologie dieselbe Erklärung der Traumentstellung, die ich aus meinen Arbeiten über den Traum entnommen hatte. Die Entstellung war ein Kompromiß, etwas seiner Natur nach Unaufrichtiges, das Ergebnis eines Konflikts zwischen Denken und Fühlen, oder, wie ich gesagt hatte, zwischen Bewußtem und Verdrängtem. Wo ein solcher Konflikt nicht bestand, nicht verdrängt zu werden brauchte, konnten die Träume auch nicht fremdartig und unsinnig werden. In dem Mann, der nicht anders träumte als er im Wachen dachte, hatte *Popper* jene innere Harmonie walten lassen, die in einem Staatskörper herzustellen sein Ziel als Sozialreformer war. Und wenn die Wissenschaft uns sagt, daß ein solcher Mensch, ganz ohne Arg und Falsch und ohne alle Verdrängungen, nicht vorkommt oder nicht lebensfähig ist, so ließ sich doch erraten, daß, soweit eine Annäherung an diesen Idealzustand möglich ist, sie in Poppers eigener Person ihre Verwirklichung gefunden hatte.

Von dem Zusammentreffen mit seiner Weisheit überwältigt, begann

ich nun alle seine Schriften zu lesen, die über *Voltaire*, über Religion, Krieg, Allgemeine Nährpflicht u.a., bis sich das Bild des schlichten großen Mannes, der ein Denker und Kritiker, zugleich ein gütiger Menschenfreund und Reformers war, klar vor meinem Blick aufbaute. Ich sann viel über die Rechte des Individuums, für die er eintrat, und die ich so gerne mit vertreten hätte, störte mich nicht die Erwägung, daß weder das Verhalten der Natur noch die Zielsetzungen der menschlichen Gesellschaft ihren Anspruch voll rechtfertigten.»⁴⁹

Freuds Erwägungen zum Problem der Rechte des Individuums müssen heute neu überdacht und bestimmt revidiert werden. Zum einen wird die ökologische Betrachtungsweise zur Überlebensfrage, andererseits nimmt die Opposition gegen die bisherigen Zielvorstellungen eines Staates mit seinen politischen, wirtschaftlichen und militärischen Interessen zu — nicht mehr alles wird unwidersprochen akzeptiert.

Für mich ist an Freuds Würdigung von Popper-Lynkeus vor allem eines wichtig: Der Vater der Psychoanalyse hat selbst ein unscheinbares Türchen offengehalten, aus dem seine Nachfolger mit Billigung des Altmeisters aus dem Theoriegefüge der Psychoanalyse aussteigen können — *ohne* daß deshalb die Theorie als falsch bezeichnet werden muß. Sie wird bloß zu einem Spezialfall, der dann gilt, wenn der Mensch gezwungen ist, aufgrund bestimmter gesellschaftlicher Zielvorstellungen zu verdrängen.

Auch C.G. Jung hat für einen Paradigmenwechsel vorgesorgt und 1929 bzw. 1933 ausführlich eine Methode beschrieben, die «eine bestimmte Form der dialektischen Auseinandersetzung mit dem Unbewußten darstellt»⁵⁰ — die *aktive Imagination*. Jung fand, «daß eine heilsame Wirkung eintritt, wenn man versucht, im Wachzustand Inhalte des Unbewußten zu objektivieren und sich mit ihnen bewußt auseinanderzusetzen ... Vergleicht man die niedergeschriebenen Ereignisse und Gespräche mit Träumen, so sieht man, daß die Beteiligung des Bewußtseins denselben Inhalten einen wesentlich einheitlicheren, konzentrierteren und oft auch dramatischeren Charakter verleiht. Im Gegensatz zum Traum, der ein reines Erzeugnis des Unbewußten darstellt, verleiht die aktive Imagination demjenigen seelischen Faktor Ausdruck, den Jung als die *transzendente Funktion* bezeichnet, d.i. diejenige Funktion, welche eine Synthese der bewußten und unbewußten Persönlichkeit zuwege bringt. Daher bewirkt die aktive Imagination gleichsam eine intensiviertere und — verglichen mit der bloßen Traumanalyse — beschleunigte Reifung der Persönlichkeit.»⁵¹

Die aktive Imagination würde sich ausgezeichnet als Vorstufe und Einübung der Außerkörperlichkeit eignen, doch erlaubt die Theorie der Analytischen Psychologie ein derartiges Verständnis der Methode nicht. Bekanntlich wird ja behauptet, im Schlafzustand würde das Ich

einen Bewußtseinsverlust, ein «abaissement du niveau mental»⁵², erleiden. Die Jungianer gehen auch davon aus, daß Träume dem direkten Einfluß des Ich-Bewußtseins entzogen seien. Derartige *theoretische Vorentscheidungen*⁵³ verunmöglichen die Kontinuität des Ich-Bewußtseins im sogenannten Traumzustand und weisen das luzide Träumen und die Außerkörperlichkeit a priori (!) nicht nur als praktisch prinzipiell unverständliche Sache, sondern auch als theoretische Entgleisungen aus.

Die Selbstverständlichkeit, mit der Psychologen den Erfahrungsreich der Außerkörperlichkeit als bedeutungslos einstufen, ist rein axiomatisch begründet und fußt auf der irrationalen Annahme, Axiome seien eine endgültige Form der Wahrheit. Bei näherem Besehen dieser Position erweist es sich, daß eine bestimmte Erfahrungsgewißheit als <tieferer> Begründung dieser Haltung und als Legitimation erhalten muß. Sigmund Freud gab zu bedenken, daß die gesellschaftlichen Zielsetzungen den Wunsch des Individuums nach Erfüllung der persönlichen Bedürfnisse nicht rechtfertigen würden. Und C. G. Jung gab sich in dem Moment vollauf zufrieden, als er den wunderbaren Baum und damit den Gipfel der Bewußtseinsentwicklung im Traum erblickt hatte. Einmal abgesehen davon, daß derartige Erfahrungsgewißheiten zur Erlebnisblockade und zur Scheinbegründung des eigenen Theoriekonzeptes führen und jedes Falsifikationsverfahren ausschließen, kommt es dann bei den <Nachfolgern> der Theoriebegründer zu etwas befremdenden Allaussagen. So schreibt z. B. Hellmut Coerper zum Problem des Verständnisses der Schriften von Carlos Castaneda und den Aussagen von Don Juan Matus: «Ich bin sicher, daß nur derjenige, der die Verbindung herstellt zwischen dem Weg, den Carlos durch *Juan* geführt wird und dessen Erklärungen einerseits und der Analytischen Psychologie *C. G. Jungs* und dem von ihm proklamierten Weg zur Individuation andererseits wirklich erkennen, verstehen und nachfühlen kann, was Castaneda in seinem Werk beschreibt. Denn nur in der Analytischen Psychologie begegnet dem modernen, abendländischen Menschen — vor allem in der *Aktiven Imagination* — eine Möglichkeit der Vision und des Erlebens im aktiven, bewußten Träumen, das dem Erleben Carlos' einer bewußtseinstranszendenten Wirklichkeit entspricht.»⁵⁴ Solche Aussagen sind nicht nur elitär, sondern sie schließen auch jedes weitere Gespräch mit jemandem aus, der nicht gewillt ist, sich mit der Theorie der Analytischen Psychologie zu identifizieren! Eine einzelne Theorie darf nicht als *allgemein verbindliche Grundlage* eingeführt werden und einen Ausschließlichkeitsanspruch behaupten. Theorien sind bloß mehr oder weniger gelungene Erklärungsversuche und *Diskussionsbeiträge*, niemals absolute Bezugssysteme, denn sie spiegeln die Erfahrungen ihrer Begründer und deren Erwartungshaltungen. Schon

Malthus bemerkte 1798: «Jeder verfolgt seine eigene Theorie und kümmert sich nur wenig darum, sie dann zu korrigieren und zu verbessern, wenn seine Opponenten in der Sache einen Schritt weitergekommen sind.»⁵⁵ Weil sowohl die Erfahrungsmöglichkeiten wie auch die Auswahl der für eine Diskussion als relevant erachteten Beobachtungen bzw. Erfahrungen vom theoretischen System abhängen, dem man sich verpflichtet fühlt, ist große Zurückhaltung geboten. Tatsachen werden nie vorurteilslos zur Kenntnis genommen, sondern stets dem Kriterium der Theoriekonformität unterstellt. Schließlich ist man eher bereit, seine Lieblingstheorie bestätigt zu sehen — deshalb wird alles vermieden und ausgeschlossen, was auch nur von ferne den Anschein erweckt, Widersprüche im System erzeugen und aufdecken zu können. Abweichendes wird zurechtgestutzt und umgedeutet, bis es integriert und assimiliert ist. Letztlich führt dies zu einem vorzeitigen Abbruch einer Erfahrung, welche die Möglichkeit bieten würde, den Teufelskreis zwischen Theorie und Erwartung zur Spirale zu öffnen.

Nach dieser eher <linkshemisphärischen und theoretischen> Behandlung der Themen *gesellschaftliche Zielvorstellungen*, und *Magnolienbaum* nun zu einer etwas praktischeren Erläuterung. Für das Ich mag ein sehr beeindruckendes Erlebnis die Zusammenfassung gegensätzlicher Aspekte und verschiedenartigster Bemühungen sein. Dennoch besteht kein Grund zur Euphorie. Die sich aus der neuen Einheit ergebende Befriedigung führt sonst zu einer ungerechtfertigten Genügsamkeit. Nach dem <Zieldurchlauf> läßt die Aufmerksamkeit leicht nach - vor allem wenn zuvor höchste Anstrengungen vollbracht werden mußten. Man glaubt, die allfällige Belohnung redlich verdient zu haben und sich eine Ruhepause gönnen zu dürfen. Dies ist durchaus verständlich und findet allgemein auch Zustimmung. Dennoch handelt es sich hierbei um eine schwer durchschaubare und heimtückische Falle, die schnell einmal den endgültigen Abschluß der eigenen Bemühungen bedeutet. Statt weiter voranzugehen und nach neuen Möglichkeiten Ausschau zu halten, bleibt man auf der einmal erreichten Stufe stehen und wird zum <Führer>, der anderen das Ziel vorgibt. Jetzt spornt man die Mitmenschen an, jenen Punkt zu erreichen, den man als Abschluß der Bemühungen definiert hat — in der Meinung, Wege, die man selbst beschritten habe, und Ziele, zu denen man selbst gekommen sei, würden für alle gelten. Schließlich wird der eigene Weg zur Methode ausgebaut, ausgeschrieben und verbreitert.

Buddha sagte: «Glaubt nicht, bloß weil die Überlieferung es sagt, selbst wenn sie schon sehr alt und vielerorts verbreitet ist. Glaubt nicht, bloß weil viele Leute von etwas sprechen. Auch dem, was die Weisen vergangener Zeiten sagten, sollt ihr keinen blinden Glauben schenken. Glaubt nicht an eure eigenen Vorstellungen, indem ihr euch einredet,

ein Gott habe sie euch eingegeben. Glaubt nicht, bloß weil eure Lehrer und Priester es behaupten. Prüft alles selbst und glaubt an das, was ihr in euch selbst erfahren und als vernünftig befunden habt, und nach dem sollt ihr euren Lebenswandel richten.»⁵⁶ Dies sagte Buddha jenen, die vor lauter Theorien nicht mehr wußten, welche sie glauben sollten. Es heißt auch unmißverständlich, »daß die wahre <Initiation> diejenige ist, die der Geist sich selbst erteilt und daß alle anderen nur bloße Mittel sind, um diese zu erlangen.»⁵⁷

Es ist erstaunlich, daß oft gerade dort, wo man grundsätzlich auf alle vorgezeichneten Wege verzichten sollte, immer wieder nach Pfaden gesucht wird. Deshalb würde es mich nicht erstaunen, wenn meine Darlegungen auch wieder als *Weg* im Sinne einer Imitatio, einer Nachahmung, aufgefaßt werden. Sprachgewohnheiten sind eben nur schwer zu durchbrechen. Aber der Weg des Herzens ist für jeden einzelnen Menschen anders. Wer sich entschließt, diesen Weg zu gehen, wird ihn vergeblich *suchen*. Er kann ihn nur bei sich selbst *finden*. Diesen Weg findet man, indem man ihn geht. Wer ihn geht, für den gibt es nur ein einziges entscheidendes Kennzeichen: die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Um einen lückenlosen, ununterbrochenen Zusammenhang des Ichs beibehalten zu können, darf überhaupt nichts mehr verdrängt werden! Deshalb lehne ich alle Theorien ab, die dazu führen, daß das Ich einen Bewußtseinsverlust erleidet bzw. erleiden muß. Statt dessen halte ich Ausschau nach Aussagen innerhalb eines theoretischen Systems, welche dazu geeignet sind, einen Bewußtseinsverlust zu vermeiden.

3.6. Durchbruch

Manchmal entsteht zwischen eigener Erfahrung und den bekannten theoretischen Konzepten ein Widerspruch, der sich nicht mehr auflösen läßt. Dann ist man gezwungen, die bisher als gültig bezeichneten Auffassungen zu revidieren. (Fortsetzung der Erfahrung vom 7. Januar 1974, 3. Teil; vgl. Kapitel 3.4.: *Das scheinbar endgültige Ziel.*)

Um den Baum herum schimmert ein helles, unaufdringliches Licht, das einen Teil der herrschenden Dunkelheit aufhebt. Die Leuchtkraft nimmt nach außen hin sehr schnell ab, so daß der Eindruck eines heiligen Lichtbezirkes entsteht. Der Schein entstammt einer unsichtbaren Quelle in der Mitte der zweifachen Kugelkrone und umhüllt den Baum wie ein Wesen aus einem anderen Universum — ein eindruckliches Bild der Ganzheit — und dennoch bin ich mir bewußt, daß die

durch den Blütenbaum ausgedrückte Einheit nicht absolut, sondern relativ auf die Gegenwart bezogen ist. Die Vollkommenheit dieses Ausdrucks ist unübertrefflich, weshalb ich unbedingt näher an den Baum herankommen möchte, um ihn und vor allem die wunderbaren Blüten genauer anzusehen.

Ohne Schwierigkeiten durchdringe ich das Fensterglas und fliege sehr langsam und nach wie vor bei voll intaktem und völlig klarem Ich-Bewußtsein an das etwa zehn Meter entfernte Gebilde heran. Unterwegs achte ich besonders auf den Aufbau der Blüten und erkenne, daß deren Bau mit meinen botanischen Kenntnissen unvereinbar ist, weshalb mich die Sache nur noch mehr interessiert. Sämtliche Blätter einer vom Mittelpunkt ausgehenden Sproß- bzw. Blütenachse sind als Blütenblätter ausgebildet. Es gibt keine Laubblätter oder andere Blattformationen. Am ehesten wäre die Blüte noch mit einer immensen Lotusblüte zu vergleichen. Beim Näherkommen fasse ich eine einzige Blüte ins Auge, so daß ich sie in ihrer äußerst komplizierten und doch so einfachen Struktur bewundern kann. Alle Blütenblätter sind harmonisch auf das Zentrum der Blüte hin ausgerichtet und wirken wie lebendige, abgegrenzte Strahlenbündel, die von einem Zentrum nach außen explodieren. Beinahe jedes einzelne Blütenblatt besitzt seine eigene Farbe und ordnet sich farblich dennoch in die übergeordnete Farbenganzheit der Blüte und diese wiederum in die Farbeinheit der inneren bzw. der äußeren Kugel ein. Obwohl auf diese Weise die Schwerpunkte im grün-blauen und im rot-gelben Bereich entstehen, werden die anderen Farbanteile keineswegs unterdrückt, sondern ganz im Gegenteil eher noch in ihrer spezifischen Lebendigkeit verstärkt und in ihrer Eigenart vertieft.

Dann tauche ich im wahrsten Sinne des Wortes in die Baumkrone hinein — und finde mich sofort in einer jenseitigen, anderen Welt wieder. Der Übergang geschieht völlig unerwartet und derart schnell, daß ich für eine gewisse Zeit ziemlich große Mühe habe, mich zu orientieren und die immense Fülle neuer Eindrücke zu bewältigen.

7. 1. 1974, 4 Teil

Die Überraschung konnte nicht größer sein. Da ich bereits schon wach und <normalbewußt> war, mußte ich keineswegs in den schlafenden Körper zurückkehren, um das Erlebnis sofort aufzuschreiben. Es war mir ein leichtes, die Erinnerung daran zu behalten. Außerdem wußte ich, daß Ich- und Körperzustand nicht identisch sind und daß es keinen zwingenden Grund gab, den außerkörperlichen Zustand mit dem innerkörperlichen einzutauschen — die Nacht war noch lang. Dennoch hatte ich die größte Mühe, außerkörperlich zu bleiben. Es war der Wechsel in eine andere Wirklichkeitsebene, der mich völlig unvorbereitet traf. Ich wollte nur einen kleinen Schritt «über Jung hinaus» tun

und in die Geheimnisse des Baumes eindringen. Dies war mir gelungen. Nach meinen Erwartungen hätte ich nun wieder im Bett sein müssen — aber dem war nicht so! Statt dessen befand ich mich weiterhin im außerkörperlichen Zustand — in einer «Parallelwelt», in einem «anderen Universum»! Diese Diskrepanz zu meinen Vorstellungen war derart groß, daß ich für einige Augenblicke weder ein noch aus wußte. Da schwebte ich nun hilf- und orientierungslos, verblüfft und verunsichert in einer fremden Welt, statt zu Hause im Bett zu liegen. Dort lag nur mein physischer Körper und hatte seine Ruhe. Die Sache war ganz anders als vermutet ausgegangen, und ich verspürte große Lust, einfach alles «sauen» zu lassen und zurückzukehren — in die Geborgenheit meiner bisherigen Vorstellungswelt. Aber ich war eben bewußtseinskontinuierlich und deshalb nicht gewillt, auszusteigen. Es gab nämlich keinen Grund, bewußtlos zu werden. Ich hatte die Sache begonnen und mußte sie jetzt auch zu Ende führen.

3.7. Unerwartete Hilfe und eine lange Reise zu neuen Ufern

Es fällt mir in meiner momentanen Situation sehr schwer, den Mut nicht zu verlieren und das Risiko einer vollbewußten Existenz in einer mir total fremden Welt zu tragen. Aber ich ahne, daß neben mir ein hilfreiches Wesen schwebt, dessen Gestalt ich nicht genau wahrnehmen kann. Es muß ein Seelenführer, ein Psychopompos, sein, denn das Wesen erklärt, daß es mir diejenigen Welten zeigen wolle, die alle Menschen zu durchqueren haben werden, wenn sie für die Welt, aus der ich eben gekommen sei, gestorben seien. Ich höre den Psychopompos telepathisch sagen: «Alle Menschen müssen da hindurch! — Auf jeder einzelnen Welt harrt ihrer eine spezielle Aufgabe, die es zu bewältigen gilt.»

Dann beginnt in Begleitung des Führers eine lange «lenseitsreise» durch zehn verschiedene Welten, wobei ich mich nur noch an die drei letzten erinnern kann, weil das Geschehen in den anderen sieben mein Fassungsvermögen bei weitem überstieg.

7.1.1974, 5 Teil

Jetzt beginnt natürlich ein heikler Abschnitt, und ich möchte von Anfang an die größten Mißverständnisse ausschließen. Was ich im folgenden erzählen werde, ist nichts anderes als *meine Geschichte*. Es ist das, was ich erlebt habe und dank meiner Bemühungen erleben durfte. Über den Wahrheitsgehalt an sich kann ich keinerlei Aussagen machen. Was ich habe, ist bloß die Gewißheit der eigenen Erfahrung und die

gefühlsmäßig begründete Einsicht in die Tatsächlichkeit dieser Erlebnisse. Da ich über die Kontinuität des Ich-Bewußtseins verfügt habe, steht es mir nicht zu, jetzt im Alltag die Wirklichkeit dessen zu bezweifeln, was ich gesehen habe. Dafür hatte ich außerkörperlich genügend Zeit - und es gab keinen Grund für einen Zweifel, wie ich auch jetzt keinen Grund habe, die Wirklichkeit der Schreibmaschine, an der ich schreibe, zu bezweifeln. Ich benutze sie ganz einfach, solange es geht. Da ich mit ihr in Wechselwirkung treten kann, genügt mir diese Tatsache als Begründung der Wirklichkeit. Wenn ich dann gestorben bin, ist es sinnlos, über die Realität einer Maschine nachzudenken. Wer an ein Weiterleben nach dem Tode nicht glauben mag, soll die Gelegenheit während der Zeit des *Ablebens* nutzen, derartigen philosophischen Fragestellungen nachzugehen. Und schließlich kann man sich noch fragen, wer einem denn beweisen wird, daß man gestorben ist. Derartige Überlegungen sind bloß dazu geeignet, eine Jetzt-Wechselwirkung zu vermeiden. Um aber an den «objektiven Gehalt» eines Geschehens heranzukommen, erachte ich es als notwendig, daß von *allen* Erlebnissen erzählt wird, die dem Menschen möglich sind. Nur so ist nämlich ein Vergleich möglich. Wer sein Erleben verschweigt, entzieht sich der kritischen Durchleuchtung seiner Erfahrungen und damit jeder Diskussion. Aber nicht nur das — er verschuldet sich, denn er erzählt nicht von den Möglichkeiten des Menschseins und schließt Erfahrungsbereiche aus, die das Leiden mindern könnten. Über was wollen wir aber miteinander sprechen, wenn wir nicht gewillt sind, unsere Erfahrungen auszutauschen? -Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß», heißt das Sprichwort. Unwissenheit hat höchstens den Vorteil, daß man nicht gezwungen ist, die Konsequenzen zu ziehen. Über das Thema «Eigenerfahrung» und «Erzählen» wird am Ende des 3. Kapitels noch einiges zu sagen sein. Vorerst aber weiter mit dem Bericht:

... In der achten Welt sitze ich rechts neben dem Psychopompos auf einer kleinen fliegenden Scheibe. Wir überfliegen in mindestens 100 km Höhe die Oberfläche eines gigantischen Planeten, dessen Größenordnung ungefähr der Sonne unseres Planetensystems entsprechen dürfte. Es ist ein riesiger, sonnenhafter Feuerball, auf dessen Oberfläche gewaltige Wogen flüssigen Feuers in einer noch niemals gesehenen Eindringlichkeit dahinrollen, völlig lautlos, in einer unmenschlichen Stille. Die Plasmawellen entstehen irgendwo am fernen Horizont, d.h., dort kommen sie in mein Blickfeld, schwellen zu immensen Gebirgen an und riehen ruhig unter uns vorbei. Sie haben Formen von einer scheinbar seit ewigen Zeiten bestehenden furchtbaren Harmonie und laufen unaufhaltsam weiter — Wellenberge von einer Durchschlagskraft, die auf der

irdischen Welt nicht ihresgleichen hat, von einer Macht und Gewalt, die für mich völlig unbegreiflich sind. Weshalb es überhaupt möglich ist, neben diesen Naturgewalten als ein Ich bestehen zu können und nicht einfach ausgelöscht zu werden, bleibt mir unverständlich. Diese Feuerwelt hätte mich schon längst auslöschen können — und dennoch bin ich immer noch hier und weiterhin bei voll erhalten gebliebener Ich-Kontinuität.

Die Feuerwogen werden noch gewaltiger, obwohl meines Erachtens keine Steigerung mehr möglich gewesen wäre. Die schwerelose Flugscheibe fliegt in gleicher Höhe und bei gleichbleibender Geschwindigkeit weiter, weshalb ich befürchte, die nächste Welle könnte uns überfluten. Dennoch gerate ich nicht in Panik und wende mich mit wachsender Beklemmung an meinen Begleiter, der vollkommen ruhig geblieben ist und unentwegt geradeaus blickt: «Wird die nächste Woge nicht unsere Scheibe überrollen und mich einfach auslöschen, als hätte es mich niemals gegeben!» — Ich denke dabei an eine Art augenblicklicher Sublimation als sprunghaften Übergang vom festen zum gasförmigen Zustand, bei dem mein Bewußtsein vollständig aufgelöst und damit in Einzelteile dissoziiert wird. Das Ich würde total zersplittert, all seiner Erinnerungen verlustig gehen und in den Nichtzustand, den Zustand des Niemals-gewesen-Seins, überführt. — Doch der Psychopompos entgegnet kurz und bündig: «Es wird dir nichts geschehen!» Ich bin bereit, ihm zu glauben und zu vertrauen, obwohl ich innerlich bebe und der nächsten Feuerwoge mit Bangen entgegenehe. Tatsächlich streift sie mit dem Kamm die Flugscheibe — erstaunlicherweise ohne irgendwelche Wirkungen. Aus der Nähe besehen scheint die ins Weiß hineinspielende rot-gelbe Woge zu leben, denn in ihrem Innern finden ständige Umwälzungen und Pulsationen statt, fließt und strömt es ohne Unterlaß.

Fragend blicke ich zum Lenker hinüber: «Daß der Scheibe nichts geschehen ist, heißt ja noch lange nicht, daß auch mir nichts geschehen wird.» Aber der Seelengeleiter blickt, ohne die geringste Regung zu zeigen, weiterhin mit ernstem Gesicht nach vorne — seine Sicherheit scheint unerschütterlich und sein Wissen grenzenlos zu sein. Deshalb bleiben meine Befürchtungen auf ein erträgliches Maß beschränkt und beeinträchtigen die Ich-Kontinuität nicht. Der totale Ernst, die Ruhe und Überlegenheit des Psychopompos bewirken bei mir eine Stärkung meiner religiösen Haltung, durch die eine Verbundenheit zwischen mir und dem Begleiter entsteht, die von tiefstem Vertrauen getragen wird. Wegen dieser Rückkoppelung weiß ich intuitiv, daß der Mann einem ganz anderen Bereich als dieser Feuerwelt angehört. Das Feuer hätte die Potenz, ihn und mich zu vernichten. Weshalb es dies nicht tut und warum der Seelenführer das weiß — beide Fragen liegen jenseits meiner sämtlichen Erkenntnis- und Verständnismöglichkeiten.

Und dann steigt am Horizont eine riesige Feuerwand hoch, deren Größe alles übertrifft, was ich zuvor schon an Gewaltigem habe sehen dürfen — es ist unfasslich! Diese Woge wird uns voll treffen, und es wird kein Entrinnen geben, denn sie ragt mit ihrer Krone kilometerweit über unsere Flughöhe. Sie rollt näher und näher heran, unaufhaltsam und von einer Mächtigkeit, daß ich völlig still und gelassen werde und nur noch auf die immer steiler aufragende Wand aus Feuer achte...

Nach einer nicht mehr faßbaren Zeitspanne ist sie da, und wir fliegen mitten in sie hinein, ohne daß uns das Geringste geschehen würde. — Als wäre die Woge eine Pforte gewesen, so stürzen wir durch sie hindurch in eine völlig andere Welt, in das nächste Zeitalter hinein.

Wiederum fliegen wir mit der gleichen Flugscheibe völlig lautlos über einem riesigen Planeten. Unter uns erstreckt sich in alle vier Himmelsrichtungen eine intensiv blaue Wasserfläche von einer unbeschreiblichen Klarheit. ~Dies ist die neunte Welt, die Welt des Wassers und des Anthropos Christusso vernehme ich gewissermaßen telepathisch die an mich gerichteten Gedanken des Psychopompos. Dieser Hinweis löst eine wahre Lawine von Assoziationen aus, die mir alle gleichzeitig bewußt werden und sich blitzartig zu einem sehr genau faßbaren Vorstellungskomplex zusammenfügen.

7.1.1974, 6. Teil

Um sämtliche Bestandteile der Assoziationen anzugeben, wären etliche Seiten zu füllen, da sich im Gesamtkomplex so ziemlich alles Wesentliche wiederfindet, was ich jemals über die Beziehung zwischen Wasserwelt, Fischezeitalter und Christus gehört und gedacht hatte und zu erinnern vermochte — nebst der gesamten dazugehörigen Gefühlssituation. Daraus bildete sich eine Art Quintessenz, ein lebendiger Erinnerungskristall, mit dem ich irgendwie identisch war und mich dennoch von ihm unterschied. Dieses Geschehen ist kaum in Worte zu fassen, da eine Beschreibung stets linear sein muß und höchstens im nachhinein Gleichzeitigkeit erstehen läßt. Derartige Schwierigkeiten sollten aber niemanden davon abhalten, zumindest eine Beschreibung zu *versuchen*.

Bei solchen Dingen werden die Mißverständnisse um so größer, je weniger Worte man gebraucht. Andererseits reichen Worte niemals aus, um ein Erlebnis adäquat darzustellen, aber sie vermögen eine Resonanz beim Sprecher und beim Zuhörer zu erzeugen, die es erlaubt, sich auf die gemeinte Erfahrung einzustimmen. Gerade weil Sprache Wirklichkeit erzeugt, ist es so wichtig, über nichtalltägliche Wirklichkeiten zu sprechen.

Aus dem Erinnerungskristall, in dem auch all meine Fragen um die Zukunft des Christentums mitschwingen, tönt die wortlose Frage hinaus: «Wie soll die Menschheit gefrjeinigt werden?» Diese Frage wirkt wie ein Auslöser für ein gewaltiges Schauspiel, das auf der Bühne der Wasserwelt abläuft, um mir die Antwort zu geben. Andererseits werde ich durch meine Fragestellung in die Lage versetzt, das Geschehen dieses Zeitalters zu schauen, und richte nun meine ganze Aufmerksamkeit darauf. Als erstes sehe ich plötzlich Christus in der Luft schweben, so als würde er auf festem Boden stehen. Er ist ganz allein, doch es dauert nicht lange, da tauchen überall Menschen auf — aber jeder ist völlig für sich allein und unfähig, mit einem anderen Kontakt aufzunehmen.

letzt beginnt Christus wie ein Magnet die in seiner Nähe schwebenden Menschen anzuziehen. Ein erster gibt ihm seine Hand, ein weiterer kommt dazu und dann noch einer und nochmals einer. Christus wirkt wie ein Kristallisationszentrum für die Menschheit, als Auslöser für eine minderbare Kettenreaktion. Bald sind es mehr als hundert Menschen, die sich die Hände geben und auf diese Weise miteinander verbunden werden — und immer mehr kommen dazu. Erstaunlich ist die Tatsache, daß jeder Mensch vier Arme und damit vier Hände hat und deshalb jeweils wieder vier anderen Menschen die Hände geben kann. Es entsteht ein Gebilde, das von der Ferne aussieht wie ein Netz, das über dem Kontinuum des Wassers schwebt, wobei die Leiber der einzelnen Menschen gut sichtbare Knoten an den Stellen bilden, wo sich die «Fäden» überschneiden.

Es ist mir klar, daß dieser Zusammenschluß um das Christuszentrum herum die einzelnen Menschen zum höheren Ganzen des Anthropos vereinigt, frage mich aber, weshalb denn äußerlich keine eigentliche Ganzheitsform gebildet wird, ein Mandala z. B. in Form einer Kugel. Da sehe ich, wie das weiter an wachsende «Menschheitsgebilde» auf unerklärliche Weise vom Zentrum aus gesteuert auf die Wasseroberfläche absinkt und im Grundelement dieser Welt herumschwimmt. Das «kristalline Gebilde» bleibt vorerst flächenartig und wird vom Wasser getragen, wobei die Wellen ein ständiges Auf und Ab erzwingen, von dem das Einheitswesen sich ruhig und gemessen tragen läßt. Langsam bildet sich ein Kreis aus, der in seiner geometrischen Form immer vollkommener wird. Auf dem Höhepunkt der Kreiswerdung geschieht etwas Unerwartetes: Blitzartig taucht das ganze Gebilde ab und schließt sich zu einer wunderbaren Kugel zusammen, indem sich die Menschen am Rande der sich schließenden Glocke die Hände geben.

Ich bin sehr dankbar für das Schauspiel, das sich mir hier bietet, und bemerke erstaunt, daß es noch mehr zu schauen gibt. Ich sehe in den unendlich weit scheinenden Gewässern unabsehbar viele dieser Kugelgebilde, größere und kleinere, die sich im Dämmerlicht des Wassers in der

unbestimmten Ferne verlieren. Jede Kugel hat als Kristallisationszentrum einen Christus, der im flächenhaften Netz Mittelpunkt gewesen war und nun Bestandteil der Kugelperipherie geworden ist. Das scheint mir eine faszinierende Auflösung eines alten Paradoxons zu sein — Mittelpunkt und Peripherie zugleich. Aber es ist noch etwas Besonderes geschehen: Alle ehemaligen Zentren der Zweidimensionalität wurden freiwillig zu einem Bestandteil des Dreidimensionalen.

Für mich ist diese neunte Welt Abschluß und Vollendung einer langen Kette von Ereignissen. Meines Erachtens ist nun alles absolut vollständig geworden und zu einem friedvollen Abschluß gekommen, der keiner weiteren Steigerung mehr bedarf. Ja, es wäre Blasphemie, mehr zu wollen und außerdem unmöglich, sich ein Mehr zu denken — dessen bin ich mir gewiß. — Und mit dieser Gewißheit werde ich in die zehnte Welt versetzt, die es doch gar nicht geben kann und die nicht existieren darf.

Obwohl ich bereits in der zehnten Welt bin, weigere ich mich, die Tatsache zu akzeptieren, daß es nach der Christus-Welt noch etwas anderes gibt. Vorwurfsvoll schaue ich zum Psychopompos, der mich immer noch begleitet und mich in diese unmögliche Situation gebracht hat. Grundsätzlich bin ich mir zwar bewußt, daß ich im Unrecht bin, weil mich meine Beschränktheit, meine Vorurteile und meine Erziehung die ganze Sache falsch sehen lassen, aber das hindert mich keineswegs daran, mit allen Mitteln zu versuchen, den Seelenführer zu entlarven oder zumindest mit ihm zu hadern.

Wir sind in einem Gebäude und nicht mehr auf dem Fluggleiter, was ich vor lauter Ärger, Unmut und Auflehnung zuerst nicht einmal bemerkt habe. Ich muß mich zusammennehmen und etwas mäßigen, denn sonst würde ich mich zu Hause im Bett wiederfinden (und noch mehr ärgern) und komme der Aufforderung des Psychopompos nach, mit ihm zusammen das Gebäude zu verlassen.

Draußen schlägt es mir für einen Moment die Sprache, denn vor mir erstreckt sich bis zum Horizont eine Schnee- und Eiswüste mit riesigen Pulverschneeverwehungen, die über die Ebene verteilt sind und den Eindruck einer in den Polarkreis versetzten Dünenlandschaft erwecken. Die Sonne steht derart tief, daß sie hinter den Dutzende von Metern aufragenden Schneewächten verborgen bleibt und nur Strahlenbündel zu sehen sind, welche die vollkommen stille Ebene mit einem seltsam verklärten Licht überziehen.

Ein plötzlicher, starker Windstoß wirbelt eine Unmenge Pulverschnee auf und zerstiebt ihn — und leise senkt sich der hochgeblasene Schnee wiederauf die weiße Landschaft hinunter, durchspielt von gelbem, völlig klarem Licht. Ein unvergeßliches, glitzerndes und funkelndes Schauspiel von Wind, Schnee und Licht.

Erst jetzt fällt mir auf, daß es klirrend kalt ist und ich dicke Fellkleidung trage. Unten am Ende eines leicht abfallenden Weges steht neben einem überaus großen erlegten Eisbären eine Gruppe von Eskimos. Da sie zu mir hinaufschauen und auf mich zu warten scheinen, gehe ich langsam zu ihnen hinunter. Unter meinen Füßen knirscht in der Stille der kalte Schnee. Unterwegs lasse ich mir nochmals alles durch den Kopf gehen: den Austritt aus meinem zu Hause im Bett liegenden Körper, den wundervollen Blütenbaum, die merkwürdige Reise durch die verschiedenen Welten und vor allem den Übergang von der neunten in die zehnte Welt. Dieser Wechsel bereitet mir nach wie vor Mühe, ich kann nur verständnislos meinen Kopf schütteln, lehne mich aber nicht mehr dagegen auf, sondern schicke mich ins Unvermeidliche. Um das Maß vollzumachen, muß ich nun den Eskimos helfen, den Bären abzuhäuten und zu zerlegen.

Früher habe ich mich in ähnlichen Situationen vor derart grausigen Arbeiten stets drücken können, aber jetzt bleibt mir wohl nichts anderes übrig, als selbst ein großes Messer zu packen und mitzuhelfen. Sonst würde ich in den Alltag zurückflüchten!

Ich schneide mit dem Messer die Bauchdecke auf und zerre sie seitlich herunter — wahrlich keine angenehme Aufgabe. Die Eskimos schleifen den halb abgebalgten Eisbären zu einem Gemeinschaftsiglu auf der anderen Seite des kleinen Tälchens hinüber, wo die Zerlegung fortgeführt werden soll. Ich folge ihnen und sehe in der Ferne einige riesige Eisbären, die offensichtlich darauf warten, erlegt und zerstückelt zu werden. Sie sind den Menschen keineswegs feindlich gesinnt und wollen getötet werden!

Ich weiß genau, daß diese Bären für den Menschen von größter Bedeutung sind, aber ich kann beim besten Willen den Zusammenhang nicht erkennen und nicht begründen, weshalb und wozu. — Ich versuche eine Lösung zu finden und gleite dabei beinahe unbemerkt wieder in den schlafenden Körper zurück und bleibe eine Weile still liegen, stehe dann auf und mache ein paar Notizen.

7.1.1974, 7. Teil (Schluß)

3.8. Erzählen und Ausschlachten

Die Erzählung der Reise durch die zehn Welten mag als langatmig und kitschig — am Anfang Science-fiction, gegen Schluß Karl May — empfunden werden. Für den Außenstehenden bleibt das Geschehen vielleicht unverständlich, belanglos und nur schwer nachvollziehbar. Er empfindet es als reine Phantasterei und hat große Mühe, zu begreifen,

weshalb diese Erfahrungen für mich von ausschlaggebender Bedeutung gewesen sind. Derartige Geschichten würden als Produkt der phantastischen Literatur vielleicht eher akzeptiert.⁵⁸ Aber ich behaupte ja, die Außerkörperlichkeit und die damit verbundenen Dinge *selbst* erlebt zu haben - meine Berichte sind nicht erfunden. Die Erlebnisse haben mein Weltbild, meine theoretischen Auffassungen und mein Verhalten im Alltag maßgeblich beeinflusst. Schon deshalb sind meine Erfahrungen keine reine Privatangelegenheit mehr. Wenn ich sie verschweige, schließe ich gerade einen wesentlichen Teil meiner selbst vom gesellschaftlichen Leben aus.

Die Weigerung, wesensbestimmende Erfahrungen mitzuteilen, macht das Leben komplizierter, weil man gezwungen ist, die spontanen Gefühle und die direkte Äußerung von Gedanken zu unterdrücken. Das Gemeinschaftsleben verarmt und verflacht, wenn in der täglichen Auseinandersetzung das Persönliche draußen bleibt. Einsamkeit ist der Preis dafür, daß man sich freiwillig oder aufgrund gesellschaftlicher Konventionen zum Geheimnisträger verurteilt. Schließlich darf man keine Individualität und Originalität mehr zeigen, da sie für andere völlig unverständlich ist und irrational wirkt. Erst durch das offene Erzählen der prägenden Erfahrungen werden Außenstehende — wenn sie bereit sind zuzuhören — in die Lage versetzt, etwas scheinbar Anormales als logische Schlußfolgerung zu erkennen. Obwohl eine nicht zu übersehende Verkrampfung gegenüber den persönlichsten Erlebnissen besteht, sollte man versuchen, über Dinge zu sprechen, die dem Leben einen über das Materielle hinausgehenden Sinn geben.⁵⁹ Sonst mißrät persönliches Erfahrungswissen zur Einzigartigkeit — und es gibt keine Gemeinschaft mehr, sondern nur noch Auserwählte. Diese Gefahr ist auf dem Gebiet der außerkörperlichen Erfahrungen besonders groß, weil noch viel zuwenig darüber bekannt ist. Deshalb möge man mit Erklärungen, abschließenden Urteilen und statistischen Analysen zurückhalten und an ihrer Stelle lieber offen erzählen.

Manche lassen sich vom Berichten abhalten, weil sie meinen, die Preisgabe von für sie wichtigen Erlebnissen würde ihre Verwundbarkeit vergrößern. Sie fühlen sich wegen der Aufhebung der Grenzen der Privatsphäre bloßgestellt und fürchten sich vor den Reaktionen ihrer Mitmenschen. Ihre Offenheit wird auch als Verrat an der Gemeinschaft betrachtet und dementsprechend geahndet. Wer nämlich von einer erweiterten Wirklichkeit erzählt, begeht ein Sakrileg. Das Vergehen gegen die geltenden Sitten besteht in nichts Geringerem als darin, daß die Alltagsrealität durch die Akzeptierung anderer Wirklichkeitsbereiche relativiert wird. Das Mitleben von Möglichkeiten des menschlichen Seins, die nicht im Alltagskodex festgelegt sind, ist ein Frevel ohnegleichen. Für eine einseitige Auffassung gibt es nichts Entsetzlicheres als

offene Pforten und durchlässige Grenzen, denn das, was von der anderen Seite hereinkommt, könnte ja einen Wandel zur Folge haben. «Dicht halten» ist das oberste Gebot. Aber wer nichts mehr zu verlieren hat, muß auch nichts verdrängen — und beginnt zu erzählen! Dies müssen wir wieder lernen, damit andere von einem Reichtum hören, der das innere Glück ausmacht und mehr bedeutet als ein Sack voll Geld. Auf diese Weise wird eine Wertschätzung des Mitmenschen möglich, die nicht mehr quantitativ, sondern qualitativ ist. Sie beruht auf der Offenheit im Gespräch und in der Bereitschaft, die anderen als Partner anzunehmen und ihnen zuzuhören.

Schweigen wird zwar mit Gold aufgewogen, ist aber dennoch leichter als Reden. Wer den Mund öffnet, muß sogleich mit den ersten Mißverständnissen rechnen. Diese Tatsache hält viele davon ab, von dem zu erzählen, was sie am meisten beeindruckt hat. Ein Beispiel dafür ist Gerta Ital, die in ihrem ersten Buch⁶⁰ wohl «über den ersten, ausschlaggebenden Eingriff des Himmels sowie über die großen Prüfungen berichtet» hatte, «nicht aber über die, in ihrer Art vielleicht einzig dastehenden, sogenannten <mystischen> Erlebnisse»⁶¹. Einzigartigkeit ist immer nur scheinbar, vor allem, wenn — wie in unserer Zeit - geradezu ein Verbot besteht, von mystischen Erlebnissen zu erzählen. Meines Erachtens sind derartige Erfahrungen menschlich, denn sie gehören zum Menschsein wie die Liebe. Es sind die gesellschaftlichen Konventionen, die das sogenannte Mystische ins Ghetto des Paranormalen und Krankhaften abdrängen. Beginnt man, von diesem und allgemein dem nächtlichen Erfahrungsbereich zu sprechen, kann man erstaunlicherweise feststellen, daß beinahe alle Befragten <Mystisches> und <Paranormales> erlebt haben. Aber es muß jemand dasein, der andere dazu veranlaßt, von ihrem eigenen Erleben zu berichten. Ital schreibt: «Das Buch, das den ersten Anstoß zu der Frage an mein Inneres gab, ob mein Schweigen weiterhin gerechtfertigt sein könnte, war das Erinnerungsbuch des .. . Psychologen C. G. Jung: <Erinnerungen, Träume, Gedanken-.>»⁶¹ — Man darf nun nicht dazu übergehen, die eigenen und die fremden Erfahrungen vergleichend zu werten oder gar zu meinen, daß irgend etwas (meist das, was man *selbst* erlebt hat) ein Höchstes darstellt, dem kein weiterer Höhepunkt mehr folgen könne.⁶³ Nur die Vermeidung *dieses* Trugschlusses habe ich im Sinn, wenn ich Kritik am Verständnis irgendwelcher Erfahrungen übe. Wichtig ist der *Einfluß* eines Erlebnisses, nicht dessen Einstufung als <niedrig-, <mittel> oder <hochstehend> — oder gar <endgültig-.

Oft sind es die unscheinbarsten nächtlichen Erfahrungen, die auf einen zu wenig beachteten Sachverhalt hinweisen und zeigen, welche Richtung man einzuschlagen hat, wenn man neue Ufer erreichen will. Zu diesen Hinweisen gehören auch Traumfragmente und <normale-

Träume, die unbedingt beachtet werden müssen, wenn es jemals gelingen soll, beim Einschlafen keinen Verlust der Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu erleiden. Hier können Kenntnisse der Tiefenpsychologie von einigem Nutzen sein, vor allem bei der Bewußtwerdung der Komplexe⁶⁴. Mit der Traumdeutung sollte man jedoch eher zurückhaltend sein und statt dessen genau darauf achten, wie man sich *im* Traum verhalten hat.

3.8.1. Das Traum-Ich beobachten

Statt sich zu fragen, wie die nächtlichen Ereignisse erklärt, gedeutet, bewiesen oder widerlegt werden können, betrachte man einmal einen Traum ganz direkt und ohne Hilfe von außen. Im Traumgeschehen tritt nämlich eine Person auf, die auch ohne Interpretation verstanden wird: das Traum-Ich. Weshalb interessiert man sich für alle anderen Traum-inhalte und nicht für die eigenen Verhaltensweisen während des Traumes? Es ist doch ein leichtes, das Ich zu beobachten, sich nachträglich nochmals die eigenen Handlungen und Unterlassungen zu vergegenwärtigen. Wenn man sich schon im Traum der Tatsache nicht bewußt gewesen ist, im Traumzustand zu sein, kann man wenigstens später das Versäumte nachholen — und eine Selbst-Kritik durchführen. Um einen Wandel der persönlichen Voraussetzungen, Meinungen und Gewohnheiten zu ermöglichen, gibt es keinen anderen Weg als den des «Erkenne dich selbst». Sich selbst erkennen heißt aber, sich selbst beobachten, sich seines Verhaltens bewußt werden — und nicht, einen Trauminhalt mittels Interpretation zu verstehen! Daß mit dem *Erkenne dich selbst* die Bewußtwerdung und kritische Erkenntnis des Ich-Verhaltens gemeint sein könnte, liegt derart auf der Hand, daß man es meistens übersieht.

Um eine Veränderung des Schlafzustandes im Hinblick auf die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu erreichen, muß man nur mit etwas derart Simplem wie der Beobachtung des Ichs beginnen. Diese Methode ist brutal einfach und direkt. Man kommt ohne Umschweife zum Ziel, denn man erkennt sofort, wie man sich verhalten hat, und merkt sogleich, welche Auswirkungen sich aufgrund des eigenen Tuns oder Nicht-Tuns ergeben haben. Die durch das sorgfältige Beobachten des Ichs gewonnenen Einsichten können außerdem im Alltag angewendet werden.

Die Beobachtung des Ichs im Traum ist die wichtigste aller Traumarbeitsmethoden, die Strephon Kaplan Williams angegeben hat.⁶⁵ Deshalb weise ich hier ausführlich auf diese Methode hin und halte mich im wesentlichen an die Angaben von Williams.

Wer sich entschließt, seine Träume ernst zu nehmen, um mit der Zeit

fähig zu werden, auch außerkörperlich bewußt zu bleiben, muß mit den ihm zur Verfügung stehenden Erfahrungen arbeiten. Im Normalfall wird es sich dabei um «ganz gewöhnliche» Träume handeln. Zu Beginn der Auseinandersetzung mit den eigenen Träumen wird einem oft folgendes auffallen: Das Traum-Ich handelt während des Geschehens nicht besonders aktiv oder kommt überhaupt nicht zur Geltung. Doch ist es nicht im Alltag ebenso? Nur selten handelt man aktiv und ist sich der möglichen Alternativen zu einer bestimmten Handlungsweise bewußt. Meistens hat und kennt man keine Wahl. Das Wort *Traum* bezeichnet also viel eher einen *Zustand des Ichs* als einen Erfahrungsbereich, der jenseits des Alltäglichen liegt! Das Ich träumt andauernd.

Irgendwie muß man lernen, das Ich zu wecken und seine Kreativität zum Ausdruck zu bringen. Dies kann nun optimal durch die Aktivierung des Traum-Ichs bei der Traumarbeit geschehen. Wer erkennen möchte, wie das Ich am zutreffendsten zu charakterisieren ist, verfolge aufmerksam das Verhalten des Ichs während des Traumgeschehens und achte darauf, was das Ich macht oder zu tun unterläßt. Diese Beobachtung geschieht zwar nachträglich, d. h. aufgrund der Erinnerung an das Traumgeschehen, ist aber dennoch sehr aufschlußreich. Oft macht das Ich im Traum Dinge, von denen es im Alltag nicht einmal zu träumen wagen würde.

Die Traum Inhalte mögen noch so unverständlich sein, das Ich-Verhalten im Traum oder in anderen Situationen kann jederzeit und ohne besondere Vorkenntnisse festgestellt und beschrieben werden. Dies ist der einfachste und gleichzeitig schwierigste Weg der Selbsterkenntnis. «Erkenne dich selbst!» durch die Beobachtung und kritische Beurteilung der eigenen Verhaltensweisen. Die Methode der *Beobachtung des Ich-Verhaltens im Traum* beinhaltet folgendes: Zunächst wird das Traumgeschehen ausführlich beschrieben. Damit hat man die textliche Grundlage für die weitere Arbeit, die mehrere Teile umfaßt:

A Der bewußt auszuführende Teil der Arbeit

1. Wörtlich — von Anfang bis Ende des Traumes — beschreiben, was das Ich getan und was es zu tun unterlassen hat.
2. Beschreiben, was das Ich im Traum gefühlt hat und was nicht.
3. Einige wesentliche Stellen auswählen und sie verallgemeinernd umformulieren. Z. B. «Ich renne vor einem Stier davon», wird zu: «Ich vermeide die direkte Auseinandersetzung mit etwas Bedrohlichem.»

4. Die Einstellungen und Standpunkte, die dem Ich-Verhalten zugrunde liegen, auflisten, beispielsweise wie folgt: Es ist besser, Gefahren aus dem Weg zu gehen; ich habe Angst, also habe ich keine andere Möglichkeit, als wegzurennen; ich tue es dem Frieden zuliebe; ich bin viel zu schwach, um mich mit dem Negativen auseinanderzusetzen zu können.
5. Herausfinden, welche Verhaltensweisen für das Ich positiv, wertvoll und lebensbejahend sind und welche nicht. Auf diese Weise wird deutlich, ob das Verhalten des Ichs im Traum unpassend und vor allem situationsverschlechternd gewesen ist oder nicht. So hatte der Stier z. B. versucht, das Ich zu töten. Das Ich ist entsetzt ins Aufwachen geflohen. Dieses Verhalten ist unbefriedigend. Es muß doch einen anderen Weg geben, um mit dieser Situation fertig zu werden, ohne dabei aus dem Traumgeschehen auszusteigen. Welche?
6. Man wähle eine negative Einstellung aus, die ganz besonders auf das Ich zutrifft, und wandle sie in eine positive um. Hierfür ist die Formulierung der negativen Haltung umzuschreiben — und zwar zu einer positiven und realitätsakzeptierenden Aussage. So wäre z. B. die Aussage: «Es ist besser, sich einer Bedrohung durch Flucht zu entziehen», umzuformulieren in: «Es ist besser, sich einer Gefahr zu stellen und sich direkt mit ihr auseinanderzusetzen.»
7. Man erstelle eine Liste: Auf der linken Seite sind die positiven, neuen Formulierungen nochmals aufzuschreiben. Dann wird rechts das Gegenargument notiert. Anschließend wiederhole man links die positive Aussage - um dann auf der rechten Seite den nächsten Einwand hinzuschreiben. — Dieses Verfahren wende man so lange an, bis links ein echter Durchbruch und Abschluß gelingt.

Es ist besser, sich einer Gefahr zu stellen und sich direkt mit ihr auseinanderzusetzen.

Es ist doch viel einfacher, sich einer Bedrohung durch Flucht zu entziehen.

Nur die direkte Konfrontation erlaubt es mir, eine Gefahr richtig einzuschätzen.

Eine direkte Konfrontation übersteigt meine Kräfte und ist viel zu gefährlich.

Ich trainiere und werde jeden Tag befähigter, mich der Bedrohung zu stellen und mit ihr fertig zu werden.

Es dauert viel zu lange, bis ich genügend Kräfte gesammelt habe, um mich der Gefahr zu stellen.

Ich lebe, um mich weiter zu entwickeln und immer besser kennenzulernen. Jede Gefahr ist für mich eine Herausforderung.

Gefährliche Herausforderungen übersteigen leicht die eigenen Möglichkeiten,

Ich bin durchaus befähigt, mich *gewissen* Bedrohungen zu stellen und mit ihnen fertig zu werden. Auf diese Weise werde ich nicht überfordert und komme dennoch gut voran.

Gewöhnlich wird in der rechten Spalte all das Negative sichtbar, mit dem man immer wieder versucht, das Neue zu vernichten. Die alte Einstellung bedroht jedes keimhaft Aufgebrochene, weshalb es oft notwendig ist, die positiven und negativen Standpunkte so lange gegeneinander auszuspielen, bis die positive Aussage realistischer geworden ist und ohne Zeitverlust in die Praxis umgesetzt werden kann, ohne daß man sich selbst und andere überfordert.

B Der nicht direkt vom Ich auszuführende Teil

Bei diesem Teil der Methode der Beobachtung des Ich-Verhaltens im Traum ist man auf die Mithilfe der nächtlichen Seite (des <Unbewußten-) angewiesen und muß Prozessen vertrauen, die nicht vom Ich direkt beeinflusst werden können, sondern Reaktionen auf das Ich-Verhalten darstellen.

- Das ganze Traumgeschehen wird nochmals von vorne erlebt und niedergeschrieben. Das Ich *verhält* sich dabei ganz bewußt gemäß seiner neuen Einstellung und erfährt imaginativ, wie sich das Geschehen verändert. Man lasse die Einfälle, die Worte und Gefühle frei fließen — und bleibe sich dabei *gleichzeitig* seiner neuen Haltung und Einstellungsweise bewußt.

Dieses Verfahren entspricht der Methode der aktiven Imagination. Wer Schwierigkeiten damit hat, lasse diesen Teil der Arbeit vorläufig aus. Man darf auch den nächsten Traum abwarten und dort versuchen, der neuen Einstellung zum Durchbruch zu verhelfen, um dann anderntags das unter A dargestellte Bearbeitungsverfahren wieder aufzunehmen.

C Konkretisierung der Erfahrung

Hier geht es um die Umsetzung der bisher geleisteten Arbeit in praktisches Tun bzw. um die Ausarbeitung eines Planes, der hilft, das weitere Vorgehen zu bestimmen.

- Als erstes werden die Standpunkte und Verhaltensweisen des Ichs im Traum mit denjenigen in ähnlichen Situationen im Alltag verglichen.
- Was gedenkt man aufzugeben, was will man verändern oder abwandeln? Liste erstellen!
- Ausführlich ganz bestimmte Absichten schriftlich fixieren, die mit der neuen Einstellung direkt etwas zu tun haben und die man im Alltag zu realisieren gedenkt. Bei der Ausführung in den kommenden Tagen und Wochen ganz besonders darauf achten, welche synchronistischen Ereignisse und welche Träume auftreten, die einstellungsunterstützend sind.
- Aufschreiben, welche Verhaltensänderungen des Ichs im Traumzustand man sich vornimmt und erhofft. Die Resultate genau beachten.

3.8.2. Erfahrungsaustausch

Einen Erfahrungsaustausch gibt es nur unter der Voraussetzung, daß der Erzähler von dem sprechen darf, was ihn persönlich am stärksten beeindruckt hat. Wenn dieses Recht für alle gilt, wird man schnell zur Einsicht kommen, daß sogar die scheinbar außerordentlichsten Erlebnisse keinesfalls einmalig sind. Als nächstes kann man dazu übergehen, die Berichte auf Gemeinsamkeiten hin zu untersuchen. Ferner ist darauf zu achten, ob Widersprüche vorhanden sind und auf was sie zurückgeführt werden können. Letzteres habe ich im Zusammenhang mit C. G. Jungs «Magnolienbaum-Traum» dargestellt. Nun geht es aber darum, vom ersten Fall zu sprechen, d. h. nach Ähnlichkeiten zu suchen, um gewisse schwerverständliche Erfahrungsinhalte besser «einordnen» zu können. Oft ist es nämlich so, daß sogar das Unverständlichste und Unerklärlichste leichter zu akzeptieren ist, wenn man von anderen weiß, die dasselbe erlebt haben und damit «fertig» geworden sind. Dieses Wissen bestätigt nämlich nicht nur das fragliche Erlebnis, sondern dient auch als Grundlage für den Entscheid, ob man sich weiter mit dem

problematischen Thema beschäftigt oder nicht. So bestehen z. B. Ähnlichkeiten zwischen einem Traum von C. G. Jung und dem von mir erlebten Geschehen in der zehnten Welt, wo es darum ging, die mächtigen Eisbären zu schlachten. Beide Erfahrungen kann man als Ausdruck eines «archetypischen» Ereignisses auffassen.

Jung schrieb am 2. November 1960 an den Maler Peter Birkhäuser, daß dessen neues Bild eines schwarzen, vierarmigen Jünglings, der auf einem zottigen, eberähnlichen Pferd reitet und mit einer Hand sanft den Stiel einer blauen, vielblütenblättrigen Blume berührt,⁶⁶ bei ihm nachgewirkt habe:

«An unbekanntem Ort und zu unbekannter Zeit, wie in der Luft stehend, ich und ein primitiver Häuptling, der ebensogut vor 50000 Jahren gelebt haben könnte. Wir beide wissen, daß nun endlich das große Ereignis eingetreten ist: es ist gelungen, den Ureber, ein riesiges mythologisches Tier, endlich zu erjagen und zu erlegen. Es ist abgehäutet, sein Kopf abgehauen, der Körper ist der Länge nach geteilt wie ein geschlachtetes Schwein, die beiden Hälften nur noch am Hals zusammenhängend.

Wir sind damit beschäftigt, d. h. es ist unsere Aufgabe, die gewaltige Fleischmenge unserem Stamm zuzuführen. Die Aufgabe ist schwierig. Einmal fällt das Fleisch in einen reißenden Fluß, der es ins Meer entführt. Dort müssen wir es wieder holen. Endlich kommen wir bei unserem Stamm an.

Das Lager, oder die Siedlung, ist in einem Rechteck angelegt, entweder mitten im Urwald oder auf einer Insel im Meer. Es soll ein großes rituelles Mahl gefeiert werden.»⁶⁷

Zu diesem Traum gibt Jung folgenden Kommentar: «Zu Anfang unseres Kalpa (Weltzeitalter | hat Vishnu die neue Welt wie eine schöne Jungfrau, die auf den Wassern lag, geformt. Die große Schlange aber vermochte es, die neue Schöpfung ins Meer hinunterzuziehen, von wo sie Vishnu in Gestalt eines Ebers wieder heraufholte. Parallele hiezu ist die kabbalistische Idee, daß am Ende der Tage Jahwe den Leviathan schlachten und für die Gerechten zum Mahl herrichten werde. Am Ende dieses Weltzeitalters wird sich Vishnu in ein weißes Pferd verwandeln und eine neue Welt bringen. Dies bezieht sich auf den Pegasus, der das Wassermann-Zeitalter einleitet.»⁶⁸

Die neue Welt wird durch neues Wissen gebracht, Wissen, das aus der Ausschlachtungen jener großartigen Wesen entsteht, die bisher im Dunkel der Nacht verborgen blieben — und die regelrecht darauf warten, zerstückelt zu werden und den «Alltagstisch» zu bereichern. Sie könnten genügend Gesprächs- und Kommunikationsstoff abgeben für eine Welt, die nicht mehr weiter weiß. Mit ihnen kommt die dritte Art des

Wissenserwerbes wieder zum Zuge, die eine Antwort auf die Sinnfrage zu geben vermag. Hier zeigt sich ein weiterer Aspekt, der mit dem Erzählen und dem Erfahrungsaustausch zusammenhängt: der Weg des freiwilligen Opfers, der Darlegung des innersten Wesens im Gespräch und der Geburt in eine umfassendere Wirklichkeit hinein.

3.8.3. Drei Arten, Wissen zu erwerben

Es hängt vor allem vom zur Verfügung stehenden Informationsangebot ab, welches Wissen erworben werden kann. Um an dieses Wissen heranzukommen, sind Mittel zu verwenden, die es erlauben, die gewünschten Daten abzurufen.

Welche Kenntnisse nun brauchbar sind und <etwas bringen-, das hängt im wesentlichen von den gesellschaftlichen Bedürfnissen und Vorstellungen ab, in deren Rahmen die durch den Wissenserwerb erlangten Fertigkeiten ausgeübt werden können. Informationsangebot, Methoden und Brauchbarkeit bestimmen somit die Art des Wissens und begrenzen die Erkenntnis.

Es gibt verschiedene Wissensquellen und Wege, um zu ihnen zu gelangen. Aber nicht alle werden gleichermaßen gefaßt und ausgeschöpft — und nicht alle Wege sind leicht begehbar. Oft sind alternative Möglichkeiten nicht einmal erkennbar, weil man mit einer bestimmten Art des In-der-Welt-Seins identisch ist.⁶⁹ Dies ist nicht nur ein Problem, mit dem sich Erkenntnistheoretiker zu beschäftigen haben, sondern prinzipiell eine Frage des Verständnisses von Freiheit und Kreativität.⁷⁰

Die vorhandenen Wissensquellen lassen sich in drei Gruppen einteilen.⁷¹ Zwischen ihnen gibt es unzählige Übergangs- und Vermischungsformen.

1. Die (heiligen) Schriften und andere Überlieferungen wie Brauchtum, Staatsform, Erziehung, Sprache und das Schulwissen mitsamt allen Arbeitstechniken, Auslegungs- und Interpretationsformen, Paradigmen und Stilen. Ferner all das, was zum traditionellen Wissen gehört: das Deskriptive wie z. B. die Baupläne der Tiere, die Biochemie der Organismen, die Baustilkunde und der Inhalt irgendwelcher Lehrbücher; dann das Vorschriftsmäßige, wie z. B. Riten, Verkehrsregeln, Buchungssätze, Normen und Gesetze.

Dieses Wissen ist für das reibungslose Funktionieren von Gesellschaften unabdingbar — ist aber auch für das Lösen von Kreuzworträtseln, das Bestehen von Fachprüfungen, den Gewinn in einem TV-Quiz und für die Konformität maßgeblich.

2. Das Wissen aus der zweiten Quelle ergibt sich aus logischen Schlußfolgerungen unter Anwendung der erlaubten Logik und aus metaphysischen Spekulationen. Hier werden theoretische Systeme aufgrund axiomatischer Grundlagen konstruiert und experimentell überprüft. Dies geschieht strikt unter Ausschluß aller sogenannten subjektiven, außersinnlichen Wahrnehmungen und «nicht-materiellen» eigenen Erlebnisse. Zugelassen sind nur Ablesungsergebnisse von Meßinstrumentenskalen und Argumente, die innerhalb des Rahmens der verwendeten Theorie widerspruchsfrei sind. Streng rationales Vorgehen ist verlangt, Objektivität wird gefordert und Skepsis vorgeschoben. Wegen der axiomatischen Grundlegung aller theoretischen Systeme werden dabei induktive und deduktive Vorgehensweisen stark vermengt. Was dann der Theorie nicht widerspricht und sich beliebig oft wiederholen läßt, geht als traditionelles Wissen in die erste Gruppe ein und wird damit zum festen Wissensbestand. Arbeitshypothesen dagegen, die experimentell und/oder logisch falsifiziert werden, gelten als unbrauchbar und werden verworfen. Stark abweichende Resultate können unter Umständen eine Abänderung der Theorie zur Folge haben, doch ist dieses Verfahren sehr mühsam, denn ein Paradigmenwechsel ist wegen der weitreichenden Konsequenzen auf alle Teile der Theorie nicht leichtfertig anzustreben. Deshalb treten bei einer möglichen Veränderung der Axiomatik metaphysische, nicht-falsifizierbare Spekulationen in den Vordergrund, die als Begründungen und Wahrheiten ausgegeben werden — und schon zu manchem Glaubenskrieg geführt haben. Normalerweise versuchen «Empiriker», «Rationalisten» und «Metaphysiker» unerklärliche Geschehnisse als belanglos und krankhaft einzustufen, weil das theoretische System widerspruchsfrei gehalten werden muß. Selbstverständlich wird jeder Gewißheitsanspruch subjektiver Erfahrungen abgelehnt, wobei der Bezeichnung «subjektiv» a priori eine negativ-abwertende Bedeutung zugemessen wird.

3. Zur dritten Gruppe gehören diejenigen, die Zugang zu Erkenntnissen fordern, die sich nur durch eigenes Erleben gewinnen lassen. Zu einem derartigen Wissen gehört der gesamte außerkörperliche Erfahrungsbereich. Der «Eigenerfahrungs-Empiriker» berücksichtigt im Gegensatz zum Materialisten (der auch Empiriker ist) alle «außersinnlichen» Wahrnehmungen bei der axiomatischen Grundlegung und der Theoriebildung. Der Materialist dagegen lehnt die Gültigkeit solcher Erfahrungen ab und schließt sie aus seinem Weltbild aus. Doch handelt es sich bei der Außer- wie bei der Innerkörperlichkeit um Zustände, die nicht definitiv zu beweisen sind, weil die Gewißheit zu existieren nur vom betreffenden Ich gewährleistet werden kann. Sie läßt sich nicht ableiten und hat somit rein axiomatischen Charakter. Deshalb ist die

Tatsache der Kontinuität des Ich-Bewußtseins oberstes Kriterium bei allen erkenntnistheoretischen Fragen. Es darf deswegen auch keine Einschränkungen in bezug auf die Erschließung von Erkenntnisquellen geben — alle drei Quellen sind gleichberechtigt und müssen gleichermaßen benutzt werden.⁷²

Die Möglichkeit, alle drei Wissensquellen zu nutzen, stellt den *Realisten* vor die Tatsache, daß alle drei Quellen offenzuhalten und zu erschließen sind. Für ihn ergänzen sich die drei Gruppen ideal: Berücksichtigung der Tradition, Anwendung vernünftiger Argumentation, Logik und Metaphysik und Wissen durch Eigenerfahrung. Jede Quelle bedarf der Fassung, und speziell die dritte ist für das Wachstum des individuellen Menschseins von größter Bedeutung. Denn die *persönliche Geschichte* ist Ausdruck der Individualität - und nicht das Zitieren von Gehörtem und Angelesenem, das Berufen auf die Tradition, die Anwendung einer bestimmten logischen Methode im Verlaufe einer Auseinandersetzung oder die Argumentation mit Hilfe unwiderlegbarer metaphysischer Allaussagen. Eine einzelne Wissensquelle für sich allein unter gleichzeitigem Ausschluß der anderen beiden bekommt schnell einen schalen Geschmack. Alle drei Quellen müssen fließen, sich miteinander vermischen und sich gegenseitig erneuern können. Vereinzelt sind sie bloß abgestandene Gewässer, die faulen. Den Quellen *«Tradition»* und *«Logik»* fehlt das erfrischende Lebenswasser der dritten, während die Quelle der Eigenerfahrung ohne die anderen beiden weder *«bodenständig verwurzelt»* noch *«vernünftig»* wäre.

Nun ist die Fassung der dritten Quelle in der Moderne höchstens noch ein zerfallenes Gemäuer, umgeben von einer öden Wüste voll illusionärer Gaukelgebilde. Seit der sogenannten Aufklärung ist sie immer mehr vergessen und verkannt worden. In ihrer Umgebung lagert der Schutt vergangener Jahrhunderte, liegen die Trümmer vergeblicher Hoffnungen, die Reste unerfüllter Wünsche. Im Gewirr der abstrusen Gedankengebilde lauern die verdrängte Schuld, die heimliche Aggressivität und die geile Sexualität — und fallen jeden an, der sich zur dritten Quelle vorwagt. Wem es gelingt, die Ummauerung der anderen beiden Quellen zu durchbrechen, die Grenzposten zu passieren und die Schutzwälle zu übersteigen, gerät in eine Wildnis hinein, in der das *«Zivilisierte»* keine Überlebenschancen hat. Die dritte Quelle liegt am Ende der Welt, jenseits des Dschungels und hinter der Wüste. Der Weg dahin ist mühsam (geline gesagt). Unterwegs sind kaum Spuren auszumachen. Und gibt es welche, so sind sie meist sehr fremdartig und eher verwirrend. In dieser Wildnis gelten andere Gesetze, sind andere Verhaltensweisen angebracht — und diese Tatsache erschwert den Zugang zum dritten Bereich mit seinen Erkenntnismöglichkeiten. Wanderer, die

sich trotz allem nicht davon abhalten lassen, die dritte Quelle zu erschließen, tun gut daran, auf ihrem Weg auch auf die unscheinbarsten Ereignisse zu achten.⁷³

3.8.4. Die mißachtete <andere Seite>

Ohne klare Trennung der Wirklichkeitsebenen, Aufgaben- und Wirkungsbereiche kommt es leicht zum Vorwurf, Erzählungen von anderen Wirklichkeiten seien bloß Tagträume, Phantasien und Sublimationsversuche. Dieser Vorwurf bedarf eines Gegenargumentes, das auf der axiomatischen Grundlegung der Außerkörperlichkeit aufbaut. Es geht nämlich darum, die Möglichkeit des Wissenserwerbs durch eigenes Erleben *vorbehaltlos* anzunehmen. Außerdem ist zu beachten, daß es bei der Frage der Realität oder Phantasie der Außerkörperlichkeit um ein erkenntnistheoretisches Problem geht — sonst redet man aneinander vorbei. Letzten Endes urteilt jeder aus seinem eigenen Weltbild heraus, auch wenn er sich der betreffenden Axiomatik nicht bewußt ist. Auf diese Weise kommt es zu Fehleinschätzungen und Fehlurteilen — zumindest aber zu Mißverständnissen.⁷⁴

So darf z. B. eine Beurteilung der Werke von Karl May und anderer trivialliterarischer Produkte nicht übersehen, mit welchem Maßstab gemessen wird. Literaturkritik ist im Falle der <Phantastik> nicht gerade das beste Mittel, da sie nur den <linkshemisphärisch-stilistischen> Teil der Sache trifft. Ihr bleibt zu vieles fremd, das für die Autoren von ausschlaggebender Bedeutung sein mag — außerdem stellt sie zu hohe Anforderungen an Stil und Inhalt und schreckt dadurch viele Menschen vom Erzählen ab. Manche fühlen sich den Anforderungen nicht gewachsen und schweigen lieber, als sich der Lächerlichkeit preiszugeben: «Und ihr lacht darüber, daß ich bildlich schreibe? Ist für uns, die wir die Allerärmsten sind, nicht selbst die Hölle und das Fegefeuer bildlich?»⁷⁵ Die Tragödie jener, die versuchen, in einer linkshemisphärisch dominierten Welt der Stimme der anderen Hälfte Ausdruck zu geben.

Die Beliebtheit der Gattung Trivialliteratur hängt mit dem Wunsch nach <mehr Herz> zusammen. Die nicht zu übersehenden qualitativen Mängel dieses Genres sind die Kehrseite einer perfektionierten <linkslastigen> Kultur, die es seit langem verlernt hat, die rechte Hemisphäre mitzuberücksichtigen und in gleichem Maße wie die linke zu schulen. Das Bedürfnis nach etwas, das rational und intellektuell nicht faßbar ist und einen <Ausbruch> aus der banalen Normalität des Alltags erlaubt, läßt sich nur innerhalb eines streng abgegrenzten Rahmens befriedigen. Und dieser Bereich bleibt ohne direkten Bezug zum sonstigen Leben. Er ist eine Art Fluchtzone, ein unantastbares Refugium, in dem man sich

entspannen und frei von den Alltagsbelangen amüsieren kann - um anschließend noch mehr Leistung zu erbringen. Seemannsgarn, Jägerlatein und andere Münchhausiaden sind wie Gespenstergeschichten, Krimis, Science-fiction und Fantasies nur ein belangloser Zeitvertreib ohne großen Einfluß auf die persönliche Lebenseinstellung. Im Gegensatz zu den esoterischen Romanen erheben sie keinen erzieherischen Anspruch und lenken eher vom Problem der Gleichberechtigung der rechten Hemisphärenfunktionen und der Akzeptierung anderer Wirklichkeitsbereiche ab.⁷⁶

Das aus der Quelle der Eigenerfahrung gewonnene Wissen verflüchtigt sich leicht in Form fantastischer Geschichten, zumal in unserer Gesellschaft keine andere Umsetzungsform außerhalb des psychotherapeutischen Raumes zur Verfügung steht. Persönliches Erleben darf vermarktet werden, denn auf diese Weise geht die Wandlungskraft wichtiger Erfahrungen bzw. Visionen verloren. Und da es sehr leicht ist, in den meisten Erzählungen Elemente zu entdecken, die an die obengenannten literarischen Formen erinnern, wird die Quelle der Eigenerfahrung als negativ und belanglos eingestuft. Jemand, der sich aufrafft, von seinen beeindruckendsten Erlebnissen zu sprechen, muß es sich gefallen lassen, daß sie als banale Traum-Geschichtchen eingestuft werden. Seine wichtigsten persönlichen Erfahrungen gelten bloß als Kunstprodukte, denn sie sind offensichtlich «vollgestopft mit allen möglichen Horrorgestalten, Jenseits-Symbolen, Science-fiction-Motiven und Märchenerlebnissen, wie sie gerade die Pop-Kultur mit ihren Bezügen zum Psychedelischen, Rausch- und Traumhaften besitzt»⁷⁷. Selbst wenn man -Jenseitsberichte> als Ausdruck echt erlebter Situationen nimmt, werden sich viele fragen: «Wie ernst zu nehmen sind denn — rein sprachlich und inhaltlich, nicht einmal literarisch — solche Jenseitsberichte? Sie erzählen doch aus einer Welt, die gar nicht mitteilbar ist, weil der, dem sie mitgeteilt wird, in einer ganz anderen Welt lebt.»⁷⁸ Dieser Einwand ist etwa ebenso lapidar wie der Vorwurf an einen nach einer langen Reise in die Heimat Zurückgekehrten, er würde von einer Welt erzählen, die nicht die alltägliche sei. In diesem Falle müßten alle Ethnologen und auch alle anderen Wissenschaftler sofort aufhören, von ihren Forschungen zu berichten. Schließlich leben wir weder am Amazonas unter Indianern noch im Reagenzglas unter Genen. Die Frage, wie <wahr> (wenn auch authentisch) solche Berichte aus einer anderen Welt überhaupt sein können, wenn sie mit Symbolen und Zeichen beschrieben werden müssen, «die in dieser unserer Welt geprägt wurden»⁷⁹, ist ein erkenntnistheoretisches Problem, das für alle Wissenschaften an erster Stelle steht. Jeder Mensch ist gezwungen, die Sprache zu benutzen, wenn er etwas beschreiben will. Ist es sein Verschulden, wenn die Sprache für bestimmte Erlebnisse keine Worte zur Verfügung stellt oder

gesellschaftliche Bedürfnisse spiegelt, die einem neuen Sachverhalt und Erlebnisbereich überhaupt nicht oder nur widerstrebend und widersprüchlich gerecht werden können?

Nun glaube ich den Worten eines Menschen, der im Sterben war und wiederbelebt wurde, oder von jemandem, der ein außerkörperliches Erlebnis gehabt hat, zunächst vorbehaltlos. Dies tue ich auch gegenüber einem Völkerkundler, der aus dem Feld zurückgekehrt ist, oder gegenüber einem Bekannten, der seine Ferien auf den Kanarischen Inseln verbracht hat. Selbstverständlich weiß ich genau, daß die Berichte mehr oder weniger stark von den Vorstellungen der Betreffenden mitgestaltet sind. Deshalb muß ich wohl oder übel mit dem Erzähler zusammen einige erkenntnistheoretische Fragen besprechen. Sein Sprechen fasse ich aber auch dann nicht als Beschreibung einer *Symbolwelt* auf, sondern als momentan bestmöglicher Ausdruck einer von ihm selbst direkt erlebten Wirklichkeit. Das Erzählen einer Erfahrung ist die Beschreibung einer Realität — nicht einer «An-sich-Realität», sondern eines Wechselwirkungsraumes, der für eine gewisse Zeit existentieller Mittelpunkt gewesen ist. Alles und jedes, was sich an dieser Wechselwirkung beteiligt hat, bringt seinen Teil in diese Wirklichkeit mit hinein und bestimmt das, was später darüber erzählt wird. Und beim Erzählen wirkt sich der Anteil des Erzählers noch viel stärker aus, weil er gezwungen ist, eine Sprache zu benutzen, die ihm und den Zuhörern bekannt ist. Dadurch wird vieles verfälscht. Aber ohne sprachliche, mimische, gebärdenhafte, bildliche und musikalische Umsetzung können wir Vergangenes nicht kommunizieren.⁸⁰

Erzählungen sind auf ihren Wirklichkeitsgehalt hin überprüfbar, wenn die Bedingungen angegeben werden, damit man selbst jenes Gebiet betreten kann, von dem der andere spricht. Dies ist im Falle der Außerkörperlichkeit ebenso «leicht» zu bewerkstelligen wie bei einem naturwissenschaftlichen Experiment, das zum Nachweis einer Theorie dient. Ein Experiment gelingt nur bei Erfüllung bestimmter Voraussetzungen. Manchmal braucht es dafür Jahre und enorme finanzielle und materielle Mittel — nebst der entsprechenden Ausbildung. Nun tritt der außerkörperliche Zustand vereinzelt spontan auf - auch als Folge extremer körperlicher Belastungen und direkter Lebensgefahr. Diese Einzelfälle erlauben phänomenologische Vergleiche und können statistisch ausgewertet werden. Beweisen läßt sich damit überhaupt nichts, denn dafür wären wiederholbare Experimente erforderlich. Abgesehen davon müßte man sich genau überlegen, was mit der Außerkörperlichkeit bewiesen werden soll.

Über die Bedingungen, die es zu erfüllen gilt, um die Außerkörperlichkeit zu einem beliebig wiederholbaren Ereignis zu machen, wird in diesem Buch allenthalben gesprochen. Was aber soll mit der Außerkör-

perlichkeit bewiesen werden? Zunächst schlicht dies: Es ist trotz des schlafenden Körpers möglich, die Ich-Identität beizubehalten, d.h., Körperzustand und Ich-Bewußtseins-Kontinuität sind nicht prinzipiell voneinander abhängig bzw. gleichartig. Doch *wie* läßt sich diese Behauptung beweisen? Um es ganz deutlich auszusprechen: Jeder einzelne Mensch muß sich dies selbst beweisen, denn es gibt nichts und niemanden, der einem die eigene Ich-Identität auf irgendeine Art und Weise aufzuzeigen vermöchte. Die Frage nach dem «Wer bin ich?» ist von niemandem sonst beantwortbar als vom betreffenden Fragesteller selbst. Ich kann nur darauf *hinweisen*, daß es *mir* gelungen ist, die Kontinuität des Ich-Bewußtseins trotz schlafendem physischem Körper beizubehalten. Außerdem kann ich aufzeigen, welche Voraussetzungen es meinerseits zu erfüllen gilt, wenn ich die Außerkörperlichkeit für mich zu einem wiederholbaren Ereignis machen will. Ich kann auch die experimentellen Schwierigkeiten beschreiben und von den Konsequenzen erzählen, die sich aus dem außerkörperlichen Zustand ergeben haben — mehr nicht. Nun muß der Leser schon selbst hingehen und als erstes meine Aussage überprüfen, daß es möglich sei, außerkörperlich zu existieren. Ich möchte ihm diesen Nachweis erleichtern, indem ich von den Problemen erzähle, auf die ich gestoßen bin, weil ich versucht habe, den außerkörperlichen Zustand als weitere Seinsweise (neben dem Alltag und nicht anstelle des Alltags) zu realisieren. Ich kann ihm den Nachweis aber nicht ersparen! Das Ungewöhnliche an dieser Art des Beweises ist, daß das Experiment nur aussagekräftig wird, wenn man es selbst verwirklicht.

3.8.5. Sich von den Schwierigkeiten nicht abhalten lassen — die Herausforderung annehmen

Die Ausdrucksweise der rechten Hirnhälfte ist bildhaft lebendig und vermag deshalb das Numinose plastisch darzustellen. Gleichzeitig ist sie vieldeutig und läßt einen breiten Spielraum für linkshirnige Interpretationen zu. Diese schillernde Vieldeutigkeit behagt einer rationalen Einstellung nicht sonderlich. Zudem sträubt sich der Intellekt gegen die Erkenntnismöglichkeiten der dritten Quelle, denn die unmittelbare Gewißheit, die sich aus der direkten Erfahrung ergibt, ist ihm fremd. Er scheut die Fülle und den Reichtum, die Variationen, die sich durch die Anwendung verschiedenster Gesichtspunkte ergeben, denn er zieht den Verstand und die logische Eindeutigkeit jedem Gefühl und jeder Intuition vor. Obwohl es nicht gelingt, die *Wirkungen* hinwegzuanalysieren, die von Geschichten über zauberhafte Feen und geheimnisvolle Schlösser ausgehen, verweigert die Vernunft die Gefolgschaft. Als Erzähler

sieht man sich der unangenehmen Situation gegenüber, «daß die Beschreibung des Gegenstandes zur unentwegten Beschreibung der eigenen Verständnisschwierigkeiten, zum unentwegten Selbstkommentar wird.»⁸¹ — Dennoch müssen wir «unsere Geschichte erzählen»⁸¹. Wie sonst - um mit Tolkien zu sprechen — könnten «später alle Hobbits in die großen Ereignisse jenes Zeitalters, von denen hier berichtet wird, hineingezogen»⁸³ werden? Sogar aus dem Geschwätz eines Wesens wie Gollum «erriet Bilbo schließlich die Wahrheit, und er schöpfte Hoffnung in der Dunkelheit.»⁸⁴ Dies allein genügt schon als Legitimation für das Erzählen, denn es hilft anderen, «die Schönheit, Verflochtenheit und Großartigkeit der Fäden zu erkennen, aus denen dieses unser Leben gewoben ist.»⁸⁵ Wenn es gelingt, anderen zu der Einsicht zu verhelfen, «daß es Dimensionen der Erkenntnis gibt, die auch sie erlangen, und Erfahrungen, die auch sie machen können»⁸⁶, so ist das Miteinander-Sprechen und Von-den-eigenen-Erlebnissen-Berichten eine schlichte Selbstverständlichkeit.

Es ist menschlicher, die Bilder unzerstört zu belassen, auf eine Ästhetisierung zu verzichten und die Erlebnisse weder zu entemotionalisieren noch zu entmythologisieren. Damit endet das vampirhafte Aussaugen. Die Dinge bleiben lebendig und entfalten sich, statt unter der Wucht des reduktiven Vorgehens zusammenzubrechen und abgeschnitten von den Quellen der Nacht — auszutrocknen. Nur ein von irrationalen Ängsten geplagter Rationalist kann meinen, dieses Vorgehen sei anti-aufklärerisch. Andererseits kann der Vorwurf an den rechtshirinig Orientierten, er sei ein verschwommener Irrationalist und narzistisch regressiv, ihn durchaus wieder auf den Boden zurückholen und zwingen, sich mit gewissen Aspekten seines Tuns etwas genauer auseinanderzusetzen. Aber nur wenn beide Seiten die Argumente des Gegners ernsthaft prüfen und sich bemühen, einen Ausgleich der Gegensätze und Widersprüche herbeizuführen, wird etwas Neues entstehen. Bisher ist es nur sehr wenigen gelungen, den Ansprüchen der rechten Hemisphäre etwas Geltung zu verschaffen. Zu ihnen gehören z. B. Rudolf Steiner, aber auch Sigmund Freud, Carl Gustav Jung und Gopi Krishna. Sie sind mit einigen ihrer Werke in die Reihe jener einzugliedern, welche die «andere Seite» wieder zugänglich machen. Doch werden sie gerade dort am schärfsten angegriffen oder einfach totgeschwiegen, wo sie sich am weitesten in das Neuland der — wenn man so sagen will — rechten Hirnhemisphärenfunktionen vorgewagt haben.

Meines Erachtens besteht das größte Hindernis in einem Sachverhalt, der dem einzelnen Menschen auch die größte Zuversicht geben müßte, nämlich darin, daß er ein einmaliges, individuelles Wesen ist. Um sein ganz persönliches Sein zu verwirklichen, muß er jedoch «auf eine in jedem Sinn normale Weise der großen Feuerprobe entsteigen, verwan-

delt, aber geistig gesund und mit unvermindertem Intellekt und Gefühl»⁸⁷. Bei diesem Prozeß ist neben der Erschließung der dritten Quelle der Erkenntnis der Zugang zu den anderen beiden offenzulassen. «Für das rechte Wachstum des Menschen, von dem die Sicherheit und das Glück des einzelnen und der Gemeinschaft abhängen, ist es entscheidend, daß sein Geist eine harmonische und angemessene Verbindung von Gefühl, Willen und Gedanken ist und daß die Entwicklung von Moral und Intellekt miteinander übereinstimmt»⁸⁸ — eine Forderung, die im Zusammenhang mit der Erschließung der außerkörperlichen Seinsweise unter keinen Umständen mehr übergangen werden kann. Die Kontinuität des Ich-Bewußtseins und der Ich-Identität ist davon abhängig, daß die Gegensätze ihren zermürbenden Kampf aufgeben und einen Frieden schließen, der die Gegenseiten zum polaren Miteinander verschmilzt.

Die Entwicklung des Zuganges zur dritten Art der Erkenntnis «für die Wahrnehmung subtiler Wirklichkeiten jenseits des Bereichs der Sinne und Vernunft soll nicht die rationalen Fähigkeiten verdrängen, sondern eher ihnen bei der Handhabung der weltlichen Angelegenheiten helfen».⁸⁹ Darauf ist ganz besonders zu achten, wenn man die Herausforderung der Außerkörperlichkeit annimmt.

3.9. Der Weg des Erzählens

Als Kommunikationsform ist für mich das Erzählen eigener Erfahrungen wohl ebenso ungewohnt wie für die meisten Leser. Gerade wenn es sich um nächtliche Erfahrungen handelt, ist man eher zurückhaltend - sogar engsten Freunden und Bekannten gegenüber. Ich habe in diesem Kapitel einige Gründe angeführt, die für das offene Erzählen sprechen. Jetzt möchte ich es abschließen mit der Beschreibung von Erlebnissen, welche die Problematik von der *anderen Seite* her zeigen, denn dadurch wurde meine Einstellung stark beeinflusst. Ich gehe dabei chronologisch vor und halte den Kommentar kurz. Teile, die in diesem Zusammenhang weniger interessieren, lasse ich weg.

27.4.69 Die Transformation des Bleis in Uran

In einem kleinen Raum der Universität sind knapp ein halbes Dutzend Leute versammelt, die einen von C. G. Jung geleiteten Weiterbildungskurs besuchen. Ich sitze in der zweiten oder dritten Bankreihe gegenüber dem Tischchen, hinter dem der weißhaarige alte Psychologe Platz genommen hat. Zu seiner Rechten ist eine Frau, die ein Gedicht rezitiert, in dem es um das Metall Blei geht. Jeder der Anwesenden hat

eine Kopie dieses Gedichtes erhalten. Nach der Rezitation wird von Jung die Diskussion eröffnet. Ich möchte den Traum der Blei-Verwandlung erzählen,⁹⁰ wage es aber zunächst nicht, da es in diesen Kreisen nicht üblich ist, von eigenen Erfahrungen zu berichten. Dann nehme ich all meinen Mut zusammen und frage, ob ich meinen Traum in die Diskussion einbringen dürfe. Jung gestattet es mir. Ich beginne zu erzählen.

Abschließend bemerke ich, daß mein Traum vielleicht deshalb interessant sei, weil er einen neuen Aspekt des alchemistischen Werkes vorbringe, nämlich die Transformation des Goldes in Uran. Diese Umwandlung geschah nach der Umarbeitung des Bleis in Gold.

Bevor Jung auf den Traum eingeht, fragt er ziemlich barsch: **Wie lange führen Sie schon ein Traumjournal?** «Seit etwa drei bis vier Monaten», antworte ich. — Später überlege ich mir, daß ich ja seit 1963 meine Träume aufschreibe, regelmäßig allerdings erst seit Beginn dieses Jahres.

Kommentar: Jungs Frage sollte mich wohl dazu bringen, darüber nachzudenken, ob mein bisheriger Erfahrungshintergrund ausreichend genug war, um in eine ernsthafte Diskussion eingebracht zu werden. Er war es nicht, also mußte ich tiefer in den nächtlichen Bereich hineingehen, bevor ich daran denken konnte, von meinen Erlebnissen zu erzählen.⁹¹

28.4.69 Die Sprache als Viertes

Mit Kreide male ich drei Schädel und ein Blockdiagramm an die Wandtafel und erkläre den Zuhörern, daß durch die Vereinigung der beiden Vorstufen des Menschen mit dem heutigen Menschen etwas Viertes entsteht. Dieses Vierte ist die Fähigkeit der Sprache, wodurch die Möglichkeit zu kommunizieren gegeben ist — ein echter evolutiver Schritt. Auf die gesamte Menschheit übertragen, ergeben sich daraus völlig neue Perspektiven, zumal dabei auch Gefühl und Intelligenz bzw. Denken vereint sind.

Gegen meine These werden einige Gegenargumente vorgebracht, die lebhaft diskutiert werden. Schließlich einigt man sich aber doch darauf, meine Theorie zu akzeptieren, wobei allen bewußt ist, daß sich die daraus abzuleitenden Schlußfolgerungen nur sehr schwer werden in die Tat umsetzen lassen.

Kommentar: Die Sprache ermöglicht es dem Menschen, seine Gedanken und Gefühle zu äußern. Die sich hieraus ergebenden Folgen sind unabsehbar und manchmal schwer zu verkraften.

10. 8.70 Gespräch mit der Großmutter in Arosa

(Hier handelt es sich um eine *Alltagserfahrung!*) Ich habe das Vertrauen meiner Großmutter gewonnen, weshalb sie mir einige ihrer außergewöhnlichen Erlebnisse erzählt. Es fällt mir auf, daß sie ziemlich nervös ist und mich kaum jemals direkt ansieht. Darauf angesprochen sagt sie, normalerweise würden die Leute nur lachen, wenn sie von derartigen Dingen berichte. Aber für sie selbst seien diese Erfahrungen Realität. — Und schon ihre Mutter habe stets betont, daß der Mensch viel öfters solches erleben würde, wenn er sich von Äußerlichkeiten nicht so sehr ablenken ließe. Meine Großmutter mütterlicherseits war also eine jener Frauen, die sich ihre besonderen Erlebnisse trotz der ablehnenden Haltung seitens der Umwelt bewahrt hatten und nur darauf warteten, von jemandem danach gefragt zu werden. Auch eine Schwester meines Vaters wußte mir stets wunderliche Geschichten von Geistererscheinungen und Vorzeichen zu berichten, wobei sie sich stets zuerst vergewisserte, ob ich als <Studierter> die Dinge wirklich ernst nahm und nicht darüber lachte. Beide sprachen nur dann über ihre Erlebnisse, wenn sie das Gefühl hatten, daß ich als Zuhörer etwas von dem in Erfahrung bringen wollte, was sie da <hinter vorgehaltener Hand> übermittelten. Was ich da hörte, war ein Teil des <geheimen Wissens> der Familie, ein nur mündlich überliefertes Erbe, das mich mit den <übersinnlichen Fähigkeiten> meiner Ahnen verband.⁹² Nun war es an mir, einen Erfahrungsanschluß an diese Tradition zu finden und nach Ausdrucksformen zu suchen, um das <Außergewöhnliche> mitzuleben und in Worte zu fassen. Damals schrieb ich nach dem Gespräch mit meiner Großmutter in mein Tagebuch: «Wie ist es möglich, an der Universität Studien zu betreiben und mit einem Doktorat abzuschließen, wenn man von Gebieten gehört hat, von denen die offiziell anerkannte und institutionalisierte Wissenschaft nichts wissen will?»

31.7.72 Die Schatulle mit dem Ring

Gegen Ende des Traumgeschehens erstehe ich in einem Antiquitäten-geschäft eine wertvolle Schatulle, die einen ganz besonderen Ring enthält. Die Besitzerin des Antiquariats erläutert die Herkunft dieses Stückes. Es stamme aus China, sei uralte und sehr selten, wenn nicht gar einmalig. Der Ring faßt zwei dicht nebeneinanderliegende, kleine ebene-mäßig runde Steine, die wegen ihres hohen Alters ihre Leuchtkraft verloren haben. Der eine muß rot, der andere weiß gewesen sein. Ich denke sofort an den vir rubeus und die mulier candida.⁹³

Kommentar: Bei der Bearbeitung dieses Trauminhaltes stieß ich auch auf eine Stelle in Jungs «Mysterium Coniunctionis», die mich beeindruckte.⁹⁴ Demnach ging es darum, das Erfahrene in das alltägliche Leben umzusetzen — und genau das war eine Forderung, die sich nur unter der Bedingung erfüllen ließ, wenn es mir gelang, meine Erlebnisse in die Sprache umzusetzen und zu kommunizieren.

3.12.72 Der Brief aus Utrecht

Ich erhalte einen dicken Brief von Peter Frei aus Utrecht. Obwohl ich das Gefühl habe, diesen Mann zu kennen, erinnere ich mich nicht an ihn. Nach dem Öffnen des Briefes beginne ich die zwanzig eng beschriebenen Seiten zu lesen. In der Einleitung betont Herr Frei, daß er etwas derart Eindrückliches erlebt habe, daß er mir seine Erfahrung unbedingt mitteilen müsse, damit auch ein anderer Mensch von ihr wisse.

Beim Vergleich der Absenderadresse auf dem Briefumschlag mit der auf der ersten Seite des Briefes fällt mir auf, daß ein bestimmtes Wort einen Buchstaben mehr aufweist. Dieser Buchstabe ist ein M.

Kommentar: Aus der Amplifikation des M⁹⁵ und der Traumaussage konnte ich ableiten, daß nach einer zutiefst erschütternden numinosen Erfahrung eine *innere* Disziplinierung (das zusätzliche M im Briefinnern!) notwendig ist. Ohne diese Disziplinierung kann ein solches Erlebnis nicht in Worte gefaßt und erzählt werden.

8.7.73 Die Schwalbe mit dem Pyrit

In der Jacke meines Schlafanzugs ertaste ich was Lebendiges, das in den Saum eingenäht ist. Da ich keine Ahnung habe, was es sein könnte, eke ich mich davor. Aber — was auch immer es sein mag — ich muß es herausholen. Vorsichtig reiße ich die Saumnaht auf und spüre das Gefieder eines kleinen Vogels. Um ihn nicht zu zerdrücken oder ihm die Flügel zu brechen, handle ich sehr sorgfältig und behutsam. Das Tier soll sich nicht ängstigen, denn es könnte sich bei einem verzweifelten Befreiungsversuch selbst verletzen.

Der Vogel entpuppt sich als Schwalbe mit schwarzem Rücken und weißen Bauchfedern, die in ihren Klauen einen kleinen Hohlzylinder hält, den sie nicht freigeben will. Um das Tier ganz herauszubekommen, muß es jedoch das graue Stück Pyrit (Bezeichnung für einen Sprengstoff), das an einem Ende weiß ist, freigeben.

Wie die befreite und jetzt herumfliegende Schwalbe sieht, wie ich den Sprengstoff wie einen Gummiball zu Boden werfe und wieder auffange, beginnt sie aufgeregter zu schwatzen: «Dies ist eine hochexplosive Masse,

die man zum Zünden von Sprengkörpern benutzt. Hör auf, das Ding wie einen Ball herumzuwerfen!» «Und wenn», antworte ich, «es ist zuwenig, um Schaden anzurichten.» - Doch der Vogel will den Pyrit unbedingt wiederhaben. So werfe ich die Masse in die Luft (die Schwalbe soll sie im Flug auffangen).

Doch plötzlich explodiert der Hohlzylinder. Aus dem Feuerwerk entsteht eine Buchstaben-Girlande in Halbkreisform, die vom herumfliegenden Tier aufgesammelt wird. Erst jetzt erkenne ich, daß die Schwalbe den Sprengstoff in seiner ursprünglichen Gestalt gar nicht hätte zurücknehmen können.

Kommentar: Was sich da im persönlichsten Bereich versteckt und nur schwer hervorzuholen ist, bringt hochexplosives Material mit sich, mit dem man nicht leichtfertig spielen sollte. Es muß zurück- und damit weitergegeben werden. Dann transformiert sich der Sprengstoff gewisser Erfahrungsinhalte in Buchstaben, welche die Schwalbe in ferne Länder tragen kann.⁹⁶

10.7.73 Die Tunnelkatastrophe

Ich habe einen langen Zug in einem Tunnel zum Stehen gebracht und damit ein Unglück verhindert. Aber nun droht eine andere Gefahr, die Tausende von Menschenleben fordern könnte. Ich bin mir dessen völlig sicher und weiß, daß dieser Ort sofort verlassen werden muß. Allen, denen ich unterwegs begegne, sage ich ruhig, aber bestimmt, sie sollten so schnell wie möglich von hier Weggehen, und bitte sie gleichzeitig, diese Meldung weiterzugeben. Ich erzähle ihnen beiläufig von der großen Gefahr, ohne die Angelegenheit zu dramatisieren — aber kaum jemand achtet auf meine Worte.

Nach einigen Minuten beginnt die Erde schwach zu zittern, und weit hinten grollt der Berg. Im Tunnel blitzt es in der Ferne wie bei einer Explosion auf. Danach rieselt Staub von der Decke, und kleinere Gesteinsbrocken brechen los. Weiter hinten fallen schon größere Stücke wie mächtige Schatten herab — kurz darauf sind die ersten Schreie zu hören.

Die Erdbeben welle rollt immer näher heran. Die Leute, an denen ich vorbeigehe, brauchen nun nicht mehr gewarnt zu werden, denn sie sehen, wie die in der Ferne in Panik durcheinanderlaufende Menge vom herunterstürzenden Fels zermalmt wird. Doch statt zu fliehen, schauen sie fasziniert dem Schauspiel zu und vergessen dabei, daß sie selbst in Todesgefahr sind. Ich laufe weiter, obwohl das Gehen äußerst mühsam ist. Endlich erreiche ich das Ende des Tunnels. Ich komme kaum durch, weil von draußen Hunderte von Schaulustigen hereinströmen, die sich diese Sensation unter keinen Umständen entgehen lassen wollen.

Außerhalb des Tunnels scheint es mir ratsam, einen gewissen Sicherheitsabstand zu gewinnen, weshalb ich einen steilen Hang hinaufklettere, was ungemein anstrengend ist. Außerdem bin ich sehr deprimiert und erschüttert, denn in der Nähe des Tunnaleinganges ergötzen sich viele am grausigen Geschehen und freuen sich unbändig, wenn wieder ein Leib bis zur Unkenntlichkeit zerquetscht wird und die blutigen Fleischmassen gräßliche Schreie ausstoßen — als wäre dies alles ein Zeitvertreib, ein Gladiatorenspiel, bei dem die Spannung ein Höchstmaß erreicht, wenn die Qualen eines Sterbenden am größten sind. Lust und Agonie entstellen die Gesichtszüge.

Beim Anblick dieser Szenen fühle ich mich irgendwie von all den gewaltigen Emotionen, die bei dieser Katastrophe frei werden, abgesondert. Sonst würde es mich innerlich zerreißen. Da ich mich weder in der Sensationsgier noch im Weltschmerz auflöse, kann ich das gewaltige kollektive Ereignis fast wie ein Unbeteiligter beobachten. Ich behalte mein persönliches menschliches Maß und bleibe ein Mensch mit einer subjektiven Einstellung. Ich fühle und leide wie jemand, der mit dem, was um ihn herum geschieht, nicht identisch ist, wie jemand, der seine kritische Distanz bewahrt hat. Deshalb werde ich nicht in den Sog der destruktiven Gefühle hineingerissen.⁹⁷

Kommentar: Wer erkennt, wie andere in ihr Unglück hineinrennen, ist geneigt, seine warnende Stimme dramatisierend zur Geltung zu bringen und alles daranzusetzen, die Gefährdeten aufzurütteln und zu «bekehren-». Doch gerade bei kollektiven Erschütterungen besteht kein Grund, sich als einzelnes Individuum auf die eine oder andere Seite ziehen zu lassen, d.h. zum Massenpartikel oder zum Rufer in der Wüste zu werden. Auf diese Weise geht man einfach im Sog der Emotionalität und der Affekte unter - und verliert seinen Standpunkt und die Möglichkeit, differenziert zu reagieren. Die Verantwortung des einzelnen ist meines Erachtens dann erfüllt, wenn er unaufdringlich — aber bestimmt — einen Sachverhalt aufzeigt, von dem er intuitiv weiß, daß er gefährlich ist. Böse Ahnungen darf man anderen erzählen und sie bitten, es weiterzusagen. Je größer aber eine Gefahr ist, desto zurückhaltender sollte man sein, denn bei derart eruptiven und erschütternden kollektiven Emotionen, die im Zusammenhang mit dem Weg ins Irdische hinein (Tunnel) frei werden, ist es wichtig, Gefühl und Denken in einem überschaubaren Rahmen zu halten. Wenn die Grundfesten des Materiellen beben und alles zusammenbricht, was man sich erarbeitet hat, kommt es zu unabsehbaren Veränderungen. Muß man sich nun deshalb in die allgemeine Weltuntergangsstimmung hineinziehen lassen und zu zetern beginnen, wenn man doch rechtzeitig herauskommen kann? Dies ist zwar mühsam, aber es kann gelingen - wobei man erst

noch mit seinem Mitmenschen reden und ihn auf den Sachverhalt aufmerksam machen kann. Gemeinsam läßt sich dann eine Lösung finden. Diese Lösung sah im Traumgeschehen vom 10. Juli 1973 folgendermaßen aus: Reduzierung der technologischen Möglichkeiten auf das notwendige Minimum (Selbstbeschränkung), wobei sie gleichzeitig auch sehr geschickt genutzt wurden. Auf diese Weise entstand eine erdbebensichere Tunnelröhre.

12.6.74 Die Märchenerzähler

Auf dem Marktplatz in Basel sind einige Märchenerzähler, um die sich gruppenweise die Zuhörer scharen. Ich möchte einem Knaben zuhören, der lebhaft ein Märchen erzählt, das er auswendig gelernt hat. Offensichtlich hatte er sich zu Hause mehrmals eine Märchenplatte angehört und versucht nun, die Erzählerin nachzuahmen, vielleicht sogar zu übertreffen. Ich höre seiner Geschichte bis zum Ende aufmerksam zu, während andere Erwachsene weglaufen oder gelangweilt herumstehen. Vor allem eine Frau, deren Berufes ist, Märchen zu erzählen, verhält sich merkwürdig. Ob sie neidisch auf den Knaben ist, der so ganz natürlich das Märchen zum Besten gibt, und um ihr Monopol fürchtet! — Ich merke, daß es zwei Typen von Märchenerzählern gibt. Der eine erzählt, weil es ihm Freude macht, der andere will damit Geld verdienen.

Kommentar: Wird das Geschichtenerzählen kommerzialisiert, kommt es zu Rivalitäten mit jenen, die aus Freude an der Sache erzählen. Außerdem entstehen durch die Vermarktung Sachzwänge, die sich bei den Märchen in Richtung Verniedlichung und Zeitvertreib für Kinder geltend machen. Auch die nächtlichen Erfahrungen werden insofern versilbert, als sie nur gegen Entgelt erzählt werden dürfen, wobei der *Erzähler* für das Vortragen seiner eigenen Erlebnisse bezahlen muß. Märchen und Träume (wie alle anderen nächtlichen Ereignisse) sind in hohem Maße vermarktet worden — das eine von der Schallplattenindustrie, das andere von der Psychologie. Jene, die aus diesem Kreislauf ausbrechen wollen, müssen damit rechnen, daß sie diffamiert werden. Dies darf sie allerdings nicht daran hindern, ihre Geschichte zu Ende zu erzählen.⁹⁸

4. Kapitel

Die Frage nach der Wirklichkeit

Die *Darstellung* der Wirklichkeit mit den üblichen Mitteln der Beschreibung innerhalb des gewohnten Rahmens ist viel leichter zu begreifen als die direkt erlebte fremdartige Wirklichkeit. Durch die Beschränkung auf das Normale bleibt nämlich der Bedeutungsgehalt der verwendeten Wörter eindimensional und streng abgegrenzt, eingeschränkt auf die Verständigungs- und Erklärungsebene des verwendeten Weltbildes. Dabei ließe sich den Sprachen durchaus eine «objektive» Bedeutung zuweisen — nicht weil sie eine an sich bestehende Wirklichkeit nachbilden, sondern weil sie sie vor-bilden, weil sie bestimmte Weisen und Richtungen der Objektivierung sind. Und dies gilt ebenso wohl für die Welt der inneren Erfahrung, wie es für die Welt der äußeren Erfahrung gilt.»¹ Für die kritische Auffassung erweist sich die Trennung zwischen Subjekt und Objekt als dialektischer Schein, denn es ist offensichtlich, «daß die innere und die äußere Erfahrung nicht fremde und getrennte Dinge sind, sondern daß sie auf gemeinsamen Bedingungen beruhen und daß sie sich nur miteinander und in stetem Bezug aufeinander bilden können. Anstelle der substantiellen Scheidung tritt hier die korrelative Beziehung und Ergänzung.»² Wenn Sprache zu einem Begriffssystem erstarrt, wird es unmöglich, die Wörter flexibel und in neuen Bedeutungszusammenhängen zu verwenden. Sie verliert ihre Lebendigkeit und führt zu einer dogmatisch festgelegten Wirklichkeit.

Vor allem in der alltäglichen Praxis beansprucht eine einzige Betrachtungsweise der Wirklichkeit richtungweisende Gültigkeit. Sie gilt als absolut verbindliche Norm, an die man sich *anzupassen* hat — ohne Berücksichtigung der Tatsache, daß einerseits Theorien entwickelt wurden, die eine Multidimensionalität der Wirklichkeit zum Inhalt haben, und andererseits Erfahrungen bestehen, die die gefühlsmäßige Gewißheit geben, daß es neben dem Alltag noch andere reale Existenzmöglichkeiten gibt. Die Erfahrung nicht-alltäglicher Wirklichkeiten wirkt *desillusionierend*, denn sie zeigt, daß der Alltag bloß ein Teil der Wirklichkeit ist und keinerlei Berechtigung besitzt, einen Ausschließlichkeitsanspruch zu erheben.

Es geht also darum, dem gesellschaftskonformen Menschen «vor Augen zu führen, daß es einen Bereich der Wirklichkeit gibt, den zu betreten, und vor allem, den als Wirklichkeit anzuerkennen, von dessen gepanzerter Kultur im allgemeinen untersagt ist.»³ Dabei ist nicht zu übersehen, daß die Veränderungen der Wirklichkeitsvorstellungen, welche die Grundlage zum Verständnis der Außerkörperlichkeit bilden, nicht einfach eine Fortsetzung der vergangenen Entwicklung genannt werden können. Hier handelt es sich um einen wirklichen Bruch in der Struktur unseres Weltbildes.⁴ Außerdem ist nochmals zu betonen, daß der subjektiven Komponente bei der Festlegung dieser Wirklichkeitsaspekte eine unter keinen Umständen mehr zu vernachlässigende Rolle zukommt. Im Alltag mag bisher der eminente Einfluß persönlicher Vorstellungen bei der Gestaltung der normalen Realität noch übersehen worden sein, doch jenseits dieser Wirklichkeit führt diese Verdrängung in jedem Fall zum Scheitern aller Bemühungen, d. h. zum Bewußtseinsverlust.

Wenn sich die Realität nicht mehr als das erweist, was sie innerhalb unserer Kultur zu sein hätte, und wenn sie sich nicht mehr so verhält, wie das der Wissenschaftler von ihr erwartet, *müssen* die verwendeten Theorien überprüft werden. Da die theoretischen Annahmen vor allem durch die Eigenerfahrung der Außerkörperlichkeit in Frage gestellt und falsifiziert werden, wird dieser Erlebnisbereich gerade vom Wissenschaftler rigoros ausgeschaltet bzw. verunmöglicht. Sogar die Vorstufen des außerkörperlichen Zustandes werden blockiert, d. h. entweder pejorativ behandelt oder einer reduktiven Interpretation unterworfen. Auf diese Weise verscherzt man sich die Chance, Kontakt mit einer umfassenderen Wirklichkeit zu bekommen, welche die seelische Wirklichkeit und den Alltag miteinschließt. Der Versuch, die Realität in unveränderter Form beizubehalten, ist mit dem Ausschluß von Eigenerfahrungsbereichen zu bezahlen, die zur Aufhebung des Gegensatzes zwischen Alltagswirklichkeit und Paranormalität beitragen könnten.⁵ — Dabei geht es auch um die Erfüllung einer Lebensaufgabe und die

«Eroberung» des Weiblichen, wie sie in der Geschichte von *Gawan beim Grünen Ritter*, einem Roman aus dem Artus-Kreis, erzählt wird.⁶

Gawan hat die Proben im Schloß des Grünen Ritters bestanden und Standhaftigkeit und Geduld bewiesen — «wesentliche Züge, um das weibliche Element, das dieses verwunschene Schloß geheim erfüllt, zu gewinnen. . . In dieser anmutigen, unterhaltsamen Bildersprache bedeutet die Eroberung des Weiblichen die Erfüllung der Lebensaufgabe. Das Umgreifen des — allem Männlichen so fremden und gegensätzlichen — weiblichen Prinzips, das dem Helden durch Erkennen und Annehmen von dessen innerstem Wesen gelingt, bedeutet für ihn die Aussöhnung und Vereinigung der Gegensätze in ihm selbst, und dies

erlöst ihn am Ende von aller Einseitigkeit und den daraus erwachsenden Ängsten und Begierden. Durch diesen Sieg erlangt er die Ganzheit des menschlichen Bewußtseins, gewinnt er die Reife, die alles im Gleichgewicht trägt: Leben und Tod, männlich und weiblich und alle anderen Gegensätze, welche die eine Wirklichkeit, die das Leben ist, in unsere üblichen Benennungs- und Erfahrungsformen aufspalten. Gerade die Tugenden, die Gawan befähigt haben, das Weibliche aus der Verfallenheit an seine Natur zu befreien: Standhaftigkeit, Geduld, Unerschrockenheit und Selbstverleugnung — sie führen auch zum Heiligtum des Todes, dessen Pforten aufspringen, um die Schätze der Erleuchtung preiszugeben. Sie sind die Schlüssel zur Weisheit jenseits der Grenzpfähle von irdischem Leben und Tod, Schlüssel zum Verständnis des ewigen Lebens. Indem der erprobte Held die verborgene Identität der Gegensätze anerkennt und die widerstreitenden Erscheinungsformen, die normalerweise unser Gemüt beunruhigen und alle Not unserer unerleuchteten Alltagsreaktionen verursachen, für nichts achtet, erlöst er sich von der natürlichen Furcht vor dem Erlöschen in der Wandlung.»⁷

4.1. Wahrheit und Wirklichkeit

Was uns unsinnig scheint, nennen wir einen Wahn. «Wir glauben, den Sachverhalt richtig zu erfassen, wenn wir annehmen, es gebe eine Realität, eine allgemein verbindliche Wirklichkeit, die wir wahrnehmen können, eine Wahrheit, der der Wahnende dann eine wahnhafte Bedeutung beilegt. Ist das nicht eine eigentümliche, zeitspezifische Simplifikation? *Als ob wir wüßten, was die Wahrheit ist!*»⁸

Was wir dagegen vorbehaltlos annehmen, ist für uns sinnvoll und wahr - und manchmal sogar heilig. Einzelne mögen sich sogar besonders fortgeschritten und eingeweiht Vorkommen und behaupten dann: «Erinnere dich, daß das Gesetz des Mysteriums die große Wahrheit verhüllt. Das ganze Wissen kann nur unseren Brüdern geoffenbart werden, die dieselben Prüfungen bestanden haben wie wir. Man muß die Wahrheit nach dem Verständnisvermögen messen, sie verschleiern vor den Schwachen, die sie wahnsinnig machen würde, sie verbergen vor den Toren, die nur Bruchstücke erfassen würden. Schließe sie ein in dein Herz und laß sie aus deinem Werk sprechen. Das Wissen wird deine Kraft sein, der Glaube dein Schwert und das Schweigen deine unzerbrechliche Rüstung.»⁹ — Doch «die Wahrheit ist fern, und das Leben ist kurz»¹⁰, sagte der 1673 verstorbene Koreaner Bauggae. Deshalb halte man sich klugerweise an Bodhidharmas Antwort an Wu-Di von Liang, der den Großmeister fragte: «Welches ist der höchste Sinn der Heiligen

Wahrheit? Bodhidharma sagte: Offene Weite — nichts von heilig.»¹¹ Was Wu-Di da in seinem Befangensein an Lehrsätze und dogmatische Formeln fragt, das zirpt und schnurrt nicht, denn auf diese Weise gelingt es niemals, an etwas heranzukommen, was von *außer-ordentlicher* Bedeutung ist. Bodhidharmas Antwort ist denn auch unmißverständlich und von tödlicher Klarheit.¹²

Solange man bei einer Wechselwirkung die unvermeidliche, gegenseitige Einwirkung aller beteiligten Subjekte nicht in Betracht zieht, sucht man vergeblich nach einer letzten Wahrheit und nach der eigentlichen Wirklichkeit. Wahrheit und Wirklichkeit verstecken sich nirgends, sie sind stets offenbar. Nur diejenigen, welche die unauflösbare Beziehung zwischen Subjekt und Objekt mißachten, verstehen die offene Botschaft nicht und bemühen sich unermüdlich um die Aufschlüsselung letzter Geheimnisse. Für diese ist es nicht leicht, die Lektion von Bodhidharma zu begreifen, weil sie nicht einsehen wollen, daß jede Wirklichkeit ihre eigene Wahrheit miteinschließt, die nur für das betreffende Wechselwirkungsgeschehen Gültigkeit besitzt und sich nicht verallgemeinern läßt. Jeder Versuch, eine augenblicklich geltende Regel zu einem Naturgesetz zu erweitern, erfordert eine drastische Beschränkung der vorhandenen Vielfalt — bis jene Einfachheit erreicht ist, die es erlaubt, Experimente durchzuführen, mit deren Hilfe es gelingt, Gesetze bzw. Theorien zu beweisen oder — vorsichtiger ausgedrückt — Arbeitshypothesen zu bestätigen. Nur hat man in diesen Fällen daran zu denken, daß nur gezeigt werden konnte, wie äußere Ereignisse durch bestimmte Versuchsanordnungen zu manipulieren sind, damit sie die erwarteten Wechselwirkungen erbringen. Mehr nicht — aber auch nicht weniger! Allein die Tatsache des Gelingens derartiger Vorhaben führt zur Schlußfolgerung, daß alle Erfahrungen (und nicht nur das Ablesen von Skalenwerten) Ausdruck solcher Beeinflussungen sind.

Alle an einer Wechselwirkung Beteiligten lassen sich nur bis zu einem gewissen Grade manipulieren bzw. beeinflussen. Deshalb scheitern viele Experimente entweder am <Objekt> oder am <Subjektanteil> der Partnersysteme. Dann muß es eben zu einer Revision der Vorstellungen, Theorien und Experimente kommen. Gelingen im Anschluß daran die Versuche, ist gezeigt worden, daß die neue Art des Vorgehens zu einer erfolgreichen Wechselwirkung führt. Dieser Erfolg ist nicht Ausdruck eines subjektunabhängigen Gesetzes, sondern das Kennzeichen einer Fragestellung, die es dem anderen System erlaubt, eine Antwort zu geben. Frage und Antwort sind auf Gedeih und Verderb unauflösbar miteinander verbunden! Deshalb darf sich der Mensch keine Einschränkung der Art der Fragestellung gefallen lassen. Die naturwissenschaftliche Fragestellung ergibt *nur* naturwissenschaftlich

relevante Antworten, die innerhalb des gewählten axiomatischen Systems widerspruchsfrei sind. Dasselbe gilt für alle anderen Wissenschaften. Weshalb sollte man sich also darum bemühen, vom gegenwärtigen Augenblick und vom gewählten wissenschaftlichen System aus zu einer Verallgemeinerung voranzuschreiten, die einen absoluten Wahrheitsanspruch erhebt und ein prinzipiell geltendes Gesetz sein will, dem alles subsumiert werden kann? So etwas wäre niemals ein Fortschritt, sondern ein Wegtreten, ein Hinausgehen aus dem momentanen Geschehen. Man entzieht sich der direkten Konfrontation, legt systemfremde Maßstäbe an und blickt als Unbeteiligter und Besserwisser von einer höheren Warte aus auf das vergängliche Geschehen. Man tut immer etwas anderes als das, was im Hier und Jetzt von ausschlaggebender Bedeutung wäre. Wer nach dem *Ding an sich* Ausschau hält und von der absoluten Wahrheit spricht, ist bereits gestorben, denn er lebt nicht mehr spontan in der gegenwärtigen Wechselwirkung. Wahrheitssucher in diesem Sinne entziehen sich dem Wandel und verhindern aktiv jede Art von evolutivem Geschehen. Da sie bereits alles wissen, können sie nicht mehr staunen, sondern nur noch kritisch sichten. Sie haben ihre Kindheit *verloren* und damit die Möglichkeit vergessen, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen.

Das Erlebnis der Außerkörperlichkeit ist wie das der Innerkörperlichkeit eine Tatsache, eine Wahrheit. Man verliert nun viel zu viel Zeit mit der Beantwortung der Frage nach dem Annäherungsgrad *dieser* Wahrheit an die *absolute* Wahrheit, zumal letztere ein rein spekulatives Gebilde ist, das jede (!) Erfahrung transzendiert und nirgends kommunizierbar ist. Und mit dem unsinnigen Versuch, ein persönliches Erlebnis objektiv zu beweisen, verbaut man sich den Weg zu einer Wiederholung und lenkt die anderen davon ab, die fragliche Sache *selbst* zu erleben. Es ist fruchtbarer, die Frage nach den Voraussetzungen zu stellen, die es einem Ich ermöglichen, vollbewußt zu existieren und mit anderen Wesenheiten in Beziehung zu treten, um Gemeinsamkeit und Partnerschaft zu realisieren.

4.2. Schweigen und Schauen

Wer wollte bestreiten, daß Wirklichkeit stets mehr ist, als was wir meinen, daß Wirklichkeit zu sein habe. Aber welche praktischen Konsequenzen werden aus dieser Einsicht gezogen? «Da unsere Darstellung der Wirklichkeit so viel leichter zu begreifen ist als die Wirklichkeit selbst, neigen wir dazu, die beiden zu verwechseln und unsere Begriffe und Symbole für die Wirklichkeit zu halten.»¹³

Ich hatte Mühe, den sicheren Hort der gewohnten Beschreibungen zu

verlassen und in das Neuland des kaum mehr in Worte zu Fassenden hinauszugehen. Obwohl mich gerade die nächtlichen Erfahrungen immer wieder auf die Beschränktheit meiner Vorstellungen aufmerksam machten, fiel es mir schwer, konsequent danach zu handeln. Die Tragweite gewisser Erlebnisse war eben nur schwer abzuschätzen, weil ich ein Gefangener meiner Anschauungen war und es nicht wagte, das alte Weltbild aufzugeben. Da nützten auch jene Traumerfahrungen nicht viel, die das übliche Schema auf eine unbegreifliche Weise durchbrachen und Einblicke in Wirklichkeitsbereiche eröffneten, die dem Gewohnten zuwiderliefen:

Zusammen mit meiner Familie sitze ich in einem Bergrestaurant gemütlich an einem Tisch. Wir essen etwas und schauen in die gebirgige Landschaft hinaus. Plötzlich bricht eine umfassendere Wirklichkeit auf und gibt den Blick in eine unendlich weit sich ausdehnende Landschaft frei, in der Rationales und Irrationales vereint scheinen.

28.8.1970

Draußen vor einem Haus sitze ich in einem Lehnstuhl und betrachte — im Wissen um meinen Zustand — die bewaldeten Hügelzüge. Ohne ersichtlichen Grund wird die Gegend transparent, wodurch wiederum die rationale und die irrationale Sphäre miteinander verschmelzen und füreinander durchlässig werden, so daß ein eindruckliches Bild der Ganzheit entsteht.

13.9.1970

Nur mit einem aufseufzenden Zurücklehnen in den bequemen alten Stuhl waren derartige Erlebnisse schnell bis zur Bedeutungslosigkeit abgewertet. Ich mußte schon aufstehen und den bisherigen Standpunkt aufgeben — und dann den mühsamen Weg unter die Füße nehmen und in die neue Landschaft hineingehen.

Als sich der gewohnte Horizont ausweitete und die bekannte Weltanschauung auf eine umfassendere Ganzheit hin öffnete, genügte das distanzierte und interessierte Beschauen, genügte eine nur logische Analyse nicht mehr. Um tiefer in das fragliche Neuland einzudringen, mußten andere Mittel aufgebracht werden. Wenn ich nur von der sicheren Warte aus zuschaute, verschlossen sich mir die spontan aufgebrochenen Horizonte wieder.

Als es mir gelang, wenigstens einen Teil meiner Bequemlichkeit und Selbstgenügsamkeit aufzugeben und durch Risikobereitschaft und Dis-

ziplinierung zu ersetzen, konnte ich bald (genauer gesagt nach Jahren) einsehen, woran es fehlte. Es ging z. B. darum, einmal anders als üblich an eine Sache heranzugehen, neue Methoden zu entwickeln und zu benutzen, die Dinge besser auszuwerten, mich nicht ausschließlich vom Intellekt und vom Alltag bestimmen zu lassen, die familiären und gesellschaftlichen Wurzeln zu akzeptieren und dennoch zu «transzendieren» und den «Schatten» zu leben. Außerdem durfte ich nicht mehr vor den eigenen Schwächen davonlaufen und nichts mehr verdrängen. Statt Machtansprüche durchzusetzen, waren partnerschaftliche Beziehungen aufzubauen, Gefühle mitzuleben und Handlungsweisen zu realisieren, die das Mitleid miteinschlossen. Ferner hatte ich jede Form der Ästhetisierung aufzugeben und beide Teile eines Gegensatzes zu integrieren, was in vielen Fällen nicht besonders angenehm war. Auch die Bewußtwerdung der Notwendigkeit des eigenen Todes, des Selbstopfers und der Tatsache der Mitschuld gehörten zur Eröffnung neuer Horizonte. Ferner ging es darum, einzusehen, wie sehr ich durch meinen Aufbruch mich und die anderen in der bisherigen Lebensweise verletzte, wie stark ich trotz aller Bemühungen dem alten verhaftet blieb und wie schwierig es war, das Ganz-Andere mitzuleben und dennoch den Anforderungen des Diesseitigen gerecht zu werden — ein umfassendes Programm, das mir etliches Kopfzerbrechen bereitete und manchen gefühlsmäßig kaum erträglichen Traum bescherte. Selbstverständlich bemühe ich mich noch heute um diese und andere Probleme, nur haben sich die Schwerpunkte etwas verlagert, und vieles hat sich gewandelt.

Nachdem ich in den Jahren 1971/72 zaghaft, nicht besonders intensiv und kaum konsequent begonnen hatte, von meiner bequemen und sicheren Warte des naturwissenschaftlichen und tiefenpsychologischen Standpunktes abzulassen und etwas wegzugehen, wagte ich es schließlich, ein paar Schritte in das für mich vollkommen neue Gebiet hineinzugehen. Doch schon von Anfang an war es mehr ein Stolpern und Fallen als ein weitausgreifendes Schreiten, denn es gab zu viele Hindernisse, die ich mir oft selbst in den Weg legte oder einfach in ihrer Ausdehnung und ihrem Zusammenhang nicht überblicken konnte. Tatsächlich war und ist es ein langer und beschwerlicher Weg, der niemals endet, aber sich in seinem Verlauf derart ändert, daß alle Gesichtspunkte und Probleme in einem anderen Licht erscheinen. Manchmal waren es verblüffend einfache Dinge, die es gleich zu Beginn bewußtzumachen galt, bevor ein nächster Schritt gelingen konnte und ich nicht in einer Sackgasse steckenblieb. Da ich u.a. unfähig war, schweigend, ohne sofortigen Kommentar und ohne Deutungsversuch ein Geschehen zu betrachten, machte mich folgender luzide Traum ziemlich betroffen:

Ich stehe auf einem Hügel und schaue in eine phantastische, weite Landschaft hinaus, die von einem strahlend-blauen Himmel überwölbt ist. Als ich ein paar Schritte vom Ausgangspunkt weggegangen bin, sehe ich plötzlich auf dem Boden eine dicke braune Schlange. Erschreckt bleibe ich stehen, denn beinahe bin ich auf sie getreten. Das Tier kriecht auf mich zu. Zuerst will ich wegrennen, doch dann überlege ich mir, daß eine Flucht unter diesen Umständen — ich bin mir nämlich meines Zustandes bewußt — nur wieder in den Alltag zurückführen müßte. Ich nehme all meinen Mut zusammen und erwarte das Schlimmste — den äußerst schmerzhaften, tödlichen Biß der Schlange.

Doch das giftige Tier (es muß eine Giftschlange sein, denn ihr Körper ist kaum ein Meter lang und mindestens 20 Zentimeter dick, kurz und gedrungen — das Kennzeichen einiger großer Giftschlangen) kriecht langsam an meinen Beinen empor, windet sich um meinen Leib und erreicht schließlich meinen Hals. Es ist entsetzlich — ob sie mich wie eine Python oder Anakonda zu Tode drücken will? Ich wage es nicht einmal, zu zittern oder einen Schrei auszustoßen, sondern versuche, vollkommen stillzubleiben. Dann erreicht sie meinen Kopf und verschließt mit einer Windung ihres Leibes meinen Mund. Sie drückt derart fest zu, daß ich meine Kiefer überhaupt nicht bewegen und kaum mehr atmen kann. Ich erstickte beinahe, doch mit der Zeit gelingt es mir, eine der Situation entsprechende Atmungstechnik zu entwickeln und mich an die neuen Verhältnisse zu gewöhnen. Aus Furcht, die Schlange würde bei der geringsten Bewegung meinerseits derart fest zudrücken, daß meine Kiefer und vielleicht sogar der Schädel brechen müßten, bleibe ich regungslos stehen und atme ganz flach und extrem langsam.

Dann sehe ich plötzlich am Boden einen riesigen Diamanten in Form eines Vajra, eines Donnerkeiles. Er ist mindestens ein Meter lang, weist an den Enden kugelförmig ausgebildete Verdickungen auf und ist unglaublich kompliziert geschliffen. Außerdem glitzert das Gebilde mit unbeschreiblicher Stärke, Klarheit, Schärfe, Vielfalt und Farbenprächtigkeit — ein lebender Diamant! Ich bin zutiefst beeindruckt.

18.1.1974, 1. Teil

Schlange und Donnerkeil konnte ich als Symbole auffassen und ausführlich amplifizieren und deuten, denn es war offensichtlich, daß die beiden Dinge z.B. mit der Tantrik bzw. dem Vajrayana zu tun hatten.¹⁴ Dieses Vorgehen hätte aber dazu geführt, daß ich die fraglichen Dinge aus den Augen verlor. Letzten Endes hätten sie ihre Form unter der Last des zusätzlichen Materials verändert — bis zur Unkenntlichkeit. Dieser Sachverhalt wurde durch die Fortsetzung des Geschehens deutlich dargestellt. Im Grunde mußte ich nur noch bereit sein, die Schlußfolgerungen daraus zu ziehen.

Irgendwie verliere ich den Donnerkeil aus den Augen und sehe schließlich auf der Erde nur noch einen braunen Schlauch und ein Gebilde hegen, das gewisse Ähnlichkeiten mit einem Vajra aufweist. Diese Verwandlung behagt mir überhaupt nicht, ich ärgere mich und versuche vergeblich, den Schlauch wieder in eine Schlange umzuwandeln und auf diese Weise zum Leben zu erwecken. Dazu verwende ich den <Donnerkeil> und führe mit ihm einige magische Gebärden aus. Schließlich wird der Schlauch doch noch lebendig und wächst zu einem Monstrum heran, das eher einer Giraffe denn einer Schlange gleicht. Aber das Wesen ist mehr tot als lebendig und greift mich wütend an, weil ich es erzwungen habe. Es will sich rächen und mich zerquetschen. Nur durch eine List kann ich der Gefahr entgehen. Ich erinnere mich an das Märchen vom Flaschengeist und sage dem grauenhaften Wesen, daß ich nicht glauben könne, es sei in seiner riesigen Gestalt aus dem kleinen schlangenähnlichen Schlauch entstanden. Da verkleinert sich die Giraffe aus <Lehm> und verwandelt sich in die <Schlange> zurück, die mehr tot als lebendig ist. Sofort zertrümmere ich das tönernen Gebilde und wache anschließend völlig unzufrieden und sehr verärgert im Bett auf, denn ich weiß, daß ich einen groben Fehler gemacht habe — aber welchen!

18.1.1974, Schluß

Die Folgen meines Verhaltens im zweiten Teil des luziden Traumes behagten mir nicht, weshalb ich mich nach anfänglichem Zögern dazu aufraffte, die Angelegenheit genauer zu bedenken. Der Vergleich mit den vorhergehenden und den beiden nachfolgenden nächtlichen Erfahrungen ergab Folgendes: Ich mußte konsequent — theoretisch wie praktisch — zwei verschiedene Wirklichkeitsbereiche unterscheiden, von denen beide ihre je eigene Realität besaßen und sich nicht gegeneinander ausspielen oder gar auf nur eine spezifische Wirklichkeit reduzieren ließen: meine eigene Vorstellungswelt und eine Subjekt- und alltagsunabhängige, autonome Erscheinungswelt. Außerdem hatte es sich nun ganz deutlich gezeigt, daß trotz der Luzidität die Beeinflussungsmöglichkeiten beschränkt blieben.

Willentlich und nur gemäß den *eigenen Wünschen* konnten die Phänomene der anderen Wirklichkeit nicht hervorgebracht werden — es blieb auch <dort> ein nicht manipulierbarer Objektanteil, der für Suggestionen unzugänglich blieb. Die Versuche in dieser Richtung wuchsen zu gefährlichen Monstrositäten heran und begannen sogar das eigensinnige Ich mit seiner Magiermentalität zu bedrohen. Da halfen nur noch die Erinnerung an ein altes Märchen und die Besonnenheit — aufgrund der Tatsache der Kontinuität des Ich-Bewußtseins stand ja dem Einsatz des Gedächtnisses und aller anderen kognitiven und emotionalen Funktionen nichts entgegen!

Das Geschehen im ersten Teil des luziden Traumes betraf vor allem meine ›Schwatzhaftigkeit‹, d. h. meine ständigen Versuche, durch Amplifizieren an etwas heranzukommen, das mir *psychologisch* unverständlich war. Sogar wenn ich in einem Traum bewußt war, bemühte ich mich *während* des Traumgeschehens schon um eine konforme Interpretation der Ereignisse und Dinge. Diese Bemühungen setzte ich dann tagsüber fort und schrieb auf diese Weise Dutzende von Seiten. Ich hatte allerdings das Gefühl, daß ich so nicht weiterkam, doch wußte ich nicht weshalb. Nun war ich aber gewillt, die Lektion in die Praxis umzusetzen. Statt die gesehenen Dinge zu zerreden und durch Deutungen in anderer Form Wiedererstehen zu lassen, beschloß ich, vorerst zu schweigen und auf das eigene Verhalten zu achten. Auf die bisherige Art zu fragen, war mir jetzt nicht mehr erlaubt, denn der Schlangenleib hielt meinen Mund verschlossen. Zur Bewegungslosigkeit verurteilt, mußte ich es mir auch versagen, mich nach dem Diamantzepter zu bücken. Nur still sein und schauen — dies war im Augenblick notwendig — jene nicht-alltäglichen Dinge genau so belassen, wie sie sich mir darstellten - aber dies widersprach einfach allem, was ich bis zu diesem Zeitpunkt gelernt hatte. Doch es blieb mir wohl nichts anderes übrig, als abzuwarten und nur hinzuschauen.

Zwei weitere wichtige Hinweise hatte ich damals einfach nicht verstanden, weil ich nicht bedachte, daß mich der Schlangenleib prinzipiell am Sprechen, aber nicht am Betrachten des Donnerkeils hinderte. Einerseits hätte ich merken müssen, daß das Redeverbot auch für den Alltag Gültigkeit haben könnte — z.B. gegenüber dem Analytiker. Andererseits wäre mir bei einer intensiven (nicht ausschließlich amplifizierenden) Beschäftigung mit der Tantrik aufgefallen, daß dort alle Bemühungen im Dienste der persönlichen Erfahrung standen und sämtliche Meditationstechniken die Kontinuität des Ich-Bewußtseins bedingten oder wenigstens einübten. Nicht die sprachlich korrekte Wiedergabe und Übertragung in ein psychologisches Konzept waren wichtig, sondern die Erfahrung selbst. Um zu erleben, mußte ich aber den inneren (theoretischen) Dialog und die fortlaufende (begriffliche) Beschreibung unterbrechen — allein schon deshalb, weil ich Worte benutzte, die aus dem Alltag stammten. Die Luzidität hatte also einen wesentlichen Nachteil: sie verleitete mich dazu, im nächtlichen Bereich die gleiche Sprache wie im Alltag zu sprechen. Nun wurde ich mundtot gemacht und damit gewissermaßen gezwungen, erkenntnistheoretische Überlegungen anzustellen.

Gemäß tiefenpsychologischer Auffassung handelt es sich bei der Schlange und dem Vajra um Trauminhalte und damit um *Symbole*, die auf jeden Fall gedeutet werden müssen, wenn man an die eigentlich gemeinten psychischen Dynamismen herankommen und sie verstehen

will. Da aber die benutzten Interpretationsmethoden sowohl vom Weltbild der betreffenden psychologischen Schulen als auch von deren Paradigmen abhängen, sind diese Voraussetzungen vor allem im Hinblick auf die Konsequenzen zu prüfen, die sich durch die strikte Anwendung der Deutungsmodelle ergeben. Was ist aber Einbildung und was Wirklichkeit? — Oder ist etwa diese Fragestellung unsinnig, weil sie eine Alternative suggeriert, die nicht besteht? Ist es nicht klüger, nach den *Folgen* zu fragen, die sich aus dem *Verhalten* des Ichs in irgendeiner realen Welt ergeben, statt Phänomene zu interpretieren?

Wenn wir nämlich «die Philosophie des Als Ob» annehmen und wenn wir zugeben, «daß wir nichts mit Gewißheit «wissen» können, daß <Wirklichkeit> nie von uns gefaßt werden kann, aber daß wir praktisch Fiktionen, Postulate und Hypothesen annehmen müssen, und dann so handeln, <als ob> sie wahr wären, dann beurteilen wir damit den Grad, in dem sie sich der Wahrheit annähern, nur nach den praktischen Ergebnissen, und das Leben wird auf diese Weise verhältnismäßig einfach.»¹⁵ Dieser Vorschlag ist um so beachtenswerter, als die tatsächlichen Auswirkungen eines Erlebnisses zum einen vom Consensus abhängen, nämlich davon, welche Beobachtungen als wirklichkeitsbestimmende Wahrnehmungen gelten dürfen und welche nicht. Andererseits hängen die praktischen Folgen einer Wahrnehmung wesentlich von der Bedeutung und dem Wert (im weitesten Sinne des Wortes) ab, die ihnen zugesprochen werden.¹⁶ Am Aufbau der Wirklichkeit sind also verschiedene Wertungsebenen beteiligt. Gesellschaftliche, familiäre und individuelle Vorstellungen spielen eine maßgebliche Rolle. Zwischen ihnen entsteht erst ein Konflikt, wenn widersprüchliche Beobachtungen gemacht werden, Wahrnehmungen, die von einer der drei Ebenen als irreal und irrelevant bezeichnet werden. Derartiges darf nicht einmal mehr so behandelt werden, <als ob> es wahr wäre. Da es keine Relevanz hat, gibt es auch keine «praktischen Ergebnisse». Dieser Ausschluß ist mit einem Wiederholungsverbot der nicht-konformen, paranormalen Erfahrung gekoppelt. Dieses Verbot wird durch «gesetzgeberische» Maßnahmen durchgesetzt. Dadurch wird gewährleistet, daß alle experimentellen Versuche scheitern. Der Absolutheitsanspruch solcher Weltbilder macht denn auch eine erkenntnistheoretische Diskussion überflüssig, wodurch sich jeder Versuch einer Neubegründung der Axiomatik erübrigt.

Nun ist Wiederholbarkeit nicht nur eine Frage der *objektiv* gegebenen Möglichkeiten, sondern ebenso ein Problem der *subjektiven* Voraussetzungen. Die Durchführung eines Experimentes wie z.B. der Außerkörperlichkeit hängt also zur Hälfte von inneren Faktoren ab, nämlich von der erkenntnistheoretischen Einstellung und überhaupt der gesamten leib-seelisch-geistigen Konstitution des Subjektes. Zum

anderen ist der Erfolg eines Experimentes von äußeren Bedingungen abhängig, d. h. von Beruf und Freizeitangebot, von Forderungen, die Gesellschaft und Wissenschaften stellen, und von Informationen, die leicht zugänglich sind.

Innerhalb der technokratischen Zivilisation sind eingehende Ausführungen über das außerkörperliche Experimentierfeld nur schwer zugänglich, obwohl für die Erschließung der Außerkörperlichkeit die traditionellen Wissensquellen eine große Hilfe sein könnten. Für andere Erfahrungen sind nämlich die Quellen der Tradition auch unerlässlich! So lassen sich z. B. ohne Lehrbücher der theoretischen und experimentellen Physik weder Elementarteilchenbeschleuniger noch Plasmareaktoren bauen,- ohne Medizinstudium und spezielle chirurgische Ausbildung kann keine Herztransplantation gelingen. Weshalb sollte es also ohne Auseinandersetzung mit der mystischen Überlieferung, den schamanistischen Techniken, der Sinologie, Mythologie u. ä. *und den eigenen* nächtlichen Erfahrungen irgendwelcher Art zu einer *wiederholbaren* Außerkörperlichkeit kommen!

Unter diesem Blickwinkel wird verständlich, wie stark sich der gesellschaftskonforme Wissenserwerb auf die Außerkörperlichkeit auswirkt. Jede Art traditionell festgelegter Formulierung ist richtungweisend. Wenn sie die Außerkörperlichkeit weder theoretisch noch praktisch berücksichtigt, verhindert sie derartige Erfahrungen zumindest, was deren Wiederholbarkeit betrifft, denn das spontane Auftreten läßt sich bekanntlich nicht vermeiden. Deshalb bin ich mit vielem nicht einverstanden, was C. G. Jung — ganz abgesehen von anderen Psychologen — zu den Träumen gesagt hat, auch wenn er seinen Standpunkt deutlich als den eines Psychologen bezeichnet. Aber mit einer *psychologischen* Betrachtungsweise, die zu Interpretationen innerhalb des theoretischen Systems der Psychologie zwingt, wird man eben einer anderen Wirklichkeit nur zum Teil gerecht. Aussagen wie: «Traum- und spontane Phantasiebilder überhaupt sind Symbole, d. h. bestmögliche Formulierungen noch unbekannter bzw. unbewußter Tatbestände, welche sich meist kompensatorisch zum Bewußtseinsinhalt bzw. zur bewußten Einstellung verhalten»¹⁷, sollten deutlich als Arbeitshypothesen gekennzeichnet sein.

Arbeitshypothesen sind «Als-ob-Wahrheiten», die bestätigt oder widerlegt werden können. Dafür müssen experimentelle Bedingungen und Meßvorrichtungen geschaffen werden, die bestimmten Regeln unterliegen. Grundsätzlich ist dann nur das von den Skalen ablesbar, wofür die Meßapparatur gebaut worden ist. Wird nun das Gehirn mit einer Hypothese «programmiert», funktioniert es innerhalb der festgelegten Bahnungen und wirkt als Filter, der aus der Vielfalt der «inputs» nur diejenigen registriert, die den eigenen Vorstellungen entsprechen.

Deshalb kommt man z. B. bei der Betrachtung der Alchemie zu unterschiedlichen Ergebnissen, die vom gewählten Blickwinkel abhängen. Der Jungianer sieht die Alchemie anders als der Chemiker. Man kann auch mit dem Konzept der Außerkörperlichkeit an die Alchemie herangehen. Die Schlußfolgerungen werden dementsprechend ausfallen, denn auch sie hängen vom theoretischen Konzept und der Logik der Ableitungen ab. Jede Betrachtungsweise mag ihre Berechtigung haben und zu einer widerspruchsfreien — mehr oder weniger komplizierten — Erklärung führen. Gewisse Sachverhalte der Alchemie oder z. B. des Tantra-Yoga, der Märchen und des Schamanismus lassen sich meines Erachtens mit der These der Außerkörperlichkeit einfacher und eleganter verstehen. Deshalb ziehe ich sie der tiefenpsychologischen Betrachtungsweise vor, zumal sie einen wesentlichen Vorteil hat: Sie kann mit der Ich-Bewußtseins-Kontinuität arbeiten und das Konzept der äquivalenten Wirklichkeitsebenen verwenden.

Die Meinung, bei den <Trauminhalten> handle es sich um «unbekannte Tatbestände», kann als Arbeitshypothese auch einfach fallen gelassen werden. Damit erspart man sich die Interpretation und den Zwang zur Umformulierung in die Ausdrucksweise eines vorgegebenen theoretischen Gerüsts. Man geht in diesem Falle davon aus, daß die Tatbestände innerhalb des nächtlichen Erfahrungsbereiches zu einem nichtalltäglichen Wirklichkeitsbereich gehören, der nicht vom Alltag her zu verstehen und zu erklären ist. Das Ich wird sich diese Annahme um so eher zu seiner eigenen machen, je öfter es den außerkörperlichen Zustand erlebt hat oder je deutlicher es sich bei einem erstmaligen Austritt der Tatsache bewußt gewesen ist, nicht mehr innerhalb des physischen Körpers zu sein. Dann erlebt es nämlich die sogenannten «spontanen Phantasiebilder» nicht mehr als Symbole, sondern schlicht und einfach als Wirklichkeit, deren Realität zweifelsfrei feststeht und als ebenso autonom wie der Alltag erscheint. In diesem Zusammenhang möchte ich auf ein bestimmtes Erlebnis von C. G. Jung hinweisen, das als außerkörperliche Erfahrung bezeichnet werden kann.¹⁸

Jung schreibt: ««Zu Beginn des Jahres 1944 brach ich mir den Fuß, und es folgte ein Herzinfarkt. Im Zustand der Bewußtlosigkeit erlebte ich Delirien und Visionen. . . Die Bilder waren so gewaltig, daß ich selber schloß, ich sei dem Tode nahe... Ich war an der äußersten Grenze und weiß nicht, befand ich mich in einem Traum oder in Ekstase. Jedenfalls begannen sich höchst eindrucksvolle Dinge für mich abzuspielen.»¹⁹ Obwohl Jung das Konzept der Außerkörperlichkeit <nicht> kennt, beschreibt er seinen Zustand und die damit verbundenen Erlebnisse auf eine Weise, die darauf schließen läßt, daß er über die Kontinuität des Ich-Bewußtseins verfügt haben muß — also sehr genau wußte, daß er sich nicht mehr in seinem (nunmehr eben bewußtlosen) physischen

Körper befand. Seine Unschlüssigkeit, ob es sich dabei um einen Traum oder eine Ekstase handelt, ist eine Folge seiner theoretischen Vorentscheidungen, welche die Außerkörperlichkeit nicht thematisiert hatten. Doch Jung wird vom Erfahrungsgeschehen korrigiert und kommt später nicht umhin zu sagen:

«Von der Schönheit und Intensität des Gefühls während der Visionen kann man sich keine Vorstellung machen. Sie waren das Ungeheuerste, was ich je erlebt habe. Und dann dieser Kontrast, der Tag! Da war ich gequält und mit den Nerven vollständig herunter. Alles irritierte mich. Alles war zu materiell, zu grob und zu schwerfällig, räumlich und geistig beschränkt, zu unerkennbarem Zwecke künstlich eingeengt und besaß doch etwas wie eine hypnotische Kraft, an sich glauben zu machen, wie wenn es die Wirklichkeit selber wäre, während man doch ihre Nichtigkeit deutlich erkannt hatte. Im Grunde genommen bin ich seither, trotz revalorisierten Weltglaubens, nie mehr ganz vom Eindruck losgekommen, daß das 'Leben' ein Existenzausschnitt sei, welcher sich in einem hierfür bereitgestellten dreidimensionalen Weltsystem abspielt.»¹⁰

Von großer Bedeutung ist auch Jungs Beschreibung der «Ich-Auflösung», weil daraus klar ersichtlich wird, daß «trotz allem» eine Einheit weiterbesteht, die sich ihrer eigenen Existenz bewußtbleibt. Was Jung da sagt, charakterisiert die Tatsache der Ich-Bewußtseins-Kontinuität treffend: «Ich hatte das Gefühl, als ob alles Bisherige von mir abgestreift würde. Alles, was ich meinte, was ich wünschte oder dachte, die ganze Phantasmagorie irdischen Daseins fiel von mir ab oder wurde mir geraubt — ein äußerst schmerzlicher Prozeß. Aber etwas blieb; denn es war, als ob ich alles, was ich je gelebt oder getan hätte, alles, was um mich geschehen war, nun bei mir hätte. Ich könnte auch sagen: Es war bei mir, und das war Ich. Ich bestand sozusagen daraus. Ich bestand aus meiner Geschichte und hatte durchaus das Gefühl, das sei nun Ich. «Ich bin dieses Bündel von Vollbrachtem und Gewesenem.» — Dieses Erlebnis brachte mir das Gefühl äußerster Armut, aber zugleich großer Befriedigung. Es gab nichts mehr, was ich verlangte oder wünschte; sondern ich bestand sozusagen objektiv: Ich war das, was ich gelebt hatte. Zuerst herrschte zwar das Gefühl der Vernichtung, des Beraubtseins oder Geplündertseins vor, aber plötzlich wurde auch das hinfällig. Alles schien vergangen, es blieb ein *fait accompli*, ohne irgendwelche Rückbeziehung auf das Frühere. Es gab kein Bedauern mehr, daß etwas weggefallen oder fortgenommen war. Im Gegenteil: Ich hatte alles, was ich war, und ich hatte nur das.»¹¹ Jung hat auf *seine* Art versucht, die Konsequenzen aus dieser Erfahrung zu ziehen, und geht in der Anerkennung der Objektivität derartiger Erfahrungsgewißheiten sehr weit.¹¹

Die im Zusammenhang mit dem Erlebnis von 1944 gemachten Aussagen Jungs können zumindest als Hinweis gewertet werden, daß

der Begründer der Komplexen Psychologie die Außerkörperlichkeit als Erfahrungsmöglichkeit akzeptiert hat.

4.3. Eine merkwürdige Realität

Mitten in der Nacht wache ich im Bett auf und fühle mich sehr müde. Ich weiß, daß Zeit und Umstände, um in den außerkörperlichen Zustand hinüberzuwechseln, günstig wären. Aber ich habe nicht die geringste Lust, mich darauf zu konzentrieren — schließlich interessiert sich ja nicht einmal der Schulanalytiker für derartige Erlebnisse. Sie seien Ausdruck unbewältigter Schattenprobleme und eine Art Flucht vor den alltäglichen Erfordernissen. Weshalb sollte ich mir also Mühe geben — ich habe nichts als Scherereien und wäre viel besser dran, wenn ich mich an das normale Träumen halten würde. Im Grunde genommen habe ich fast schon resigniert und wünsche mir, wenigstens heute möglichst schnell wiedereinschlafen zu können.²³

Wie ich mich entspanne und alle Gedanken an einen bewußten Übergang vom Wach- in den Schlafzustand des physischen Körpers aufgebe, entsteht plötzlich eine ungemein starke Vibrationswelle. Es ist, als würde mein im Bett liegender Körper mit höchster Frequenz durchgeschüttelt. Alles geschieht beinahe ein bißchen zu schnell — außerdem trifft es mich völlig unerwartet. Zuerst habe ich für den Bruchteil einer Sekunde Schwierigkeiten, mich zu orientieren, d. h., ich kann die beiden Phänomene — Vibrationswelle und Körperablösungsvorgang — nicht miteinander in Beziehung setzen. Dank der Erinnerung an frühere Austritte und eines gewissen Gespürs für den Ablösungsvorgang habe ich keine Angst. Aus diesem Grunde gelingt es mir rasch, mich auf die neue Situation einzustellen. Trotz allem bin ich viel zu langsam, denn es gelingt mir nicht, die starke Vibration auf Anhieb so einzusetzen, daß ich am Ende wirklich ganz draußen bin. Der kurze, schockartige Vibrationsstoß trifft mich zu unvorbereitet. Ich merke zwar, daß die Arme des Zweitkörpers sich mit Leichtigkeit abheben lassen. Zudem sehe ich sie deutlich und spüre gleichzeitig die auf dem Bett liegenden physischen Arme. Gleiches geschieht anschließend mit den Beinen, so daß ich mir nun meiner acht Gliedmaßen bewußt bin! Aber ich bin viel zu verblüfft, um korrekt zu reagieren.

Obwohl ich den optimalen Augenblick zur Ablösung verpaßt habe, bleibt die Möglichkeit zu einem Ausstieg bestehen. Allerdings muß ich vorsichtig handeln, denn jetzt besteht die Gefahr, daß ich die Kontinuität des Ich-Bewußtseins nicht halten kann. An ein gewöhnliches Einschlafen denke ich nun nicht mehr — diese unverhoffte Chance darf nicht

ungenutzt bleiben. Ich rolle mich seitlich ab, stehe auf und gehe auf die Veranda hinaus — natürlich mit dem Zweitkörper. Dabei sind die im Weg stehenden Gegenstände ohne nennenswerten Widerstand durchdringbar.

Draußen auf der Veranda bleibe ich stehen und überlege mir das weitere Vorgehen. Ich denke daran, daß ich mir vorgenommen habe, im außerkörperlichen Zustand keine Experimente mehr auf eigene Faust durchzuführen, ja nicht einmal mehr zu fliegen, sondern einfach geradeaus zu gehen — ins Elsaß hinaus.²⁴ Dann wird es sich zeigen, ob irgendwelche Veränderungen geschehen. Das <Unbewußte> soll von sich aus den ersten Schritt tun und selbst auswählen, was in mein Bewußtseinsfeld hineingebracht werden soll.²⁵ Auf diese Weise kann ich einen sonst nur schwer zu kontrollierenden Faktor daran hindern, die Kontinuität meines Ich-Bewußtseins wegzuwischen — nämlich das sexuelle Verlangen. Es wird in einem unbedachten Moment schnell zu einer dominierenden Zielvorstellung, was mit einer drastischen Einengung des Bewußtseinsfeldes einhergeht. Dank meiner Zurückhaltung ist es mir möglich, diese Tendenz zu erkennen, ohne ihr zu verfallen.²⁶

Ich gehe Schritt für Schritt durch den Garten und dann auf das Feld hinaus, wobei ich ganz genau darauf achte, ob sich das mir vom Alltag her bekannte Bild der Landschaft verändert, ob irgendwelche Elemente hinzukommen, die mit der materiellen Wirklichkeit nichts zu tun haben.

7.8.1974, 1-Teil

Weil ich Schwierigkeiten mit der Kontinuität des Ich-Bewußtseins hatte, war es besser, nach dem Austritt aus dem physischen Körper für eine gewisse Zeit in der gewohnten Umgebung zu bleiben — allerdings nicht allzu nahe beim schlafenden Körper, weil sich dann sein <Sogeffekt> eher auswirken konnte. — Für die Leser mögen diese Schwierigkeiten nicht maßgeblich sein, für mich waren sie es. Niemand sollte sich aber meine Probleme nur deshalb zu seinen eigenen machen, weil er von ihnen gelesen hat!

Ich hatte also bemerkt, daß es leichter war, das Ich-Bewußtsein kontinuierlich zu halten, wenn ich nach dem Austritt nicht sofort die Wirklichkeitsebene wechselte, sondern in der bekannten Umgebung verblieb. Die topographische Gleichheit der Landschaft erlaubte mir eine Stabilisierung des Bewußtseins im außerkörperlichen Zustand. Ich bewegte mich in einem mir bekannten Raum, in dem ich jeden Baum und jede Ackerfurche kannte. — Wer will, kann dies als ein im Schlaf vom Gehirn aktiviertes Erinnerungsbild bezeichnen, als Innenwelt-Landschaft, die mit der Außenwelt übereinstimmt. (Das Gehirn hat somit wahrhaft fantastische Fähigkeiten! Ich würde diese Hypothese

nicht überstrapazieren, da sie letzten Endes Größenwahnsinnig macht und einen Innenwelt-Solipsismus nach sich zieht.)

Das Verbleiben innerhalb des bekannten Raumes überforderte mich nicht, denn ich kannte alles und konnte mich deshalb ganz auf die bewußtseinsmindernden Vorstellungen konzentrieren. Dazu gehörte vor allem das sexuelle Verlangen, welches sich nun — da ich nicht durch Neuartiges abgelenkt wurde — gut kontrollieren ließ. Auch andere Wünsche überwältigten mich nicht, was sonst im außerkörperlichen Zustand besonders leicht geschehen konnte, vor allem, wenn ich sie zu verdrängen suchte! Ich mußte mir meiner Wünsche bewußt bleiben und durfte sie nicht bekämpfen, sondern hatte sie einfach zu be-lassen. Es ging nicht darum, sie abzuwehren oder genauestens zu kontrollieren. Eine sachte Aufmerksamkeit genügte vollauf. Gleichzeitig blieb ich offen für andere Ereignisse, wo auch immer sie in die bekannte Welt einbrechen mochten.

Gemächlichen Schrittes gehe ich über das Feld und beobachte ruhig die Gegend. Weiter vorne bewegt sich etwas — es sind zwei friedlich grasende Rinder. Kaum haben sie mich erblickt, trottet das eine langsam auf mich zu. Nun bin ich erleichtert. Es ist mir gelungen, mein Bewußtsein zu halten und abzuwarten, bis etwas geschieht. Dieses Mal habe ich den außerkörperlichen Zustand nicht zur Erfüllung eigener Wünsche ausgenutzt.

Die braune Kuh, die schlanker und zierlicher gebaut ist als ein Alpenrind, trägt um den Hals eine Art Blumengirlande. Sie macht einen sehr zufriedenen Eindruck und scheint mir wohlgesonnen. Ich habe nicht den geringsten Grund zur Beunruhigung, weshalb es mir leicht-fällt, bewußtseinskontinuierlich zu bleiben. Das Tier beginnt zu spre-chen — was mich nicht erstaunt, weil ich um diese Möglichkeit weiß — und begrüßt mich freundlich. Doch dann habe ich allen Grund, verblüfft zu sein, denn die Kuh erkundigt sich nach meinen Schwierigkeiten:

Welche Probleme hast du denn im außerkörperlichen Zustand! Nicht wahr, das alles ist für dich noch etwas ungewohnt.» — Ich freue mich, hier auf der anderen Seite ein Lebewesen getroffen zu haben, das meinen momentanen Zustand klar erkannt hat und mich von sich aus darauf anspricht.

Auch die zweite Kuh gesellt sich im Verlaufe des Gespräches zu uns. Sie trägt ebenfalls eine Blumengirlande und kennt meinen Zustand genau. Die beiden Tiere wissen sogar, woher ich komme. Ich erwähne u. a., daß ich außerkörperlich oft nicht so recht wisse, was tun, und vor allem darauf achten müsse, nicht einer Wunschvorstellung zu verfallen oder in einen Komplex hineinzugeraten, In der Kürze ist es den freundli-

chen Kühen natürlich nicht möglich, mir bei der Lösung meiner Probleme zu helfen. Vor allem ist auch meine Unerfahrenheit zu groß, um genügend Verständnis für die Zusammenhänge aufzubringen. Dennoch können die Tiere mir helfen, indem sie mir sagen, was ich tun soll.

«Siehst du dort jenes Bauernhaus!» fragt mich die eine der beiden Kühe. Ich blicke in die angegebene Richtung und erkenne schattenhaft die Umrisse eines Gebäudes. Einige Fenster sind erleuchtet. «Geh jetzt in dieses Haus und schau, was dort geschieht.»

Die Kühe begleiten mich bis in die Nähe des Bauernhauses. Unterwegs verändert sich die Umgebung, sie wird der alltäglichen Realität immer unähnlicher — wie bei der Überblendung zweier Landschaften in einem Film. Schließlich hat die neu in Erscheinung tretende Wirklichkeitsebene die vordergründige Umgebung ersetzt. Das Haus aber steht an derselben Stelle wie zuvor. Dies alles geschieht ziemlich langsam, weshalb ich wiederum keine Mühe habe, bewußtzubleiben. Dann verabschieden sich die hilfreichen Tiere und fordern mich nochmals auf, ins Haus hineinzugehen. Erwartungsvoll öffne ich die Tür.

Ich sehe in einen Gang hinein, der unglaublich verschmutzt ist. Spinnweben hängen von den Decken und Wänden, die meisten sind verlassen, verstaubt und zerrissen. Auf dem Boden häuft sich Unrat, der seit Jahren oder gar Jahrzehnten nicht mehr weggeräumt wurde. So etwas habe ich in meinem ganzen Leben noch nicht gesehen — weder im Alltag noch auf dieser Ebene. Auf dem Weg zur Wohnstube muß ich höllisch aufpassen, nicht in einen der Dreckhaufen zu treten.

Die Wohnstubentür ist beinahe schwarz, fettglänzend und abgegriffen. Quietschend und knarrend gibt sie meinem Drücken nach und öffnet sich in einen schwach beleuchteten Raum hinein. Um einen Tisch herum hocken etwa ein halbes Dutzend Bauersleute mit verhärmtten Gesichtern. Sie brüten vor sich hin, apathisch, regungslos und bedrückt, die Kleider mit Flecken übersät, zerschlissen und verschmiert, die Haare strähnig, die Haut voller Krätze.

Trotz des unbeschreiblichen Schmutzes und des größten Elendes dieser Menschen fühle ich mich nicht abgestoßen oder gar angeekelt. Statt dessen frage ich mich, was der Grund für die Verwahrlosung sein könnte, für die Resignation, die alle daran hindert, selbst Hand anzulegen und das Allerschlimmste zu beheben,²⁷ Irgendwie finde ich heraus, daß diese Gruppe überhaupt kein Geld mehr besitzt. Dies ist jedoch für den miserablen Zustand der Famihe nicht allein maßgeblich. Vielmehr ist es die Enttäuschung, die ihr den Rest gegeben hat. Diese Leute haben nämlich nach einem Schatz gesucht, den einer ihrer Vorfahren in diesem Gebäude versteckte, weil er sich mit seinen rechtlichen Erben verkracht hatte und verhindern wollte, daß sie in den Genuß der Erbmasse kommen konnten. Die Bauersleute haben nun derart lange und mit allen zur

Verfügung stehenden Mitteln nach dem vermeintlichen Schatz gesucht, daß ihnen nichts mehr übrig geblieben ist. Sie haben gewissermaßen ihren ganzen Einsatz verspielt.

Ich selbst bin überzeugt, daß die Leute das Versteck übersehen haben, und mache den Vorschlag, sie sollten mit mir zusammen die Suche nochmals aufnehmen. Meine Gewißheit wirkt ansteckend, die Gruppe schöpft Hoffnung, erhebt sich von den Stühlen und folgt mir nach in die Küche, wo ich den Schatz vermute. Dort verlasse ich mich auf meine Intuition und finde tatsächlich das Versteck. Es ist ein mit Verputz überdecktes Loch in der Mauer gerade oberhalb des Kochherdes. Hier steht der Abzug etwas vor und verdeckt alles noch zusätzlich. Zudem ist dies ein Ort, an dem tagsüber eine rege Tätigkeit herrscht. Es wird gekocht, Dampfschwaden ziehen nach oben, und die Hitze der Feuerstelle ist zu groß, um das dahinterliegende Mauerwerk untersuchen zu können. Deshalb ist bisher niemand auf die Idee gekommen, hier nachzuschauen.

Beim Abtasten der Wand spüre ich einige besondere Unebenheiten und entdecke nach konzentriertem Suchen ein Mauerstück, das sich verschieben läßt. Was sich dann aus dem dahinterliegenden langen Geheimfach herausholen läßt, ist genug, um die Familie aus ihrem Elend zu befreien. Dabei handelt es sich um Gefäße aus Glas und um Dinge, die in Tücher eingewickelt sind. Das Versteck erweist sich zudem als viel ergiebiger als angenommen, denn es handelt sich um einen Ort, der über Generationen hinweg als Geheimfach benutzt worden sein muß. Das Erbe ist also den Nachfahren wieder zugänglich!

7.8.1974, 2.Teil

Als ich das Erbe den Bauersleuten wieder zugänglich gemacht und übergeben hatte, gab es eine Unterbrechung in der Ereignisabfolge. Außerdem vergaß ich während des Gespräches mit den apathischen Menschen irgendwie, daß ich mich im außerkörperlichen Zustand befand. Dies war auch nicht mehr so wichtig, denn es ging nun darum, der Familie wieder neuen Mut zu geben und ihr das Erbe zu vermitteln. Anschließend ging ich weg und verbrachte eine unbestimmte Zeit woanders, um dann nach Tagen, Wochen, Monaten oder fahren wieder an diesen Ort zurückzukommen:

Zufällig ergibt es sich, daß ich an jenem Bauernhaus vorbeilaufe, wo ich vor unbestimmter Zeit den Bewohnern dazu verholfen habe, wieder zu ihrem Erbe zu kommen. Schon von weitem sieht das Haus völlig anders aus als damals. Es ist blitzsauber und von einem wunderbar harmonischen Garten umgeben. Blühende Blumen hängen von den

Fenstersimsen, Rosenhecken ranken an den Wänden empor, sorgfältig gezogene Spalierbäume tragen saftige Früchte, und Vögel zwitschern zwischen den Blättern oder fliegen um das Haus herum. Auf der überdeckten Veranda sitzen sauber gekleidete, fröhliche Menschen bei einem gemütlichen Schwatz. Als sie mich sehen, winken sie mir zu und rufen, ich solle mich zu ihnen setzen. Sie haben mich wiedererkannt und freuen sich sehr. Ich bin eingeladen, mit ihnen Kaffee zu trinken und Kuchen zu essen.

7. 8.1974, Schluß

Kaum hatte ich mich zu den fröhlichen Menschen auf der Veranda des braungoldenen Hauses gesetzt, da lag ich wach im Bett und erinnerte mich an alles. Dieses Erlebnis bestärkte mich von neuem darin, in einer scheinbar aussichtslosen Sache weiterzumachen und trotz aller Widerstände seitens der etablierten Psychologie an der Außerkörperlichkeit festzuhalten. Hier hatte ich wieder eines jener vielen Mosaiksteinchen, die mir halfen, dort Zusammenhänge zu erkennen, wo das gewohnte Weltbild nur reduktive Deutungsschemen zur Verfügung stellt. Seit Jahren fielen mir nun derartige Bruchstücke zu, die mir zu einem Lernprozeß verhalfen, der mein Leben bereicherte und meine Einstellung wandelte. In diesem Zusammenhang war auch die Erfahrung vom 24. November 1970 ein herausragendes Ereignis:

4.4. Mosaiksteinchen der Wirklichkeitsfindung

Im November 1970 begann ich das Buch von Heinrich Zimmer «Der Weg zum Selbst» über den indischen Heiligen Sri Ramana Maharshi zu lesen. Am 23. November bearbeitete ich den Text zweier Gespräche Sri Ramanas mit seinen Schülern, nämlich «Die geheime Stätte des Selbst» und «Wirkliches Erleben und leibliche Erfahrung».¹⁸ Damals konnte ich die Konsequenzen des Gesagten keineswegs erfassen, weil ich noch zu sehr dem naturwissenschaftlichen Paradigma und den Konzepten der Analytischen Psychologie verpflichtet war. Andererseits sah ich ein, daß die Naturwissenschaft niemals alleiniger Lebensinhalt werden konnte, wenn ich mich weiterhin mit den nächtlichen Erfahrungen beschäftigte. Ich war an einem Punkt angelangt, wo ich mich mit einer Weiterführung des Studiums gleichzeitig für das Aufgeben des nächtlichen Erfahrungsbereiches hätte entscheiden müssen. Dies konnte und wollte ich nicht tun, weshalb ich mich nach einem Studium von elf Semestern ohne offiziellen Abschluß, mit nur einem Diplom-äquivalent in Zoologie in der Tasche, exmatrikulieren ließ. — Später habe ich mein Studium an der Universität wiederaufgenommen, aber

unter anderen Voraussetzungen und mit einer grundsätzlich anderen Einstellung.

Die Lektüre Sri Ramanas fesselte mich an diesem Abend ganz besonders.²⁹ Ich las sehr intensiv und konzentriert und machte dabei viele Notizen bis tief in die Nacht hinein. Nachdem ich zu Bett gegangen war, stellte ich mir die zentrale Frage, auf die Sri Ramana so großen Wert gelegt hatte: «Wer bin ich?» Immer und immer wieder wiederholte ich im stillen diese drei Wörter — bis ich endlich einschlief:

Zusammen mit einer größeren Gruppe von Menschen — zumeist Weißen — bin ich tief ins Indianerland hineingewandert. Mitten in der von flachen Hügeln durchzogenen Prärie am Rande eines ausgedehnten Moores stoßen wir auf einige alte, baufällige und verlassene Blockhütten. Niemand weiß, wer die alten Holzbauten errichtet hat und wie lange sie schon leer stehen. Wir beschließen, in der Nähe eine neue Hütte zu bauen. Unsere Frauen entdecken bei Grabungsarbeiten seltsame Gräber und bitten mich, sie genauer zu untersuchen.

24.11.1970, 1. Teil

Die Frage nach der Ich-Identität führte scheinbar grundlos direkt ins Indianerland hinein. Damals versäumte ich es, die durch die besondere Fragestellung provozierte Ausgangssituation sofort wieder zu hinterfragen. Nur im luziden, bewußten Zustand wäre es mir möglich gewesen, die Angelegenheit zu reflektieren und mit der vor dem Einschlafen ausgeübten Tätigkeit in Beziehung zu setzen. Für derartige Situationen gilt die gleiche Forderung wie für die aktive Imagination: «Die wache Auseinandersetzung mit den Inhalten des Unbewußten ist aber die Essenz der aktiven Imagination. Sie bedeutet eine *ethische Verpflichtung* gegenüber den inneren Erscheinungen, ohne sie verfällt man dem Machtprinzip, und diese Art der Imagination wird destruktiv für andere und den Imaginierenden selber.»³⁰ — Wer Indianergebiet betritt, darf dies nicht mit einer kolonisatorischen Einstellung tun, denn aus dem Zusammentreffen zweier verschiedener und gegensätzlicher Weltbilder ergeben sich unvorhergesehene Fragen, die für die Selbsterkenntnis von ausschlaggebender Bedeutung sind. Es ist z.B. daran zu denken, daß «Träume» und «Visionen» für die Indianer reale Faktoren sind — der Alltagswirklichkeit zumindest ebenbürtig. Das «Traumgeschehen» ist ihnen «zur Wurzel ausschlaggebender Erkenntnisse und zum ethischen Verhaltensgesetz . . . geworden»³¹. «So sind es auch die Traumerkenntnisse der Indianer, die ihrer Einfügung in die Zivilisation entgegengestanden haben und zum Teil noch entgegenstehen.»³²

Mein Vorstoß in das Land der Indianer weitete sich zur Begegnung mit einer fremden Kultur aus. Dies ging eindeutig über den rein persönlichen und familiären Rahmen hinaus. Die Frage nach dem eigenen Ich machte in meinem Fall offensichtlich die Bewußtwerdung von etwas Ganz-Anderem notwendig. Dieses Fremde zeigte sich mir zunächst in Form von Gräbern. Die Entdeckung durfte ich nicht mir selbst zuschreiben. Es waren Vertreterinnen der weiblichen Seite des mir bekannten Weltbildes, die als erste auf die Gräber stießen.³⁵ Wenn ich also nach dem «Wer bin ich?» fragte, mußte ich es mir als ersten Teil der Antwort gefallen lassen, auf historische Ereignisse hingewiesen zu werden, die nunmehr zu vergegenwärtigen waren. Dies ging bei weitem über das kindlich-romantische Indianer- und Trapperspiel hinaus. Ich war also dazu aufgerufen, intellektuell und gefühlsmäßig an jener Stelle anzuknüpfen, wo meine kindlichen Spiele und all die mir bekannten Indianergeschichten und Wildwestfilme ein Ende gefunden hatten — nämlich dort, wo die Bewußtwerdung der geschichtlichen und gegenwärtigen Wirklichkeit der Begegnung zweier unterschiedlicher Rassen begann. Alles andere wäre bloß eine Regression gewesen.³⁴

Indianer fassen die Wirklichkeit auf eine Weise auf, die dem auf das Materielle ausgerichteten Weltverständnis des weißen Mannes ziemlich entgegengesetzt ist. Die indianische Haltung kennt nämlich keine rationale Entzauberung des Seins, trachtet nicht nach Eroberung und Unterwerfung der Mutter Erde und schließt den nächtlichen Erfahrungsbereich nicht als unwirklich aus dem Leben aus. Träume und Visionen werden als Quellen der Erneuerung religiösen Erlebens betrachtet und beeinflussen in erheblichem Maße das Zusammenleben in der Gemeinschaft.³⁵ Die indianische Denkweise ist in dieser Hinsicht mit der des alten China eng verwandt. Hier wie dort (und auch andernorts) bemüht man sich um ein Anschmiegen und Einfügen. Uns mag dieses Ausgerichtetsein auf den Kosmos und dieses Sich-Einfügen in die Wirklichkeiten befremden, weil wir uns selbst als das Maß aller Dinge wähen und die seelischen Quellen abwertend beurteilen und gering-schätzen.³⁶

Ob sich ein Ausweg aus der Sackgasse begrifflicher Abstrahierungen eröffnet, wenn man sich nachts in die Landschaft indianischer Weltanschauung hineinbegibt und dort dem Ordnungsgefüge des «archaischen Denkens», den überwältigenden Welten des sinnlich Erfäßbaren und der gefühlsmäßigen Beziehungen begegnet, bleibt abzuwarten. Vorerst ist vor allem der Anspruch des europäischen Intellektes auf Ausschließlichkeit einzuschränken.³⁷ Auf diese Art gerüstet wird es möglich, die Grenzen der Zivilisation zu überschreiten und Neuland zu betreten. Es gab schon immer Menschen, welche dies versucht haben, weshalb es nicht verwunderlich ist, wenn man auf alte Behausungen stößt. Gerade

im nächtlichen Erfahrungsbereich tauchen immer wieder Strukturierungen auf, die in generationenlanger Folge ausgeformt wurden und das <Unbewußte> prägen. Es sind die Ausgestaltungen der seelisch-geistigen Vergangenheit der Menschheit, welche im nächtlichen Erfahrungsbereich eine unerwartete Lebendigkeit besitzen und weit über das persönliche Umfeld und die Lebensspanne eines einzelnen Menschen hinausgehen.⁵⁸ Darunter befinden sich auch Mahnmale gelungener und gescheiterter Versuche einer Annäherung an gegensätzliche Standpunkte und der Verschmelzung von unterschiedlichen Weltbildern zu einer umfassenderen Ganzheit.

Die Erde mag bis beinahe in die letzten Winkel hinein erobert und die Zeugen der Geschichte mögen zum Schweigen gebracht oder umgedeutet worden sein — sobald der Mensch zu sich selbst aufbricht, stößt er auf die Spuren seiner leiblichen und geistigen Ahnen, auf die Geschichte seiner Kindheit, seiner Familie, seines Volkes und seiner Rasse. Eine Flucht vor der Vergangenheit ist unmöglich. Man mag sich hinwenden, wohin man will - überall finden sich Überreste, und stets besteht die Möglichkeit, daß mit dem Wiederfinden auch die Erinnerung an alte Schuld hochkommt. Nicht nur das individuell Verdrängte kann mit beklemmender Klarheit ins Bewußtsein treten, auch das vom Kollektiv sorgfältig Verwischte und Verdeckte wartet - besonders in den nächtlichen Erfahrungswelten — auf seine Bewußtwerdung. Die Begegnung mit lebendig gewordenen, nur scheinbar vergangenen Wirklichkeiten ist oft von einer derart erschreckenden Intensität und Realität, daß es tatsächlich einfacher und vernünftiger scheint, sie sofort als rein subjektiv zu bezeichnen und irgendwie zu deuten. — Denn welche Abgründe von Angst, Entsetzen und Furcht eröffnen sich, wenn die nächtlichen Welten als ebenso real und eigenständig aufgefaßt werden wie die materielle Wirklichkeit! Was sollte also jemanden dazu veranlassen, ein Weltbild zu vertreten und zu leben, das die Bewußtwerdung nicht bloß auf das Angenehme und Ästhetische einschränkt, sondern auch die bewußte Konfrontation mit dem Schrecklichen fordert? Eine einzige Erkenntnis mag zur Begründung angeführt werden: Die Geschichte lehrt, daß auf dem Weg der Ästhetisierung Menschlichkeit, Humor und Liebe verlorengehen und Luxus stets mit dem Elend der Massen erkauft wird.⁵⁹

Allzuoft überdecken zivilisatorische Errungenschaften in Form technischer Wunderwerke und vernünftiger Argumentationen das Leiden derjenigen, die sich weigern, der europäischen Denkweise Folge zu leisten. Intellektuelle Ästhetisierung geht Hand in Hand mit einem sentimental «Zurück zur Natur». Der weiße Mann hat viele Kontinente erobert und besiedelt - aber spricht jemand von den Opfern der Besiedelungspolitik? Erst wenn ich als Angehöriger der weißen Rasse

den Mut habe, die Blutspur unter dem Deckmantel des zivilisatorischen Anspruches quer über alle Kontinente und entlang aller geschichtlichen Epochen wahrzunehmen, werde ich mir meiner Herkunft und vererbten Schuld bewußt — und fähig zu einer neuen Begegnung. Grabstätten eignen sich besonders gut zur Auffrischung des Gedächtnisses, denn die Toten künden von vergangenen Zeiten und erinnern an vergessene Schuld.

Manchmal dauert es Jahre, bis es möglich wird, einen kurzen Abschnitt wie den ersten Teil dieses Erlebnisses im «Indianerland» auf diese Weise zu verstehen. Ich war der Meinung, Verständnis für solche Erfahrungen sei nur auf den breiten Straßen abendländischer Denkweisen zu gewinnen, wo «an jeder Biegung, an jeder Gabelung Wegweiser stehen, damit die Richtung ins Paradies des Fortschritts ja nicht verfehlt wird»⁴⁰. Derartige Wegweiser werden vor allem in jenen Grenzbereichen aufgestellt, wo die Zivilisation auf die Wildnis trifft. Schließlich sollen alle Verirrten die Chance haben, sich wieder in die gesellschaftliche Wirklichkeit einzugliedern — niemand soll verlorengehen. Daß es auch an anderen Orten und zu anderen Zeiten Hinweise geben könnte, die in eine ganz andere Richtung als in die des Zivilisatorischen und des Fortschrittes weisen, scheint man geflissentlichst zu übersehen. An dieser Stelle kommen das weibliche Gefühl und die weibliche Intuition zum Tragen. Der Mann ist oft viel zu geschäftig, um eine leise Ahnung zu beachten oder einer schwachen Spur nachzugehen.

4.4.1. Et audiat altera pars — auch der anderen Seite Beachtung schenken

Es sind nicht nur die nächtlichen Erfahrungen, die ethnischen Minderheiten und die fremden Kulturen, die geringgeschätzt werden. Sogar die Frauen und alles Weibliche gelten einer streng auf das Männlich-Rationale ausgerichteten Gesellschaft nichts. Gefühle und Intuitionen müssen begründet werden — eine Forderung, die schon mancher Beziehung zum Verhängnis geworden ist. Es ist für manchen Mann unmöglich, nur wegen einer Ahnung alles stehen und liegen zu lassen und der fraglichen Sache nachzugehen — denn schließlich hat er seine Projekte zu realisieren.

Die Frauen berichten aufgeregt, daß in einem der Gräber ein uraltes Skelett liege. Ich weiß nicht so recht, ob ich hingehen und nachschauen soll, denn es ist den Frauen unmöglich, mir einen Beweis zu liefern. Weil ich aber beim Hüttenbau nichts zu tun habe und das Ansinnen der

Frauen nicht einfach nur als Ausdruck weiblicher Überspanntheit angesichts einer ungewohnten Situation auffasse, gehe ich zum Fundort hinüber. Dort schaue ich in das freigelegte Grab hinunter, kann aber keine Knochen sehen. Deshalb bezweifle ich die Aussagen der Frauen — vielleicht haben sie in der Aufregung ein paar morsche Holzstücke für Knochen gehalten. Doch sie bleiben hartnäckig und fordern mich auf, selbst hinunterzusteigen und weiterzugraben. Ich gebe ihrem Drängen nach, packe eine Schaufel und rutsche in das feuchte Erdloch hinunter. Kaum stehe ich auf dem Boden, quillt wegen meines Gewichtes Wasser unter meinen Füßen hervor. Um nicht weiter einzusinken, lasse ich zwei kurze Holzbretter holen, auf denen ich dann stehe, je tiefer ich grabe, desto mehr steigt das Wasser an. Schließlich fließt es über den Rand des Loches und wieder zurück ins Moor, da die Grabungsstelle etwas höher liegt.

Bald stoße ich auf einen gelb-weißen Rippenknochen. Vorsichtig lege ich mit der Schaufel weitere Teile frei, den gesamten Brustkorb und die Halswirbel. Das reicht, denn ich weiß jetzt, daß die Frauen sich nicht getäuscht haben.

Was weiter! Ob hier ein großer Häuptling, vielleicht sogar der größte Häuptling der Indianer begraben liegt! Und nun haben wir sein Grab eröffnet. Mag dies auch unabsichtlich geschehen sein, es könnte doch als Grabschändung aufgefaßt werden. — Die Sonne, die etwa 45 Grad über dem Horizont im Osten steht — und zwar in der Verlängerung des Kopfendes des Grabes zeigt mir die exakte Ost-West-Ausrichtung. Diese Grabstätte muß tatsächlich von großer Bedeutung sein. Mit um so größerer Dringlichkeit stellt sich die Frage nach dem weiteren Vorgehen.

24.11.1970, 2. Teil

Das Weibliche wird im Zeitalter der Technik nicht als vollwertig aufgefaßt, denn die gefühlsmäßige und intuitive Seite hat für den aufgeklärten Mann keine praktische Bedeutung. Emotionen und Ahnungen werden mißbilligt, und statt dessen verlangt man (!) vernünftige Argumentation und aussagekräftige Belege quantitativer Art mit entsprechender statistischer Signifikanz. Auch ich bin in dieser Tradition aufgewachsen und geschult worden, und viele meiner <spontanen-Reaktionen sind bloß Verhaltensweisen, die dem anerzogenen Weltbild entsprechen und wenig mit den tatsächlichen Sachverhalten zu tun haben. Einmal als Mann trotz aller Vorurteile der Aufforderung der Frauen nachzukommen, tiefer in eine aussichtslos scheinende Sache vorzudringen — dies widerspricht der linkshemisphärischen Dominanz und damit dem männlich-rationalen Modus.⁴¹ Das Nachgeben wird als Schwächung der Position des Mannes empfunden, als Minderung seiner schöpferischen Potenz. Das Männliche in seiner überheblichen Selbstsicherheit fürchtet nichts mehr als das Flüstern der Stimme

des Herzens. Sie könnte nämlich zu etwas hinführen, was nicht in das Normgemäße hineinpaßt. Derartiges macht den Mann fassungslos.

Aus einer starren Haltung heraus ist es schwierig, dem Drängen nichtkonformer — vor allem «weiblicher» — Forderungen nachzugeben. Man muß befürchten, auf unvorhergesehene Sachverhalte zu stoßen, was unabsehbare Konsequenzen haben könnte. Zu oft fehlt es am nötigen Vertrauen, wenn es darum geht, auf etwas hinzuhören, was nicht so ganz in das gängige Schema hineinpaßt. Ungewöhnlichen Aussagen begegnet man «angeborenermaßen» überkritisch, denn man kann nicht aus der Haut seines Weltbildes heraus. Wenn Eltern von ihren Kindern hören, in der Dunkelheit seien sie im Zimmer von böartigen Gestalten bedrängt und geängstigt worden, ist die Antwort des vernünftigen Erwachsenen wohl bekannt: Dergleichen gibt es nicht, es besteht deshalb überhaupt kein Grund zur Angst, du siehst bloß Hirngespinnste und dergleichen mehr. Ähnliches sagen Männer ihren Frauen, die ihre Weiblichkeit nicht verleugnen und verschweigen und Absonderliches, Irrationales und Gefühlsmäßiges Vorbringen und besprechen möchten. Doch es fehlen die sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten, die es der Frau erlauben würden, gegen die vom Manne vorgebrachten Argumente anzugehen. Männergesellschaften bringen es immer wieder fertig, die weiblichen Elemente zu unterdrücken und vor allem sprachlos zu halten. Deshalb ist es der rechtshemisphärischen Seite nicht so ohne weiteres möglich, sich qualitativ auf gleichwertigem Niveau zu äußern, denn sie wird weder kultiviert noch gefördert. Der Mann «liebt» es, Sachzwänge, Gewohnheiten, Normen und Vernunftgründe vorzuschieben und beharrlich seinen eigenen Standpunkt aufzurüsten und zu verteidigen.⁴¹

Mit der strikten Ablehnung der von den Frauen nicht exakt begründeten Aufforderung, das Grab näher zu untersuchen, hätte ich das Geschehen bereits zu Beginn aus einem bloßen Vorurteil heraus abgebrochen — und wäre dann im Bett erwacht. Glücklicherweise war ich «im Traum» fähig, in diesem wichtigen Augenblick nachzugeben. Aber die Tatsache, daß sich die Annahme der Frauen bewahrheitet hatte, ärgerte mich insgeheim. Es war mir unangenehm, daß sie mit einer Wahrnehmungsform, die sich nicht auf abgesicherte Daten stützte, eine Entdeckung gemacht hatten, die mir entgangen war, weil für meine Einstellung Gefühl und Intuition nicht viel zählten. In diesem Falle erwiesen sich jedoch diese weiblichen Funktionen als die überlegenen, die sogar sachlich bestätigt wurden. Nun hatte ich also einem Gefühl nachgegeben und damit eine Erkenntnis gewonnen, die nicht so ganz in das hineinpassen wollte, was ich mir so vorstellte. Schon befürchtete ich, ein Sakrileg — Grabschändung — begangen zu haben. Vernünftigerweise hätte ich die Toten ruhen lassen sollen. Warnungen gab es für

mich, der ich schon über einige tiefenpsychologische Kenntnisse verfügte, schließlich genug: das steigende Wasser und die drohende Gefahr, im sumpfigen Loch zu versinken. Es bestand also — gemäß psychologischer Auffassung — die eminente Gefahr, vom Unbewußten überflutet und von ihm verschlungen zu werden. Die Konsequenzen, die ich aufgrund dieser Deutung hätte ziehen müssen, sind ohne weiteres ableitbar: Hände weg vom Unbewußten und Festigung des Ich-Standpunktes im Alltag durch vermehrte Eingliederung in die gesellschaftlichen Prozesse; statt Ramana Maharshi zu lesen, zusätzliche Stunden an der Universität belegen und voll auf das Doktorat hinarbeiten — eine durch und durch systemkonforme Interpretation, die sehr hilfreich ist, wenn es darum geht, Fluten abzuwehren und das Ich zu stärken.

Dieses Verständnis wird in dem Falle berechtigt sein, wenn die Kontinuität des Ich-Bewußtseins nur im Alltag erreichbar ist. Wie ich in den vorangegangenen Kapiteln gezeigt habe, widerspricht dies den tatsächlichen Gegebenheiten und Möglichkeiten — dies wußte ich aber 1970 nicht, ich ahnte es bloß und konnte es nicht in Worte fassen. Gefährliche Situationen müssen nicht einmal auf der sogenannten Traumebene zu einem Bewußtseinsverlust führen. Und außerdem ist niemand gezwungen, beim Anhören der Stimme seines Herzens den Kopf zu verlieren. So etwas kann nur eine Männergesellschaft behaupten, die um ihre Privilegien fürchtet, um ihren Ausschließlichkeitsanspruch zittert und alles Fremde wie den Teufel zur Hölle schickt. Doch etwas konnte ich schon 1970 tun — auch ohne ausdrückliche Formulierung des Konzeptes der Außerkörperlichkeit. Dieses Etwas bestand in einem Trick.

Obwohl nämlich das Weltbild des Weißen den Weg des Herzens ausschließt und vom Gefühl her gesehen wie ein «Brett vor dem Kopf» wirkt, läßt sich dieses Brett auch <Zweckentfremdet> benutzen: nicht mehr als Beschränkung und Abgrenzung, sondern als Basis, die in unsicherer Lage einen Halt gibt und vielleicht sogar als Sprungbrett benutzt werden kann. Das Weltbild bildet nun mal die Grundlage, auf der man steht, und steckt den Rahmen ab, innerhalb dessen Grenzen man erzogen wurde. Ob es als Scheuklappe und absolute Begrenzung dient oder als Ausgangspunkt und relatives Bezugssystem verwendet wird, das hängt vom Ich als seinem Benutzer ab. Und dieses Ich kann seine rationale Grundlage auch in einem Bereich verwenden, der sonst als irrational, traumartig und unbewußt bezeichnet wird. Auf diese Weise vermag man mit der Zeit einzusehen, daß die nächtliche, im Schlaf erlebte Wirklichkeit nicht unbedingt unlogisch ist, sondern nur anderen Gesetzen gehorcht — Gesetzen, die nicht mit den alltäglichen identisch sind. Die linearen Gedankengänge des Rationalen können <mithinübergenommen> und zum Verständnis und für die Integration

intuitiver Erlebnisse, die eher auf einer fließenden und vieldimensionalen Logik gründen, eingesetzt werden.⁴⁵ Diese Auffassung ermöglichte es mir, der Spur des Indianischen nachzugehen.⁴⁴ Sie sollte mich schließlich zum Konzept der Außerkörperlichkeit und der damit verbundenen Kontinuität des Ich-Bewußtseins führen.

4.4.2. Mangelnde Einsicht und Voreingenommenheit

Als Mitglied einer Gesellschaft, in der die Männer das Sagen haben, verhielt ich mich nach dem Knochenfund erwartungsgemäß. Mein Handeln hing dabei weniger von meinen persönlichen typologischen Voraussetzungen ab, sondern folgte fast blindlings den gesellschaftlichen Prägungen, mit denen ich identisch war. Ich hatte nicht daran gedacht, meine Verhaltensweisen kritisch zu bedenken und den Ursachen für meine Voreingenommenheit nachzugehen. Ich erkannte nicht, daß ich mich auch im nächtlichen Bereich ausgesprochen gesellschaftskonform verhielt. Es fiel mir zwar auf, daß die Ost-West-Ausrichtung des Grabes Ausdruck einer *bewußt* vollzogenen Orientierung war, die den Menschen als Teil eines größeren Ganzen anerkannte. Aber ich kam nicht auf die Idee, daraus etwas zu lernen und eine für mich wesentliche Antwort auf die Frage nach dem «Wer bin ich?» abzuleiten. Die Ost-West-Richtung des Grabes mochte zwar ihre besondere Bedeutung haben, doch für mich wäre es wichtiger gewesen, einzusehen, *daß* es nach ganz bestimmten Prinzipien orientiert worden war. Die Indianer hatten ihre Einstellung bis über den Tod hinaus dokumentiert, und ich wußte nicht einmal um meine Identität mit dem westeuropäischen Weltbild und seiner spezifischen Orientierung und Ausprägung. Ich war mir der Tatsache nicht bewußt, ein Weißer zu sein. Dieses Versäumnis sollte sich im Verlaufe des weiteren Geschehens für mich ziemlich negativ auswirken. Meine Selbstgefälligkeit hinderte mich nicht nur daran, aus dem Gespräch mit einem ehrwürdigen Indianerhäuptling etwas zu lernen, sondern sie brachte mich schließlich auch zu Fall.

In der Ferne taucht ein langer Menschenzug auf, der sich uns nähert und nach einiger Zeit in einer Entfernung von etwa 50 Metern an unserer Blockhütte vorbeizieht. Es sind beinahe alles Indianer, aber auch ein paar Weiße, die erstaunlicherweise einen apathischen Eindruck machen. Die Kolonne wird von einem steinalten Häuptling von mächtiger Gestalt und großer Würde angeführt. Vielleicht kann er mir die Frage nach dem weiteren Schicksal des Grabes beantworten, denn sicher kennt er die damit verbundene Geschichte.

Ich rufe der Menschenkolonne die Bitte zu, man möge doch anhalten und dem Häuptling mitteilen, daß ich ihn in einer dringenden Angelegenheit sprechen wolle. Der Ruf wird bis zur Spitze des langen Zuges weitergegeben. Die Kolonne bleibt stehen. Dann löst sich von der Spitze die Gestalt des Häupthngs, der nun zurückkommt. Ich erwarte ihn bei einer der halbzerfallenen Blockhütten, wo ich mich etwas unsicher und Halt suchend an der Holzwand anlehne — erschrocken über meine eigene Kühnheit.

Der greise Häupthng ist ein mächtiger und ehrfurchtgebietender Mann. Alle Siedler werfen sich vor ihm zu Boden und bezeugen auf diese Weise ihre Ehrerbietung. Trotz meiner Furcht mache ich bloß eine tiefe Verbeugung, worauf er mich auffordert, mich auf die Erde zu setzen. Der Häuptling erklärt, ich müsse mich hinsetzen, um beim Gespräch nicht den Eindruck zu erwecken, größer als er selbst zu sein. Dann läßt er sich mit gekreuzten Beinen an meiner linken Seite nieder. Ich kann ihn nur sehen, wenn ich den Kopf zu ihm hinwende.

Ich erzähle ihm von der Entdeckung des Häuptlingsgrabes und füge bei: «Ich weiß nicht, ob diese Tatsache bekannt werden soll oder nicht.»

«Warum kann man sie nicht bekanntgeben!» fragt der alte Mann.

«Ich fürchte, ein Krieg wird ausbrechen — wenn die Weißen davon erfahren», antworte ich.

Der weise Alte meint jedoch: «Aber ich denke, daß man den Häuptling aus seinem Grab herausnehmen und woanders wieder beisetzen kann.»

Ich frage mich, ob es tatsächlich möglich wäre, das Grab zu verlegen, wenn die merkwürdige Ost-West-Ausrichtung konsequent mitberücksichtigt wird. Plötzlich glaube ich die Anordnung zu verstehen, und mir wird klar, daß das Skelett nicht entfernt werden darf: «Die Alten, die diesen gewaltigsten aller Häuptlinge begraben haben, richteten das Grab nach dem Magnetfeld der Erde aus. Das Magnetfeld des Skelettes mußte mit dem der Erde übereinstimmen. Würde die Lage verändert, käme das einer Störung des Feldes gleich, was katastrophale Folgen haben könnte. Deshalb darf das Skelett unter keinen Umständen entfernt werden — ja, man darf nicht einmal den Fund bekanntgeben!»

Um dem Häuptling meine Aussage bildhaft zu erläutern, genügen einige, mit dem Finger in den Sand eingezeichnete Linien. Der mächtige Alte äußert sich zustimmend, erhebt sich und sagt ein paar freundliche Worte des Abschieds. —

Kaum ist er wieder an die Spitze der Kolonne zurückgekehrt, setzt sich der lange Menschenzug in Bewegung und verschwindet langsam in der Ferne. Ich schaue ihm nachdenklich nach.

24.11.1970, 3.Teil

Das Auftauchen der Kolonne mit dem weisen Häuptling könnte darauf zurückgeführt werden, daß ich — durch die Entdeckung des Grabes überfordert und verunsichert — nun wünschte, einer allwissenden Vaterfigur zu begegnen. Das ganze Geschehen also bloß eine Wunscherfüllung bzw. ein Ausdruck der persönlichen Konfliktsituation? In diesem Falle wären die handelnden Personen als Statisten zu bezeichnen, die als Personifikationen von mehr oder weniger abgespaltenen Seelenteilen des Subjekts zu begreifen sind. Alles andere, wie Landschaft, Blockhütten und Werkzeuge, müßte dann den subjektiven Seelenhintergrund abgeben und die affektive Haltung und die psychischen Dispositionen darstellen. Wozu aber dieser riesige Aufwand getrieben wird, läßt sich mit diesem Ansatz nicht erklären. Wenn dies alles bloß meiner subjektiven, phantasiereichen Imagination entspringen sollte, würde ich mich zwar geschmeichelt fühlen, aber ich käme mir gerade deswegen «schäbig» vor. Diese Ansicht ist ein Verrat an der indianischen Sache. Das Staunen angesichts des vielfältigen und reichen Geschehens müßte sich auf ein unverbindliches --Was soll's?» reduzieren. Anschließend könnte man zur Tagesordnung übergehen. Wo bleibt da die moralisch-ethische Verpflichtung?

Meines Erachtens umfaßt ein Weltbildwandel und ein Paradigmenwechsel auch die Akzeptierung nicht-alltäglicher Wirklichkeiten. Man kann also nur noch von einem selektiven Subjektivismus sprechen — und keinesfalls mehr von Imaginationen und Phantasieprodukten. Die mit diesem Wandel verbundenen Schlußfolgerungen lassen sich auf allen Wirklichkeitsebenen nur unter der Bedingung in praktisches Handeln umsetzen, daß man sich dabei vollbewußt bleibt. Ohne Kontinuität des Ich-Bewußtseins im inner- oder außerkörperlichen Zustand bestimmen ausschließlich persönliche und kollektive Vorurteile die eigenen Verhaltensweisen. Damit wird eine beiderseits offene Beziehung einseitig blockiert. Dies führt zu Gegenreaktionen, die um so heftiger ausfallen, je geringer die Luzidität ist, je stärker also die eigenen Wünsche und Begierden das Ich in seinem Verhalten bestimmen und in seiner Freiheit einschränken.

Zwei Sachverhalte sind im Zusammenhang mit dem Auftauchen der vom Häuptling angeführten Menschenkolonne und meinem Gespräch mit dem Alten zu beachten: die Apathie der mitmarschierenden Weißen und meine eigene Unwissenheit im Hinblick auf die Frage nach der Ich-Identität und der Kontinuität des Ich-Bewußtseins.

Die Apathie der Weißen ist ihrem Unvermögen zuzuschreiben, sich des nicht-weltbildkonformen, außerhalb der Grenzen gewohnter Sichtweisen abspielenden Ereignisses bewußt zu werden. Die Träumer sind irgendwie irritiert, weil der Bezugsrahmen des Alltags nicht mehr als Richtschnur für das Verhalten verfügbar ist. Das Ich wird handlungs-

unfähig und verliert jede Antriebsmotivation — es ist ein willenloses Opfer der Ereignisse.⁴⁵ Solange der Schritt in Richtung Luzidität nicht *bewußt* vom Alltag her eingeleitet wird, besteht auch innerhalb des Traumgeschehens kein Grund zur Bewußtwerdung. Als Erwachsener hat man zudem andere Sorgen und erinnert sich — wenn überhaupt — nur fragmentarisch an die Ereignisse während des Schlafes. Und obwohl man manchmal während eines Traumes präluzid ist, denkt man nicht daran, das ahnende Wissen um seinen Zustand zu problematisieren.

Ich selbst war im Indianerland zunächst *nur* präluzid. Ich hätte - falls mich jemand danach gefragt — meinen Namen sagen können. Doch niemand verlangte es, und ich war nicht selbstkritisch genug, die besonderen Umstände zu bemerken. Unfähig, mir voll und ganz der Situation bewußt zu werden, wurde ich — im entscheidenden Augenblick der Begegnung mit dem Häuptling - von all den Regungen bestimmt, über die ich mir keine Rechenschaft abgelegt oder deren Auswirkungen ich zuwenig bedacht hatte. Das Gespräch mit dem Häuptling wurde einseitig geführt, denn ich glaubte, mein Standpunkt sei der überlegenere. Ich wollte meine eigenen Meinungen durchsetzen, ohne auf die Argumente des Gesprächspartners zu hören.⁴⁶ Außerdem spielte im Hintergrund eine theoretische Vorentscheidung eine wesentliche Rolle. Ich hatte sie unwissentlich aus dem Alltag mit hinübergenommen, so daß sie jetzt mein Verhalten prägen konnte. Es war die psychologische Meinung, Traumfiguren seien bloß Personifikationen abgespaltener Persönlichkeitsteile, die wieder integriert bzw. der Dominanz des Ichs unterstellt werden müßten.⁴⁷ Derartige Voreingenommenheiten wirken sich im Endeffekt stabilisierend aus und bringen jedes Gespräch zum Scheitern. Wäre ich davon ausgegangen, daß der alte Häuptling *wirklich* (ohne Einschränkungen) existiert und in einer realen, fremden Welt lebt, von der ich nichts wußte, hätte ich bescheidener auftreten müssen. Mein tatsächliches Verhalten entsprach aber noch lange nicht der Forderung, den nächtlichen Erfahrungsbereich uneingeschränkt als Wirklichkeit zu akzeptieren. Ich war immer noch bestrebt, die Realität des außerkörperlichen Zustandes auf Bekanntes zurückzuführen und mit den Mitteln des gewohnten Weltbildes zu verstehen und zu erklären. Ich verhielt mich nicht wie ein Gast, sondern wie ein Kolonisor, den die Traditionen des unbekannten Landes nicht interessieren.

Im Gegensatz zum einheimischen Häuptling bauschte ich die Entdeckung des Grabes zu einer Riesensache auf, sah die Angelegenheit mit dem Wohl und Wehe der Menschheit verknüpft und verdrehte das Offensichtliche zu etwas Geheimnisvollem. Dies entsprach meiner <liberalen> Tendenz, die vorgab, Verständnis zu haben und tolerant zu sein — und dennoch nur so lange die Ansprüche des anderen berück-

sichtigte, als dieser bereit war, sich an die von mir diktierten Spielregeln zu halten. Ich machte eine Nebensächlichkeit zur Hauptsache und wollte nur über diesen Punkt diskutieren. Aber letzten Endes blieb doch alles beimalten — eine Veränderung des eigenen Standpunktes hatte ich nicht vorgenommen und mich damit «elegant» aus der Affäre gezogen. Es war mir gelungen, mich aus den Problemen herauszuhalten, die mit der Entdeckung alter Gräber verbunden sind. Ich verschwendete keinen Gedanken an die kulturellen Quellen und die sakralen Traditionen der Indianer und achtete auch nicht darauf, daß der spirituelle Weg des Indianers einem anderen Weltbild als dem meinigen verpflichtet ist.⁴⁸

4.4.3. Wachen oder Träumen

Eine Haltung wie die von mir im Indianerland vertretene genügte trotz positiver Ansätze den Anforderungen nicht. Obwohl ich eine gewisse Gesprächsbereitschaft zeigte, übersah ich wesentliche Dinge. Nun galt es, das Unbeachtete anzuerkennen und zu lernen, welche Bedingungen meinerseits erfüllt werden mußten, um eine Zusammenarbeit zu gewährleisten. Die Begegnung mit den Indianern und ihrem völlig fremden Weltbild erwies sich als eine mythologische Grundsituation, durch die ich entweder zu einem neuen Menschen werden und die alte Denkweise überwinden konnte oder scheitern mußte.

Mittlerweile ist es bereits schon Abend geworden — die Nacht bricht an, und wir legen uns in der neugebauten Blockhütte zum Schlafen nieder. Obwohl ich mich körperlich wegen der vielen Arbeit matt fühle, bin ich nicht müde und kann nicht einschlafen. Von meinem Platz aus beobachte ich durch das offene Fenster den Aufgang des Sternenhimmels. Um mich herum sind alle eingeschlafen. Ich stehe auf und trete zum Fenster, um nochmals nach den geheimnisvollen Gräbern zu sehen.

24.11.1970, 4. Teil

Das Phänomen eines völlig normal erlebten Zeitablaufes über mehrere Stunden und bei anderen Erfahrungen sogar über Tage hinweg — ohne irgendwelche Lücken und Sprünge — mag dem üblichen Traumverständnis ebenso ungewohnt erscheinen wie das Ereignis der Ermüdung und des Einschlafens bzw. der Möglichkeit dazu. Aber gerade solche Erfahrungsdetails sind zu beachten, denn sie machen darauf aufmerksam, daß im nächtlichen Bereich Dinge geschehen können, die von den psychologischen Traumauffassungen übersehen oder als unerheblich abgetan werden.

Konnte ich einerseits im Alltag erleben, wie mein physischer Leib ermattete, ohne daß davon die Wachheit des Ichs betroffen wurde, so geschah nun dasselbe innerhalb eines nicht-physischen Körpers. Die Wachheit des Ichs scheint also nicht unbedingt mit dem Wachheitszustand irgendeines Leibes identisch zu sein. Es ist eine Erfahrungstatsache, daß das Ich sich in einem anderen Körper als dem physisch-irdischen fühlen kann, der nun seinerseits wieder die Fähigkeit besitzt, zu ermüden und einzuschlafen. Das Ich vermag auch da wach und vollbewußt zu bleiben und — als wären verschiedene Körper ineinandergeschachtelt, die sich bei Bedarf voneinander lösen können — mit Hilfe eines weiteren Körpers aufzustehen.⁴⁹ Dies ist keine Erklärung, sondern die Beschreibung eines Phänomens.

Viele haben noch nie einen außerkörperlichen Zustand erlebt. Oft ist man überhaupt nicht in der Lage, ihn als solchen zu identifizieren. Andere können sich nur kurz bei kontinuierlichem Ich-Bewußtsein außerhalb des physischen Körpers halten, denn die Außerkörperlichkeit widerspricht zu offensichtlich dem gewohnten Weltbild. Und wieder andere — wie ich 1970 — wissen über diese Dinge einfach zuwenig. In jedem Falle wird es aber das Beste sein, den Schwerpunkt auf der Beobachtung der eigenen Verhaltensweisen und der befremdlichen Ereignisse zu belassen, statt die Erfahrung sofort aufgrund der auftretenden Widersprüche zu beenden. Es ist wichtig, sich Kenntnisse zu verschaffen — auch wenn sie den bekannten theoretischen Modellen zuwiderlaufen. Erlebnisse, die mit den bekannten Auffassungen und bisherigen Erfahrungen nicht zu vereinbaren sind, relativieren den Geltungsanspruch des Traditionellen. Jedes Weltbild sollte genügend flexibel sein, um ein Entweichen zu erlauben. Man muß aber auch bereit sein, das Wagnis einzugehen, aus dem Erkenntnisnetz zu entweichen. Was nützen Löcher, wenn niemand bereit ist, sie zu beachten.

Beim Einschlafen weiten sich die Maschen des Alltags- und des Körpernetzes, von denen man tagsüber umschlossen wird. Ein Tor tut sich auf, ein Loch wird sichtbar. Nun fragt es sich bloß, ob man gewillt ist, dem Bewußtseinsverlust entgegenzuwirken und bewußtseinskontinuierlich zu bleiben. Nur dann ist man fähig, aufzustehen und zum Fenster zu gehen — hinauszusehen und zu erkennen, daß vieles in einem anderen Licht erscheint.

Ich schaue zum Fenster hinaus und glaube, in einem der Gräber etwas Helles zu erkennen. — «Das ist unmöglich, dort kann kein weibliches Skelett liegen, dessen Augenhöhlen grünlich leuchten!» denke ich. Um den Blickwinkel zu ändern, beuge ich mich vor und hoffe, daß mir meine Phantasie aufgrund der Spiegelungen des Sternenlichtes auf den kleinen

Wasserpfützen einen Streich gespielt hat. Aber mein erster Eindruck wird bestätigt — da liegt ein lebendiggewordenes Skelettwesen und starrt in die Nacht hinaus. Als ich — um keine Aufmerksamkeit zu erregen — vom Fenster zurücktrete, erlischt das grünliche Glimmen, so als hätte das Wesen nun doch bemerkt, daß es beobachtet wird. Ich bin tief beunruhigt, aber die Sache läßt mir keine Ruhe. Das Risiko ist mir zu groß, direkt beim Grab nachzusehen, weshalb ich mich dazu entschieße, zuerst die alten Blockhütten etwas genauer in Augenschein zu nehmen.

Leise gehe ich aus unserer Hütte hinaus. Draußen ist es so dunkel, daß ich nicht einmal den Boden unter den eigenen Füßen sehe. Deshalb taste ich mich vorsichtig und sehr langsam zum alten Bau hinüber und dort an der rauhen Holzwand entlang. Ich überlege mir dabei, ob ich nun wache oder träume. Aber ich kann es beim besten Willen nicht feststellen. «Es spielt jetzt bestimmt keine Rolle, ob ich nun wache oder träume — ich muß diese Angelegenheit näher untersuchen!»

24. 11. 1970, 5. Teil

Traum oder Wirklichkeit? Die Beantwortung dieser Frage war für das weitere Vorgehen von entscheidender Bedeutung. Ich durfte sie nicht umgehen und konnte dank der Intaktheit meines Ichs wenigstens für einen Moment den Sachverhalt überprüfen und nach Fehlerquellen suchen, die eventuell zu einer illusionären Wahrnehmung geführt hatten. Nun erwies sich das Geschehen aufgrund meiner kritischen Überprüfung trotz seiner totalen Unverständlichkeit als angemessen wahrgenommene Wirklichkeit. Ich befand mich in einem Traum und wußte genau darüber Bescheid. Diese Erkenntnis brachte mich in eine Zwickmühle. Sollte ich nun einfach aussteigen und in die gewohnte Umgebung des Bettes und damit in die Alltagsebene zurückkehren? Damit hätte ich unredlich gehandelt. Die Bezeichnung *Traum* hätte - für sich allein genommen — eine Rückkehr legitim erscheinen lassen. Aber die Luzidität des Ichs sprach dagegen, denn sie gestattete es mir irgendwie aus ethischen Gründen nicht, auszusteigen. Doch welche Folgen hatte ich aus meinem Verbleib zu erwarten, und wie sollte ich definitiv darüber entscheiden können, ob ich nun träumte oder wachte.

Gerade *weil* ich luzid war, öffnete sich mir ein Hintertürchen, durch das ich leicht entweichen konnte. Ich mußte mir in dieser fremdartigen Situation nur sagen: -Das ist nur ein Traum, Ausdruck meiner Hirngespinnste, die deshalb so real wirken, weil ich mich in sie hineingesteigert habe.» Wenn ich aber verantwortlich handeln wollte, blieb mir nichts anderes übrig, als das <So-Sein> des Geschehens anzunehmen. Diese Wirklichkeit kümmerte sich nicht darum, ob sie sich innerhalb oder außerhalb des mir bekannten Rahmens abspielte — sie existierte. Und ich mußte all meinen Mut zusammennehmen, um sie nicht zu verdrän-

gen. Mit einer Flucht war mir nicht geholfen, denn diese Realität ließ sich nicht dadurch aus der Welt schaffen, daß ich — wie ein kleines Kind — meine Hände vor die Augen hielt bzw. im Bett aufwachte.

Ohne Kenntnisse der Folgen die Grenzen des Gewohnten überschreiten und sich dabei der selbstorganisierenden Dynamik des Lebens überlassen — eine schwierige Entscheidung. Sie mag heute manchem leichter fallen, weil es seit einigen Jahren Wissenschaften gibt, welche die Dynamik natürlicher Systeme auf dem risikofreudigen Weg zur Ausbildung neuer Ordnungen untersuchen.⁵⁰ Diese Untersuchungen zeigen deutlich, daß wir nicht auf der Welt sind, «um zu überleben, sondern um zu *leben*»⁵¹ — und das Leben ist voller Überraschungen und evoluiert in Wirklichkeitsdimensionen jenseits aller Vorstellungen. Der Realisierung dieses Sachverhaltes steht die Gewohnheit entgegen, sich ein bestimmtes Bild von einer Sache zu machen und sich im «traditionellen» Weltbild und den damit verbundenen Paradigmen häuslich niederzulassen. Damit versperrt man sich unsinnigerweise den Ausblick auf jene Bereiche, die einer Anschauung zugänglich wären, die nicht im Vordergründigen bekannter Muster hängenbleibt, sondern die Lücken des Weltbildes erspürt und durch diese hindurch die «transparadigmatischen» Sphären erblickt.

Die Bereitschaft zum Aufbruch aus den wohlgeordneten Strukturen und zur Abwendung von konstanten Mustern führt allerdings zum Verlust der bislang entwickelten Überlebensstrategien. Dieser Verlust erzeugt manchmal grauenhafte Ängste, die scheinbar den Rückgriff auf Bekanntes erfordern, dem Konservativismus Vorschub leisten und außerordentliche Verteidigungsmaßnahmen legitimieren. Die heutige Wltsituation erleichtert zwar die Einsicht in die Notwendigkeit, endlich ein sinnvolles Leben zu gewinnen, erschwert aber andererseits den Zugang zu einer neuen Lebenseinstellung durch eine Unmenge von Sachzwängen. Der einzelne Mensch steht verängstigt vor dem Abgrund des Nicht-Vorhersehbaren und findet den Mut nicht, sich der Unordnung zu überlassen. Wir haben ein wichtiges Lebensgesetz vergessen und können uns kaum mehr vorstellen, was es bedeutet, sich vertrauensvoll den Lebensprozessen zu überlassen: «Je mehr Freiheit in Selbstorganisation, desto mehr Ordnung!»⁵² — Die Aufgabe der egozentrischen Vorstellungen führt zur Entdeckung neuer Welten und zur Entstehung neuer Ordnungen, statt die Rückkehr in die Beschränktheit des vormaligen Weltbildes zu erzwingen.⁵³

Behutsam taste ich mich voran. Plötzlich gibt ein Teil der Holzwand nach! Erschreckt zucke ich zurück. Offenbar habe ich zufälligerweise einen geheimen Mechanismus betätigt, denn die Wand klappt ganz

langsam und völlig geräuschlos auf. Ich kann in einen leeren Raum hineinblicken, dessen Boden aus Erde besteht. Meine Augen scheinen sich also etwas an die Finsternis gewöhnt zu haben — oder die Lichtverhältnisse haben sich auf eine mir unerklärliche Weise leicht verändert.

24. 11. 1970, 6. Teil

Ist man aus irgendeinem Grunde gezwungen, im Dunklen herumzutappen, mag die Erinnerung an folgende Geschichte das Ausharren erleichtern:

Jemand beobachtete Mulla Nasrudin dabei, wie er auf dem Boden nach etwas suchte.

«Was hast du verloren, Mulla?» fragte er.

«Meinen Schlüssel», sagte Nasrudin.

Da bückte sich auch der andere, um ihm bei der Suche zu helfen. Nach einiger Zeit fragte er: «Wo ungefähr hast du ihn denn verloren?»

«In meinem Hause.»

«Aber warum suchst du hier?»

«Hier ist mehr Licht.»⁵⁴

4.4.4. Die Mumie und das Skelett

Was aber bewegt sich dort!! Ein Teil des Bodens beginnt sich anzuheben, so als wäre mit dem Öffnungsmechanismus der Wand ein anderer, zweiter verbunden gewesen, der nun einen Erdklumpen von zwei Meter Kantenlänge und einem Meter Dicke hochstemmt. Auf diese Weise wird ein unterirdischer Gang freigelegt. Eine große dunkle Gestalt, die wie eine Mumie aussieht, steigt heraus.

Schnell verstecke ich mich in einem Winkel der Blockhütte, um von hier aus unbemerkt dieses unheimliche Wesen zu beobachten. Es geht bedächtig und schwerfällig zum Grab mit dem weiblichen Skelett hinüber, so als wollte sich die Mumie mit dem Skelett vereinen.

Ich wage nicht, mein Versteck zu verlassen, um genauer sehen zu können, was draußen vorgeht. Das könnte ein nie wiedergutzumachender Frevel sein. Dieses Risiko will ich nicht eingehen, denn hier sind Mächte im Spiel, die weit über das Bekannte hinausgehen. So bleibe ich still in der Ecke stehen und lausche in die Nacht hinaus. Keinerlei Geräusche sind zu hören, dennoch herrscht eine ungeheure Spannung.

Nach geraumer Zeit ist ein leises Schlurfen zu vernehmen, das immer deutlicher wird. Die Mumie — oder was es auch immer sein mag — kehrt zurück. Ebenso gemächlich, wie sie aus dem unterirdischen Gang gestiegen ist, steigt sie wieder hinab. Mittlerweile habe ich genügend Mut gefaßt und beschließe, dem Wesen nachzufolgen, um der Sache auf den

Grund zu gehen. Ich möchte wissen, was da geschehen ist. Schnell und geräuschlos renne ich aus meinem Versteck zum Loch hinüber. Ich beeile mich, denn der Erdklumpen senkt sich wieder ab. — Aber es ist zu spät!

24.11.1970, 7. Teil

Etwas geschehen lassen und sich dabei im Hintergrund halten — dies ist Ausdruck der Erkenntnis, «daß lebendige Ordnung sich von selbst bildet, wenn Prozesse sich ausleben können»⁵⁵. Dabei ist die Stellung des Ichs deutlich als luzid charakterisiert. Das Ich kann sich aktiv zurückhalten und gleichzeitig passiv handeln. Es ist dann im Zustand des handelnden Nichthandelns bzw. der absichtlichen Absichtslosigkeit.⁵⁶ Etwas Derartiges ist ohne Kontinuität des Ich-Bewußtseins nicht realisierbar, weil ohne bewußte Selbstkontrolle der unablässige Strom der Gedanken jedes still aufkeimende Leben überdecken und ersticken würde. Erst das Versiegen der dominierenden Bewußtseinsinhalte treibt das Ich zu jener Selbstaflösung, aus der es wiedergeboren werden kann.⁵⁷ Wer sich dem dynamischen Lebensprozeß, der tief in die Nacht hineinreicht, nicht anvertraut, verliert seine Unschuld. Danach wird man wieder lernen müssen, sich dem Leben zu überlassen — ein unter Umständen schmerzhafter und aufwendiger Prozeß.

Welche unaßlichen Tiefen sich auftun, wenn das beschränkte und schuldige Ich Vertrauen gewinnt und sich öffnet, statt am Gewohnten haften zu bleiben, zeigen die Ereignisse im Zusammenhang mit dem leuchtenden Skelett und der altersmäßig nicht bestimmbar Mumie. Andererseits wurde mir eine deutliche Grenze gesetzt, denn trotz meines Wunsches, der Mumie zu folgen, war mir der Zugang zu den unterirdischen Verbindungsgängen versperrt. Es gab also Dinge, die sich meinem Streben widersetzten und eigenen Gesetzen gehorchten. Ich wurde daran gehindert, neue Fakten beizubringen, die ein Verständnis ermöglicht hätten. Dies mußte mit meiner Einstellung zu tun haben. Neugier war hier fehl am Platz, und Drängen nutzte nichts — ich konnte der Mumie nicht in die Tiefen nachsteigen.⁵⁸ Was blockierte mich? Gab es einen Grund für die Erde, mir den Ein- und Abstieg in ihren Schoß zu verwehren?

Nun war mein Vorgehen eher durch Übermut denn bescheidene Zurückhaltung motiviert. Ich gab keine Ruhe und wollte in meinem ungestümen Forscherdrang und in meinem ehrgeizigen Bestreben das Geheimnis der Gräber und der verlassenen Blockhütten *auf meine Weise* lösen. Ich ging zwar relativ vorsichtig und behutsam zu Werke, benutzte aber ausschließlich meine eigenen Methoden. Als *ich* dann plötzlich das *Gefühl* hatte, einen Frevel zu begehen, hielt ich mich zurück. Ich glaubte bewußtlos werden zu müssen und das Gedächtnis zu verlieren, wenn ich der Mumie zum Grab hinüber gefolgt wäre. Aber ich

hätte die Mumie ja ansprechen können. Dazu fehlte mir der Mut. Unfähig zu einer direkten Konfrontation hielt ich mich im Hintergrund und wartete eine günstige Gelegenheit ab. Es mag zwar manchmal besser sein, auf Einsichten zu verzichten — auch wenn es durchaus möglich wäre, sie zu gewinnen. Doch in diesem Falle hätte ich — nach dem verpatzten Gespräch mit dem alten Häuptling — nochmals die Chance gehabt, mit einem fremden Wesen zu sprechen.

Obwohl die Ereignisse bis zu dem Zeitpunkt, als die Mumie im Loch verschwand, noch glimpflich abgelaufen waren, muß mein damaliges Verhalten mit einem Fragezeichen versehen und auf seine Motivationen hin untersucht werden. Ein Problem ist (nachträglich) unübersehbar: meine mangelhafte Beziehung zu außer-paradigmatischen Traditionen. Heute begründe ich mein Versagen folgendermaßen: Ich war unfähig, einen lebendigen Anschluß an andere Weltbilder und Wirklichkeitsauffassungen zu finden, und konnte nicht verstehen, was andere, nicht-psychologische, «esoterische» Traditionen zu sagen hatten. Dies verdankte ich meinem naturwissenschaftlichen und tiefenpsychologischen Studium. Aufgrund meiner Ausbildung war ich der Meinung, *alle* nächtlichen Erfahrungen könnten mit den im 20. Jahrhundert entwickelten Methoden angegangen und mit den entsprechenden Theorien verstanden und erklärt werden. Was *vor* dieser Zeit zu diesem Thema gesagt worden war, mußte meines Erachtens falsch oder überholt sein. Es war für mich selbstverständlich, daß die Wissenschaft immer nur Fortschritte gemacht hatte und zweifellos die alten Anschauungen an Exaktheit und Vorurteilslosigkeit bei weitem übertraf. Ich hatte nicht bedacht, daß die üblichen wissenschaftlichen Methoden für die Anwendung auf die Lebenserscheinungen des nächtlichen Bereiches ungeeignet waren. Es hätte meinerseits einer anderen Einstellung bedurft, um diesen Phänomenen gerecht zu werden.

Ich hatte seit 1970 dank meines Wegganges von der Hochschule nun mehr Zeit, um der «indi(ani)schen Sache» nachzugehen. Die Entdeckung der alten Gräber war also kein reiner Zufall. Ich kam einem Mythos auf die Spur, weil ich durch die intensivere Beschäftigung mit den Belangen der «anderen Seite» vertrauter geworden war. Den hellen Lichtkreis der westlichen Welt mit ihrer typischen Lebensweise hatte ich bereits verlassen, um mit einer Gruppe Gleichgesinnter tief in das Indianerland vorzustoßen. Nun war ich auch mutig genug, die Geborgenheit des kleinen Kreises aufzugeben und in die Dunkelheit hineinzugehen. Aber immer noch war ich zu stark geprägt von den Untersuchungsmethoden und Vorstellungen der Naturwissenschaften und der Tiefenpsychologie.

Es stellte sich also immer dringender die Frage, *wie* ich mit den Ereignissen umgehen sollte. Nicht nur die Wahrnehmung dieser Dinge

hing von meinen bisherigen Erfahrungen ab, sondern auch mein Handeln. Wahrnehmung und Handlungsweise waren Ausdruck von Prägungen durch analytische und interpretative Methoden. Diese mußten mich zu Schlußfolgerungen führen, die den Theorien nicht widersprachen, welche den Hintergrund für die Methodik abgaben. Ich handelte somit nicht wertneutral, sondern aus starken Vorurteilen heraus; meine Reaktionen waren vorherbestimmt. Wenn aber die Kontinuität meines Ich-Bewußtseins nun auch während des nächtlichen Geschehens bestehen blieb, durfte ich die Frage nach meiner Einstellung und Orientierung nicht außer Acht lassen.

Diese Frage war Bestandteil des «Wer bin ich?» Für mich war es wichtig, vorsichtig mit Interpretationen und sprachlichen Formulierungen umzugehen und vermehrt an die Handlungskonsequenzen meiner Anschauungen zu denken.

Wenn ich das uralte Skelett des Häuptlings subjektstufig als die in der irdisch-mütterlichen Matrix verborgene Tiefenstruktur des Selbst deutete, so war ich gezwungen, auch alles andere als Ausdruck eines ganz persönlichen, rein subjektiven Geschehens zu interpretieren. Obwohl dies alles zutreffen mochte und in Richtung Archetypus objektiviert werden konnte, sah ich mich in die unbefriedigende Lage versetzt, ein theoretisches System verwenden zu müssen, das die *bewußte* Auseinandersetzung mit den «seelischen» Inhalten auf den Tag oder bestenfalls auf die aktive Imagination beschränkte. Eine direkte Auseinandersetzung *während* des nächtlichen Geschehens war damit ausgeschlossen bzw. nur mit Hilfe komplizierter und ziemlich umstrittener theoretischer Überlegungen zu «erklären».⁵⁹ Weil aber das Ich im «Traum» luzid bleiben konnte, blieb jede Deutung mit genau denselben erkenntnistheoretischen Problemen behaftet, wie sie sich aus der Anwendung irgendeiner Methode im Alltag ergeben. Um vor lauter theoretischer Überlegungen nicht handlungsunfähig zu werden, galt es, eine andere Taktik, einen anderen Schlüssel zu finden.

Ich konnte ganz einfach davon ausgehen, daß die Kontinuität des Ichs bestehen bleiben *mußte*. Diese Forderung ließ sich ziemlich einfach begründen: Nur so war es möglich, aus der eigenen Verantwortlichkeit heraus zu handeln und nichts mehr zu verdrängen.⁶⁰ Das erste Hindernis auf dem Weg zu einem kontinuierlichen Bewußtsein bestand nun darin, daß meine Auffassung von dem, was das Ich sein sollte, völlig unzutreffend war.

4.4.5 Ein verzweifelter Ausbruchsversuch

Enttäuscht bleibe ich stehen und schaue mich um. Es dauert eine Weile, bis ich erkenne, daß ich in einem von dicken Betonmauern umschlossenen, bunkerartigen Raum bin. Ich bin ratlos. Weshalb und wie konnte es zu einer derartigen Veränderung kommen! Ich trete zur Mauer hin und betaste sie in der Hoffnung, einen Öffnungsmechanismus für eine verborgene Pforte zu finden. Doch so sehr ich mich auch anstrengte, es gelingt mir nicht, irgendeinen Durchlaß oder gar eine Schwachstelle zu entdecken. Das vergebliche Herumsuchen macht mich unruhig, beinahe hysterisch. Langsam steigt in mir die Panik hoch.

24.11.1970, 8. Teil

War ich nun aufgrund strukturbedingter Konflikte und Vorstellungen in diese ausweglose Situation hineingeraten? Ich hätte innehalten und diese und die damit verbundenen Fragen bedenken müssen, um wenigstens eine gewisse Ahnung davon zu bekommen, was alles für den plötzlichen Wechsel verantwortlich sein und damit im Zusammenhang stehen könnte. Vielleicht hatte ich mir nämlich unbewußt einen Käfig hochgemauert und mich selbst in einen «Kerker des Ego» eingeschlossen. Schließlich war ich zuvor unfähig gewesen, mich in ein nicht-alltägliches Geschehen einspannen zu lassen, und war statt dessen zum Gefangenen meiner eigenen Beschränktheit geworden. Ob dieses subjektstufige Verständnis⁶¹ allerdings den tatsächlichen Sachverhalt getroffen hätte, ist eine ziemlich müßige Frage. Auch eine objektstufige Deutung konnte einigermaßen zutreffen — und hätte an meiner spezifischen Lage doch nichts geändert. Diese Mauern bestanden aus einer Unmenge von Einzelteilen. Um nur einigermaßen einen Überblick zu bekommen, wäre vieles zu berücksichtigen gewesen.⁶² Konnte es mir aber nicht egal sein, was die dicken Mauern symbolisierten? Was spielte es für eine Rolle, ob sie das Produkt anerzogener Meinungen und persönlicher Vorstellungen waren oder gar eine Abgrenzung prinzipieller Art bedeuteten? Was sollte ich mich um Worte und Benennungen kümmern, wenn es für mich einzig darum ging, hier herauszukommen!

Oder stand ich etwa deshalb unvermittelt vor einer undurchdringlichen Wand, weil ich einzusehen begann, daß das westeuropäische Weltbild — mit dem ich identisch war — von mir relativiert werden mußte? Dies hätte eine Relativierung meines Selbst bedeutet und verlangt, daß ich das «Wesen des Ichs» erkannte.

Eingekerkert im bunkerartigen Raum überlegte ich mir nichts Derartiges - ich fühlte statt dessen!

Die Panikstimmung legt sich wieder, zumal ich mich maßlos zu ärgern beginne. Was mußte ich auch alle günstigen Gelegenheiten verpatzen oder verpassen! Was wäre nicht alles möglich gewesen! Und jetzt dies! Wie soll ich wieder ins Bett zurückkommen» — Angst steigt auf, doch sie wird vom Zorn erstickt, bevor sie sich ausbreiten kann. Ich trommle mit meinen Fäusten gegen das unerbittliche Gemäuer, kratze mit den Fingern der Wand entlang. Doch es rührt sich nichts und keine Ritzen geben Halt. In der Dunkelheit scheinen die Mauern näher zu kommen, mich zerquetschen zu wollen. Da spüre ich Kraft in mir aufsteigen, Wut und Entschlossenheit sich ausbreiten. Ich weiß mit unerschütterlicher Bestimmtheit, daß ich das Äußerste wagen und alle mir bekannten und zur Verfügung stehenden Mittel einsetzen werde, um aus dieser verdammten Enge herauszukommen.

Zähneknirschend und mit geballten Fäusten trete ich von der Wand ein paar Schritte zurück, konzentriere mich ganz auf das Aufsteigen der im unteren Rumpfbereich entstehenden Energien und sammle sie hinter meiner Stirn. Außerdem lasse ich Zorn, Ärger, Aggressivität, Durchsetzungswillen, Sturheit, Gewalttätigkeit und Machtstreben aus ihren Umfassungen ausbrechen und unaufhaltsam in das energetische Feld in meinem Kopf einströmen. Dabei muß ich mich bis an die äußerste Grenze meiner Leistungsfähigkeit anstrengen und beherrschen. Und dann ist es soweit. Ungeahnte Energiemengen werden freigesetzt, Lichtblitze zucken aus meiner Stirn und rasen gegen die Mauern. Dort prallen sie mit infernalischem Getöse auf, reißen Gesteinsbrocken aus der Wand und zermahlen ganze Betonstücke zu Staub. Die Wände zittern und beben. Ein stechender Geruch liegt in der Luft. Verirrte Funken zucken erlöschend zu Boden. — Doch die Mauer steht! Sie ragt bedrohlich in die Höhe, geschwärzt von den Energiestrahlen, mit Löchern übersät, gewaltiger denn zuvor.

Verzweifelt konzentriere ich mich nochmals und versuche, auch die hintersten, verstecktesten und geheimsten Kraftfelder aufzuschließen und zusammenzubringen. Ich kann noch mehr Energie als beim ersten Mal mobilisieren, denn ich bäume mich trotzig gegen das unvermeidlich scheinende Schicksal auf, weigere mich, diese grausame Gefangenschaft zu akzeptieren. Es ist mir völlig gleichgültig, was jenseits der Mauern sein mag. Verbissen strenge ich mich an und bringe intuitiv alle magischen Kräfte mit ins Spiel, über die ich verfüge. Ich spüre, wie das Energiefeld hinter meiner Stirn anschwillt und zu einem Kräftespeicher unfäßlichen Ausmaßes wird. Bewußt hindere ich es daran, zu explodieren, und fülle es weiter auf. Noch eine letzte Anstrengung — dann birst das Feld.

Armdicke Lichtbündel donnern mit bestialischem Lärm aus meinem Schädel heraus und prallen mit gewaltigem Tosen und Knistern gegen den Beton. Ein höllisches Brausen hebt an, denn ich lasse Strahl auf Strahl

auf die Mauern los, wobei ich in eine der Ecken ziele, weil das Gemäuer an dieser Stelle am ehesten einen schwachen Punkt haben könnte und sich die Kräfte dort gegenseitig verstärken und nicht seitlich verpuffen.

Unter der Wucht des Aufpralls beginnen die Wände zu beben. Schließlich geht ein scheußliches Ächzen durch die Wand. Ein Rißentsteht, wird länger, breiter, klappt auf. Die Betonmauern brechen auseinander. — Ich habe es geschafft!

24.11.1970, 9.Teil

Vom Alltag her betrachtet wurde dieser Durchbruch dank meiner — neben dem offiziellen Universitätsbetrieb selbständig durchgeführten — erkenntnistheoretischen Studien möglich. Aber noch andere Gründe waren maßgebend, denn die <magische Form« der Befreiung verlangte von mir eine gewisse Vertrautheit mit diesen Dingen. Diese hatte ich mir vor allem durch das Studium der Jungschen Schriften erworben. Ich kannte also einige Mythen und Märchen und wußte auch um Verhaltensweisen, die nur im <Traum> angewandt werden konnten. Wesentlich war zudem, daß ich mich danach sehnte, wieder einen Anschluß an jene Erfahrungsbereiche zu bekommen, die meinem Leben einen Sinn zu geben vermochten, der das Alltägliche transzendierte und gleichzeitig miteinschloß. Andererseits schreckte ich irgendwie davor zurück, meine Existenz konsequent für das Ganz-Andere offenzuhalten. Ich hatte mich unmerklich mit dicken Mauern umgeben, die mich schützen sollten, und es fehlten mir die spezifischen Kenntnisse z.B. der Schamanen. So war ich unfähig, mich außerhalb des normalen Rahmens korrekt zu verhalten, war bloß ein Anfänger und ein Fremder und mußte noch viel lernen. Dennoch gelang es mir, aus der total blockierten Lage herauszukommen, indem ich auf <mein> inneres Potential zurückgriff. Ich tat es eher wie ein Zauberlehrling. Es war ein Rückgriff auf jenen Teil meines Selbst, der mehr umfaßte als bloß die Identität mit einem Weltbild, das die Quellen der Nacht verleugnete oder umdeutete. Ich ahnte nicht, daß damit die Geburt eines neuen Ichs eingeleitet wurde, die für mich sehr schmerzhaft werden sollte.

Mit etwas mehr Einsicht in meine eigene Wirklichkeit wäre es mir sicher möglich gewesen, die Folgen meiner Einstellung genauer abzuschätzen und vorherzusehen. Ich realisierte nicht, daß das, was in tiefster Verborgenheit leben und blühen mochte, bestimmt nicht auf die Wiederentdeckung durch einen arroganten jungen Mann wartete, der meinte, das Unbekannte sei seiner Interpretationen bedürftig oder benötige sonst eine Art Entwicklungshilfe. Konnte es nicht gerade umgekehrt sein? Nicht das andere hatte sich an *mein* Selbstverständnis anzupassen, sondern ich selbst war es, an den die Aufforderung erging, sich in Frage zu stellen. Beim Einschlafen hatte ich mich zwar gefragt:

«Wer bin ich?» Aber ich fragte unehrlich, denn ich wollte mich *bestätigt* sehen und dachte überhaupt nicht daran, mich zu bezweifeln.

Für mich war die Befreiung aus dem Gefängnis der anerzogenen und vorgefaßten Meinungen ein ziemlich schwieriges Unterfangen, vor allem weil *ich* damit identisch war. Ich fühlte mich mit gewissen Auffassungen derart eng verbunden, daß ich glaubte, mit ihnen stehen oder fallen zu müssen. Dies erschwerte mir eine Relativierung und gestattete es mir nicht, einen Wandel zuzulassen. Im Gegenteil, ich suchte mit allen Mitteln eine Auflösung zu verhindern, denn *ich* fühlte mich bedroht, geistig bevormundet und seelisch terrorisiert. Meine Existenz war in Gefahr, meine Freiheit wurde unterdrückt. Eine Übermacht wollte mich zerquetschen. Ich wäre niemals auf die Idee gekommen, daß das harte Gefüge, das mich gefangen hielt, aus dem Nichtwissen und Nichtwissenwollen bestehen könnte — und nur ein Selbstschutz war, den «ich» mir selbst hochbetoniert hatte. Mit diesem Panzer umgab ich mich. Doch nun drohte er mich zu ersticken, in Form dieses zur Wirklichkeit gewordenen materialistischen Weltbildes. Mit dem Mut der Verzweiflung bäumte ich mich auf, verkrampft, mit übermäßiger Willensanstrengung und in der Meinung, einen gewaltigen Energieausbruch zustande gebracht zu haben. Ich fühlte mich mächtig *und* berechtigt, für meine Freiheit alle mir zur Verfügung stehenden Mittel einzusetzen. Als der erste Riß in der Mauer erschien, steigerte sich mein Selbstwertgefühl maßlos.

4.4.6. Ich-Auflösung

Der Riß in der Mauer erweitert sich — unfaßlich schnell und völlig unabhängig von einem Einsatz meinerseits. Gleichzeitig entsteht ein Sog, der mich von den Füßen reißt und unwiderstehlich zur geborstenen Stelle hinzieht. Ich erkenne gerade noch, daß auf der anderen Seite der Betonwände ein unermeßliches Licht- und Energiefeld besteht, dann werde ich von diesem gleißend gelb-weißen Strahlenmeer aufgesogen und atomisiert. Jenseits der Gefängnismauern gibt es keinen Halt, keine Umgrenzung.

Mit dem totalen Zerstieben meines Körpers und meiner Ich-Identität steigert sich zunächst die Angst im Moment der absolut scheinenden Vernichtung ins Grenzenlose. Dann sackt sie wieder in sich zusammen und verliert sich im unendlichen Staub der Lichtfunken. Ich zerfalle in eine beziehungslose Masse von Einzelteilchen, die sich mit Lichtgeschwindigkeit voneinander entfernen. Was ich einmal gewesen bin, hat sich in diesem gewaltigen Energiefeld bis zum immerwährenden Verges-

sen verloren. Irgendwie bleibt aber ein winzig kleiner, nackter Rest von Ich bestehen — unwägbare, unscheinbare, blind geworden und doch sehend, ohne Gedächtnis und doch mit sich selbst identisch. Ich lebe und bingleichzeitig unfähig, irgendeine Wechselwirkung einzugehen. Es gibt nichts, was ich zu tun vermag, denn ich bin entsetzlich leer geworden, willenlos, ohne Vorstellungen und bar jeden Inhaltes: Zerfließen in die Ordnungslosigkeit hinein, Aufhören der linearen Abläufe, Vernichtung der Kausalität, Inexistenz der Logik, Abschluß und Ende; herumgewirbelt in den Energiestürmen, die jeden Ansatz zur Strukturbildung sofort wieder auflösen und ohne Unterlaß alles verändern; ich, ein Verlorener im Nirgendwo der Partikelströme, ein Verstoßener im Wahnsinn der Eruptionen, ein Vergessener im unauslotbaren Lichtmeer, ein Orientierungsloser inmitten gigantischer Wirbel.

24.11.1970, 10. Teil

Nachdem die schlagartige, mir unverständliche Ummauerung mein Selbstwertgefühl bedroht und außerdem meinen Stolz verletzt hatte, setzte ich impulsiv der erdrückenden dinghaften Umgebung einen inneren Widerstand entgegen. War ich denn nicht mutig gewesen, als ich bewußt der Mumie nachfolgte? Und dies alles sollte mit der Einkerkung zu Ende sein? Es schien mir berechtigt, mich dagegen mit allen mir zur Verfügung stehenden Kräften zu wehren — doch das Resultat war fürchterlich!

Ich hatte niemals zuvor über die möglichen Konsequenzen eines gewaltsamen Ausbruches nachgedacht. Das Hinausdrängen aus dem festgefügtten Rahmen führte zur Vernichtung meiner Existenz. Ohne entsprechende Vorbereitungen mußte sich das brutale Aufsprengen der begrenzenden Ummauerung katastrophal auswirken — zunächst, denn ich wußte es nicht besser. Durch mein Denken und Handeln schwächte und beschädigte ich die festgefügtten Mauern derart, daß sie dem Ansturm einer umfassenden Lebens- und Erlebensdimension nicht mehr standhalten konnten. So wurde ich hinausgeschleudert in ein Feld jenseits aller mir bekannten Wertvorstellungen und traf völlig unvorbereitet auf die unermeßliche Weite des Wandels, auf die Fülle des versengenden Lichtes und damit auf die äußerst schmerzhafteste Minderung des Ichs.

Von der Weite dieses Seins hatte ich nichts gewußt! Es hätte sich zudem intellektuell und gefühlsmäßig auch gar nicht fassen lassen — wenigstens nicht mit den mir damals bekannten Mitteln. So verlor ich sozusagen alles — bis auf einen winzigen, unscheinbaren und dennoch unabdingbaren Rest.

Manche glauben in diesem Zusammenhang mahnend den Zeigefinger heben und sagen zu müssen: «Wer sich als Europäer mit fremden

Kulturen einläßt, wird — wie auch dieses Beispiel zeigt — übel mitgenommen und droht sogar wahnsinnig zu werden.» Dazu ist folgendes anzumerken: Einerseits sollte man sich daran erinnern, daß nach dem Öffnen der Büchse der Pandora zwar alle Übel und Leiden über die Menschen kommen, aber zum Schluß doch noch die *Hoffnung* im Gefäß übrigbleibt. Andererseits sind die Voraussetzungen, einer fremden Kultur unvoreingenommen zu begegnen, nicht vorhanden. — Solange «wir die Welt aus der Perspektive unseres begrenzten, kleinen Ichs und unserer zeitgebundenen, flüchtigen Wünsche und Begierden sehen, entstellen wir sie nicht nur, sondern wir machen sie zu einem Gefängnis, das uns von unseren Mitwesen und von den Quellen des wahren Lebens trennt. Aber in dem Augenblick, wo wir wirklich selbstlos werden, indem wir uns aller selbstischen Tendenzen entleeren, allen Begierden und allem Machthunger entsagen, brechen wir die Mauern unseres selbstgeschaffenen Kerkers nieder und werden der Größe und Unbegrenztheit unseres wahren Wesens bewußt. Denn dieses unser wahres Wesen beinhaltet zahllose Formen, Lebensmöglichkeiten und Wahrnehmungen des Bewußtseins, in denen jede Form eine augenblickliche Konstellation von Kräften und Aspekten im dauernden Strom des Lebens darstellt. »⁶³

Unglücklicherweise haben wir in unserer Zivilisation keine lebendige Tradition, die es erlaubt, uns «der Größe und Unbegrenztheit unseres wahren Wesens bewußt» zu werden. Aus diesem Grunde ist es nicht so ohne weiteres möglich, auf die Aussagen anderer Kulturen oder gar auf das Rauschen der Quellen der Nacht zu hören. Daserspüren des Sinngehaltes nichteuropäischer Überlieferungen und nächtlicher Erfahrungen bedarf einer direkten Förderung und Schulung. Dies ist bei den modernen Gleichschaltungstendenzen⁶⁴ der Zivilisation nur gewährleistet, wenn man sich bis zu einem gewissen Grade von der Gesellschaft abwendet — *nicht* vollständig, aber doch in einem erheblichen Maße.

Abkehr bedeutet praktisch eine Umkehr zu sich selbst und eine Hinwendung zum Mitwesen. Man wendet sich von der einseitig materiellen Sichtweise ab und kehrt zurück zur Mannigfaltigkeit des individuellen Seins und der kulturellen Vielfalt. Dabei *muß* ein starres, eindimensionales Ich zugrunde gehen, sich auflösen und sich bis auf einen letzten Rest mindern. Wäre dieses Ereignis bloß ein Wagnis, würde seine Realisierung ein leichtes sein — nur eine Art Mutprobe bzw. eine Einweihung. Diese Initiation wird aber wegen des Selbstverständnisses der hochtechnisierten Lebensform zu einem katastrophalen Geschehen. Die Bewußtwerdung der Unbegrenztheit unseres Wesens und der Vielfalt der Lebensmöglichkeiten widerspricht der nach zweckrationalen Gesichtspunkten ausgerichteten Gesellschaft und den Herrschaftsstrukturen. Das bloße Interesse an einem reibungslosen Ablauf

von Produktion und Konsum und der Steigerung des Bruttosozialproduktes verhindert jeden Durchbruch und macht zudem jedes Aussteigen zur Farce oder zur Tragödie. Kaltschnäuzig werden auch Scheinargumente vorgebracht, wie z. B. dieses: Was hier erzählt wird, zeugt von der Zerbrechlichkeit des Menschen — jenes Menschen, der versucht, die von der Gesellschaft vorgegebenen Grenzen zu überschreiten; jenes Menschen, der die natürlichen (!) Grenzen mißachtet. Auf diese Weise wird die freiwillige Selbstbeschränkung zur gesetzlichen Norm erhoben und dazu mißbraucht, «Wechsel, Wachstum, Verwandlung, Entfaltung und Integration in immer wesentlichere Formen gegenseitiger Beziehung»⁶¹ zu verhindern. Wo bleibt da das Vertrauen zur Selbstorganisationsfähigkeit des Universums, das sich bis in die jüngste Zeit hinein ganz ohne menschliches Zutun entwickelt hat?

4.4.7 Rückkehr aus dem Meer des Lichtes

Zerstoben ins Nichts der Bewußtlosigkeit, versunken im lichten Schweigen des vollkommenen Vergessens — so treibe ich als feinstes Staubpartikelchen in der blendenden Helle des Lichtmeeres. Irgendwo schwingt ein namenloses Entsetzen in der Unendlichkeit der flutenden Energien, im Nirgendwo des Lichtes, das für mich zur Finsternis geworden ist...

Plötzlich weiß ich wieder um mich und fasse am letzten Ende meines Seins ein Stück Wirklichkeit. Die Selbstwerdung erreicht langsam ein faßbares Maß, einen Wert, der es mir erlaubt, meine Situation zu erkennen. Ich bin wieder in der Blockhütte, an jenem Ort, von wo aus meine Erkundungen ihren Ausgang genommen hatten — stark benommen und dennoch irgendwie luzid. Ich habe alle nur erdenklichen Schwierigkeiten, meine vollständige Orientierung wiederzufinden. Die Stabilisierung meines Ichs ist wegen der ständigen Gefahr, wieder zu dissoziieren, eminent mühsam. Dieser Zustand ist mit einem grauenhaften Gefühl der Ich-Kompaktlosigkeit verbunden. Ich versuche, dagegen anzukämpfen, doch dadurch wird es nur noch schlimmer. Deshalb überlasse ich mich ganz der Neustrukturierung, obwohl ich meine, dabei von der Auflösung überflutet zu werden. Nun spüre ich, wie sich eine Realität aus der chaotischen Desorientiertheit herauskristallisiert, die ich als Ich bezeichnen kann.

Um mich herum herrscht ein unbeschreibliches Durcheinander. Alle sind aufgewacht und torkeln im Schlafraum der Blockhütte herum. Frauen und Männer schreien, weinen und schlagen wild um sich. Die meisten sind total verängstigt und packen in panischer Hast, um wieder

in ihre gewohnte Heimat zurückzukehren. Andere stürzen im Wahnsinn aus der Hütte hinaus und rennen in Richtung «Land der Weißen». Nur wenige haben den Mut zu bleiben. Drei oder vier sind es zuletzt. Angesichts dessen, was wir erfahren haben, sind wir wie Kinder geworden — auch der Gestalt nach.

24.11.1970, 11. Teil

Es sind die völlig unbegreiflichen und gefühlsmäßig erschütterndsten Erlebnisse, die den einzelnen Menschen in den heulenden Abgrund der Ratlosigkeit hinabstürzen. Selbst jede Hoffnung scheint verloren, denn der Trümmerhaufen des vormaligen Weltbildes bietet keinen Halt mehr. Zitternd und verängstigt starrt man auf die Erinnerung des unfablichen Ereignisses. Niemand kennt vernünftige Verhaltensweisen, die in einer derartigen Situation Bestand haben könnten. Die Rückkehr in den gewohnten Lebensbereich, in dem die Regeln des alten Weltbildes noch gelten, ist bloß ein — wenn auch verständliches — regressives Gebaren. Denn beim überhasteten Rückzug bleibt alles außerhalb der Mauern der Zivilisation, was man sich in der Wildnis erarbeitet hatte. Als Heimkehrer vertraut man dann darauf, daß die Erinnerung an das Außer-Ordentliche langsam verblassen wird.

Diejenigen, die den Mut haben, auf der anderen Seite auszuharren, müssen gewillt sein, gewisse Einschränkungen und Lernprozesse auf sich zu nehmen. Bei der Sache bleiben und sich der Neustrukturierung überlassen, ist erst ein Anfang. Als nächstes wird man vielleicht einsehen, daß man wieder zu einem Kind geworden ist. Mir jedenfalls erging es so. In meinem Falle drückte sich darin ein Vorgang aus, der durch den Verlust des vormalig als gesichert geltenden Wissens eingeleitet worden war. Ich war aus der Sicherheit der anerzogenen Verhaltensweisen, aus der Welt der Erwachsenen herausgefallen. Wie ein Kind mußte ich nun sein, offen und vertrauensvoll, unvoreingenommen und situationsbezogen. Das Ich-Bewußtsein eines Erwachsenen hängt für gewöhnlich stark von einem konstanten Bezugssystem ab — seine Wirklichkeitsvorstellungen sind weitgehend festgelegt. Bei einem Ausfall des bekannten Rahmens löst sich sein Ich auf, und es versinkt im «Unbewußten». Weil das Ich des Erwachsenen von der Fortdauer seiner Weltkonstruktion abhängt und sich an seinen eigenen Definitionen orientiert, ist es unfähig, auch dann zu bestehen, wenn das stützende System wegfällt. In dieser Beziehung ist der erwachsene Mensch jedem Kinde weit unterlegen. Ein Kind ist von den äußeren Umständen wesentlich unabhängiger. Es mag ihnen hilflos ausgeliefert sein, aber es ist dennoch anpassungsfähiger und vor allem viel spontaner. Ein Kind hat kaum etwas zu verlieren — weder Wissen noch materiellen Besitz. Es kennt auch die durch die Norm abgesteckten Grenzen nicht, sondern ist bereit, alles zu

versuchen — und allem zu vertrauen. Manchmal wäre es gut, wenn man als Erwachsener wenigstens einen Teil seiner Kindheit bewahren und mitleben würde: einfach das Unbegreifliche akzeptieren, ohne fatalistisch zu sein, einfach aufmerksam hinhören und hinsehen, ohne Ablehnung und Abwehr. Die Angst hat dann keine Chance. Man bleibt innerlich ruhig, so ruhig, daß es möglich wird, überraschende Antworten zu finden.

Nachdem ich mich einigermaßen gefangen und die Tatsache, Kind geworden zu sein, akzeptiert habe, setze ich mich. Ich bin noch immer ziemlich angeschlagen und schwach, der Schock der Erfahrung sitzt tief. Ich beginne mit den Zurückgebliebenen zu sprechen und frage sie nach ihren Erlebnissen. Es zeigt sich, daß sie Ähnliches erlebt haben — wenn auch mit vielen subjektiv bedingten Unterschieden. Dies scheint mir aber selbstverständlich zu sein.

Dann bringt einer der in der Blockhütte Verbliebenen ein altes Buch, das er irgendwo gefunden hat. Er schlägt es auf und liest vor: «Extrem gefährliche Dinge sind drei Tage lang durchzustehen. Nur dann kann man weiterkommen.» Mich erinnert diese Stelle an die Aussage vieler Märchen, weshalb ich zu den anderen sage: «In den Märchen geht es oft darum, eine dreitägige Probezeit zu bestehen.» Dieser Hinweis zusammen mit dem Gelesenen gibt uns den Mut, weiterhin an diesem Ort auszuharren. Still sitzen wir beisammen.

24.11.1970, Schluß

Gerade in Situationen, die den Mitmenschen in seinem innersten Wesen betroffen gemacht oder gar verletzt haben, scheut man sich oft, ihn nach den Gründen zu befragen. Man versäumt es, die Frage nach dem Leiden des anderen zu stellen oder vom eigenen Schmerz zu erzählen — oft aus falsch verstandener Hilfsbereitschaft und Gutwilligkeit, oft aus Mangel an reifer Erkenntnis und verantwortungsbewußtem Entscheidungsvermögen - oft auch nur deshalb, weil man seine eigene Kindheit verloren hat. Diese Zurückhaltung ist nicht ein Zeichen von Gefühllosigkeit und fehlendem Mitleid, sondern Ausdruck gesellschaftlicher Verhaltensregeln.⁶⁶ Die Gefühlssphäre ist unantastbar, nur einem engsten Kreis wird erlaubt, hier Zutritt zu erlangen.⁶⁷ Wir aber waren der Gestalt und dem Gemüte nach zu Kindern geworden und hatten deshalb schon rein äußerlich den Zugang zu einer spontanen Begegnung wiedergefunden. Außerdem waren wir bereit, aufmerksam auf das hinzuhören, was der andere zu berichten wußte. Einerseits gab es da ein Buch, das, dem Alter und dem Inhalt nach zu urteilen, aus einer Zeit vor der Aufklärung stammte. Als Erwachsene hätten wir es wohl

kaum unvoreingenommen akzeptiert, wie wir auch meine Erinnerung an die dreitägige Probezeit nicht als Argument hätten gelten lassen. Aber nun war alles anders geworden — und wir hatten Zeit, still in diesem fremden Land, in dem derart Schreckliches geschehen war, sitzen zu bleiben und nachzudenken. Damit endete das Erlebnis vom 24. November 1970, und ich glitt langsam zurück in den Alltag und — wie man zu sagen pflegt — erwachte wieder im Bett. Der Wechsel geschah in einer Art Meditation, verlief sanft und erlaubte es mir, die Erinnerung an das Geschehen bis ins Detail zu behalten. Es dauerte allerdings einige Minuten, bis ich mich vom Schock so weit erholte, daß ich aufstehen konnte.

In der Folgezeit waren es tatsächlich Schriften nicht-naturwissenschaftlichen und nicht-tiefenpsychologischen Inhaltes, die es mir ermöglicht haben, in der Fremde auszuharren und ein gewisses Verständnis für jene Bereiche zu bekommen. Andererseits konnte ich solche Texte erst im Zusammenhang mit eigenen Erfahrungen verstehen. Diese Wechselwirkung von Gelesenem und Erfahrenem ist von außerordentlicher Bedeutung.⁶⁸

4.5. Der Geist ist erleuchtet, aber die Füße gehen auf der Erde

«Sehr wahrscheinlich ist die ekstatische Erfahrung in ihren unzähligen Aspekten der menschlichen Natur an sich zugehörig, in dem Sinn, daß sie einen Wesensbestandteil dessen darstellt, was man als Bewußtwerdung der spezifisch menschlichen Situation im Kosmos bezeichnet.»⁶⁹ Die Bewußtwerdung ist ein Prozeß, den jeder Mensch für sich und mit Unterstützung seiner Umwelt zu vollbringen hat. Selbstverständlich ist dabei die «ekstatische» bzw. die außerkörperliche Erlebnisdimension miteinzuschließen, gerade weil sie Wirklichkeitsbereiche umfaßt, die vom heutigen Stand des Wissens in unserer Gesellschaft kaum und teilweise überhaupt nicht abgedeckt werden. So nutzen denn die Kenntnisse, die man sich im Alltag für das Leben im Alltag erworben hat, im außerkörperlichen Zustand nicht viel. Es braucht ein anderes Wissen — Wissen, das sich beispielsweise in den Märchen findet. Dort werden Regeln beschrieben, die von den Gesetzen der klassischen Physik, den gesellschaftlichen Normen und Verhaltensweisen zum Teil erheblich abweichen. Doch nur selten denkt man daran, Märchen unter diesem Gesichtspunkt zu betrachten und als handlungsrelevant einzustufen. Oft ist man durch die «äußeren» Erscheinungen zu sehr geblendet und verzaubert. Man ist wie gelähmt und unfähig, im «ekstatischen» Moment die Zwangsjacke der Alltagsregeln abzustreifen und sich auf Dinge zu besin-

nen, die passender wären. Der Alltag beansprucht das menschliche Wesen fast immer total und läßt für das Ganz-Andere in irgendeinem Bedeutungssinn des Wortes keinen Spielraum mehr.

Auch die Erziehung ist weit entfernt von einem Menschenbild, das mit einer Unzahl von Aspekten der menschlichen Natur rechnet. Sie beschränkt das Informationsangebot auf die gesellschaftlichen Bedürfnisse, d. h. auf ein Weltbild, das den Wesenszug des Menschen zur «Ekstase» leugnet und Traditionen des Nicht-Alltäglichen ablehnt. Was dann noch bleibt, ist bloß die Starrheit des in seinem System gefesselten «alten Ichs», das sich gegen jeden Wandel zur Wehr setzt und seinen Macht- und Einflußbereich mit allen Mitteln zu erhalten sucht. Jeder Ansatz zu einer demütig-dienenden Haltung wird entweder skrupellos ausgenutzt oder mit Gewalt abgeblockt. Es braucht schon eine ungewöhnlich starke Konzentration, um die Begrenzung des auf Konstanz und Wertbeständigkeit eingestellten Weltbildes aufzubrechen und die Beschränkungen abzuschütteln, die das Leben einengen.⁷⁰

Sprengt man eines Tages die Mauern, so wird der Mangel des vorherigen Zustandes erst erlebbar, denn es geschieht etwas, was die äußerst schmerzliche Einsicht in den Umfang des vorhandenen Unterschiedes zwischen faktischen und potentiellen Erlebnis- und Wissensmöglichkeiten erzwingt. Diese Erkenntnis ist eine spezielle Form des Todes, bei dem es zu einem Kulturschock kommt, weil das Selbstverständnis grundlegend in Frage gestellt wurde. Diese Erfahrung steht am Anfang der radikalen Änderung der bisherigen Orientierungsweisen. Man wird danach die trans-alltäglichen Wirklichkeiten mitleben wollen und alles daran setzen, wieder zur schöpferischen Einsamkeit und zur Gemeinschaftlichkeit zu finden. — Überleben wird man nur als ein Gefäß, das verschiedene Arten von Energiequellen zu fassen vermag — auch Arten, die ihren Ursprung weit von allen gewohnten Alltagsvorstellungen haben.

Wer solche Energien findet und miteinbezieht, verwirklicht im Hier und Jetzt den -Augenblick der einzig wahren und radikalen Revolution in unserer Industriegesellschaft, der einzigen auch, die die katastrophalen, sogar in den Motiven der Entwicklung zur Kernenergie enthaltenen Fatalitäten aufheben könnte. Die Energie, die im Menschen liegt, zu suchen, statt den Menschen der vom Staat verteilten Energie zu opfern, ist meines Erachtens eine Revolution. Das ist *eine radikale Veränderung der Zielsetzungen*, die unzählige Veränderungen in unserer Lebensweise und allen unseren politischen und sozialen Strukturen nach sich ziehen wird.»⁷¹

Durch die Berücksichtigung der Belange des Alltages *und* der nächtlichen Erfahrungen wird der Erlebnishunger gestillt. Dabei treten unter Umständen Verdauungsprobleme auf. Immerhin erfordert der Schritt

in die Weite des menschlichen Seins hinein die Bereitschaft, dem Ungewohnten und manchmal Befremdlichen einen Wert zuzugestehen und ihm Zeit zu opfern. Ferner braucht es die Fähigkeit zur Selbstbeschränkung und den Mut, nicht all das zu verdrängen⁷¹ und als ungenießbar beiseite zu schieben, was dem momentanen Selbstverständnis gerade widerspricht. Ist man wegen irgendwelcher gesellschaftlicher Zielvorstellungen gezwungen, einen Teil des Ganzen auszuklammern und zu übersehen, kann es kein harmonisches Einvernehmen geben.

Sobald ein möglicher Bewußtseinsinhalt, der als peinlich, unpassend, unwichtig oder ungehörig empfunden wird, absichtlich beiseite geschoben und vergessen wird, kommt es zum Bruch der Kontinuität des Ich-Bewußtseins, zum Zerfall des Ichs. Verdrängungen wirken sich auf allen Erfahrungsebenen aus, im Alltag wie auch im nächtlichen Bereich. Sie führen stets zu einem teilweisen Bewußtseinsverlust. Ein Ich, das mit etwas Bestimmtem identisch ist, zerfällt mit seinem Definitionsbereich in Einzelteile, die nichts mehr voneinander wissen. Diese Auflösung geht unaufhaltsam weiter, da der Kitt des Kontinuierlichen fehlt.

Nun gibt es gerade in außergewöhnlichen Situationen kaum eine Möglichkeit, sich an etwas zu erinnern, was als Entscheidungshilfe für das weitere Vorgehen dienen könnte. Da man nichts von diesen Dingen weiß und weder die Kunst des Sterbens noch die des Schlafens zum Stoffplan von Schule und Universität gehören, ist ein Versagen unvermeidlich. Die praktische Bedeutung der religiösen Schriften oder der Märchen zeigt sich erst, wenn das Ich nichtalltägliche Seinszustände erlebt.⁷⁵ Dann ist es von Vorteil, sich etwa an jene Märchen zu erinnern, in denen solche Wirklichkeiten beschrieben werden.

Außerkörperlichkeit kann als spontanes Ereignis jedem Menschen zustoßen. Plötzlich ist das Ich nicht mehr in seiner gewohnten Umgebung — obwohl es sich intakt und als dasselbe wie zuvor fühlt. Dieser Zustand ist verwirrend. Die Konstanz der persönlichen Identität ergibt sich aus der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Ist das Ich innerkörperlich mit einem bestimmten Weltbild identisch, nimmt es dieses Weltbild wie einen Rucksack mit sich hinüber in den außerkörperlichen Seinsbereich. Hier werden dann dieselben Verhaltensweisen wie im Alltag ausgeübt, weil das Ich automatisch annimmt, daß die gewohnten Vorstellungen weiterhin gelten und die Handlungen bestimmen müssen. Diese irrige Meinung wirkt sich für das Ich fatal aus — vor allem wenn es noch nichts über den außerkörperlichen Zustand gehört hat. Weil die Dinge nicht mehr so sind, wie sie sein sollten, und sich alles anders als erwartet verhält, erschreckt das Ich. Es ängstigt sich und reagiert oft mit panischem Entsetzen und mit Abwehr- und Fluchtversuchen. In Unkenntnis der Sachlage wird das Unbekannte und Fremdartige abstrus fehlgedeutet. Man setzt alles daran, in den Normalzustand zurückzu-

kehren. Danach fühlt man sich verunsichert und vermeidet tunlichst, von seinem Erleben zu erzählen. Meist aus Angst, als verrückt bezeichnet zu werden, wird das Ganze als Sinnestäuschung abgehandelt und verdrängt bzw. paranormal oder gar pathologisch genannt.

Je stärker jemand an seinen gewohnten Vorstellungen festhält, desto dramatischer wird sich sein Zusammenbruch in den «jenseitigen», trans-paradigmatischen Bereichen abspielen. Fällt erst einmal die Bestimmung durch weltbildkonforme Bewußtseinsinhalte weg, muß sich das Ich nackt und bloß und vor allem arg gemindert Vorkommen. Weil sich das Ich wegen seiner Identität mit dem zerberstenden Weltbild selbst als zersplitternde Einheit erlebt, identifiziert es den Zerfall mit sich selbst und glaubt an eine katastrophale Dissoziation. Auf diese Weise geht es schließlich tatsächlich zugrunde, sofern es sich nicht davon abhalten läßt, das Ereignis zu dramatisieren. Das Ich erzeugt seine eigene Bewußtlosigkeit selbst!

Die Frage nach dem «Wer bin ich?» wird bei vielen zu einer Erfahrung führen, die gewisse Ähnlichkeiten mit derjenigen besitzt, die ich im Kapitel 4.4 (Mosaiksteinchen der Wirklichkeitsfindung) geschildert habe. Die Antwort wird ein existentielles Ereignis sein — und nicht bloß ein intellektuelles! Nur auf diese Weise lernt das Ich, daß *Denken und Ich unter keinen Umständen total aufgegeben oder gar vernichtet werden*.⁷⁴ Vielmehr klärt sich das Gemüt «von seinen Unreinigkeiten und wird klar genug, die Wahrheit zu spiegeln: das wahre Selbst. Das ist unmöglich, solange das Ich tätig ist und auf Selbstbehauptung drängt.»⁷⁵

Mit der Vernichtung des alten Ichs schwinden die altgewohnten Vorstellungen und Denkweisen. Der Phönix des wahren Ichs steigt aus Staub und Asche empor und spiegelt mitten im irdischen Sein in zig-tausendfacher Reflexion die Gegenwart des Lichtes der Erkenntnis. Da keine dauernden Identitäten mehr bestehen, gibt es kein Vergessen mehr, aber auch keine Ausschließlichkeiten. Die Mannigfaltigkeit der Seinsweisen und die Widersprüchlichkeit der Gegensätze sind im wahren Ich vereint zur einen umfassenden Wirklichkeit. Das Ich begibt sich nun freiwillig in ein begrenztes System hinein, verbindet sich mit ihm und lebt aus der Wechselwirkung heraus in steter Verbindung zur Einheit. - «Der Geist ist erleuchtet, aber die Füße gehen auf der Erde.»⁷⁴

5. Kapitel

Das Geheimnis der Vereinigung

5.1. Das Ich als offenes System

Es hat wenig Sinn, die Natur der Wirklichkeit und das Wesen des Ichs ohne Berücksichtigung der persönlichen Erfahrung erklären zu wollen. Das Ich wäre dann nur gezwungen, ich-fremde Wahrheiten zu übernehmen, ohne deren Wirklichkeit erlebt zu haben. Verweisen kann man nur auf eine einzige Wahrheit und Wirklichkeit — auf das eigene Ich. Dieses Ich hat nicht nur mit dem zu tun, was im Identitätsausweis steht. Vieles ändert sich im Laufe des Lebens, und trotz allem bleibt ein kontinuierlicher Wesenskern bestehen. Zweifellos lebt das Ich seine persönliche Geschichte, die sich als Lebenslauf teilweise beschreiben läßt — aber die eigene Existenz ragt über diese Grenze hinaus und sprengt die Fesseln der Bestimmbarkeit.

Das Ich bleibt im Fluß der Ereignisse als eine sich selbst bewußte Einheit bestehen, die in immer neuen Bewußtwerdungsprozessen sich selbst erneuert und gleichzeitig auch selbst zerstört.¹ Dabei ist es dem Ich möglich, die Kontinuität seines Seins beizubehalten, denn es kann (potentiell) alle Gestaltungsprozesse und Wechselwirkungen abspeichern und sich im Bedarfsfall an sie erinnern. Diese Fähigkeit, die der Bewußtseins-Kontinuität zugrunde liegt, geht dem Ich zu einem großen Teil verloren, wenn es sich als Träger eines ganz bestimmten, konstanten Weltbildes fühlt. Dann ist nämlich die *Bewußtwerdung* durch den Stillstand eines *Bewußtseins* definitiver Ausprägung ersetzt.² Das Ich ist nun kein «seiendes Werden», sondern bloß ein «habendes Sein». — Geht einem derartigen Ich die festgefügte Vorstellungswelt aus irgendeinem Grunde verloren, reagiert es trotz neuartiger Situation gemäß seines vorherigen Zustandes und im Rahmen der gewohnten Moralbegriffe. Es verwechselt die Erinnerung mit dem momentanen Geschehen und lenkt sich dadurch selbst vom augenblicklich notwendigen Tun ab — gleichzeitig versucht es mit allen Mitteln, den bekannten Zustand wiederherzustellen. Dieses Vorgehen zwingt dem Ich den Zerfall auf, wenn sich der gewünschte Effekt nicht einstellt. Dann zerbricht die

Kontinuität innerhalb des neuen Zustandes, und die Erinnerung geht ganz oder teilweise verloren. Diese Zersplitterung in voneinander unabhängige Fragmente geschieht bei uns vor allem durch eine Ich-Transzendierung, bei der das Bezugssystem <Ich> durch eine andere Wahrheit, die

<wahrer> als das Ich sein soll, ersetzt wird. Dadurch verliert das Ich die Eigenschaften eines fluktuierenden Feldes, in dem alle Erfahrungen zentriert und gespeichert werden, denn es wird überbestimmt bzw. <definiert> und von der Wahrheit abgegrenzt. Es muß dann ein abgeschlossenes System mit einer nur sehr geringen Toleranzbreite — was Schwankungen im Erlebnisraum anbelangt - *sein*. Ein Mensch, der diese Identifizierung und Opponierung verweigert und sich statt dessen dem *principium individuationis*³ überläßt, gibt die ihm aufgenötigte Heimat, <sein> Weltbild, auf. Er ist das <alte Ich> gestorben und lebt das *wahre Ich* - und vermag als offenes System beliebig große Störungen auszugleichen.⁴

Seine Offenheit macht Zielsetzungen überflüssig.

Jedes Ziel, das fern und erst in absehbarer Zeit erreichbar ist, absorbiert Kräfte, die für die Wechselwirkungen im Hier und Jetzt dringendst benötigt werden. Wenn das Handeln zielkonform sein muß, gibt es weder Flexibilität noch Spontaneität. Richtlinien, die vorgegeben werden, verlangen eine Hypertrophierung des Ich-Bewußtseins mit bestimmten Inhalten. Man konstruiert «die Vorstellung einer unveränderlichen Ego-Entität, eines absoluten und ewigen «Ichs» im Gegensatz zur «Welt».»⁵ Durch diesen Vorgang wird «das innere Gleichgewicht

zerstört, und die Wirklichkeit erscheint in einer verzerrten Form.»⁶

Unter dem Einfluß des mit einem bestimmten Weltbild identischen Ichs «wird jedes Ding vom egozentrischen Standpunkt des eigenen Begehrens gesehen und gewertet. In Übereinstimmung mit der vorgefaßten Idee einer permanenten, unveränderlichen Ichheit entsteht die Sehnsucht nach einer bleibenden Welt mit unvergänglichen Freuden, und da so etwas nirgends zu finden ist, so ist das Resultat Enttäuschung,

Leid und Verzweiflung.»⁷

Dies ist eine Folge der Fehleinschätzung der Ich-Kontinuität, die mit einer Ich-Konstanz gleichgesetzt wird. Es gibt kein konstantes, sich selbst stets absolut gleichbleibendes Ich, das von sich selbst stets gleichbleibenden Inhalten bestimmt wird. Menschsein gelingt nur, wenn man Einschränkungen und Unterschätzungen abschüttelt und vorbehaltlos in eine neue Wechselwirkung hineingeht, um sich im gemeinsamen Werden neu begrenzen und differenzieren zu lassen.

5.1.1. Die Gefahr der Vereinzelung oder die Lust am Untergang

Es ist eine besondere Eigenheit der westeuropäischen Sichtweise, die Natur analytisch aufzusplittern, Randbedingungen auszuschließen und den Tag mit dem Verlust der Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu beenden. Im losen Puzzle der zerfallenen Ganzheit erlebt sich das Ich als eine isolierte und inselartige Vereinzelung in stummer Verlassenheit und radikaler Fremdheit am Rande eines schweigenden Universums — inmitten einer blinden Masse von Verrückten. Das Ich erliegt der Täuschung einer beziehungslosen Mannigfaltigkeit und erstickt in der Einsamkeit, stranguliert im Netz der Zufälle, gefesselt vom Zwang der Notwendigkeiten. Es ist verloren und vergessen in der Abhängigkeit — wenn es sich weigert, seinen Part im kosmischen Reigen zu übernehmen und zu lernen, daß alles nur halb so schlimm ist. Wer nicht zugleich weinen und lachen kann, dem wird alles zum Hindernis. Er *muß* überwinden, um doch nur wieder an eine weitere Hürde zu gelangen. Die Situationen wiederholen sich. Von Mal zu Mal wird es gefährlicher, unangenehmer und bedrückender. Der Untergang, das Scheitern, wird zum Selbstzweck — eine trostlose, ausweglose Situation, die z. B. in den ständig sich wiederholenden Fieberträumen zum scheußlichen Ereignis werden kann und ohne Luzidität zur Hölle wird.

Ich bin im Nirgendwo, in der Dunkelheit einer gegenstandslosen Welt und sehe gerade vor mir eine normale Tür. Ich bin mir darüber im klaren, nicht in der Alltagsrealität, sondern im <Traumzustand> zu sein, und neugierig auf das, was hinter der Tür sein mag. Es ist ein völlig leeres Zimmer, eintönig graugrün, etwas düster und muffig, irgendwie verquer, ungemütlich und steif. Rasch, aber ohne Hast, gehe ich weiter. Der Raum scheint mir belanglos. Was mich interessiert, ist die Tür auf der gegenüberliegenden Seite.

Ich gehe hin, stoße sie auf und trete über die Schwelle in ein etwas kleineres Zimmer, in dem einige Gegenstände stehen. Es sind Möbel und sonstige Gebrauchs- und Kulturgüter wie Vasen und Nippsachen. Alles wirkt schäbig und veraltet, heblös und unbrauchbar: ein Abstellraum für ehemals repräsentative Stücke, die durch ihre Vergangenheit bloß die Gegenwart belasten. Obwohl ich mich durch diese Dinge eingeengt fühle, schiebe ich sie nicht beiseite, um mir einen bequemeren Durchgang zu verschaffen. Ich spüre nämlich, daß ich hier nichts verändern oder gar beschädigen darf. Durch dieses intuitive Wissen verunsichert, denke ich daran, umzukehren - vielleicht sogar in den schlafenden Körper! Andererseits bin ich neugierig auf das, was hinter diesem Zim-

wer sein wag. Bei einem vorzeitigen Abbruch würde ich es niemals in Erfahrung bringen können. Deshalb gehe ich weiter.

Die dritte Tür ist niedriger als die zweite und läßt sich leicht öffnen, In der Meinung, das dritte Zimmer könnte eine noch unangenehmere Ausstrahlung als die anderen beiden haben, ängstige ich mich ein bißchen und lasse mir mit dem Öffnen Zeit. Von der Schwelle aus schaue ich in den nächsten Raum hinein. Er ist kaum mehr als einen Meterhoch und voller Kristallgefäße und Porzellan waren. Zwischen ihnen ist kaum Platz, um vorwärtszukommen. Es wird schwierig sein, hier ohne Zwischenfall auf die andere Seite zu gelangen, wo eine unscheinbar kleine Tür zu sehen ist.

Auf allen vieren bewege ich mich vorsichtig und sorgsam zwischen den zerbrechlichen Dingen vorwärts und konzentriere mich ganz auf die schwere Aufgabe. Mitten im Zimmer hegen ein paar glatte Rundhölzer. Die geringste Berührung würde sie ins Rollen bringen — und dann wäre ein Scherbenhaufen unvermeidbar. Ich muß also besonders vorsichtig über sie hinwegklettern und gleichzeitig auf die anderen Gegenstände achten. Außerdem bin ich gezwungen, mich zu ducken. Es dauert mehrere Minuten, bis ich es endlich geschafft und das Tütchen erreicht habe.

«Wenn jetzt der nächste Raum noch kleiner und vollgepackter ist, werde ich aufgeben müssen», denke ich und drücke sanft gegen die kleine Pforte.

20. 3.1971, 1.Teil

Die Zimmer bildeten eine Raumfolge, deren Charakteristik die immer deutlicher werdende Begrenzung war. Die Anhäufung lebloser Dinge des höheren Lebensstandards behinderte mein Fortkommen in zunehmendem Maße. Je weiter ich ging, desto verlangsamer wirkte sich die Ansammlung des zivilisatorisch geprägten Formalen aus. Zunächst war es nur eine inhaltleere Abgrenzung durch Mauern gewesen, die mir die Sicht versperrte. Dann wurde der Raum gefüllt mit Bestandteilen der kultivierten Lebensart, die leblos waren und nicht beschädigt werden durften. Schließlich scheiterte ich beinahe an der totalen Überfüllung eines für mich viel zu klein gewordenen Erlebnisraumes. Antike Möbel, wertvolles Porzellan und geschliffene Kristallgläser waren Kennzeichen des sozialen Aufstiegs und der Identifizierung mit gesellschaftlichen Wertmaßstäben.

Ich achtete beim Hindurchgehen durch die Zimmer darauf, nichts zu zerstören, weil diese «Schleier der Maya»⁸ mit meiner eigenen Vergangenheit zu tun hatten. Für mich gliederten sich nämlich die Erlebnisräume meines bisherigen Lebens in vier Abschnitte. Der erste entsprach der Dunkelheit und Farblosigkeit der Kindheit und meiner Unfähigkeit,

etwas zu erkennen. Der zweite entsprach der geistigen Eintönigkeit, Belanglosigkeit und Lieblosigkeit der Schule, während der dritte mich am ehesten an die Materialanhäufungen der Tiefenpsychologie und die veralteten Einrichtungen der Universität erinnerte.⁹ Ich hätte aber ungeschickt gehandelt, wenn ich rücksichtslos durch die hintereinander gestaffelten Erfahrungsräume gestürmt wäre, denn eine Zerstörung des Bestehenden schien durch nichts gerechtfertigt — und wäre der Beibehaltung des kontinuierlichen Ichs abträglich gewesen. Bei einem gewalttätigen Vorgehen wären bestimmt Gegenkräfte entstanden,¹⁰ die meine Aufmerksamkeit absorbiert hätten. Meine Absicht war es ja, unbeschadet durch diese Zimmer zu kommen — möglichst rasch und ohne dabei Geschirr zu zerschlagen, denn letzten Endes hätte ein Scherbenhaufen mich am Weiterkommen viel mehr behindert als die intakten Gebilde.

Da ich darauf verzichtet hatte, das Vorhandene zu zerstören, fiel es mir leichter, es zu überwinden und bis zur vierten Tür vorzustoßen.

Leise schwingt die kleine Tür nach außen. Aber da ist kein weiteres Zimmer mehr! Ich traue meinen Augen kaum, denn ich erblicke ein märchenhaft schönes Land. Unter einem strahlend blauen Himmel leuchten Wälder und Wiesen in den verschiedensten Grünabstufungen — bis zum Horizont ein sanftes Auf und Ab von Hügelzügen und Talsenken. Die freundliche, reizvolle Landschaft wirkt einladend. Ich freue mich über die Gelegenheit, bei vollem Bewußtsein eine fremde Welt zu entdecken, und fühle mich für meine vorherigen Bemühungen belohnt. Dann kletterte ich über die Schwelle und betrete eine neue Wirklichkeit.

20. 3.1971, 2. Teil

Wie konnte es zu einer derart überraschenden Wende kommen? Es war mir unerklärlich, weshalb sich gerade die vierte Tür in eine neue Raumdimension von Erfahrungsmöglichkeiten hinein öffnete. Ich hatte bloß ein kleines Zimmer, beinahe eine Puppenstube, erwartet, eine total abgegrenzte und durchstrukturierte Welt voller Hindernisse - und nun diese Weite, in der mein Schauen nicht künstlich, sondern durch einen natürlichen Horizont begrenzt wurde. Vielleicht war dies eine Folge meiner Verhaltensänderungen. Ich versuchte mich tagsüber nicht mehr so sehr vom Vordergründigen des Alltäglichen fesseln zu lassen, wollte meinen Seinsraum durchschauen und weitergehen — über die vorgegebenen Grenzen hinaus. Dabei verzichtete ich darauf, gewaltsam auszubrechen. Ich achtete genau auf die Alltagsbelange und suchte deren Anforderungen zu erfüllen, ohne meinem Weg in die Nacht hinein untreu zu werden. Der Alltagsbereich blieb unangetastet,

unverändert und unbeschädigt, ohne daß ich dabei «in Opposition zur essentiellen Natur des Lebens»¹¹ geriet. Ich hatte gelernt, mit dem Einengenden zu leben — ohne es zu verdrängen oder zu resignieren. Es war deshalb unnötig, mich mit Gewalt durchzusetzen. Ich ging einen sanfteren Weg — nicht den Weg des Entweder-Oder, sondern den Weg der Mitte, der keine brutalen Vernichtungsakte forderte und einen Ausgleich ermöglichte — ohne Opportunismus. Dazu brauchte es keine Gewalt, keine heroischen Verzichtleistungen und keine dramatischen Aktionen, nur aufmerksame Beharrlichkeit.

Manchmal hätte ich am liebsten «den Bettel hingeschmissen», denn auf die Dauer war es ermüdend und sogar lästig, rücksichtsvoll zu bleiben — bei all diesem verdrängten Mief und dem abgestellten Gerümpel. Einfach wild um mich schlagen und die Dinge vom Tisch fegen — und dann alles vergessen!

Der Untergang faszinierte auf seine Weise. Er war umhüllt vom betäubenden Geruch der Dekadenz, der Verantwortungslosigkeit, der Resignation und vom «anything goes». Wozu also diese Vorsicht im Umgang mit den Alltagsproblemen? Wozu diese Mühen bei der Erschließung des nächtlichen Bereiches? Weshalb nicht systemkonform werden, sich anpassen und Karriere machen? Warum nicht aussteigen, den Alltag über Bord werfen und ganz neu anfangen? - Weil es Scherbenhaufen gegeben hätte, Trümmerfelder, in denen die alten Werte verrotten und frühere Sehnsüchte und Hoffnungen sich verlieren würden. Dieser Preis schien mir zu hoch.

Die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins ist ein Unterfangen, das die Vielfalt der Erscheinungsformen und Erlebnisräume berücksichtigt und noch so Unbedeutendes, Kleinliches und Nebensächliches bestehen läßt. Schließlich ist das Einzel-Ich, verglichen mit dem Gesamtkosmos, auch bloß eine Nebensächlichkeit. Es wäre also anmaßend, darüber entscheiden zu wollen, was als bedeutend zu gelten hat und was nicht. Spreche ich einem bestimmten Bereich die Ausschließlichkeit zu, kommt es zu einer Überbewertung dieses Raumes und zu dessen Überfüllung, wodurch die Bewegungsfreiheit maßgeblich eingeschränkt wird. Es ist dann schwierig, solche Bereiche ohne massive Zerstörungen zu verlassen — vielleicht sogar unmöglich. Ein gewaltsamer Ausbruch läßt sich nur vermeiden, wenn das Ich gewillt ist, keine absoluten Setzungen vorzunehmen und sie als feste Bezugspunkte zu konkretisieren, außerhalb deren «Definitions-bereich» es nichts anderes geben darf.

Die Behauptung, es würde etwas geben, hinter dem *nichts* mehr zu finden sei, widerspricht der Fähigkeit lebender Systeme, fortdauernd neu und in gewandelter Form ohne Verlust der Kontinuität wiedergeboren zu werden, d. h. «in statu nascendi» zu verbleiben; wenn das Ich diese

Eigenschaft, die auch die seine ist, leugnet, weil es die eigenen Begrenzungen nicht mehr aufgeben will und am Bestehenden festhält, vergißt es das Sterben. Es hört auf, «in statu moriendi» zu sein; es versagt sich selbst den schöpferischen Wandlungsprozeß und reißt Leben und Tod in unvereinbare Gegensätze auseinander. Aber Leben und Tod bedingen sich gegenseitig. Und in ihrer Unstetigkeit, ihrer Diskontinuität, werden sie vom bewußten Ich in der Erinnerung miteinander verbunden. Im «Stirb und Werde» meditiert das Ich seine eigene Wandlung.

5.1.2. Andere Länder, andere Sitten

Der grasbewachsene Boden federt leicht, als ich von der etwa einen Meter hochliegenden Türschwelle hinunterspringe. Er ist abschüssig. Beinahe rutsche ich aus und muß schnell ein paar Schritte gehen, um mein Gleichgewicht wiederzuerlangen. Danach schreite ich zügig den flacher werdenden Hang hinab und fühle mich richtig erleichtert, frei und glücklich. An die Zimmer erinnere ich mich wie an einen Alptraum und denke nicht daran zurückzukehren, sondern gehe auf eine kleine Gruppe Menschen zu, die in etwa hundert Meter Entfernung auf irgend etwas zu warten scheinen. Ihrem Verhalten nach zu urteilen, haben sie mich nicht bemerkt. Vielleicht ist es ihnen auch völlig gleichgültig, ob ein Fremder kommt.

Da ich genau über meinen außerkörperlichen Zustand Bescheid weiß, möchte ich mit diesen Menschen Kontakt aufnehmen und sie nach den Lebensbedingungen ihrer Welt fragen. Kaum habe ich die Gruppe erreicht, kommt es — für mich völlig unerwartet — sofort zu einer geschlechtlichen Vereinigung mit einer jungen Frau. Dies ist zwar keineswegs unangenehm, aber es widerspricht total meinen Erwartungen. Offensichtlich gelten hier andere Regeln, und ich merke bald, daß der Koitus auf dieser Welt die ortsübliche Form der Begrüßung ist, während sprachliche Grußformeln oder gar Gespräche als Ausdruck sehr intimer Beziehungen gelten. Hier redet man nicht mit einem nur flüchtig bekannten Mitmenschen und schon gar nicht mit einem Fremden oder einem Gleichgeschlechtlichen — und vor allem nicht in der Öffentlichkeit. Mit einer kurzen Vereinigung darf man sich ohne weiteres begrüßen, aber niemals mit Worten. Ich bin mehr als verblüfft, vor allem über die mir völlig unverständliche Umkehr der Gepflogenheiten.

Nach mehreren kurzen Vereinigungen mit einigen der anwesenden Frauen verwandelt sich die letzte während der im Stehen durchgeführten Umarmung in eine formlose Masse, die schnell kleiner wird und sich schließlich als dunkel gefärbte, weiche <Eihülle> vom Penis abstreifen läßt.

Weil mir ein Gespräch unter diesen Umständen unmöglich scheint, entferne ich mich von der kleinen Menschengruppe und wandere weiter. Ich bedauere dies, sehe aber keine Möglichkeit, <harmlosere> Kommunikationsformen kennenzulernen, die mir eine Verständigung erlaubt hätten. Die Unterschiede zu den Verhaltensweisen, die mir bekannt und vertraut sind, erscheinen mir zu groß, um Mißverständnisse ausschließen zu können. Außerdem fühle ich mich ein bißchen überfordert. So schnell läßt sich meine Wertungsskala nicht umkrempeln. Ich muß etwas Abstand gewinnen und mir Zeit nehmen.

Beim Weitergehen fällt mir in der Ferne eine schwarze Kuh auf. Von hinten nähert sich ihr ein schwarzer Stier, dessen Glied beim Herausschälen hell-rosa aufleuchtet. Gleichzeitig wird die Kuh von vorne von einem zweiten Stier angegangen. Wie sollen zwei Stiere zugleich dieselbe Kuh bespringen können! Vom Standpunkt des Biologen interessiert mich das Ereignis. Ich möchte es genauer beobachten, andererseits könnte es gefährlich sein, näher heranzugehen. Wenn die Tiere auf mich aufmerksam werden, werden sie sich gestört fühlen und mich als artfremdes Wesen aus ihrem Territorium vertreiben. Deshalb entferne ich mich, wundere mich aber sehr darüber, daß bei Menschen wie bei Tieren auf dieser Welt derselbe Brauch, dasselbe Verhalten üblich ist — der Koitus steht am Anfang jeder Begegnung.

Einer der Stiere ist trotz — oder vielleicht gerade wegen — meiner Zurückhaltung auf mich aufmerksam geworden. Er greift mich mit lautem Schnauben an. Sofort laufe ich los und suche Schutz hintereinem dicken Baum, der am Ufer eines nahe gelegenen Flusses wächst. — Das massige Tier prescht mit unverminderter Geschwindigkeit heran und prallt mit Stirn und Gehörn derart heftig gegen den Stamm, daß der Baum mit lautem Knirschen nachgibt und umkippt — ins Wasser hinein. Dennoch halte ich mich krampfhaft am Stamm fest — und stürze mit ihm in den Fluß. Die Strömung ist derart reißen, daß es mir kaum gelingt, mich am schwimmenden Baum unter Wasser festzuhalten und ab und zu nach Luft zu schnappen. Rasch gleitet das Ufer vorbei, und nach einigen bangen Minuten — mir ist jetzt weder nach Beobachten noch nach Deuten zumute — wird der Baum unterhalb einer großen Menschenansammlung, die an der Uferböschung steht, wieder an Land geschwemmt.

Das Geschehen hat mich derart mitgenommen, daß ich gegen meinen Willen gezwungen bin, die Ebene zu wechseln und in meine gewohnte Umgebung zurückzukehren. Ich <wache> auf — zu Hause im Bett.

20. 3.1971, Schluß

Es war keineswegs der Vollzug der Begrüßung, der mich befremdete. Ich konnte ja die Vereinigung ohne Bewußtseinsverlust sogar bis zu einem gewissen Grade genießen. Aber unerklärlich und deshalb beinahe unerträglich schienen mir die total anderen Moralbegriffe, aufgrund derer sich die Lebewesen dieser fremden Welt radikal anders verhielten.

Man kann nun einwenden, bei dieser und bei den anderen außerkörperlichen Erfahrungen hätte mir meine Phantasie einen Streich gespielt - und außerdem würde bei diesen Erlebnissen nur eine übertriebene Konkretisierungstendenz zum Ausdruck kommen. Sicher muß man daran denken, daß Wahrnehmungen niemals subjektunabhängig sind. Doch bei einer Kontinuität des Ich-Bewußtseins ist dem außerkörperlichen Zustand das Prädikat <objektiv> eben nicht mehr so einfach abzusprechen. Der Zustand mag sich vom innerkörperlichen Alltag noch so sehr unterscheiden, die Ich-Identität ist dennoch dieselbe — und dies verlangt gerechterweise, daß die Bezeichnung <rein subjektiv> fallengelassen wird. Damit verlagert sich der Schwerpunkt der Betrachtungsweise von der Polemik um die Subjektivität und Objektivität der Erfahrungen auf die Beobachtung des Verhaltens des Ichs und seiner Umwelt.

Das Verhalten des Ichs ist u. a. von den Kenntnissen, den Erfahrungen und vom <Zugang> zum intuitiven Wissen abhängig. Letzteres ist ein völlig unberechenbarer Faktor, der vom Ich verlangt, daß es still geworden und bereit ist, die Hinweise der inneren Stimme in die Tat umzusetzen und <auf das Gefühl zu hören>. Die beiden anderen Faktoren, das erworbene Wissen und das früher Erlebte, sind dagegen relativ leicht feststellbar, da sie als Gedächtnisinhalte <jederzeit> abrufbar sind. Nun hängt es vom Weltbild mit seinen Moralbegriffen ab, was für das Ich verwendbar ist. Deshalb gelingt es oft nicht, sich optimal zu verhalten oder gar offen und ehrlich zu dem zu stehen, was man denkt, fühlt und intuitiv erkennt. Man verhält sich also nicht spontan und freimütig, sondern norm- und sachzwangbestimmt — und manipuliert sich freiwillig oder gezwungenermaßen selbst. Diese Einschränkungen werden schließlich als natürlich empfunden und kommen auf allen Erfahrungsebenen — auch den nicht-alltäglichen — zur Geltung. Das Ich geht nicht mehr frei in eine Beziehung hinein, denn es ist eine unveränderliche, absolute Größe und fühlt sich als abgeschlossenes, sich stets gleichbleibendes System, das einem Objekt gegenübersteht. Abgrenzung bedeutet Vereinzelung und Ausschluß von Verbindungen, wodurch erst das Fremde entsteht und in Opposition zum Bekannten tritt. Dies wiederum verstärkt das <Nationalitätsgefühl> des Ichs, das mit seinem Standpunkt so lange identisch bleibt, bis es ihm gelingt, die Grenzen zu überschreiten und das eigene Land (das Ich-Feld) von außen zu sehen. Wenn es diesen Schritt nicht wagt, wird das Ich seinen Blickwinkel nicht in Frage stellen und nicht daran zweifeln, objektiv

unter Verwendung von ich-unabhängigen Kriterien zu urteilen und zu sichten. Es wird es sich nicht zugestehen, daß es selbst Schöpfer und Mitgestalter des vertretenen Standpunktes ist. Statt dessen nimmt das <bescheidene> Ich eher noch in Kauf, daß seine selbstbewußte und selbstkreative Existenz auf ein gefährliches Minimum reduziert wird. Es glaubt der Rede von der Subjektivität, die dem Objektiven nicht standhält — und übernimmt die Vertretung des entsprechenden Weltbildes. Dies bedeutet eine drastische Einschränkung des Lebensbereiches und die Einführung eines statischen Gleichgewichtes, bei dem keine Wandlungen mehr möglich sind, weil die Elemente des Systems immer gleichbleiben. Ausgefallene Teile werden durch exakt gleiche Teile ersetzt. Das Leben ist aber ein dynamisches Gleichgewicht, das keine absolute Formkonstanz kennt, sondern wandlungs- und anpassungsfähig bleibt. Verliert es diese Fähigkeit, so stirbt es. Und das Ich? — Was ist der Raupe der Schmetterling, was der Nymphe die Libelle? Wer fragt schon danach - in einem System, das nur den Fortschritt innerhalb der selbstgesteckten Grenzen fördert und einzig Lösungen zuläßt, die den Rahmen nicht als relativ und konstruiert erscheinen lassen? Bei mir wirkte sich dies 1971 bereits nicht mehr ausschließlich hemmend auf die Bewußtseinskontinuität aus, denn es war mir teilweise gelungen, Ich und Bewußtseinsinhalt zu entflechten und die Identität mit der kollektiven Norm aufzulösen. Dies verdankte ich zum Teil der tiefenpsychologischen Betrachtungsweise, durch die ich lernte, die Dinge zu sehen und zu beachten, statt blindlings in sie hineinzulaufen und durch die Zerstörung zu unüberwindlichen Barrikaden werden zu lassen. Der Ebenenwechsel gelang. Aber dann gab es neue, unerwartete Schwierigkeiten, die mich dazu veranlaßten, mich intensiver mit den Moralbegriffen und Sexualnormen des Alltags auseinanderzusetzen. Ich begann einzusehen, daß eine total andere Bewertung der Sexualität mir im außerkörperlichen Zustand zum Verhängnis werden konnte, wenn ich nicht bereit war, eine für mich geradezu schockierende Umkehr kommunikativer Abstufungen anzuerkennen.

Ähnliche Probleme bei der Bewertung der Sexualität im außerkörperlichen Zustand hatte Robert A. Monroe. Bei ihm erwies sich die sexuelle Konditionierung als *das* große Hindernis.¹² Er reagierte außerkörperlich genau gleich wie im innerkörperlichen Zustand, obwohl er sich in einer anderen Situation befand und andere Maßstäbe hätte anwenden müssen. Dieses reflexartige Verhalten läßt sich nur durch die Entwicklung einer entgegengesetzten Konditionierung überwinden.¹³ — Aber trotz allem ergibt sich allein schon aus der Wiedererinnerung und dem Erzählen oft ein «Widerhall von Schuld und Sünde»¹⁴. Die Ecke der Alltagsvorstellungen, die an ihren gewohnten Moralbegriffen festhält, führt zu Verzerrungen, die sehr belastend sein können. Und diese Ecke

bleibt und läßt sich nur mit großer Anstrengung entrümpeln und entstauben. Außerkörperlich ist Sexualität eben etwas anderes.

««Anders», das ist ein sehr unzureichender Ausdruck. Die sexuelle Aktion und Reaktion im physischen Leib wirken wie ein blasser Abklatsch oder ein schwacher Versuch, eine sehr innige Form der Kommunion und Kommunikation im Zweiten Zustand¹⁵ nachzuahmen, die ganz und gar nicht «sexuell» ist, wie wir den Ausdruck verstehen. Im physischen Leib ist der Drang nach sexueller Vereinigung so, als ob wir uns irgendwie dunkel des emotionellen Höhepunktes erinnern, der sich zwischen Menschen im Zweiten Zustand ereignet, und diesen in einen Geschlechtsakt übersetzen.»¹⁶ — Und Wilhelm Mrsich meint: «Verglichen mit der Vereinigung zwischen einem menschlichen Astralleib und dem durchsichtigen, feinstofflichen Leib eines Wesens der Astralebene ist die geschlechtliche Vereinigung zweier Menschenkörper eine armselige Stümperei und der Organismus der körperlichen Liebesekstase ein stumpfsinniges, täppisches Getast. Zwei Astralleiber dringen bei der Vereinigung nicht nur zum kleinen Teil ineinander ein wie Menschenleiber. Nein, *sie durchdringen sich ganz, durchschweben einander und berühren sich dabei mit allen Teilen ihres Leibes*, was eine unsagbare, überirdische Wonne verursacht.»¹⁷ Ein derartig wonnedurchbebtter und lustdurchtränkter Liebestaumel, wie ihn Mrsich schildert, ist vielleicht das schönste und beglückendste *Hindernis* auf dem Weg zur mystischen Vereinigung, denn der Sturz ins Vergessen verhindert das gegenseitig Sich-total-Erkennen: «Ich erlebte diesen übersinnlichen Genußrausch, diese Orgie des Gefühls der Psyche nicht nur einmal. Ich stürzte mich von Leib zu Leib, durchschwebte, durchkostete immer wieder neue und, wie mir schien, schönere; von Schauern durchrieselt, von Wonnen durchbebt, von Lust durchtränkt. — Es wollte schier kein Ende nehmen. — Bis schließlich auch mein Astralleib ermattet sank. Ich spürte nur noch dieses Sinken wie in weichen, unendlich zarten, weißen Schwanenflaum. Ich sank und sank, lange — lange.»¹⁸

Doch für viele ist die geschlechtliche Vereinigung als solche bereits «sündhaft» und «unrein». In diesem Falle gibt es keine offene Begegnung mehr, zu groß ist die Furcht vor dem Rausch der Liebe, zu mächtig die Abneigung gegen sich selbst. Man verweigert sich und dem Partner die Erinnerung und stürzt sich in den Abgrund des Vergessens. Es ist dann schwierig, sich auch nur *vorzustellen*, außerkörperlich — ohne Rücksicht auf irgendwelche Tabus — in ein sexuelles Geschehen verwickelt zu sein.¹⁹ Allein die Vorstellung mag den Moralaposteln die Schamröte ins Gesicht treiben — für sie Anlaß genug, um wider den sittlichen Zerfall vorzugehen. Andere wiederum werden sich außerkörperlich an der Erfüllung von Wünschen hindern, weil sie von ihren eigenen moralischen Skrupeln eingeholt werden. Jene aber, denen es gelingt,

ihre Sehnsüchte zu stillen und fremdartigste sexuelle Gebräuche mitzuvollziehen, werden nach ihrer Rückkehr vielleicht eher schweigen als etwas erzählen - und vor allem die Angelegenheit auf sich beruhen lassen, ohne etwaige Konsequenzen zu bedenken.

Die sexuelle Vereinigung im innerkörperlichen Zustand ist eine Zwei-Einheit, aus der heraus ein Drittes geboren werden kann. Außerkörperlich ist die Begegnung der Geschlechter die Grundlage der gegenseitigen Erleuchtung, aus der heraus eine umfassende Erkenntnis entsteht. Dieses Geheimnis wird in der Heiligen Hochzeit gefeiert und vollzogen. Alles Wissen, das damit zusammenhängt (!), kommt aus der Erfahrung heraus.

5.2. Glückseligkeit des Vergessens

Erziehung und Lebensstil in unserer Gesellschaft förderten in den ersten Jahren meines Studiums in hohem Maße die <Selbstvergessenheit>. Die Pflicht, vorgegebenen Erkenntniswegen folgen zu müssen, erschwerte die Erfahrung meines persönlichen Weges und lenkte mich vom Prozeß der Selbsterkenntnis ab.¹⁰ <Energieüberschüsse>, die ich hätte einsetzen können, um nicht-alltägliche Bereiche zu erwandern, drohten in der Vielfalt des Freizeit- und Informationsangebotes zu versickern. Ich sah mich einer geschickt operierenden Zerstreuungsmaschinerie ausgeliefert und versuchte, die ihrem Handeln zugrundeliegende Strategie zu durchschauen. Teilweise schien ich dabei Erfolg zu haben, denn eines Nachts erlebte ich in einem nicht-luziden Traum Dinge, die eindeutig auf die Alltagsprobleme Bezug nahmen.

Bei einem großen Manöver ist es mir als Zivilist gelungen, einen ganzen Truppenteil auszuschalten. Diese Störung des Planspiels durch einen Nichtmilitaristen wird übel vermerkt. Die Offiziere des Stabes denken nicht mehr daran, sich an die Spielregeln zu halten, und befehlen, mich unverzüglich zu verhaften.

Bald darauf werde ich erbarmungslos von Soldaten verfolgt. Aber ich bin wesentlich schneller als die durch ihre Ausrüstung und Uniform behinderten Militärs.

5.8.1970, 1. Teil

In diesem Traumgeschehen fanden die Alltagsergebnisse eine Fortsetzung, denn Verfolgung und Flucht waren ein getreues Abbild meiner innerkörperlichen Bemühungen. Tatsächlich wehrte ich mich 1970 gegen Uniformierung und geistige Normierung, die mit der Übernahme

eines Anschauungskatalogs verbunden waren, die das Bewußtsein strikt auf das Alltägliche beschränkten und in dem die nächtlichen Erfahrungen und überhaupt alles sogenannte Subjektive keinen Platz fand. Dennoch hielt ich mich an die Spielregeln der öffentlich-rechtlichen Einrichtungen — ein Vorgehen, das in sich widersprüchlich war.²¹ Die Vertreter der Institutionen kamen mir schließlich indirekt auf die Schliche, weil sie ihre Pflichten ernst nahmen und darauf achteten, daß auch ich mich wieder eingliederte und die vorgeschriebenen Stationen absolvierte.

Es gelang mir also nicht, die offiziellen Stellen zu umgehen, obwohl mir teilweise besondere Zugeständnisse gemacht worden waren. Nun bekam ich die repressive Seite der Institutionen zu spüren,²² denn ich hatte den kritischen Punkt überschritten und drohte zur «Ausnahme von der Regel» zu werden - ich mußte dingfest gemacht und für die Sache vollends eingenommen werden.²³

Schließlich gelingt es mir, alle Verfolger bis auf einen einzigen abzuschütteln. Beim Zurückschauen erkenne ich in ihm eine Frau, die weder Uniform noch Waffen trägt. Deshalb ist sie schnell und holt immer mehr auf, obwohl ich mich darum bemühe, die Distanz zwischen uns zu vergrößern.

Eine Wendeltreppe — einige Dutzend Meter weiter vorne — bietet mir eine neue Chance, die Frau loszuwerden. Hastig renne ich die rechtsläufige Treppe hoch und sehe ein paar Umgänge weiter unten die unerbittliche Verfolgerin. Sie scheint nicht aufgeben zu wollen, obwohl sie sichtlich zurückfällt. Aber weshalb! Ich beschließe, stehenzubleiben und auf sie zu warten.

5.8.1970, 2.Teil

Es war mir also gelungen, mich der Verein-nahmung durch die Vertreter der Institution zu entziehen. Aber irgend etwas hatte ich dabei in der Masse der Uniformierten übersehen. Erst auf der Flucht wurde deutlich, daß mir jemand folgte, der wie ich nur Zivilkleidung trug. Ich verblieb — gewissermaßen gewohnheitsmäßig und autosuggestiv beeinflusst — in diesem Traum, um zu sehen, wer mich so hartnäckig verfolgte.²⁴

Treppen sind nicht einfach nur Symbole der Erneuerung und der Entwicklung nach oben oder unten, oder eine zensurierte Form der Sexualität - obwohl sie in diesem übertragenen Sinne in diversen Redewendungen gebraucht werden. Treppen sind zuerst einmal Verbindungsteile, die von Menschenhand gebaut wurden, um von einer Ebene zur anderen zu gelangen. Als stufenförmiges Gebilde dienen sie dem

Auf- und Abstieg. In ihnen ist ein Wiederholungsmoment aufgezeigt, eine Art «Mehr-Dasselben», das eine feste, aus gleichartigen Einzelteilen bestehende Unterlage bietet und den Wechsel von der einen Ebene zur anderen erleichtert. Aus diesem Grunde sind Treppen besonders gut zur Verdeutlichung irgendeines Wechsels geeignet, bei dem das Ich allerdings sich selbst gleichbleibt. Vor allem der durch die einzelnen Stufen vorgegebene Wiederholungszwang erlaubt es dem Ich, die Aufmerksamkeit vom notwendigen Bewegungsablauf abzuziehen und auf sich selbst zurückzuwerfen. Das Ich kann von seinen Körperempfindungen «abschweifen» und erleben, daß es körperzustandsunabhängig ist. Dies wird allerdings nur gelingen, wenn die Aufmerksamkeit nicht von etwas anderem gefesselt wird, zum Beispiel von einem Ziel, um dessentwillen ein nächstes Stockwerk erreicht werden soll. In diesem Falle ist das Ich wiederum auf etwas Bestimmtes fixiert und vergißt darob seine eigene Identität.

Eine Treppe im Traum läßt sich ohne weiteres als Hilfsmittel benutzen, um luzid zu werden und die Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu stabilisieren. Nur muß man an diese doch ziemlich ungewohnte Betrachtungsweise denken und sie tagsüber einüben — eventuell mit Hilfe anderer Tätigkeiten, die ein Wiederholungsmoment miteinschließen.

Treppen verbinden meist nur Gleichwertiges und Naheliegendes und weisen in nicht-alltäglichen Wirklichkeitsbereichen oft auf einen aus dem Alltag übernommenen Vorstellungskomplex hin. Aus diesem Grunde ist es wichtig, einmal im Traum mitten auf der Treppe stehen-zubleiben, um auf diese Weise im alten Trott des Stufensteigens innezuhalten und zur Besinnung zu kommen. Man distanziert sich mit diesem Tun von dem, was sonst als Basis und Grundlage dient, um irgendwohin zu gelangen. Die Ursache des plötzlichen Stehenbleibens kann ein Einfall sein, der nachdenklich macht und etwas Bekanntes anzweifeln läßt. Daraus ergibt sich eine neue Sicht der Dinge, denn das Aufhören des Selbstverständlichen führt zur Erkenntnis. Ein nur stufenartiger, diskontinuierlicher Übergang entspricht eher unseren Anschauungen. Erfahrungsgemäß verbindet er Ebenen, die sich nur geringfügig voneinander unterscheiden. Außerdem wird beim Übergang 'Schritt für Schritt' auf dem Bekannten aufgebaut. Deshalb scheint der abrupte Wechsel mit einem wesentlich höheren Risiko verbunden. Er ist es unter Umständen auch, denn 100 Meter Höhendifferenz sind innerkörperlich anders zu bewältigen als außerkörperlich. Aber das alte Ich hält derart stark an seinen Vorstellungen fest, daß es auch außerkörperlich Treppen erstehen läßt, obwohl ganz andere Lösungen möglich wären — völlig unerwartete und verblüffende 'Lösungen zweiter Ordnung'²⁵,

Im Gegensatz zu einem *Wandel erster Ordnung*, der nichts am System

ändert, weil er «den Wechsel von einem internen Zustand zu einem anderen innerhalb eines selbst invariant bleibenden Systems»²⁶ beinhaltet, kommt es bei einem *Wandel zweiter Ordnung* zu «einem Wechsel, der das System selbst ändert»²⁷. — Nun liegt die beste Lösung eines wie auch immer gearteten (Alp-)Traumes im Wechsel vom Träumen zum Wachen. Dies entspricht einem Wandel zweiter Ordnung, denn das System des Traumbewußtseins verwandelt sich in ein kontinuierliches Ich-Bewußtsein. Wachheit ist aber nicht gleichbedeutend mit Wachzustand des physischen Körpers. Es geht einzig und allein um die Wachheit des Ichs — und dieser kontinuierliche Wachzustand des Ich-Bewußtseins ist *unabhängig* vom Zustand des physischen Körpers.

Nun kam es am 5. August 1970 weder zur Bewußtwerdung im Traum noch zum Aufwachen im Sinne eines Erwachens des schlafenden Körpers. Letzteres hatte ich mir abgewöhnt — und ersteres war mir als Möglichkeit nicht greifbar, denn es fehlten mir die theoretischen Konzepte «Außerkörperlichkeit» und «Luzidität». Immerhin hatte ich durch das Stehenbleiben auf der Wendeltreppe *aktiv etwas* gegen den Traumablauf unternommen. Dieses Innehalten war vielleicht eine Art Vorstufe der Bewußtwerdung. Jedenfalls führte es zu einer unerwarteten Wende des Geschehens.

Ich bleibe stehen und umklammere mit trotzig festem Griff das Treppengeländer. «Hoffentlich habe ich mir nicht zu viel vorgenommen», denke ich und warte auf die Verfolgerin, die immer näher kommt. Erst jetzt sehe ich, daß die Frau jung und hübsch ist. Sie scheint mir gegenüber auch nicht unbedingt feindlich gesinnt zu sein, sondern ihr weiteres Verhalten von meiner Einstellung abhängig machen zu wollen.

Im Verlauf des Gespräches klären sich meine Mißverständnisse auf. Die Frau handelt nicht im Auftrag des Militärs. Sie will mit mir sprechen. Schließlich schwindet mein Mißtrauen, je länger wir miteinander sprechen, desto sympathischer werden wir uns. Ein Gefühl innerer Verbundenheit blüht auf, hüllt uns beide ein und bringt uns unaufhaltsam näher zusammen. Wir umfassen uns, und mit der Umarmung wird die gegenseitige Anziehung intensiver. Dann kommt es zur Vereinigung und damit zu einer weiteren Steigerung der Anziehungskräfte. Unsere Körper werden ineinander geschoben und durchdringen sich immer mehr. Es entsteht ein gewaltiger Druck, der einen Umwandlungsprozeß auslöst, bei dem wir uns langsam in einen kleinen Lindenbaum verwandeln.

Bei dieser Durchdringung und Verwandlung explodieren meine-unsere Gefühle und Empfindungen zu einer für mich unfäßlichen Vielfalt von Ungewußtem und Unerwartetem. Völlig unbekannte Erin-

nerungen von einer noch nie dagewesenen Kompliziertheit und Widersprüchlichkeit kommen und gehen. Wir erkennen uns im umfassendsten Sinne des Wortes und wachsen dabei mit Sproß und Wurzeln in Luft und Erde hinaus. Dabei fühlen wir uns als einen einzigen, umgreifenden Baum von Verästelungen, Blattorganen und Verwurzelungen. Und dazwischen krabbelt und schwirrt, lebt und stirbt es. Wir sind zu einer Einheit geworden, die das Du und das Ich vergessen hat. Was bleibt, ist ein vollkommenes Gefühl des Friedens im Wissen um die Existenz einer ununterscheidbaren Wesenheit, die jede einzelne Zelle durchflutet. — Im Laufe der Jahrzehnte wachsen wir zu einem mächtigen Baum heran, im Laufe der Jahrhunderte zu einer gewaltigen Linde.

1000 oder 2000 Jahre mögen vergangen sein — wir haben kein normales Zeitempfinden mehr —, da werden wir plötzlich aus dem Baum herausgeschleudert und materialisieren uns als zwei Personen ein paar Schritte neben dem dicken Stamm. Schockartig werden wir uns dabei bewußt, daß wir als Lindenbaum eine sehr lange Zeit vereint gewesen sind. Erst jetzt realisieren wir dies mit aller Klarheit. Und diese Bewußtwerdung führt nun zur vollständigen Trennung — ein schrecklicher Schmerz! Wir versuchen ihn zu lindern, indem wir uns verzweifelt fest umschlungen halten. Doch der Trennungsschmerz sitzt unermeßlich tief, zieht und zerrt und reißt mich schier in Stücke. Ersteigert sich bis zur Unerträglichkeit — und dann — ein donnernder Knall. Der Stamm birst auseinander, von der Wurzel bis zur Krone. Ein breiter Spalt klafft auf, und die unheilbare Wunde lindert etwas unseren Schmerz. Was jetzt noch bleibt, ist vor allem eine tiefe Traurigkeit.

Mit der Zeit finde ich die Kraft, mich umzuschauen. Wegen des weithin hörbar gewesenen Auseinanderberstens der Linde laufen viele Menschen an diesem Ort zusammen. Der Baum steht mitten auf einem großen Platz und muß — von uns unbemerkt — Mittelpunkt einer kleinen Ansiedlung gewesen sein, die im Laufe der Jahrhunderte zur Stadt geworden ist. Erstaunt befragen sich die Leute gegenseitig nach der Ursache des geheimnisvollen Ereignisses. Aber niemand weiß die Antwort — und wir beide schweigen. Später lassen wir es auch zu, daß der unansehnlich gewordene alte Baum gefällt wird.

Die junge Frau und ich lernen dann einen Bauern kennen, der auf der Suche nach einem Stück bebaubaren Landes ist. Ihn unterstützen wir beim Erwerb eines Grundstückes, um bei ihm bleiben und arbeiten zu können. — Während der nächsten paar Jahre verblaßt die Erinnerung an das Geschehen im Lindenbaum. Und eines Tages bin ich in einer anderen Stadt, in einem großen Hörsaal der Universität, wo gerade über die Studienreform diskutiert wird. Auch über die Legende vom geborstenen Lindenbaum wird geredet.

Im Gegensatz zu vielen anderen Studienkollegen nehme ich die

Geschichte von der Linde ernst. Ich versuche, Vorschläge zur Studienreform einzubringen, in denen auch der Wert der persönlichen Erfahrung direkt angesprochen wird. Aber die Professoren sind nicht bereit, darauf einzugehen, und argumentieren mit Begriffen wie Wissenschaftlichkeit, Objektivierbarkeit und ähnlichem. Wegen dieser abweisenden Haltung beginnen einige Studenten haltlos zu schluchzen, andere ballen in ohnmächtigem Zorn ihre Fäuste oder starren verbittert vor sich hin, und wieder andere brechen zusammen und haben einfach nicht mehr die Kraft, sich gegen das System durchzusetzen. Es ist nicht einmal möglich, eine Kompromißformel zu finden — im Gegenteil.

Aber ich will mir die Welt des Lindenbaumes nicht verbieten lassen und gehe. Draußen fühle ich mich richtig erleichtert und freue mich, endlich wieder zu meiner Frau und den Kindern zurückkehren und bei ihnen bleiben zu können. Wir beschließen, irgendwo von vorne anzufangen, und bereiten uns gemeinsam auf die große Reise vor.

5. 8.1970, Schluß

«Weder des Drinnen noch des Draußen bewußt, noch beider zusammen, keine Wissensmenge, weder weise noch unweise, ungesehen, etwas, was keinen Umgang hat, unfäßbar, ohne Unterscheidungsmerkmal, undenkbar, unbeschreibbar, in seinem Wesen Überzeugung vom Einssein seiner selbst, alle Entwicklung zu einem Ende bringend, ruhig und sanft, frei von Dualität.»¹⁸ Beim Lesen dieser Worte der Mandukya-Upanishad ersteht für mich eine leise Erinnerung an jenen wunderbaren Lindenbaum. Ich denke an die herzförmigen Blätter, an den Ort geselligen Zusammenseins unter den tiefhängenden Ästen,²⁹ an Lieder und geweihte Orte.⁵⁰ Der betäubende Duft der Blüten, das Gesumm der Bienen,⁵¹ die Farbe und der Geschmack des Tees,⁵² die lauen, stillen Sommerabende - alles kommt zusammen. Der Widerhall des nächtlichen Erlebnisses verbindet sich tausendfältig mit den Alltagserfahrungen. Auch Legenden und Mythen werden miteinbezogen.⁵⁵ Von überall her wird der Lindenbaum vom Wind der Erinnerungen angehaucht. Ein lebendiges Bild entsteht, ein Bild, das als Teil meiner subjektiven Wirklichkeit auch die Ganzheit meines Seins zum Schwingen bringt - und mich gleichzeitig mit allem verbindet, was direkt und indirekt mit einem Lindenbaum zu tun hat. Auf diese Weise werden Linien und Knoten in einem immensen Beziehungsnetz sichtbar. Am Rande dieses Netzes verglühn die in ihm aufleuchtenden Funken und Lichtspuren wieder leise in die Dunkelheit hinein. Nur für einen kurzen Augenblick haben sie einen Sachverhalt erhellt, der bei der nächsten Lichtwerdung wieder andere Aspekte aufzeigen wird.

Mit dieser Umschreibung habe ich die Lindenbaum-Erfahrung auf meine ganz persönliche Art <interpretiert>. Und dennoch wird sie viel-

leicht mehr vermitteln und zum Schwingen bringen als jede schulmäßige Deutung. Mußte ich nicht gerade dies gegenüber den Vertretern der Universität zum Ausdruck bringen und verteidigen? Ich hatte es zumindest versucht. Und daraus ergaben sich dann auch im Alltag die im <Traum> angesprochenen Veränderungen! Aber wo sollte ich wieder von vorne anfangen? — Rückblickend würde ich sagen, daß ich mich damals gewissen Erlebnissen gegenüber völlig hilflos fühlte. Vor allem fehlte mir ein ganz bestimmtes Wissen — nämlich die Kenntnis jener Tradition, die den Erfahrungsschatz der Menschen zum Thema hat: die Schriften der Mystiker und der Erkenntnistheoretiker.⁵⁴ Nachträglich gelang es mir mit Hilfe dieser Texte, die innere Wahrnehmung mit den äußeren Begebenheiten in Verbindung zu bringen und die scheinbar zusammenhanglosen Welten einander etwas anzunähern. Dies wußte ich jedoch in der Zeit noch nicht, als ich den Plan aufgab, das Studium regulär innerhalb des naturwissenschaftlichen Rahmens zu beenden. Die Distanzierung von der Universität war gefühlsmäßig begründet und durch ein intuitives Erfahrungswissen gestützt. Es sollte lange dauern, bis der innere Zwiespalt überbrückt werden konnte und es auch vom Denken her möglich wurde, meinen Weggang als konsequenten, logischen Schritt aufzuzeigen und erkenntnistheoretisch unter Einbezug sämtlicher in Frage stehender Sachverhalte zu argumentieren.

5.3. Die vollkommene Freude der gegenseitigen Erkenntnis

Schlagartig werde ich mir der Tatsache bewußt, außerkörperlich zu sein und auf einer Veranda zu stehen. Aber ich kann nichts sehen. Schon oft habe ich zu Beginn eines außerkörperlichen Zustandes diese Blindheit erlebt. Deshalb weiß ich, daß sich das Sehvermögen manchmal erst nach einer gewissen Zeit einstellt. Ich muß mich also nicht ausschließlich auf die Öffnung der Augen konzentrieren und beginne nach oben zu schweben. Um dabei die Orientierung nicht zu verlieren, taste ich mich einer Betonmauer entlang. Gleichzeitig versuche ich angestrengt, die Augenlider zu heben. Auf der Höhe des ersten Balkons erkenne ich einen schwachen Lichtschimmer, ein erstes Anzeichen für das Einsetzen der Sehfähigkeit. Ich fliege weiter nach oben, ertaste schließlich im obersten Stockwerk die Brüstungskante der Terrasse und schwinde mich hinüber. — Endlich kann ich auch wieder sehen, ein beruhigendes Gefühl. Was soll ich nun tun!

Ich beschäftige mich mit der Frage, ob es mir gelingen wird, im außerkörperlichen Zustand einen festen Gegenstand zu durchdringen.

Dieses Experiment ist merkwürdigerweise schon einige Male mißlungen. Ein geeignetes Objekt scheint mir nun eine große Glastüre zu sein. Ich habe keine Bedenken, den Versuch durchzuführen, denn zu dieser nächtlichen Stunde wird bestimmt niemand im dahinterliegenden Raum sein.

Ich gehe zur Glastüre und drücke mit den Händen dagegen. Die Scheibe läßt sich nicht durchdringen! Sie reagiert elastisch, beult nach innen aus und gibt erst nach kräftigerem Drücken nach. Dabei entsteht kein Riß. Das Glas zerbricht auch nicht, sondern schnell in seine Ausgangslage zurück. Es «umfließt» meinen (Zweit-)Körper und gibt auf diese Weise meinem Drängen ruckartig nach. Durch das plötzliche Nachgeben verliere ich mein Gleichgewicht und kann nur noch mit einem Sprung ins Zimmer hinein einen Sturz vermeiden.

Beim Betrachten der Möbel und Bilder bemerke ich, daß in meinem gesamten Sehfeld die Gegenstände scharf abgebildet und die Farben intensiv leuchtend sind. Auf einem der Gemälde erkenne ich einen Blumenstrauß mit roten und blauen Blüten. Das Bild ist in seiner Einfachheit beeindruckend und leicht zu memorieren. Aber ich verwerfe den Gedanken, «Beweismaterial» zu sammeln, um später im innerkörperlichen Zustand in der Lage zu sein, meinen jetzigen Aufenthaltsort zu bestätigen. Es muß auch eine andere Möglichkeit geben, herauszufinden, ob ich mich in einem materiellen Wirklichkeitsbereich bewege oder nicht. Außerdem darf ich mich nicht auf eine Fragestellung einlassen, deren Beantwortung sehr viel Aufwand erheischt und für mich — aufgrund meiner theoretischen Vorentscheidungen — bedeutungslos ist.

Ich will mich ein bißchen in der Wohnung umschaun und versuchen, mit jemandem zu sprechen. Deshalb verlasse ich den Wohnraum und schaue mich weiter um.

Eine der Türen ist einen Spaltbreit offen, und ich sehe im Bett ein schlafendes Paar liegen. Der Mann hat die Decke bis zum Kopf hochgezogen. Die Beine der Frau hängen auf der Seite halb zum Bett heraus. Vielleicht wollte sie aufstehen und ist dabei wieder eingeschlafen. Darf ich es nun wagen, sie aufzuwecken!

Plötzlich kommt aus einem anderen Zimmer ein Knabe. Ich frage mich, ob er mich sehen wird, und mache einen Schritt zur Seite, damit der fange genug Platz hat, um an mir vorbeizugehen. Eine Berührung kann ich ja — trotz meiner eventuellen Unsichtbarkeit — nicht ausschließen. Und dann würde der Knabe ziemlich erschrecken, was ich unbedingt vermeiden möchte. Nach ein paar Schritten bleibt ersichtlich verblüfft stehen, schaut mich neugierig an und ruft laut: «Ein Mann aus dem Märchen ist hier! Ich sehe ihn genau!» Sofort eilt er ins Schlafzimmer seiner Eltern und versucht sie zu wecken.

Mich hat die spontane Reaktion des Kindes erstaunt, vor allem die Zuordnung <Mann aus dem Märchen>. Daraus muß ich wohl ableiten, daß ich außerkörperlich ein ganz anderes Aussehen als im Alltag habe. Es könnte aber auch sein, daß ich mich in einem nicht-materiellen Wirklichkeitsbereich aufhalte.

Als erster tritt der Vater auf den langen, dunklen Flur hinaus und schaut sich verwundert um — ohne etwas zu erkennen.

«Wo hast du den Mann gesehen!» fragt er seinen Sohn. Der Knabe weist auf die Stelle, in deren Nähe ich unbeweglich stehe. Aber der Vater sieht nichts. Auch der etwa zehnjährige Knabe sieht mich jetzt offensichtlich nicht mehr, denn seine Blicke schweifen unruhig hin und her.

«Da ist doch nichts gewesen», redet der Vater seinem Sohn ein.

«Aber doch!» antwortet der Knabe.

«Nein, du hast bloß geträumt», meint der besorgte Vater.

«Wenn ich dir doch sage...»

«Dann», so unterbricht der Vater den Wortschwall seines Sohnes, «dann zeichne oder beschreibe den Märchenmann. Das wird dich beruhigen.»

Folgsam setzt sich der Knabe an einen Tisch und beginnt, etwas auf ein Stück Papier zu zeichnen. Von meinem Standpunkt aus habe ich jedoch keinen Einblick auf das Blatt. Es hätte mich interessiert, zu sehen, wie der junge mich darstellt. Ich habe aber keine Gelegenheit, zum Tisch hinzugehen, denn jetzt kommt die Mutter aus dem Zimmer heraus.

Diese Frau habe ich in der Alltagswelt noch niemals gesehen. Ihrem Verhalten nach zu urteilen, kann sie mich wahrnehmen und scheint zu fühlen, weshalb ich hier bin. — Sie schickt als erstes ihren Sohn mit besänftigenden Worten zu Bett. Der Vater seinerseits überläßt der Mutter das Feld und kehrt ins Elternschlafzimmer zurück. Ich selbst bleibe an der Wand stehen und warte, möchte aber auf keinen Fall die Situation zur Befriedigung sexueller Wünsche ausnutzen und damit einen Bewußtseinsverlust riskieren. Dennoch will ich mit dieser Frau Kontakt aufnehmen. Nur bin ich mir darüber im unklaren, auf welche Weise dies geschehen soll.

Es dauert eine Weile, bis die etwa dreißigjährige Frau wieder aus dem Kinderzimmer herauskommt. Sie geht langsam den Flur entlang, bleibt dicht vor mir stehen und schaut mich mit ihren blauviolettten Augen aufmerksam an. Farbe und Ausstrahlung der Augen überraschen mich ebenso wie der reife Ausdruck des hübschen Gesichtes. Es erinnert mich an eine Frau, die ich früher einmal im außerkörperlichen Zustand gesehen habe. Bei jener Begegnung hatte ich wegen einer immensen Sogwirkung der Augen das Bewußtsein verloren. Doch jetzt spüre ich keine derartige Anziehung, sondern eine innere Verbundenheit und ein Zusammengehörigkeitsgefühl, das keiner Worte bedarf. Plötzlich glaube

ich den Grund meines Hierseins zu kennen — ich mußte diese Frau sehen, ohne bewußtlos zu werden, mußte lernen, daß ich ihr begegnen konnte, ohne mich deshalb zu vergessen.

«Nun habe ich dich gesehen», sage ich und füge bei: «Länger darf ich nicht bleiben.» Ich spüre nämlich, wie die Attraktivität dieses feenartigen Wesens meine Begierden weckt. Auf die Dauer werde ich ihnen erliegen. Aber ich möchte die Erinnerung an diese außerkörperliche Erfahrung nicht verlieren, indem ich das Vertrauen der Frau mißbrauche. Das Gefühl der inneren Verbundenheit ist mir zu wertvoll, als daß es durch eine leichtfertige Belästigung überbeansprucht werden dürfte. Ich drehe mich um und gehe — ohne mich umzusehen — den Flur entlang. An dessen Ende drücke ich mich direkt durch die Mauer hindurch und trete auf die Dachterrasse hinaus, hüpfte auf das Geländer und stoße mich ab — im Bewußtsein, im außerkörperlichen Zustand nicht nur Mauern durchdringen, sondern auch fliegen zu können.

Langsam steige ich etwa dreißig Meter höher und schaue dann wehmütig zurück. — Unten steht am Geländer die Frau und bereitet sich offensichtlich darauf vor, mir nachzufliegen. Wäre es nicht besser, sie würde ihr Vorhaben aufgeben, denke ich. Da geschieht etwas Seltsames. Das Fleisch, die Knochen und die Haut meiner Arme beginnen sich zu verwandeln. Ich spüre eine Umgruppierung und Verminderung gewisser Muskelgruppen in den Armen und ein Anschwellen der Brustmuskulatur. Sehnen werden fester und länger, Knochen lösen sich auf und fügen sich neu zusammen. Der Oberarm fühlt sich kürzer und kompakter an, Elle und Speiche sind eher länger als zuvor. Eine Flughaut spannt von der Schulter bis zur Daumenwurzel. Die Hand wird total umgebildet, die Knochenanzahl erfährt durch Verwachsungen eine Verminderung, worauf sich der Rest teilweise massiv vergrößert. Einen wahren Schauer erzeugt das Herausstoßen der jungen Federn, die in weniger als einer Minute an ihren Spitzen die Hülle aufreißen und sich rasend schnell zu Deckfedern, Arm- und gewaltigen Handschwingen entfalten. Meine Arme sind zu mächtigen Adlerflügeln von mindestens vier Metern Spannweite geworden!

Kaum ist die Verwandlung bei mir abgeschlossen, beginnt sie bei der Frau unten auf der Dachterrasse. Nach Abschluß des faszinierenden Umbildungsprozesses steigt sie mit einigen kräftigen Flügelschlägen hoch und gleitet — weit ausholend, in ruhigem Segelflug — in meine Nähe. Ich fliege ihr in einer großen Linkskurve entgegen, und wir berühren uns beim Zusammentreffen kurz mit den Spitzen der Handschwingen. Sofort durchströmt mich eine sanfte Woge reinsten Liebe. Dieses Gefühl ist eine Offenbarung des kosmischen Wunders der ewigen Coniunctio, die als immerwährende Vereinigung zwei polare Wesen gleichzeitig umfaßt. Mir wird damit eine Erleuchtung geschenkt, in

deren Licht all mein bisheriges Wissen über die Sexualität verblaßt und sich als völlig unwesentlich erweist. Wie ein rasender Schmerz durchzuckt mich die freudige Erkenntnis dessen, was Liebe bedeutet. Dieses Wissen — noch ungefestigt wie das Zittern der Blätter eines Baumes im Winde — begleitet meinen Flug, der in kreisförmigen Bahnen höher führt. Und später, irgendwo zwischen Himmel und Erde, treffen wir Menschenadler uns wieder, um uns zu vereinen. Dabei wachsen wir in der Unterleibsregion zu einem einzigen Wesen zusammen, wobei wir gerade in diesem Vorgang die Kommunion unserer Leiber feiern und ihr eine neue Gestalt verleihen. Die Einheit der Körper ist Ausdruck der Unio der Seelen und der Verschmelzung des Geistes zu umfassendster Verbundenheit und unauslöschlicher Zusammengehörigkeit. Wir sind zwei voneinander unabhängige Wesen, die sich gegenseitig total erkannt und freiwillig überantwortet haben, um eine androgyne Ganzheit zu leben.

Nach einer wunderbaren Zeit der Schwerelosigkeit in der Weite des Luftraumes stürzen wir hinab ins Blau der Tiefe und tauchen ein in einen unermeßlichen Ozean. Kaum sind wir ein paar Meter abgesunken, verspüren wir eine beklemmende Atemnot. Ich erinnere mich nun daran, im außerkörperlichen Zustand erfahrungsgemäß auch unter Wasser normal atmen zu können, und mache meine Gefährtin auf diese Tatsache aufmerksam. Sie stellt sich dann wie ich sogleich auf die Unterwasseratmung um, und unbeschwert durchschwimmen wir in andauernder Coniunctio eine unbestimmbar lange Zeit die verschiedenen Wasserwelten. — Nachdem wir viel gesehen haben, scheint uns eine Art Deutung und Sinngebung des Erlebten notwendig zu sein. Im Verlaufe unseres Gespräches über den Stellenwert der permanenten Vereinigung trennen wir uns zwischendurch vollständig, um uns langsam wieder an den körperlichen Einzelzustand zu gewöhnen. Diese Trennungen sind zunächst von einem ziemlich unangenehmen Gefühl begleitet, lösen aber keinen Schock und keine Trauer aus, weil die Verbindung innerlich bestehenbleibt und bald einmal keines äußeren Vollzuges mehr bedarf. Die Widersprüchlichkeit dieses Zustandes ist nun für mich trotz seiner Paradoxie gelebte Wirklichkeit. Für dieses Geschenk bin ich zutiefst dankbar, denn es vermittelt mir ein Erfahrungswissen, das die letzten Reste der Einsamkeit aufsprengt. Das Du ist in mich eingeflossen, das Ich hat sich dem Du zugewandt. Beides hat mich heil und ganz gemacht — aber auch geöffnet für das Ganz-Andere. Welche Worte könnte es geben, um den Sinn-Gehalt dieser Zwei-Einheit be-greifbar zu machen! Weder sie noch ich kennen sie. Wir werden sie auch niemals unabhängig vom Geschehen und ohne den Akt des gelebten Vollzugs finden. Wort und Handlung bleiben untrennbar, bilden auf ihre Weise eine Ganzheit und sind dennoch zwei verschiedene Dinge. Der Worte gibt es viele, die Tat ist stets dieselbe — und deshalb ist

Wortgestaltung eine Frage der Wachsamkeit. Sie kann schwächer oder passender sein, bleibt aber immer eine sich fortpflanzende Schwingung, die vom Zentrum des Seins ausgeht und unterwegs getrübt wird.

Dann erfüllt uns eine innere Stimme, die wir in der vereinigten Getrenntheit erlauschen. Sie redet von der wichtigsten aller Fragen, vom Bemühen, die Coniunctio, die Einheit, anzustreben und im Vollzug beizubehalten.

Dieses Problem — so klingt es in uns — bedarf der Lösung, denn es gelte, die Vereinigung von Mann und Frau zu erreichen und in deren Verwirklichung die Welten zu erforschen.

3.5.1976

Von der Flamme der Liebe verwundet, zerreißt das Ich die Gewebe seiner Verstrickungen, um die Erfüllung seiner Sehnsucht in der Umarmung mit dem Du zu feiern und eine himmlische Wohnung zu beziehen.³⁵ — Aber irgendwie widerstrebt es mir, davon zu erzählen, denn der Inhalt der Erfahrung «ist eben ganz innerlich und geistig, so daß zur Erklärung derselben die Sprache unzulänglich ist»³⁶. Und außerdem weiß ich, daß der Aspekt der körperlichen Vereinigung in diesem Falle «so unlöslich mit der höchsten geistigen Wirklichkeit des Erleuchtungsvorganges verbunden» ist, «daß Assoziationen mit der Ebene physischer Geschlechtlichkeit gänzlich ausgeschlossen werden»³⁷, aber *sprachlich* nicht ausgeschlossen werden können. Im Hieros Gamos, bei der Heiligen Hochzeit, ist der physische Aspekt der Sexualität in gewandelter Form miteinbeschlossen — unverdrängt, unverzerrt, frei von Machtvorstellungen und ohne Besitzdenken. Denn was selbstverständlich ist und geäußert werden darf, braucht nicht geleugnet und entstellt zu werden — handle es sich dabei nun um *sogenannte* Gefühle oder um *sogenannte* sexuelle Bedürfnisse.

Wenn es darum geht, irgendeine Stufe der Integration darzustellen, ist der Vollzug der Vereinigung der am wenigsten widersprüchliche Ausdruck. Und je höher bzw. umfassender die Ebene der Einschmelzung ist, desto eher wird sie sich der Form der geschlechtlichen Umarmung bedienen. Denn es gibt keinen erhabeneren, *menschlichen* Ausdruck des Zustandes der Erleuchtung, bei der das männliche und das weibliche Prinzip vollkommen vereinigt sind, als die sexuelle Vereinigung. Einem Menschen in eingeschränkteren Verhältnissen mag dies unpassenderscheinen — *weil* er die Polarität des Seins zu Gegensätzen aufgespreizt hält und sich weigert, das von ihm erbaute Trennungssystem zusammenbrechen zu lassen und dessen Verstrickungen zu entfliehen. Wie sollte er also jemals wissen können, «daß, wenn unsere irdische Hütte abgebrochen wird, wir eine Wohnung Gottes im Himmel bekommen»³⁸.

Der Himmel ist ein Ort — und dieser Ort kann überall und jederzeit sein - der totalen gegenseitigen Erkenntnis und der ewigen Vermählung, in der die Begegnung des Ichs mit sich selbst und mit dem Du ihre Erfüllung findet. Die Einheit von Ich und Du ist als Zustand widerspruchslos in der allumfassenden Ganzheit der Realität enthalten. Die Vereinigung ist einerseits derart innig, daß sie jedes unterscheidende Merkmal in sich einschmilzt, und andererseits locker genug, um die spezifischen Unterschiede bewußt zu halten. Nur die Beschreibung dieses Zustandes ist paradox! Die Sprache lebt schließlich aus der Vereinzelung und Abgrenzung der Wörter, die einen Anfang und ein Ende haben und aus tatsächlich bestehenden, voneinander getrennten Buchstaben zusammengesetzt zu sein scheinen. Die Sprache erzwingt oft eine ihr entsprechende Wahrnehmung, denn zu leicht läßt sie sich als Werkzeug mit der nötigen begrifflichen Schärfe verwenden. Deshalb bestand Carl Albrecht «nachdrücklich, ja, hartnäckig» auf der Aussage, «in mystischem Erleben - nämlich im mystischen Versunkenheitserleben — lasse sich eine echte und sogar extreme Entgegensetzung des Subjektes der Innenschau und eines objektiv anderen, das ihm entgegentritt, also eine Subjekt-Objekt-Spannung beobachten.»⁵⁹ Ich und Ich-Identität bleiben selbst in der «letzten» Vereinigung erhalten und stehen einem Du gegenüber. — In diesem Zustand kümmert sich das vereinigte Paar herzlich wenig um das Paradoxe der *sprachlichen* Formulierung, denn es hat alle trügerischen Schleier der Begrenzung zerrissen. Bei der dabei gleichzeitig geschehenden Vereinzelung und Abgrenzung geschieht der Schöpfungsprozeß in Zeit und Raum aus der Unio heraus. Eine Trennung scheint so lange unvermeidbar, bis Sonderungs- und Einheitszustand bewußt als polar und nicht als Gegensatz erlebt werden. Dann bleibt das Viele als Ganzheit bestehen, als Ganzheit, die pulsiert, auseinanderprüht und sich wieder zusammenzieht. Sie lebt eine Aufsplitterung und Verschmelzung zu immer komplexeren Ganzheiten, in denen die Individualität der Teile in der Wechselwirkung erhalten bleibt.

Ist es nicht die Glut der inneren Hitze, die den Körper des «alten Adams» auseinanderbersten läßt? Die Leidenschaft enthüllt Eigenschaften und Farben, die zuvor in der Materie verborgen blieben. Einem explodierenden Feuerwerkskörper gleich entfaltet sich eine bunte, überraschende Fülle von Aspekten. Vielleicht haben die Alchemisten diesen Vorgang als *extractio animae* beschrieben. «Dann sieht man, wie die Texte betonen, «die Farben der Seele-, und dies ist der eigentliche Augenblick der Auferstehung.»⁴⁰ *Die Farben der Seele*, ein treffender Ausdruck für die Buntheit und Mannigfaltigkeit des außerkörperlichen Erfahrungsbereiches, der dem Ich ein neues Leben ermöglicht. Dieses «Leben nach dem Tode» schon vor der Verwesung des physischen Leibes

(aber nach dem Tode des alten Ichs!) erreicht einen ersten Höhepunkt in der Umarmung eines Wesens, das wie das Ich das Grab der verabsolutierten, materiellen Lebensweise überwunden und die innerkörperliche Existenz als Teil eines umfassenderen Seins erkannt hat.

Beim Einschlafen verflüchtigt sich das Ich in der Meinung, es müsse mit dem Aufhören der Sinneswahrnehmungen und dem <Versinken> der Alltagswelt untergehen. Dieses alte Ich orientiert sich an einem Weltbild, das von ihm eine Eintrübung und Verfinsterung *verlangt*, wenn der physische Körper in den Schlafzustand hinüberwechselt. Wenn es aber die beschränkenden Vorstellungen aufgibt und bewußtseinskontinuierlich bleibt, wird es vielleicht vom innerkörperlichen in den außerkörperlichen Zustand gelangen — und eine Auferstehung erleben — eine Auferstehung, wie sie in geraffter Form in einem frühen alchemistischen Text geschildert wird. Dieser Text, «Komarios an Kleopatra», «der auf die ägyptische Totenliturgie zurückgeht»⁴¹, beschreibt das Ganzheitserlebnis der Außerkörperlichkeit besonders schön:

*«Wach auf, vom Hades, steh auf aus deinem Grab, erwache von der Finsternis. Bekleide dich mit <Vergeistigung>, denn der Ruf der Auferstehung ist ertönt und das Elixier des Lebens ist zu dir gekommen. Denn nun erfreut sich der Geist wieder im Körper zu sein und auch die Seele. Sie ist in ihm und eilt ihn zu umarmen und die Finsternis ist nicht mehr übermächtig, denn der Körper hat sich dem Licht ergeben und die Seele wird sich nicht mehr von ihm trennen in Ewigkeit und freut sich, in ihrem (des Körpers) Haus zu wohnen ... und sie vereinigen sich in Liebe. Geist, Seele und Leib sind ein Ding geworden, in dem das ganze Geheimnis verborgen liegt. In ihrer Einswerdung ist das Mysterium erfüllt und das Haus wird nun versiegelt und die <Statue> ist aufgerichtet, voll Licht und Göttlichkeit. Das Feuer hat sie zu einem gemacht und gewandelt und dieses eine ist aus dem Mutterleib hervorgekommen.»*⁴²

Während des Einschlafens ist es wegen der Kontinuität des Ich-Bewußtseins möglich, den physischen Körper zu verlassen und die «Wohnung des Himmels», den «vergeistigten Leib», zu beziehen. Unter Umständen ist der Wechsel in den Zweitkörper mit einer unbeschreiblichen Erleichterung und umfassenden Klärung des Bewußtseins verbunden. Das Ich hat das Gefühl, aus einer Finsternis erwacht und einem Grab entstiegen zu sein. Es erkennt sich selbst als das «Elixier», das ohne Behinderung von einem Zustand in den anderen wechselt und außerkörperlich unbehindert durch alle materiellen Dinge hindurchgehen kann. Mit großer Freude spürt es seinen neuen Körper, den die Dunkel-

heit nicht verschlingt, weil er sich «dem Licht ergeben», d. h. mit dem kontinuierlichen Ich-Bewußtsein vereinigt hat. Für ein Ich, das niemals zuvor den außerkörperlichen Zustand erlebt hat, ist diese Erfahrung überwältigend.

Viele erleben erst am Ende ihres Lebens oder aufgrund anderer außergewöhnlichster Umstände einen Austritt bzw. eine Ablösung des «zweiten Körpers». Die Einswerdung des Ichs mit dem lichtvollen Auferstehungsleib erschließt nun ein Mysterium, das dem «normalen Zustand» geheimnisvoll und sogar beängstigend erscheint — aber nur deshalb, weil der Zugang zu diesem offenen Geheimnis durch die Dominanz der Alltagsbelange verschüttet und zugedeckt blieb. Diese Blockierung kann durch eine Verlagerung des Einstellungsschwerpunktes und eine Relativierung bisheriger Wertbegriffe beseitigt werden. Und nachdem die Feuerwogen der Angst und die verzehrenden Fluten des Zweifels verklungen sind, steigt das Ich aus dem «Mutterleib». Befreit verläßt es die Hülle seiner Identitäten, die im einengenden, wertlos gewordenen Grab zurückbleibt und zerfällt. Das neugeborene Ich erkennt, was alles in der Materie verborgen war, und erlebt seine ureigenste, «wirkliche individuelle Identität»⁴³. Hatte das Ich vor seiner außerkörperlichen Erfahrung sein Identitätsgefühl noch ausschließlich von seinem irdischen Leib und dem damit verbundenen Wahrnehmungsfeld bezogen, offenbart sich nach dem «Tode» der alten Wohnstätte die Lebendigkeit eines anderen Körpers und die Unabhängigkeit der Ich-Identität. Zur Beschreibung dieses Sachverhaltes werden fremdartig anmutende Vergleiche mit den dauerhaftesten und wertvollsten Dingen gezogen. Ausdrücke wie «Diamantkörper» und «Djed-Pfeiler» (die

«Statue» im Text des Komarios) betonen mehr die Unzerstörbarkeit und den Wert der neugewonnenen Körperhaftigkeit des Ichs. Die Bezeichnung «Stein der Weisen» meint eher die Wandlungsfähigkeit und Körperzustandsunabhängigkeit des kontinuierlichen Ichs.

Die Ägypter boten dem Toten einen Djed-Pfeiler als Leib der Unsterblichkeit an. Dieser bildete die Wohnung für den innersten Kern des Wesens, den «Stein der Philosophen, die «Natur, die all anderen Naturen besiegt»»⁴⁴. — Nun gebe ich nochmals zu bedenken, daß das Ich zur Aufrechterhaltung seines Identitätsgefühles nicht auf den Wachheitszustand des physischen Körpers angewiesen ist. Es scheint sogar überhaupt keinen Körper — weder einen materiellen noch einen «subtilen» — zu brauchen. Nur im Moment der Wechselwirkung benötigt es einen wie auch immer gearteten Leib, dessen Handlungsfähigkeit sowohl von körperimmanenten Faktoren wie auch den Erinnerungen des Ichs abhängt.

5.4. Erinnerungen an die Angst

«Vielleicht hat der Mensch nächst dem Hunger nach Erlebnis keinen stärkeren Hunger als den nach Vergessen»⁴⁵, denn Erfahrungen und Erinnerungen sind manchmal eine zwiespältige Angelegenheit. Aber «wir werden nicht frei durch Verneinung und Aversion, sondern durch Wissen und Verständnis.»⁴⁶ Die Weigerung, etwas zu erleben oder sich an etwas zu erinnern, was erlebt und erinnert werden könnte oder sogar müßte, ist manchmal eine Folge der Mutlosigkeit und des mangelnden Selbstvertrauens. Andererseits verweigert sich auch ein Mensch, dessen Herz zu versteinern droht und dessen Geist nahe daran ist, wegen seiner Rücksichtslosigkeit von jeder Erfahrungsmöglichkeit isoliert zu werden. Mittels Abwehr und Verdrängung bewahrt sich das Ich die weltanschaulichen Wissensgrenzen. Es schützt «sein Reich» vor der bedrohlichen Auflösung durch das Fremde, igelt sich in seine scheinbar ständig von außen bedrohte Realität ein und hört das Rufen von draußen schon gar nicht mehr. «Alles, was man vergessen hat, schreit im Traum um Hilfe.»⁴⁷ Aber wie laut muß dieser Schrei sein, um gehört zu werden? Wie muß ein Traum beschaffen sein, um nicht mehr nur interpretiert zu werden? Und ist das Ich überhaupt bereit, luzid zu «träumen» und im «Traum» verantwortlich zu handeln?⁴⁸

Die Angst, in eine Wirklichkeit hineinzugehen, deren Eigenschaften mir unbekannt waren, hinderte mich jahrelang daran, meine Rolle im nächtlichen Geschehen zu überdenken. Theoretisch gestand ich den Träumen zwar eine Art Objektivität in Form einer «seelischen Wirklichkeit» zu, aber dies war «noch nicht ein Voll-Erleben dieser Tatsache mit allen Konsequenzen des inneren Erfassens»⁴⁹. Solange ich meinte, Träume und andere nächtliche Erfahrungen seien sekundäre, dem Alltagserleben untergeordnete und keineswegs gleichgestellte Wahrnehmungsbereiche, kam ich nicht *bewußt und kritisch* in die Ereignisse hinein. Denn entweder stieg ich aus und zwang mich zum Aufwachen im Bett, oder ich blieb gefühlsmäßig distanziert «im Kinosessel sitzen». Es gelang mir nur selten, die Träume «menschlich» zu *erleben*, d. h. «nicht nur passiv in die Vision eingeschlossen» zu werden, «sondern den Figuren der Vision mit voller Bewußtheit reagierend und handelnd»⁵⁰ gegenüberzutreten. Davor hatte ich Angst — und es dauerte Jahre, bis ich vor der nächtlichen Wirklichkeit nicht mehr zurückwich. Eines Nachts wagte ich endlich den ersten Schritt:

Ich renne einem gleichaltrigen Mann nach, weil dieser einer Freundin irgendein Unrecht angetan hat. Nun will ich ihn zur Rede stellen und setze alles daran, den Burschen einzuholen. Beinahe habe ich ihn

erreicht, da sprintet er mit unverminderter Geschwindigkeit um eine Hausecke herum. Ich verlangsame mein Tempo, um nicht auszurutschen. Aber ich habe mich getäuscht, denn da gibt es keine Straße mehr. Die Stadt ist hierzu Ende. Ich sehe gerade noch, wie der Verfolgte in ein Loch am Fuße einer gigantischen Felswand hineinschlüpft und darin verschwindet. Zwischen dem Felsen und den letzten Häusern ist ein freier Streifen von gut 50 Meter Breite. Es dauert nicht lange, bis ich vor dem Höhleneingang stehe und mich beim Anblick des im Durchmesser etwa 60 Zentimeter großen Loches frage, ob ich hineinkriechen oder die Verfolgung abbrechen soll. Aber ich will nicht aufgeben und klettere in die dunkle, unscheinbare und kaum je begangene Höhle.

Nur kauern und komme ich vorwärts, und mit jedem Meter wird der Tunnel enger. Erst jetzt werde ich mir meiner Situation bewußt und spüre, wie eine Welle der Angst aufsteigt — der riesige Fels, die Finsternis, die Ungewißheit! — Schließlich bleibe ich stehen und überlege, was ich tun soll. Schon oft bin ich in einem Traum in eine ähnliche Lage geraten und habe es dann nicht gewagt, weiterzugehen. Statt dessen habe ich mich gezwungen, im Bett aufzuwachen, um dem Alptraum zu entinnen. Solche Erinnerungen schmerzen, denn sie sind ein Nachhall meines Versagens. Dieses Mal muß es anders sein — aber meine Angst ist viel zu groß! Ich drehe mich um und schiebe mich mit Händen und Füßen rückwärts durch den engen Gang. Die Angst hat nun ein wenig nachgelassen.

Nach etwa zehn Metern bleibe ich stecken. Mit aller Kraft stemme ich mich nach hinten, stoße und drücke verzweifelt, denn ich bin festgeklemmt und kann nicht mehr zum Höhleneingang zurück. Plötzlich gibt es einen Ruck, ich stolpere und falle rückwärts aus dem engen Loch hinaus — und erschrecke maßlos. Doch ich habe keine Zeit, in Panik zu geraten, denn schon nach einem halben Meter spüre ich weichen Boden unter mir, kann mich abdrehen und aufstehen. Ich schaue mich um und staune. Erst jetzt erkenne ich das wahre Ausmaß der Felswand. Links und rechts verschwindet sie im Dunst der Ferne — und sie ragt derart weit in den Himmel hinauf, daß keines Menschen Auge ausreicht, um ihr Ende zu sehen. Diese 30 bis 40 Meter dicke Mauer ist ein schier unüberwindlicher Grenzwall, der die Stadt von einer anderen Welt trennt. Zwischen den beiden Welten scheint es nur einen engen Durchlaß zu geben, den aber nur wenige kennen, sonst müßten doch Spuren auszumachen sein. Von mir aus wäre ich niemals auf diesen Tunnel im Felsen gestoßen, hätte ich nicht hartnäckig jenen Mann verfolgt. Weshalb kannte er diesen Durchgang!

Ich blicke nun von der Felswand weg auf einen unermeßlichen Dschungel hinaus — ein grünes Meer wogender Baumkronen in einer menschenleeren Welt — nur in der Ferne auf einem Bergkamm die

winzig kleine Gestalt eines rennenden Mannes, ein Umriß, der sich dunkel vom stahlblauen Himmel abhebt und im Dunst zerfließt. Meint der Kerl etwa, ich würde mich scheuen, tiefer in dieses Gebiet hineinzugehen? Jetzt, da ich endlich den Durchbruch geschafft und meine Angst überwunden habe? Ich laufe los, den Abhang hinunter. Bald werde ich den Rand des Dschungels erreicht haben.

20. 10. 1965

Seit jenem Durchbruch vom 20. Oktober 1965 ist es mir meistens gelungen, einen <Tunnel> zu durchqueren, um auf die andere Seite zu gelangen. Es hatte bei mir Dutzende von Traumerfahrungen gebraucht, bis ich endlich dazu fähig war. Meine Ängste sind zu groß gewesen, um die mit einer Tunnelpassage verbundenen Ungewißheiten zu ertragen. Ich wußte nicht, was auf der anderen Seite lag — und mußte nach und nach den Umfang der <jenseitigen> Welt bewußt erleben, um über die tatsächlich vorhandenen Möglichkeiten Aufschluß zu erhalten und meinen <eigenen Ort> zu finden.⁵¹ Dazu gehörte das Annehmen der Angst. Dies war die Bedingung, um sie zu überwinden, und es war ein erster Schritt zur Entdeckung ihres Grundes und zur Einsicht in ihre Auswirkungen.

In einem anderen luziden Traum lernte ich auf eine <zwiespältige> Art, mich mit meiner Angst und deren Überwindung auseinanderzusetzen:

In einem Kino schaue ich ein paar Trickfilme an, in denen ich gleichzeitig auch handelnde Person bin. Im bequemen Sessel sitzend, macht es mir überhaupt nichts aus, die scheußlichsten Szenen und die schrecklichsten Bestien zu betrachten — im Gegenteil. Mein Ich-Bewußtsein ist schwerpunktmäßig im Körper des distanzierten Beobachters, und nur ein kleiner Teil meiner selbst befindet sich in einer jener Figuren, die im Film beinahe verhungern oder die gräßlichsten Dinge erleben. «Wenn ich selbst so etwas träumen würde, hätte ich bestimmt eine ziemlich große Angst-, denke ich nach dem Ende des ersten Films. — Und während des zweiten Films beginne ich zu überlegen, was die Bilder bedeuten. So interpretiere ich z.B. eine geheimnisvolle, in allen Farben leuchtende Tropfsteinhöhle als eine Darstellung des <Unbewußten> und beobachte fasziniert, wie mein zweites Ich immer tiefer hinuntersteigt und schließlich den Ausgang der Höhle erreicht. Dort bietet sich ein herrlicher Anblick. Unter den Strahlen einer spätsommerlichen Sonne entfaltet ein Mischwald seine Farbenpracht, und in der Ferne fährt eine Eisenbahn.

15.4.1968

Es gab zwei Dinge, mit deren Hilfe ich mich selbst daran *hinderte*, ganz in das Geschehen der Nacht einzusteigen. Einerseits hielt ich ängstlich Distanz zum nichtalltäglichen Erfahrungsbereich, weil ich ihn nicht kannte und nur das tun wollte, was mir am wenigsten weh tat — nämlich Zuschauen.⁵² Andererseits war ich der Meinung, die Kontinuität des Ichs sei einzig dazu da, das Traumgeschehen sofort zu deuten. Aber es gab noch andere Möglichkeiten. Wenn ich vorsichtig und zurückhaltend blieb, bestand nämlich kein Grund zur Angst, und wenn ich ehrfürchtig und vertrauensvoll einer unbekannten Sache entgegen-
ging, gab es nichts zu fürchten. Deshalb gelang es mir zwei Wochen später — trotz größter Ungewißheit —, angstfrei zu werden und zu bleiben:

Ich balanciere auf einer sehr schmalen Mole. Links und rechts brechen sich die Wellen an der Steinmauer. Es ist schmutziges, undurchsichtiges Wasser, vor dem ich ein bißchen Angst habe. Doch mit jedem Schritt weiter hinaus vergeht die Angst mehr und mehr. Schließlich ist sie völlig verschwunden — vielleicht deshalb, weil ich mich ganz auf meine Aufgabe konzentrieren muß. Bald bin ich selbstsicher genug, um zügig voranzuschreiten.

Einige Zeit später schwimme ich auf offener See in schwarzem Wasser. Von den Wellenbergen werde ich hochgehoben und ins nächste Tal getragen. Ohne jegliche Angst zerteile ich mit meinen Händen das Wasser und stoße mich mit den Beinen vorwärts. Wenn mich eine Woge hochhebt, sehe ich in der Ferne das Ufer, doch dann werde ich wieder von der Schwärze eingehüllt. Regelmäßig, Zug um Zug, schwimme ich dem fernen Ufer entgegen.

25.4.1968

Im März 1968 hatte ich — zunächst autodidaktisch — begonnen, mich intensiv mit der Komplexen Psychologie auseinanderzusetzen. Ich schrieb die Träume auf und zeichnete oder malte die <Bilder aus dem Unbewußten>, konzentrierte mich also ganz auf die neue Aufgabe, die ich mir nach dem <Tode meiner Anima>⁵⁵ gestellt hatte. Aber die neue Welt war noch etwas ganz Fremdes für mich, etwas, was in ihren Eigenschaften nichts von dem hatte, was ich im Alltag erfahren konnte.⁵⁴ Und ich vermochte nur das zu sehen, was mir aufgrund meines Weltbildes zugänglich war. Trotz meiner außerkörperlichen Erfahrungen der Jugendzeit war ich <blind>, denn ich verfügte dank meines naturwissenschaftlichen Studiums über eine Erkenntnistheorie, in der eine dritte Wissensquelle, das Erleben des nächtlichen Bereiches, nicht eingeschlossen war. Und es sollte noch ein langer Weg zur dritten

Quelle sein. Jenes Land, in dem sie floß, tauchte erst in der Ferne auf. Um festen Boden unter den Füßen zu bekommen, mußte ich furchtlos weiterschwimmen. Dazu brauchte es auch eine kluge, ausgewogene Risikobereitschaft, wozu ich eben ein Grundgefühl meiner selbst als gesellschaftliches Produkt aufzugeben hatte: die Angst vor dem Unbekannten.

Nach einem schweren Angriff seitens eines Institutionsleiters versuche ich, aus dem Einflußbereich der mir feindlich gesinnten Person zu entkommen. Von Messerstichen erheblich verletzt, schwinge ich mich halsbrecherisch aus dem Fenster hinaus und klettere die Fassade hinunter, wobei ich mich erstaunlicherweise nach unten stoßen muß. Auf der Straße erwartet mich ein italienischer Freund mit seinem Auto. Ich steige ein, und wir fahren los — leider viel zu langsam. Außerdem sind die Fahrkünste meines Freundes nicht gerade die besten. Schließlich prallt der Wagen frontal gegen eine Mauer.

Nun muß ich wohl oder übel zu Fuß weiterrennen — von der offenen Straße weg in den Hinterhof eines großen Häuserblocks. In einem der kleinen Gärten steht ein Hundezwinger mit mehreren Einzelboxen, deren Gittertüren offen stehen.

Im Dunkeln lauern bössartige, tollwütige Tiere, die mit triefenden Lefzen und gebleckten Zähnen auf mich zulaufen. Es sind schwarze Wolfshunde und einige kleinere und mittelgroße hundeartige Tiere, aber auch Ziegen und Schafe, die allesamt die Ohren nach hinten angelegt haben und knurren oder gefährlich meckern und blöken. Ich habe Angst vor diesen Biestern!

Die Tiere machen aber einen derart verwahrlosten und leidenden Eindruck, daß ich Mitleid verspüre und erkenne, daß sie vor allem Liebe und Zuwendung brauchen. Dennoch fällt es mir wegen ihres schrecklichen Aussehens schwer, den durch Angst ausgelösten Fluchtimpuls zu unterdrücken und den Ekel zu überwinden, die krank aussehenden Wesen anzufassen. Doch dann streichle ich sie — erst zögernd, mit der Zeit jedoch selbstsicherer, zumal die Hunde, Ziegen und Schafe überraschend positiv reagieren. Sie lassen sich besänftigen und schmiegen sich sogar an.

Mittlerweile sind die im Auftrag des Leiters handelnden Verfolger in den Hinterhof eingedrungen. Kaum haben sie mich entdeckt, rennen sie los und töten die ihnen entgegenlaufenden Ziegen und Schafe ohne jegliche Skrupel.

Die Reaktion der Hunde ist nun unerwartet schnell und gezielt, denn sie fallen die Menschen wutentbrannt an und zerfleischen sie auf der Stelle. — Ich bin gerettet und liebevoll dankbar die blutverschmierten

Bestien, von denen aber noch einige derart wild und aufgeregt sind, daß sie sich von mir nicht anfassen lassen.

5. 8.1968

Gleich zu Beginn" des Einstiegs in den nächtlichen Bereich im Jahre 1968 hatte ich Angriffe seitens der gesellschaftlichen Institutionen abzuwehren - und von Anfang an halfen mir dabei die <Wesen von der anderen Seite>. Im Gespräch mit den Vertretern des <Patriarchats> und in bezug auf meine eigene männliche Seite stellte es sich nämlich heraus, daß *männiglich* (jedermann) prinzipielle Einwände gegen einen *descensus ad inferos*⁵⁶ hatte, d. h. einen Abstieg in die Tiefen und Weiten der nichtalltäglichen Welten verhindern wollte — wohl aus Furcht, aufgrund des Kontaktes mit dem <Reich der Mütter> die Privilegien zu verlieren. Statt dessen wurde von mir eine <Wahrung der Interessen> verlangt und gefordert, daß ich innerhalb der vom Kollektiv gebilligten Aufstiegszone verblieb und den Prüfungsregimenten entsprach. Obwohl diese Seite beim Versuch der Vernichtung der tollwütigen Tiere selbst irgendwie zerfleischt und innerlich zerrissen wurde,⁵⁷ machte sich ihr Einfluß zombiehaft auch später noch bis tief in die Nacht hinein bemerkbar.

Ich gehe in eine Turnhalle, um etwas Sport zu treiben, und treffe zu meinem Entsetzen einen mindestens sechs Meter großen Riesen an, der mitten in der Halle steht. Ersieht scheußlich aus, hat ein völlig entstelltes Gesicht und eine beängstigend urtümliche, wütend bebende Gestalt. — Irgend jemand ruft mir zu, ich solle sofort fliehen! Ich weigere mich, denn ich will mich dem Riesen stellen und notfalls mit ihm kämpfen. Dabei zittere ich innerlich vor Angst. Das waghalsige Unternehmen könnte mir den Tod bringen. Aber ich bin fest entschlossen, in die Auseinandersetzung hineinzugehen und nicht ins Aufwachen zu flüchten. Impulsiv mache ich einen Schritt vorwärts — und löse damit einen heftigen Angriff aus.

Das Ungetüm stürmt auf mich zu. Die grobschlächtigen Füße stampfen dröhnend auf den Boden. Der Riese scheint mich zerquetschen zu wollen, ist aber zu langsam, um auf mein Ausweichen zu reagieren — und muß erst noch einen kräftigen Faustschlag einstecken, den ich ihm beim Vorbeihüpfen verpasse. Aber er scheint überhaupt nichts zu spüren. Und dennoch reagiert die mächtige Gestalt. Sie wird um wenige Zentimeter kleiner! Und jeder Treffer hat eine leichte Verminderung der Größe zur Folge. Aber es geschieht noch etwas anderes. Der Riese verliert mit jedem Schlag ein bißchen von seiner Angriffslust und seinem immensen Zorn. Er verändert sogar sein Aussehen und wirkt nicht mehr

so grauenhaft. Als er kleiner als ich geworden ist, schlage ich nur noch schwach zu, denn ich möchte das Wesen nicht töten. Schließlich ist es zu einem freundlichen alten Zwerg geworden, der mir geheimnisvoll zulächelt und verschwindet.

Ich erwache im Bett, erleichtert, verblüfft und ein wenig stolz auf mein Verhalten, das zu einem derart positiven Ende der Angelegenheit geführt hat.

12.2.1969

Die Angst vor der Zerstörung des Gewohnten durch das Unbekannte äußert sich oft als Behinderung durch gutgemeinte Ratschläge. Dies ist gewissermaßen eine mütterliche, «haushälterische» Variante jener allgemeinen Manipulationsbestrebungen, die im Dienste der Erhaltung der angestammten Grenzen stehen.

Ich bekam diesen «mütterlichen» Einfluß als Einflüsterung im kritischen Anfangsstadium der Auseinandersetzung mit dem Riesen zu spüren. Der «gute Rat» widersprach aber meiner persönlichen Einstellung, zu der ich tagsüber gekommen war. Er entsprach dagegen der gesellschaftlichen Haltung den nächtlichen Erfahrungen gegenüber und spiegelte die «Angst vor dem Unbewußten», die mein Verhalten als Subjekt in eine angstkonforme Richtung hineinpressen wollte. Gegen sie hatte ich immer wieder anzugehen — nicht nur in diesem präluzen Traum vom 12. Februar 1969.

Zum Riesen, der zum Zwerg geworden war, ist hier nur anzumerken, daß der Groß-Kleine mit dem zu tun hat, «das seinem Wesen nach alles übertrifft, was durch Definition, Name und Form erfaßt werden könnte»⁵⁸, bzw. mit dem, was sich jeder Begrifflichkeit entzieht und für einen Anfänger unfaßbar und uneinschätzbar ist. Nur die *direkte* Konfrontation bringt das Schreckerregende, vom Alltag her gesehen Monströse, in eine freundlichere Form. Diesem Unterfangen steht aber das «väterliche» Verteidigungsbedürfnis entgegen, das jeden vermeintlichen Aggressor umzubringen droht. Deshalb wird es früher oder später zu einem Gewaltverzicht kommen müssen. Denn mit einem Toten kann man nicht sprechen.

Angst ist nicht etwas, was ein einziges Mal und für ewige Zeiten überwunden wird. Angstüberwindung muß immer wieder erbracht werden, doch wird dies um so eher möglich sein, je bewußtseinsklarer das Ich im kritischen Moment bleibt und je mehr Wissen (von allen drei Quellen) ihm zur Verfügung steht. Dann kann das Ich sich nämlich ganz bewußt dafür entscheiden, das Schrecklichste zu ertragen — und davon gibt es im normalen Alltag wie im nächtlichen Bereich mehr als genug.

Manche fassen Angst im Gegensatz zur Furcht als subjektiv bedingt, belanglos und unnötig auf. Aber wo ist die Trennlinie zwischen rein

subjektiv bedingten und objektiv berechtigten Gefühlen? In der Praxis ist eine begriffliche Abgrenzung belanglos, denn die begriffliche Klarheit zwischen Angst und Furcht wird niemanden daran hindern, in einer alptraumartigen Situation in Panik zu geraten. Wo Vertrauen, Ehrfurcht und Rücksichtnahme (re-ligio) entwickelt und angewandt werden sollten, bringt die Technik der sukzessiven Annäherung bessere Resultate.

Dabei geht es um eine sorgfältige Beschäftigung gerade mit jenen Wahrnehmungen, die in ihren krassesten Formen bewußtseinsmindernd wirken und gerne vergessen und vermieden werden. Wer sich beispielsweise vor Spinnen oder Schlangen ängstigt und jedesmal in panischem Entsetzen davonläuft, wenn ihm ein derartiges Tier begegnet, kann sich durch Beschreibungen, Bilder und tote Objekte an die lebendige Gestalt heranarbeiten - und sollte dabei die mythologischen und tiefenpsychologischen Aspekte der Spinnen und Schlangen mitberücksichtigen. Und wer sich vor der Nacht fürchtet, wird seine Angst in dem Maße verlieren, wie seine Auseinandersetzung mit den nächtlichen Erscheinungen zunimmt.

Andererseits können auch alle Bemühungen fehlschlagen — Grund genug, um an einem anderen Ort mit einem anderen Blickwinkel wieder <von vorne> anzufangen.

In einem lichten Dschungel, einem tropischen Regenwald mit geringem Unterbewuchs, habe ich an einem Abhang eine Quellwasserfassung gefunden. Es ist eine gut sichtbare Röhre von einem Meter Durchmesser, die horizon tal etwa zwei Meter weit aus der Erde ragt. Sie ist bunt bemalt, grün, gelb, rot und blau. Die Farben leuchten intensiv, beinahe aufdringlich.

Etwa zehn Meter davon entfernt ist eine ähnliche Röhre zu sehen, auf der ein dunkelhäutiger Wilder kauert, der vom heraussprudelnden klaren Wasser trinkt. Ich gehe zu ihm hin, wage es aber nicht, ihn anzusprechen, und laufe vorbei. Die Stimmung im Urwald ist zu ungewohnt und fremdartig, so daß ich auch Angst habe, zurückzugehen oder gar tiefer in den Dschungel einzudringen. Deshalb bin ich erleichtert, als ich nach ein paar Schritten auf einen schnurgeraden Drahtzaun stoße, der den unheimlichen Wald von einer Bergwiese abgrenzt. Ich klettere über den Zaun und betrete vertrautes Gelände. Dem Zaun entlang steige ich den ziemlich steil werdenden Wiesenhang hinab und komme bald auf einen breiten Kiesweg, auf dem ein kirchlicher Würdenträger steht. Wir sprechen eine Weile zusammen.

24.12.1968

Der Wilde an der Quelle kann als der «natürliche Mensch» aufgefaßt werden, der unbelastet von gesellschaftlichen und zivilisatorischen Einschränkungen von den Quellen der Nacht trinkt. Sogenannte Primitive leben in und mit der «Mutter Natur» und ohne Ausschluß der nächtlichen Erfahrungen. — Dieser «naive» Zugang zu den klaren Quellen der dunklen Wälder war mir versperrt, denn ich fürchtete mich vor dem Zurückfallen auf eine unzivilisierte Stufe. Wenigstens *glaubte* ich, daß es unmöglich sei, die kulturellen Errungenschaften mit in die «Nacht» hinüberzunehmen - dabei wäre es ja nur darum gegangen, luzid zu bleiben. Aber davon wußte ich nichts. Ich fühlte mich der Situation nicht gewachsen und wechselte auf die andere Seite des Zauns, der die Wildnis vom Alltäglichen trennte. Außerdem suchte ich das Gespräch mit einem Vertreter einer kirchlichen Institution, die den Aspekt des Weiblichen wenigstens in Form des Marienkultes miteinbezogen hatte und einen «spirituellen Stufenweg» vorzugeben in der Lage war. Dies schien mir wesentlich sicherer als die direkte Auseinandersetzung mit den eindrücklichen Quellen in der Wildnis und deren Bewohnern. Außerdem waren mir die erkenntnistheoretischen und praktischen Konsequenzen der Ich-Bewußtseins-Kontinuität und der Außerkörperlichkeit nicht klar, weil ich sie nicht einsehen und aus deren Quelle nicht trinken wollte — bzw. einfach Angst davor hatte. Aber wenigstens gelang es mir, die Luzidität in besonders kritischen Situationen einzusetzen — dort nämlich, wo ich ohne Bewußtwerdung unweigerlich im Bett erwacht wäre oder sonst einen Wechsel der Ereignisebenen vorgenommen hätte. Die folgenden beiden Beispiele zeigen deutlich, wie wichtig die Luzidität ist.⁵⁹ Beim ersten handelt es sich um eine außerkörperliche Erfahrung, beim zweiten um den luziden Teil eines Traumes.

Nach dem Mittagessen fühle ich mich müde und lege mich hin, um ein kurzes Schläfchen zu machen. Auf dem Rücken liegend, die Beine leicht gespreizt, die Arme ganz locker seitwärts mit den Handflächen nach unten, fällt es mir leicht, mich total zu entspannen. Dabei atme ich ruhig und gleichmäßig.⁶⁰ Gleichzeitig versuche ich, bewußtseinskontinuierlich zu bleiben — trotz der Veränderungen des Wahrnehmungsfeldes.

Nach einigen Minuten gelingt mir eine Ablösung. Mit dem Zweitkörper rolle ich aus dem physischen Leib hinaus und stehe auf. Sofort überfällt mich eine sexuelle Obsession, der ich für längere Zeit nachgebe. Zuerst kommt es zu verschiedenen Beziehungen auf einer alltagsnahen Ebene, dann jedoch zu solchen in einem anderen Realitätsbereich. — Schließlich gelange ich in einen prächtig ausgestatteten großen Raum mit hohen Fenstern. Vielleicht zwei Dutzend Männer und Frauen sind hier versammelt, unter ihnen einige Priester, die schwarze Soutanen

tragen. Es herrscht eine ziemliche Aufregung, weil sich einer der geistlichen Herren aus dem Fenster in die Tiefe gestürzt hat. Als Begründung für sein Handeln werden meine sexuellen Ausschweifungen angeführt. Dies macht mich betroffen.

«Es muß aufhören», denke ich. Aber was soll ich im außerkörperlichen Zustand tun! Ich bezweifle, daß es auf die Dauer sinnvoll ist, nur die eigenen Wunschvorstellungen realisieren zu wollen. Offensichtlich habe ich nun meine Einstellung zu opfern und vielleicht sogar das Tun des Priesters nachzuvollziehen. Es scheint sogar dringend notwendig zu sein, etwas in dieser Richtung zu unternehmen. Also gehe ich zu einem der Fenster und schaue hinaus. Aber da ist nichts! Nichts als pure Schwärze, nichts als finstere Leere! Muß ich mich dem Unbekannten ergeben! Einen Sprung in die totale Ungewißheit hinaus wagen und damit unvorsichtig und unverantwortlich handeln! Ober habe ich das falsche Fenster gewählt! Aber werde ich ein anderes, geeigneteres finden können!

Ein Blick aus dem Fenster rechts neben dem «Loch in die Schwärze» zeigt eine gelichtete Dunkelheit und eine wunderbare Fernsicht. Tief unten entfaltet sich eine herrliche, farbenprächtige und friedvolle Landschaft mit einem kristallklaren, tiefblauen See. Ich habe genügend Selbstvertrauen, um in die vom Licht der Dämmerung überflutete Welt hinauszufiegen. Das Nichts der Schwärze dagegen schreckt mich ab, ist mir zu riskant. Und der Wiedereintritt in den physischen Körper ist mit meiner Einstellung nicht vereinbar. Es bleibt also nur das Fenster mit dem Blick auf die paradiesische Landschaft. Trotzdem fühle ich mich verunsichert. Nach welchen Kriterien habe ich mich zu entscheiden!

Ich schaue in die Gesichter der Menschen in diesem Raum. Ihr Ausdruck ist eindeutig — Sühne für den Frevel. Schweren Herzens und voller Angst gehe ich langsam zum anderen Fenster zurück, blicke hinaus, steige auf den Sims — und springe! Sofort umhüllt mich eine undurchdringliche Schwärze. Bei vollem Bewußtsein realisiere ich den Wahnsinn meines Tuns, die Unausweichlichkeit des Geschehens und die Tatsache, daß ich überhaupt keine Beeinflussungsmöglichkeit mehr habe. Ich muß geschehen lassen — und falle und falle — ins Ungewisse, außerhalb von Zeit und Raum, Form und Struktur.

Endlich spüre ich wieder etwas. Es ist, als wäre ich ins Wasser eingetaucht und würde unaufhaltsam tiefer hinuntersinken. Tod durch Ertrinken! Ob ich in meinem Zustand im Wasser atmen kann! Schon beim ersten Versuch gelingt es.

Das schwarze Nichts scheint nun mit jedem Zug räumlicher zu werden und sich aufzuhellen. Und mit der Zeit stoße ich sogar auf Land und finde am Ufer viele kleine Zettel, Papierstückchen, auf denen etwas geschrieben steht. Ich will mir einige der Wörter und Zahlen unbedingt merken und lese sie ganz genau, bis ich mir sicher bin, sie auswendig

*gelernt zu haben. Dann versuche ich in den physischen Körper zurückzu-
kehren, indem ich daran denke, wieder ins Bett zu kommen. Sogleich
<wache> ich auf und stelle fest, daß ich noch nicht die irdische Ebene
erreicht habe, sondern irgendwo <hängen>geblieben bin. Ich probiere es
noch einmal, aber wiederum gerate ich nur in eine Zwischenebene und
muß danach noch weitere Schichten durchstoßen, auf denen eher
Traumartiges geschieht. Unterwegs verliere ich die Erinnerung an zwei
Telefonnummern, die ich mir gemerkt hatte. Die eine begann mit der
Zahl 44.*

11. 8. 1971

Weshalb brachte mich gerade das Selbstopfer des katholischen Prie-
sters dazu, Sühne zu leisten? Die im außerkörperlichen Zustand gege-
bene Möglichkeit, sexuelle Erlebnisse sozusagen uneingeschränkt und
ohne weitere Verpflichtungen haben zu können, wies auf das Problem
des <Eros> hin. Der bindingslose Triebimpuls, den ich hemmungslos
auszuleben suchte, traf auf der anderen Seite auf willfähige Frauen,
deren -grenzenlose Fruchtbarkeit und Freigebigkeit, schrankenlose
Barmherzigkeit, unendliche Eifersucht und Eitelkeit»⁶¹ sich sexuell aus-
nutzen ließen. Diese ungebändigte Emotionalität auf beiden Seiten
verhinderte eine *bewußte* Beziehung. Deshalb mußte sie geopfert wer-
den. Nur so blieb die Fähigkeit »zu abwägendem Urteil, zu reflektieren,
sich Grenzen zu setzen«⁶¹ erhalten. Eine ausschließlich triebhafte Sexua-
lität - ohne persönliche Bindung und ohne Berücksichtigung der
Gefühle — versagte sich der Erinnerung. Sie war belanglos, aus ihr
ergaben sich keine konkreten Folgen, und sie beinhaltete keine Umset-
zungsmöglichkeiten in ein neues Feld von Beziehungen und Wechsel-
wirkungen hinein.

Ohne Gedächtnis und ohne Kontinuität des Ich-Bewußtseins gab es
keine vergangenheitsumschließende Zukunft - nur eine <phallische,
beziehungstötende Gegenwart>, Und wenn in dieser Gegenwart *alle*
Möglichkeiten ausgelebt wurden — schrankenlos und ohne jegliche
Selbstbeschränkung -, dann hatte die Zukunft keine Bedeutung mehr.
Also mußte diese Einstellung aufgegeben werden — von mir *und* von
der weiblichen Seite.⁶³

Der katholische Priester, der sich ins <schwarze Loch> gestürzt hatte,
wies auf einen komplexen Sachverhalt hin,⁶⁴ denn er gehörte zu jenen,
die dem Zölibat verpflichtet waren. Und nun sprang er in die <schwarze
Nacht des mütterlichen Ungrundes> hinaus. Diese <doppelte Kastration>
wurde für mich im Zusammenhang mit meiner Fähigkeit, im Schlaf
bewußtseinskontinuierlich zu bleiben, zu einer wesentlichen Frage.
Meine im Alltag gelebte Moral war nicht dem Zölibat, sondern der
Monogamie verpflichtet. Im außerkörperlichen Zustand vertrat ich

dagegen *bewußt* ganz andere Moralbegriffe. Durch mein «phallisch-egozentrisches» Verhalten schien ich jedoch die Beziehung zu den Wesen der nicht-alltäglichen Welten zu gefährden. Ich begann ein Sohn-Geliebter zu werden, weil ich mich bis zur Bewußtlosigkeit in ein orgiastisch-ästhetisches Geschehen verwickeln ließ. Dabei spielte die Vorstellung eine wesentliche Rolle, daß im «Traum» Dinge statthaft seien, die im Alltag als «sündhaft» gelten!

Es wäre kein Opfer gewesen, wenn ich in die liebliche Landschaft hinausgesprungen wäre, denn diese Welt verkörperte für mich die schönste Seite der Mutter Natur. Das schwarze Loch dagegen hatte mit dem Dunklen zu tun, mit einer Dimension, in der jeder rational faßbare Anhaltspunkt fehlte und in der es weder Wege noch Straßen gab. Jenseits des Fensters lagen die *unbekannten* Sphären des außerkörperlichen Zustandes. Hier genügte ein nur symbolisches Opfer nicht mehr, es mußte *konkret und real* vollzogen werden — bei intaktem Bewußtsein und im Wissen um die schrecklichsten Konsequenzen für Leib und Seele.

Als ich mich im außerkörperlichen Zustand zum Sprung entschloß, zog ich die mir bekannten Interpretationen des schwarzen Loches in Betracht. Die Kenntnisse der mythischen Zusammenhänge und der Symboldeutung befreiten mich jedoch nicht davon, die Angelegenheit bewußt zu erleben und das geistige Abenteuer zu bestehen. — Während mir das Fenster ins «Dämmerland» hinaus immerhin den Glauben ließ, nicht vernichtet zu werden, hatte ich beim schwarzen Loch überhaupt keine Hoffnung, denn es wirkte nur tödlich. Meine Identität mit bestimmten Verhaltensformen und Vorstellungen erlaubte mir nur eine einzige Auffassung: Der Sprung in die Schwärze hinaus bedeutete den Tod. Andererseits wirkte sich bei meiner Entscheidung wohl doch auch das Wissen darum aus, daß im außerkörperlichen Zustand verblüffende Lösungen (zweiter Ordnung) gerade in dem Moment möglich werden, wenn das Ich bereit ist, seine bisher vertretenen Auffassungen aufzugeben.⁶⁵ Dieses Erfahrungswissen gibt in kritischen Augenblicken einen besseren Rückhalt als das Bücherwissen. Vor allem im Zusammenhang mit Tod und Sterben ist es von außerordentlicher Bedeutung, über dieses Wissen zu verfügen.

Im Zusammenhang mit der Angst ist darauf zu achten, daß das Ich im außerkörperlichen Zustand seine Luzidität leicht dazu benutzen kann, die Ereignisse zu kontrollieren *und* angsterzeugende Situationen zu vermeiden. Es ist andererseits aber auch möglich, die Kontinuität des Bewußtseins auf eine selbstbeschränkende Art einzusetzen und Handlungen zu vermeiden, welche die Gefühle anderer verletzen. Ein kontinuierliches Ich reagiert auf Unstimmigkeiten. Es kann Reue empfinden und sogar Sühneleistungen erbringen. Und wenn es deshalb in eine

beängstigende Lage geraten sollte, ist es besonnen genug, seine Ängste zu überwinden:

... Plötzlich wird meine Hand brutal ergriffen, und mit einem gewaltigen Ruck werde ich in die Dunkelheit hineingerissen. In irrwitzig sausender Fahrt zieht es mich weiter. Zuerst will ich mich dagegen zur Wehr setzen, denn Angst vor der Ungewißheit kommt hoch und droht mich zu überwältigen. Aber dann werde ich mir meines außerkörperlichen Zustandes bewußt. Sogleich erinnere ich mich auch daran, daß unter diesen Umständen ein Sträuben gefährlich werden kann. Und schon der bloße Gedanke daran führt zu neuen Turbulenzen des — wie ich es nenne — psychoenergetischen Feldes. Kleine Wirbel entstehen, die eine Sogwirkung ausüben und das Ich in seiner Stabilität gefährden. Angst und Abwehr würden die Wirbel nur verstärken und schließlich zur Auflösung des Ichs führen. Deshalb passe ich mich der unerklärlichen Situation an und lasse mich im Feld treiben und ziehen. Jetzt kann ich den Energiestrom, von dem ich getragen und gezogen werde, deutlich spüren. Er ist kraftvoll und heftig, aber nicht destruktiv — solange ich mich ihm überlasse. Kaum bin ich mit den Überlegungen und der Anpassung zu Ende gekommen, stoppt die Reise durch die finstere, hochenergetische Leere — und ich stehe vor einer Konditorei...

6.9.1971

Mit einer Angstüberwindung wird nicht nur die Auflösung des luziden Ichs verhindert. Es wird auch die Möglichkeit geschaffen, im außerkörperlichen Zustand zu verbleiben. Ferner geht das Ich gestärkt aus einer beängstigenden Phase des Erwachens hervor, wenn es dem Schrecken und der Entmutigung widerstanden hat — und ist dann in der Lage, nach den dargebotenen Kostbarkeiten zu greifen.⁶⁶

5.5. Kostbarkeiten

Völlig übergangslos und mitten auf einer breiten Straße werde ich mir meines außerkörperlichen Zustandes bewußt. Ich kenne diesen Ort nicht, doch scheint der gegenwärtige Augenblick günstig zu sein, einmal außerhalb des schlafenden Körpers das «Unbewußte» anzurufen. Es wird sich nun gut in seiner spezifischen Form manifestieren können — ungefiltert vom Lärm des Alltags. Meine Luzidität ist optimal und derart stabil daß ich es sogar wagen kann, eine — gemäß meinem tiefenpsychologischen Wissen — sehr typische Gestalt des Unbewußten anzurufen

— nämlich die Anima. Ich bleibe also auf der schnurgeraden Straße stehen und rufe laut: «Anima, Anima — Anima!» Mehrmals hintereinander wiederhole ich diesen dreifachen Anruf.

Im Dunst der Ferne regt sich etwas, das schnell näher kommt. Es sind Automobile! Sie rasen direkt auf mich zu. Ich bin überzeugt, daß diese Kraftfahrzeuge mich davon abhalten könnten, das Unbewußte in «reiner Form» zu sehen. Sie stellen auch eine Bedrohung der Kontinuität meines Ich-Bewußtseins dar, denn ihr Auftreten verunsichert mich für einen Augenblick. Ich werde abgelenkt und desorientiert — verhindere jedoch ein Abgleiten in einen unbewußten, traumartigen Zustand durch das ständige Wiederholen der Anima-Anrufung.

Außerdem bleibe ich standfest und lasse die führerlosen, mit Höchstgeschwindigkeit fahrenden Wagen herankommen. «Im schlimmsten Fall werden sie mich überrollen und brutal in den schlafenden Körper zurückstoßen», denke ich. Und dann sind sie da — und lösen sich gleichzeitig ins Nichts auf bzw. fahren durch mich hindurch, als wäre ich nicht vorhanden. Es sind Trugbilder!

Doch je mehr ich nach der Anima rufe, desto größer und zahlreicher werden die Automobile. Zu Dutzenden rasen sie in breiter Front auf mich zu und lösen sich — kaum haben sie mich erreicht — wieder auf. Schließlich erscheinen in der nebelhaften Ferne gigantische Lastwagen. Sie donnern heran, aber ich weiche keinen Millimeter. Und auch sie fahren durch mich hindurch und verschwinden dabei. Dies alles ist einzig deshalb zu ertragen, weil ich ganz genau um meinen Zustand Bescheid weiß und mir vollumfänglich darüber im klaren bin, daß auf dieser Ebene andere Gesetze gelten. Außerdem — und dies ist meines Erachtens noch wesentlicher — erinnere ich mich an den Text einer indischen Schrift*, die ich irgendwann einmal tagsüber gelesen hatte. Dort wurde von Trugbildern gesprochen, die vom wahren Ziel ablenken. Unter bestimmten Umständen können Bilder noch so real wirken, sie sind bloß Schein.

15. 12.1971, 1.Teil

Als ich es wagte, die «seelische Wirklichkeit» bzw. die Anima als Vertreterin der nichtalltäglichen Realität anzurufen, sah ich mich dem direkten Ansturm eines «Dämonenheeres» ausgesetzt, das mich aus der Ruhe und Konzentration aufzuscheuchen und zu verunsichern drohte.⁶⁸ Die Hinwendung zu den «inneren», alltagsfernen Dimensionen bewirkte also zunächst einen Einbruch der technischen Wirklichkeit, die den Ausschließlichkeitsanspruch des damit verbundenen Weltbildes durchzusetzen suchte. Es verfolgten mich gewisse Alltagsvorstellungen, denn ganz automatisch wollte das «alte» Weltbild seine ursprüngliche Dominanz wiederherstellen. Ich mußte also drastisch daran erin-

nert werden, daß die Außerkörperlichkeit etwas Widernatürliches war, das der Norm widersprach.

Nun gab es für mich ein einfaches Kriterium zur Bestimmung des <Wahrheitsgehaltes> der mit den Automobilen verbundenen Auffassung bezüglich der Außerkörperlichkeit. Ich mußte nur davon *ausgehen*, daß die Erhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins oberster Prüfstein zu sein hatte, an dem alles andere zu messen war. Ich mußte mich fragen, ob sich eine spezielle Sicht stabilisierend auf mein Ich auswirkte und ob sie die Weiterexistenz der emotionalen und kognitiven Funktionen erlaubte — oder ob sie mich in gewissen Situationen zwang, einen Bewußtseinsverlust einzugehen. Bei konsequenter Anwendung dieses Gesichtspunktes war es mir also nicht mehr gestattet, die Außerkörperlichkeit als Halluzination in *abwertendem* Sinne zu bezeichnen, nämlich als *Sinnestäuschung* in Form von «Wahrnehmungen ohne entsprechenden Reiz von außen»⁶⁹.

Gerade *weil* es sich bei Wahrnehmungen im außerkörperlichen Zustand oft um solche *ohne* entsprechenden Reiz von außen, nämlich aus dem physisch-materiellen Bereich, handelte, war die Schlußfolgerung zulässig, das außerkörperlich Wahrgenommene besitze rein halluzinatorischen Charakter. Mit dieser Bezeichnung durfte ich aber keine Abwertung koppeln! Ich durfte die außerkörperlichen Wahrnehmungen zwar als Halluzinationen auffassen, aber nur in dem Sinne, daß ihnen kein Reiz zugrunde lag, der in der physisch-materiellen Außenwelt seinen Ursprung hatte. Das normale Verständnis des Wortes Halluzination als Trugwahrnehmung war dagegen mit einem Weltbild verbunden, das davon ausging, es gäbe für ein vollbewußtes Ich nur eine einzige wirkliche Existenzweise, nämlich die innerhalb seines *wachen* physischen Körpers. Dieses Weltbild stand nun im Widerspruch zur Erfahrungstatsache, daß ich mir im außerkörperlichen Zustand meiner besonderen Existenzweise voll bewußt war.

Die Frage nach Halluzination *oder* Wirklichkeit ließ sich auch vom Außerkörperlichen her stellen. Weil ich außerkörperlich meistens über eine größere Klarheit und Besonnenheit verfügte und meine kognitiven Funktionen wesentlich besser funktionierten, konnte ich mich wohl mit Recht fragen, ob nicht etwa der innerkörperliche Zustand ein halluzinatorischer sei, bei dem es zu «Wahrnehmungen ohne entsprechenden Reiz von außen» kam — wobei dieses Mal Reize gemeint sein sollten, die aus Bereichen stammten, die jenseits des Physisch-Materiellen lagen. Praktisch war jedoch diese Art der Fragestellung ziemlich irrelevant, da es hüben wie drüben um *Anpassungsleistungen* ging, um situationsadäquates Verhalten! — Nur wenn ich Schwierigkeiten hatte, meine Wahrnehmungen einzuordnen, und nicht wußte, *woher* die Sinneseindrücke kamen, *vermischte* ich die verschiedenen Wirklich-

keitsebenen, was fatale Folgen haben konnte. Das war das zentrale Problem bei allen Sinnestäuschungen — und dabei kam es zu Illusionen, die «krankhaft gefälschte wirkliche Wahrnehmungen»⁷⁰ waren.

Ging ich aber davon aus, daß es nicht nur eine einzige wirkliche Welt gab, sondern viele Welten, in denen ich vollbewußt existieren konnte, wurde der Halluzinationsbegriff seiner «Trugkomponente» entkleidet und der Begriff der *Illusion* in den Mittelpunkt der Fragestellung gerückt.⁷¹ Gab es viele Ebenen, die ich voneinander *unterscheiden* mußte, ließ sich diese Aufgabe um so leichter bewältigen, je bewußtseinskontinuierlicher ich blieb. Erlitt ich dagegen aus irgendwelchen Gründen an irgendeiner Stelle einen Bewußtseinsverlust, dann war ich nicht mehr in der Lage, angepaßt zu reagieren. Verlor ich das Gedächtnis teilweise oder vollständig, konnte ich mich nur noch aus der Unwissenheit heraus verhalten, ständig die Wahrnehmungen verfälschen und alles miteinander vermengen. Nur wenn ich luzid blieb, gab es ein Bewußtsein, «*potentielle Simultaneität des Sukzessiven, Aequipotenz zeitlich und räumlich auseinanderliegender Erlebnisinhalte und Vorstellungszusammenhänge*»⁷².

Wenn ich hartnäckig blieb und die Kontinuität meines Ichs vollständig mit dem Wachzustand meines physischen Körpers und den damit verbundenen Wahrnehmungen verband, zwang ich mich zu einer illusionären und halluzinatorischen Erlebnisweise — eben zu dem, was als traumartig bezeichnet wird. Ich wäre mir der unterschiedlichen Gesetzmäßigkeiten in den verschiedenen inner- und außerkörperlichen Bereichen nicht bewußt gewesen und hätte es versäumt, meine Vorstellungen und gewohnheitsmäßigen Handlungen im Hinblick auf die Reaktionen der Umgebung und den Verlust des eigenen Ich-Bewußtseins zu überprüfen.

Aber ich war doch noch an irgendeiner Stelle ein intellektueller Rationalist, der ungeachtet anderslautender Erfahrungen immer wieder versuchte, «das farbige Gewand der Welt als Sinnentrug abzutun, die Sinneseindrücke als Existenzfundament anzuzweifeln»⁷³. Dieses Mal aber mußte ich von der subjektiven Sicht der Realität Abstand nehmen — zugunsten einer vom Ich-Subjekt unabhängigen Wirklichkeit?

Die Fronten der heranbrausenden Wagen rollen in immer schnellerer Folge auf mich zu. Ungeachtet dieses Aufbäumens der verwirrenden Erscheinungen rufe ich weiter nach der Anima und bemerke, daß nach jeder Auto-Welle die Sicht klarer wird. Was im dunklen Nebel der Ferne verborgen lag, tritt nun immer deutlicher hervor. Obwohl es finster ist und in der Alltagswirklichkeit die Gegenstände nur unscharfzu erkennen wären, sehe ich eine Landschaft, die sich aus der Verschwommenheit

herauskristallisiert und haarscharf abhebt. Ihr Aussehen ist derart urtümlich, daß mir sogleich das Wort <archetypisch> ein fällt. — Beinahe unmerklich und in rasender Eile breitet sich das Landschaftsbild bis zu meinem Standort hin aus. Bald stehe ich in einer anderen Welt!

Meine Füße treten auf kurzes Gras. Überall wachsen prächtige, an ein rauhes Klima angepaßte Alpenpflanzen, die sich selbst an den unwirtlichsten Stellen festgesetzt haben. Polsterförmig überdecken kleinblütige Pflänzchen an gewissen Stellen die aus dem Boden herausragenden Gesteinsbrocken. Auf dem Fels wuchern auch Flechten, die in allen Pastellfarben leuchten. Die Originalität und Klarheit, die Schärfe und Leuchtkraft der belebten und toten Dinge ist unübertrefflich ausdrucksvoll. Zweifellos bin ich in eine andere, nicht-alltägliche Wirklichkeit hineingeraten. — Der Abhang, auf dem ich stehe, fällt einige Dutzend Meter bis zur Talsohle ab. An dieser Stelle ist das Tal beinahe hundert Meter breit. Es zieht sich, schmaler werdend und von einem kristallklaren Bergbach begleitet, nach rechts in weitläufigen Windungen zu einem Gebirgskamm hinauf und endet als Sattel, als Paß, zwischen zwei gewaltigen Bergriesen. Weit oben, knapp unterhalb der Paßhöhe, erkenne ich auf einem schmalen Gebirgspfad eine lange Kolonne. «Der Zug der Anima!» Dieser Gedanke elektrisiert mich förmlich. Ich zucke zusammen und werde mir schlagartig des Wahnwitzes meiner Evokation bewußt. Entsetzt blicke ich zum geheimnisvollen Zug hinauf, der nun langsam ins Tal hinuntersteigt. Am liebsten würde ich auf der Stelle ins Bett zurückkehren oder mich zumindest hinter einem Felsen verstecken und nur von ferne beobachten. «Bin ich denn verrückt geworden, die Anima zu provozieren!!» denke ich und mache mir Vorwürfe. Aber jetzt ist es zu spät für einen Rückzug. Ich muß ausbaden, was ich angerichtet habe, und gehe deshalb mit klopfendem Herzen der Kolonne entgegen.

Schon bald kann ich einige des etwa hundert Personen umfassenden Zuges genauer erkennen. Ihre Gesichtszüge sind ungemein fremdartig, nicht abstoßend oder beängstigend, sondern derart vom Gewohnten abweichend, daß ich unfähig bin, mir ihr Aussehen zu merken. Der Gestalt nach sind diese Wesen zwar menschlich. Sie haben zwei Augen, Ohren, Mund und Nase, der Kopf ist behaart, die Haut glatt — aber der Ausdruck des Gesichtes ist unfaßbar weit von allem Menschlichen entfernt. Diese Wesen von der anderen Seite des Gebirges sind Bewohner einer Welt, die mit dem Alltag überhaupt keine Gemeinsamkeiten hat.

Den engen Windungen des steilen Pfades folgend, kommt die streng, irgendwie unwillig und doch pflichtbewußt wirkende Hundertschaft näher. Diesen Troß und die Anima, die in der Mitte des Zuges in einer Sänfte getragen wird oder — ich kann das nicht so genau erkennen — zu Fuß geht, habe ich durch mein Rufen gezwungen, einen beschwerlichen Weg auf sich zu nehmen. Ich fühle mich jetzt noch weniger wohl in

meiner Haut, denn wie werden diese Wesen reagieren, wenn sie erfahren, daß ich sie mutwillig über das Gebirge gelockt habe? — Dann stoße ich auf die Spitze des Zuges. Die ganze Kolonne hält an. Als erstes wird — wenn auch wortlos — unmißverständlich ausgedrückt, daß man nur gekommen sei, weil der Ruf nach der Anima über die Berge erging. Ich sehe die Frau etwa fünfzig Meter entfernt und bin erstaunt über ihre Schönheit und außerordentliche Fremdheit — und erleichtert, sie nicht gleich aus der Nähe erblicken zu müssen.

Der Mann an der Spitze des Zuges weist mich in eine Felsnische am Rande des Weges. Wir setzen uns, und nach langen, bangen Sekunden wird das Schweigen vom Fremden gebrochen. Er fordert mich auf, eine Legimitation vorzuweisen, die beweist, daß ich berechtigt gewesen bin, die Anima zu rufen, und ihr begegnen darf. Der Beweis muß auch erbracht werden, um die Überquerung des Gebirges zu rechtfertigen. Aber wie soll ich beweisen, daß ich derjenige bin, der diese Begegnung veranlaßt hat? Irgendein Gegenstand würde als Zeichen genügen, meint der Mann. Aber welcher? Niemand weiß es, weder mein Gesprächspartner noch die Dutzend Männer, die um uns herumstehen. Und auch sonst bleiben alle eine Antwort schuldig. Jemand sagt jedoch, man würde den Gegenstand in dem Moment erkennen, wenn man ihn vorgezeigt bekomme.

Ich habe mich da in eine aussichtslos scheinende Sache verwickeln lassen und bin ziemlich ratlos wegen des besonderen Gegenstandes. Wo kann ich ihn finden, wenn die anderen nicht einmal wissen, wie er aussieht! Es ist — so erinnere ich mich — gerade in solchen Momenten klug, wenn ich mich auf das intuitive Wissen verlasse, meinem Gespür folge und dabei aufmerksam bleibe. Manchmal konnte ich auf diese Weise die verblüffendsten Dinge zu Tage fördern. Zuerst betrachte ich die nähere Umgebung, wo mir aber nichts auffällt — überall nur größere und kleinere Gesteinsbrocken und Fels ohne Klüfte⁷⁴ und Quarzbänder, die auf kristallisierte Mineralien hinweisen. Ich schaue auch die am Boden verstreut herumliegenden Steine genauer an, denn im Geröll habe ich schon manchen außerordentlichen Gegenstand gefunden. Schließlich werde ich darauf aufmerksam, daß ich selbst auf einem Haufen sitze, der sich bei genauerem Besehen als Mineralienansammlung erweist.⁷⁵ Da liegt direkt unter mir eine Unmenge von Edelsteinen, die durch natürliche Einwirkung stark abgeschliffen worden sind. Ich klaube das eine oder andere Mineral unter meinem Gesäß hervor und zeige es meinem Gegenüber. Die Steine schimmern dumpf in jenen Farben, die erst durch das kunstvolle Schleifen und Polieren zur vollen Entfaltung gebracht werden. Doch die Steine erweisen sich als ungenügende Legimitation. Ein besonders stark abgeschliffener, in allen Farben verhalten leuchtender Edelstein bringt einige Unruhe unter die fremden Wesen. Sie meinen, der opalähnliche Stein komme dem Gesuchten sehr nahe.⁷⁶

«Was wird hier eigentlich gesucht und wo könnte ich es finden», überlege ich und muß an das Sprichwort denken: «Warum in die Ferne schweifen! Sieh, das Gute hegt so nah!» Aber wie nahe muß es denn sein, frage ich mich. Ist schon das zu weit weg, was unter den eigenen Füßen liegt — und in meinem Fall unter meinem Gesäß! Es scheint paradox, daß der Boden, auf dem man steht oder sitzt, weit von dem, was gefunden werden soll, entfernt ist. Während ich diesen Gedanken nachhänge, schweift mein Blick unstatig hin und her. Plötzlich fällt mir etwas an meinem linken Handgelenk auf. Es ist ein kleines, unauffälliges Armband. Neugierig und erstaunt schaue ich es genauer an, denn ich kann mich nicht erinnern, jemals ein Armband getragen zu haben. Und ich entdecke ein etwa zwei Zentimeter langes, flaches und spitz zulaufendes Anhängsel von silberner Farbe. Es ist ein «Bärenzahn», den ich aber auch «Eberzahn» nennen könnte. Er weist eine schmale Eindellung in der Längsrichtung auf, wodurch er einem Messer sehr ähnlich sieht. Dieser Bärenzahn muß der gesuchte Beweis sein, mit dem mein Rufen legitimiert werden kann.

Ich hebe meinen Arm und weise auf das kleine Gebilde hin, worauf sofort ein Durcheinander erregter Stimmen ertönt: «Das ist das Gesuchte!», «Er hat den geforderten Ausweis!», «Er hat den Bärenzahn!», «Er ist es!» — In den verschiedensten Variationen werden diese kurzen Sätze wiederholt. Ich gleite dabei mühelos in den schlafenden Körper zurück, wobei das Gesehene und Gehörte rasch von der irdischen Realität überblendet wird.

15.12.1971, Schluß

Es gibt in dieser Erfahrung einiges, was ich damals übersah, weil ich nicht strikt mein Verhalten mit den Reaktionen in Verbindung brachte. Sonst hätte mir unter anderem auffallen müssen, daß ich dank der kritischen Fragen nach dem Was und dem Wo des Gegenstandes von der vergeblichen — vor allem von meinen eigenen Vorstellungen abhängigen — Suche abließ. Ich glaubte nämlich, die Kostbarkeit sei ein Edelstein bzw. ein Kristall, ein «Stein der Weisen». Meine Versuche, den geforderten Gegenstand ausfindig zu machen, waren gescheitert. Ich war mit den mir bekannten Verfahrensweisen nicht weitergekommen — im Gegenteil, sie lenkten mich gerade von dem ab, was besonders hätte beachtet werden müssen. Erst mit dem In-Frage-Stellen des scheinbar Selbstverständlichen und Banalen wurde meine Aufmerksamkeit «schwebend». Befreit von den Fesseln des Naheliegenden erkannte ich das, was mir noch viel näher lag. Es war ein Anhängsel an jenem Arm, den ich im Alltag als Rechtshänder kaum jemals im Zusammenhang mit meiner (intellektuellen) Arbeit benötigte.

Der gefundene Gegenstand vereinigte in sich eine Fülle persönlicher

und <mythisch-archetypischer> Faktoren, von denen ich ein paar wenige aufzeigen möchte, damit einsehbar wird, daß die Kostbarkeit auch mit dem Problem der Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu tun haben könnte. Dieser Zusammenhang wurde mir zum größten Teil erst Jahre später klar — und ich bin mir keineswegs sicher, ob er dem Sachverhalt entspricht. Es gibt jedoch einige Hinweise auf die von mir hypothetisch angenommene Verbindung. Z.B. mußte ich mich in der zehnten Welt belehren lassen, daß meine Auffassung vom Ende der Dinge nicht der Wirklichkeit entsprach und es darum ging, die Eisbären zu schlachten (vgl. die Erfahrung vom 7. Januar 1974). Der Bärenzahn konnte also ein Vorbote jenes Ereignisses sein, das der von C.G. Jung berichteten Zerlegung des Ebers ähnlich war. Für die Schlachtung bedurfte es der freiwilligen Mitarbeit, welche Entscheidung nur einem luziden Ich möglich war. Aber auch die Versilberung des Zahnes deutete auf eine bewußte Erschließung der dritten Quelle hin. Zum einen erinnerte der Zahn selbst bereits an die erzählerische und denkerische Ausschlachtung der mythischen Großereignisse. Andererseits war die silberne Farbe ein Niederschlag der nächtlichen Lichtquelle, des Mondes, der als die Strahlenquelle der Großen Mutter gilt. Und deren Vertreterin war wiederum die Anima. Dieses Licht hatte den Zahn als messerscharfes Zerlegungswerkzeug beschlagen und sich wie Tau oder Reif darübergelegt. Auf diese Weise drückte sich möglicherweise meine Beschäftigung mit den Quellen der Nacht aus, deren Klarheit und Unverfälschtheit im wesentlichen von meiner Luzidität abhingen. Also trug ich einen wichtigen Gegenstand meines Tuns bei mir, etwas, was ich jederzeit vorweisen konnte. Aber erst jetzt wurde mir bewußt, daß ich überhaupt so etwas besaß. Und ich kannte den Namen dieser Kostbarkeit nicht! Das Schwanken zwischen den Bezeichnungen <Bären-> und <Eberzahn> war ein Ausdruck meiner Unsicherheit und meines Unverständnisses in bezug auf den «Schlüssel». Die ungeschliffenen Edelsteine dagegen deuteten wie die anderen Mineralien auf Erfahrungsschätze hin, die jenseits der alltäglichen Zeitdimension lagen und unbearbeitet waren. Auf diesem Schatz blieb ich gewissermaßen sitzen — bis es mir gelang, die richtigen Fragen zu stellen —, wobei mir allerdings der Opal mit seinem Farbenreichtum eine Hilfe war. Nun mußte ich aber das unscheinbare Anhängsel an meinem linken Arm vermehrt beachten und dafür in den Alltag zurückkehren, um hier herauszufinden, was es mit diesem kostbaren Gegenstand für eine Bewandnis hatte.⁷⁷

Für den Mann mag das <Reich des Ebers> illusorisch und beängstigend sein, für die Anima ist es Wirklichkeit. Für sie ist das Technische nur Schein. Beide Seiten haben also ihre sich gegenseitig ausschließende Auffassung zu opfern und zu zeigen, daß sie das jeweils andere akzeptieren: der Mann, indem er zum Träger eines Merkmals der «Großen

Mutter> wird, die Frau, indem sie das Ich <in der Nacht> nicht mehr untergehen läßt.⁷⁸

5.6 Selbstbeschränkung, Verzicht und Einsichten

Das Geheimnis der Vereinigung umfaßt sämtliche Höhen und Tiefen des menschlichen Erlebens. Auch wenn mit der Zeit die Gegensätze durch ein transdualistisches Erleben aufgelöst und in polare Beziehungen umgewandelt werden, dauert es Jahre intensivster und disziplinierter Arbeit, bis jene Gelassenheit einigermaßen Bestand hat, die das Ich dafür benötigt — ganz abgesehen davon, daß es außerordentlich schwierig ist, bewußtseinskontinuierlich zu bleiben. Rückschläge sind kaum zu vermeiden. Außerdem ist der Reichtum an Erfahrungen zu vielfältig, um nur durch eine einzige Betrachtungsweise abgedeckt zu werden. Obwohl die Kontinuität des Ichs einfach zu erleben und problemlos mitzuteilen ist, gibt es *praktisch* unendlich viele Schwierigkeiten. Das fängt bei der <Definition> des Ichs an und findet seine Fortsetzung beim Versuch, beim Einschlafen (oder nur schon tagsüber!) bewußt zu bleiben. — Und außerdem gibt es keine Rezepte, denn ein bestimmtes Verhalten, das in der einen Situation angebracht ist, wird in einer anderen zum Scheitern führen. Deshalb möchte ich auch im folgenden nur ein paar weitere Gesichtspunkte — ohne Anspruch auf Vollständigkeit — zur Sprache bringen, die meines Erachtens für die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins und damit für das Gelingen des außerkörperlichen (*und* innerkörperlichen) Seins von ausschlaggebender Bedeutung sind, nämlich Selbstbeschränkung, Verzicht und Einsicht in mangelhafte Verhaltensweisen.

5.6.1. Schauderhafter Ekel

Neben der Angst ist der Ekel eines jener Gefühle, die panisches Entsetzen auszulösen drohen und zur Flucht ins Vergessen verleiten. Abscheu und Widerwillen sind manchmal derart unangenehm, daß sie unerträglich scheinen und häufig als Begründung für das Aussteigen herhalten müssen. Dies ist um so bedauerlicher, als das Schreckliche, geradezu Unmenschliche das Ganz-Andere oft viel besser auszudrücken vermag als das Schöne — auch wenn dies dem empfindsamen Schöngeist widerspricht. Das Erschütternde ist eben auch das Ekelerregende, Abstoßende, bei dessen Erscheinen die Seele nicht in wonnigem Entzücken bebt, sondern flach zu Boden geworfen und erdrückt wird.⁷⁹ Sofern es überhaupt eine Vorbereitung auf das Erscheinen des Tremendum⁸⁰

geben kann, in einer normalen Erziehung ist derartiges auf jeden Fall nicht vorgesehen. Denn wer ist nicht — zumindest als Kind — von ekelhaften Fratzen in der Dunkelheit erschreckt worden? Und wie war die Reaktion der Eltern? Haben sie nicht *willkürlich* die Wirklichkeit dieser und anderer Erscheinungen als unreal abgewertet und eine Auseinandersetzung verweigert? Einem Kind muß — mit allen Regeln der Erziehungskunst — beigebracht werden, was abscheulich zu sein hat und was nicht. Wie könnte das Kind sonst jemals wissen, daß z. B. tote Tiere ekelhaft sind und nicht berührt werden dürfen? Und wie oft ist der Ausruf «Pfui!» zu hören — und vor allem in welchen Zusammenhängen! Auf diese Weise werden gesellschafts- und systemkonforme Wesen herangezogen, die unfähig sind, vorurteilslos in eine neue Beziehung hineinzugehen. Dies wirkt sich im nächtlichen Bereich gleichermaßen aus wie im Alltag, doch sind bei der Erschließung der Quellen der Nacht die für das Leben im Alltag nützlichen Ekel-Vermeidungsstrategien z. T. unwirksam — und es kommt zu dementsprechend abscheulichen Erfahrungen.

Gegen Ende eines nicht-luziden Traumes glaube ich eine fliehende Frau mit allen Mitteln aufhalten zu müssen. Zuerst rufe ich ihr nach, sie solle stehenbleiben und umkehren. Aber sie rennt unbeirrt weiter, so daß ich — weil ich sie nicht mehr einholen kann — gezwungen bin, von meiner Schußwaffe Gebrauch zu machen. Ich ziele auf die Beine — bei einer Schußdistanz von 200 Metern! — und drücke ab. Sofort stürzt die Frau zu Boden und bleibt reglos liegen.

Mit einigen Ärzten und Schwestern eile ich zur Verletzten. Dort wo die Kugel in den Rücken eingetreten ist, gibt es ein kleines schwarzes Loch. Doch auf der anderen Seite ist der größte Teil der Bauchwand zerfetzt: eine scheußliche Wunde, aus der einige Darmschlingen heraushängen.

- Die Ärzte versorgen die Wunde, nehmen einen Teil der Eingeweide heraus und legen die blutigen Gedärme in einen Kessel. Ich wage es nicht, genauer hinzuschauen oder gar mitzuhelfen. Ich blicke auch zur Seite, als eine Krankenschwester den Kessel mit dem grausigen Inhalt an mir vorüberträgt.

Später wird die Patientin ins Spital gebracht. Es scheint, daß sie die schwere Verwundung überstehen wird, worüber ich doch ziemlich erleichtert bin. Dann wache ich auf.

24.3.1971

Bei der angeschossenen Frau handelte es sich um die Gattin eines Raumschiffkapitäns, der nach einer gescheiterten Mission auf die Erde zurückgekehrt war und sich nun umbringen wollte. Es gelang mir, den

Mann von seinem Vorhaben abzubringen und ihm neuen Mut zu geben. Damit gab ich mich aber nicht zufrieden. Ich wollte auch den weiblichen Teil <behandeln> — und deshalb nicht entkommen lassen. Und dann war ich unfähig, den Anblick der von mir selbst verursachten Verletzung zu ertragen und wenigstens auf diese Weise die Verantwortung für mein Tun zu übernehmen. Also hatte ich einen zweiten schwerwiegenden Fehler begangen — und war nicht gewillt, der Wirklichkeit ins Auge zu blicken und etwas anderes als meine eigenen Vorstellungen gelten zu lassen.⁸¹

Ich stehe vor einer großen, dunklen Höhle und bin mir meines Zustandes bewußt. Wieder einmal will ich meine Luzidität nutzen und versuchen, die Anima zu evozieren, um mit ihr zu sprechen.⁸² Als Anruf wähle ich intuitiv den Namen <Ashra'heri>. Ich will eine <Normalanima> hervorlocken und nicht ein absolut schönes, aber total fremdes Wesen, mit dem wegen der <Ich-Ferne> ein Gespräch kaum möglich wäre. — Nach etwas mehr als einem halben Dutzend Wiederholungen tritt aus der Dunkelheit eine hübsche nackte Frau heraus. In ihrer rechten Hand trägt sie ein Messer, und hinter ihr erkenne ich eine zweite Gestalt, genaues Ebenbild — eine Doppelgängerin! Ohne ersichtlichen Grund verschmelzen die beiden Wesen zu einem.

Die Frau macht ein paar Schritte auf mich zu, bleibt dicht vor mir stehen, hebt das Messer und versucht, mich zu erdolchen. Schnell weiche ich aus und gehe etwas zurück, wobei ich mir überlege, daß dies — tiefenpsychologisch gesehen — kein gutes Zeichen ist. Von der Anima erstochen zu werden, hieße ja, die eigene Identität zu verlieren und einen Ich-Verlust zu erleiden. Dieses Opfer scheint mir zu gefährlich, denn schließlich sind gerade wegen meiner Luzidität die Folgen nicht abzusehen. Dies ist kein normaler Traum, weshalb ich glaube, meine Tötung verweigern zu müssen. Daraufhin streckt die Anima-Gestalt ihren Arm aus und fordert mich auf, ihr Messer zu ergreifen und sie zu kastrieren — mit der Begründung, nur auf diese Weise ihre Weiblichkeit wiedererlangen zu können. Erst jetzt sehe ich den kleinen Penis — und bin angewidert und verunsichert. Offensichtlich aber wartet die Frau darauf, daß ich ihren Wunsch erfülle. Nun stehe ich dumm da, bin luzid und wegen des Ekelgefühls doch nicht fähig, das Messer anzusetzen. Es bleibt mir sozusagen nichts anderes übrig, als zu kneifen und im schlafenden Körper zu erwachen.

2. 10. 1972

Hätte ich damals meine Luzidität wenigstens dazu benutzt, die Frau zu fragen, weshalb sie mich umbringen wollte, wäre wohl einiges anders

verlaufen — und dann hatte ich es auch noch versäumt, die Frage nach ihrem Leiden bzw. nach dem Grund der vergrößerten Klitoris zu stellen.⁸³ Der luzide Zustand bot somit keine Gewähr für ein anständiges, situationsgerechtes Verhalten, sondern entsprach meiner Einstellung. Wenn ich luzid war, mußte ich mein Handeln selbst verantworten und fähig sein, die Folgen zu tragen. Und offenbar war es mir noch nicht gelungen, eine dauernde Einstellungswandlung und Hinwendung zum Du zu erreichen. *Ich* reagierte mit Ekelgefühlen, geriet in ihren Bann und versagte bei einer Aufgabe, die zu bewältigen gewesen wäre. — Hierzu noch ein letztes Beispiel:

Am Anfang eines nicht-luziden Traumes suche ich mit anderen nach der Leiche eines Ermordeten. Wir hören, daß sie in einem der Abwässerkanäle der Stadt zu finden sei. Der Einstieg in diesen Abschnitt des Kloakensystems befindet sich in einer öffentlichen WC-Anlage. — Nachdem wir den schweren Eisendeckel beiseitegeschoben haben, bhcken wir in das verschmutzte und stinkende Loch hinunter. Dieser Anblick und der Geruch ekeln mich derart, daß ich mit Entsetzen daran denke, wie die Leiche aussehen könnte — aufgedunsen, verfault und von Ratten angefressen! Die ändern steigen in die Tiefe, doch ich bleibe angewidert draußen und warte...

8.3.1974

Als ich begann, meine Einstellung zu ändern und dasjenige bewußt zu machen, was der hauptsächlichste Grund des Ekels war, nämlich mein eigenes Unvermögen, gelang es mir immer öfter — trotz vieler Rückschläge —, meine Abscheu zu überwinden. Das Fremde durfte mich weder abstoßen noch besonders faszinieren, weil ich ihm sonst auf eine andere Weise verfallen wäre und den Alltag vergessen hätte. Auch den <gesunden Instinktreaktionen> mußte mißtraut werden, denn sie waren eher gesellschaftlich denn natürlich bedingt. Sogar die Angst vor der Vermischung, die etwas Unvorhergesehenes bringen mochte, ließ sich nicht als gute Begründung und bequeme Entschuldigung für die Entstehung des Ekels anführen. Es war notwendig, mich von meinen Erstreaktionen nicht überwältigen zu lassen und kritische Distanz zu wahren bzw. gelassen zu bleiben und verantwortungsbewußt zu handeln.

Unbekannte Invasoren haben ganz Mitteleuropa besetzt und üben nun vor allem in Rom und in Deutschland einen grauenhaften Terror aus. In Rom wüten die quaderförmigen und dennoch menschlichen Bestien in den Straßen herum. Ich habe größte Mühe, nicht in ihre

Vernichtungsorgien hineinzugeraten. Eine der schlimmsten Torturen besteht in der totalen Freilegung des Nervensystems. Hierfür präpariert eines der verabscheuungswürdigen Wesen mit einem besonderen Skalpell die Nervenendigungen der Haut einer Frau. Bei dieser Prozedur muß das gepeinigten Wesen aufschreien — und auf das Gräßlichste weiter-schreien, denn der Folterknecht kratzt und schneidet unerbittlich das Fleisch und die Knochen um die Nerven herum weg. Es ist schon unerträglich, diesem Tun zuzusehen und ganz genau zu wissen, daß niemand dem Foltern Einhalt gebieten könnte. Die Frau schreit, weint und zuckt hilflos unter den sich ständig steigenden Schmerzen. Die schrillen Schreie steigern sich ins Unermeßliche — und verstummen schließlich in dem Moment, als nur noch das Nervensystem übrigbleibt und kein Körperteil mehr da ist, der dem Leiden sonstwie Ausdruck verleihen könnte. Und am Boden liegen die stummen Reste eines teuflischen Werkes! — Ich bin gefühlsmäßig bis ins Innerste getroffen und schaffe es gerade noch, unauffällig wegzugehen, bevor das widerliche Wesen auf mich aufmerksam wird.

Um die nächste Hausecke herum stoße ich beinahe mit einer Nonne zusammen, deren Antlitz vom Grauen gezeichnet ist. Sie ist eine der wenigen Überlebenden eines Heimes, das in den Wirkungsbereich eines taktischen Atombombenabwurfes geriet. Für einen Augenblick sehe ich deutlich die Kinder, die zum Zeitpunkt der Explosion im Heim untergebracht waren: verbrannte, kleine Leiber, verkohlte Gliedmaßen und zerschundene, wimmernde Gestalten! Ich glaube, dies alles nicht mehr ertragen zu können, und weiß plötzlich um meinen Zustand. Aber ich finde in der Luzidität keinen Trost und keine Möglichkeit, mit den Ereignissen fertigzuwerden. Im Gegenteil — der visionäre Charakter dieser Erfahrung beunruhigt mich zutiefst. Außerdem bin ich überzeugt, daß noch Schrecklicheres und Ekelhafteres geschehen könnte. Aber dann füge ich mich und verzichte darauf, in den physischen Körper zurückzu-kehren, um dies alles nicht mehr sehen zu müssen. Wie ein Hauch vergeht nun die Luzidität, und ich bin wieder ganz im Geschehen drin. Die Gelegenheit zum Aussteigen ist vertan ...

Erst nach einigen vergeblichen Versuchen, den Widerstand gegen die Invasoren zu organisieren, gelingt es mir mit Hilfe anderer Menschen, einen erfolgreichen Gegenangriff von einem abgelegenen, zerfallenen Bauernhof aus einzuleiten. Wir verwenden dabei Handgranaten mit einem Gas, das die Invasoren bewegungsunfähig macht. Als die quaderförmigen Steinwesen erstarrt stehenbleiben, wage ich es, aus der Dekung herauszugehen und mich einem der Quader zu nähern. Erst jetzt erkenne ich, daß es sich bei diesem aus der Tiefe heraus flimmernden Stein um eine weibliche Gestalt handelt! — Ich beginne mit dem außerirdischen Wesen zu sprechen, rede vom Krieg und den Greueltaten

und frage nach dem Grund dieser Brutalitäten. Die Steinfrau, die etwa zwei Meter hoch und knapp einen Meter breit ist, antwortet mir sofort, wobei ein aufgeregtes, sich fortwährend veränderndes Farbenspiel über die Oberfläche huscht. Sie sei verblüfft, daß in Rom und in Deutschland derart schreckliche Dinge geschehen seien, meint sie. Dies alles würde sich nur damit erklären lassen, daß die Sklaven, die als Freiwillige für die erste Invasionswelle eingesetzt worden seien, sich wegen früherer Unterdrückungen gerächt hätten. Die Sklaven hätten keinen Befehl zu solchem Tun gehabt und als Freie gehandelt, denn ihnen sei als Lohn für den Einsatz die Freiheit gewährt worden. — Ich glaube ihr und überlege, was nun geschehen soll. Der Mensch muß mit diesen Quaderwesen Kinder zeugen! Dann werden aus der Verbindung Mischlinge entstehen, und der Krieg hat ein Ende. Die Invasorin scheint nichts dagegen einwenden zu wollen, und wir vereinigen uns in einem wahrhaft mythischen Akt.

26. 5.1969

Am 26. Mai 1969 war es mir nur dank eines kurzen luziden Momentes möglich, im Geschehen drinzubleiben. Hätte ich die Flucht ergriffen, wäre es nicht zu einer relativ befriedigenden Lösung des Invasionsproblems gekommen. Der Vereinigungsakt erwies sich in der Folge als programmatisch, denn er war das Startsignal für eine intensivierte Auseinandersetzung mit dem nächtlichen Bereich, mit einer Welt, deren Wesen sich sonst vor allem in Form von Neurosen, Psychosen und anderen Nervenerkrankungen ausdrücken. — Etwa zwei Monate später, am 3. August, las ich im 8. Kapitel des *Aion* von C.G. Jung, daß Armilus, der Antimessias, «vom Satan mit einem Marmorsteine gezeugt»⁸⁴ worden war, und sah mich schlagartig als Subjekt in einen furchterregend weiten, allgemein-menschlichen Problemkreis hineinversetzt.⁸⁵ Ich begann zu ahnen, wie kompliziert der Einstieg in den nächtlichen Erfahrungsbereich sein mußte und worin die «instinktive» Abwehr diesen Dingen gegenüber begründet war.

Im ersten Teil eines luziden Traumes sehe ich in einem Kino einen unerhört grausamen Film. Gegen Ende der Vorstellung werde ich als Teilnehmer in das Geschehen miteinbezogen und verliere die schützende Distanz zu den Ereignissen — und dies gerade in dem Augenblick, als sich der Höhepunkt des Horrors ankündigt. Ich wehre mich nicht gegen diese Entwicklung, obwohl die Leute um mich herum in die vor uns liegende finstere Zone zeigen und hysterisch von einer scheußlichen alten Hexe reden. Die Stimmung kippt schon beinahe in eine Panik um, da schlurft aus der Dunkelheit ein weibliches Wesen, dessen Häßlichkeit

tatsächlich jeder Beschreibung spottet. Das Weib ist ein Schock und sieht derart schlimm aus, daß sich der Platz um mich herum im Nu leert. Die Frau hat mit dem Menschlichen nichts mehr gemein, ihr Aussehen kann nur Ausdruck des Ganz-Anderen sein, dem gegenüber jeder menschliche Maßstab versagt. Ich bin erstaunt darüber, daß ich keine Angst habe und stehenbleibe. Aber da ist etwas, dem gegenüber selbst der aufsteigende Ekel nebensächlich wird. Es gibt keinen Abscheu, der diesen Entstellungen gerecht werden könnte. — Neugierig und doch gelassen schaue ich in das grauenhafte Gesicht dieser Mißgeburt, die ich töten könnte, ohne daß mich dafür irgend jemand zur Rechenschaft ziehen würde. Ich bleibe ruhig und denke nicht daran, aggressiv, angewidert und angstbetont zu reagieren. Was wird die alte Hexe jetzt tun!

Plötzlich werde ich von ihrer Seite her telepathisch von einer liebevollen Hilfsbereitschaft überflutet — und zwar in einem Moment, in dem ich doch langsam mit meiner Fassung zu kämpfen habe. Gleichzeitig spüre ich ein geheimnisvolles Einverständnis seitens der häßlichen alten Hexe, wobei deutlich zum Ausdruck kommt, daß sie meine Einstellung billigt und mir nichts antut, weil ich ihr nicht feindlich gesinnt bin. Sie wird mich auch nicht verfolgen, weil ich nicht vor ihr fliehe. Statt dessen will sie mir das Geheimnis zeigen, das sie verkörpert. Und nun vernehme ich, daß es ein Mysterium ihrer Augen gibt, denn sie kann Dinge und Ereignisse sehen, die noch kein Mensch zu Gesicht bekommen hat.

Ich darf näher an sie heran treten und ein geschliffenes Glas vor ihre Augen halten, jetzt erst kann ich die transzendente Farbe ihrer Augen erkennen. Dann erwache ich sogleich im Bett, wobei die wunderbaren Farbempfindungen langsam verblassen.

19.3.1970

Diese Begegnung traf mich nicht ganz unvorbereitet, denn ich hatte mich tagsüber mit meinen nächtlichen Erfahrungen und den Schriften von C. G. Jung beschäftigt. Die intensive Arbeit mit diesen Dingen wirkte sich wie eine Autosuggestion in bezug auf mein Verhalten aus und ermöglichte es mir, ziemlich gelassen und abwartend zu reagieren. Meine *Einstellung* bestimmte im wesentlichen den Verlauf der Begegnung — es kam nicht auf die Benennungen an. Es war mir wieder einmal gelungen, eine «richtige» Haltung zu finden und die Gestalten des «Unbewußten» zu akzeptieren — und mich selbst in das Geschehen hineinragen zu lassen, ohne zu meinen, mit Begriffen wie «Mutterarchetypus» und «negative Mutterimago» sei etwas zu gewinnen gewesen. Ich nahm mit einem Wesen Kontakt auf, das Dinge sehen konnte, für die ein Mensch der irdischen Ebene blind war. — Das vielleicht wesentlichste Resultat dieser Erfahrung war die Erkenntnis, daß die Überwindung des Ekels mit der persönlichen Einstellung zusammenhing. Es

bestand eine dialektische Beziehung zwischen meinen Kenntnissen und meinen Reaktionsweisen. Je mehr ich lernte, auf die Bedürfnisse der anderen Seite zu achten und mein <angeborenes> Verhalten in Frage zu stellen, desto fruchtbarer wurden die Beziehungen — und desto eher bekam ich Zugang zu einem Wissen, das mir zuvor verborgen gewesen war. Dadurch erweiterten sich meine Kenntnisse, und in der Folge vermochte ich wiederum differenzierter zu reagieren. Hierzu noch das Beispiel eines *nicht-luziden* Traumes, in dem gezeigt wird, daß sich eine veränderte Einstellung auch auf das <traumhaft> handelnde Ich auswirkt:

Ich blicke auf das blaue Meer hinaus und sehe in der Ferne im Wasser einen merkwürdigen, schwach ockergelb leuchtenden Gegenstand von nicht abschätzbarer Größe. — Nun wurde im nahe gelegenen Hafen soeben ein über hundert Meter langes Unterseeboot auslaufbereit gemacht. Im Wissen, daß die Besatzung des Bootes das nichtidentifizierte Objekt untersuchen wird, steige ich zu. Das gutausgerüstete U-Boot läuft aus, taucht und steuert auf das fremde Ding zu. Ich bin sowohl im Boot drin wie auch außerhalb im Wasser, bin also während der Fahrt Passagier und Beobachter und habe auf diese Weise nicht nur einen direkten Kontakt zum Geschehen, sondern sehe das Ganze auch aus einer gewissen Distanz.

In der Nähe des undefinierbaren Gebildes gerät unser Gefährt plötzlich in ein Magnetfeld, in einen Sog, der uns manövrierunfähig macht. Das Boot schlingert und wird unwiderstehlich vom zeppelinartigen Ding in die im vorderen Drittel gelegene Einbuchtung hineingezogen. Ruckartig nimmt die Fahrt ein Ende, und eine unheimliche Stille breitet sich aus. Weil ich das Geschehen auch von außerhalb beobachtet habe, sind für mich die Zusammenhänge offensichtlich. Unser U-Boot wurde von einem mindestens viermal größeren angezogen und angedockt. Aus der Nähe besehen erweist sich das <Mutterboot> als uralte. Welche untergegangene Kultur war fähig, dieses gigantische, noch nach Jahrtausenden funktionstüchtige Wunderwerk zu bauen?

Dann bin ich nur noch im Boot, d.h. die Gleichzeitigkeit mit dem äußeren Zustand geht verloren. Erst jetzt werde ich mir der Gefährlichkeit unserer Lage bewußt. Das Andocken war mit ziemlich heftigen Erschütterungen verbunden. Wenn nun im großen Boot Lebewesen sind, werden sie unweigerlich aus ihrem langen Schlaf erwachen!

Irgendwo ist ein scharrendes Geräusch zu hören, ein widernatürliches Kratzen und Schleifen, das beharrlich näher kommt. Gespannt schaue ich auf das Querschott, das nun Vorderschiffs aufschwingt. — Ein widerliches Monstrum zwingt sich durch die enge Öffnung! Einer grau-

häutigen Krake ähnlich, auf kurzen, stämmigen Beinen watschelt es heran — furchterregend und ekelhaft, wie es ständig seine Form ändert, ohne dabei seine grundlegende Gestalt aufzugeben; ein skelettloses, amöboides Etwas, innerlich erregt, mit einem Gesichtsausdruck, der bar jeder menschlichen Mimik ist. Und dann spricht mich das fremde Wesen an. Unbeholfen und maulverrenkend versuchtes, Worte zu formulieren, die stockend aus einem wabbernden Spalt hervorquellen und mich schier besudeln. Trotz allem bin ich nicht angewidert, sondern erstaunt über die Leistung dieser Lebensform, der es gelingt, die menschliche Sprache zu sprechen — obwohl die anatomischen Voraussetzungen für die Lautbildung unter größten Anstrengungen ständig neu geschaffen werden müssen.

Den Äußerungen des Krakenwesens kann ich entnehmen, daß es den Menschen kennt. Es weiß nicht nur den Namen jener Lebensform, zu der ich gehöre, sondern es ist sich auch bewußt, daß ein Mensch verängstigt, erschreckt und vor allem aggressiv auf sein Erscheinen reagiert. Deshalb gerät das Monstrum in höchste Erregung und wogt hin und her. Es glaubt in mir einen Vertreter jener Lebensform sehen zu müssen, die bisher der seinen schon viel Unrecht angetan hat. Aufgrund dieser negativen Erfahrungen geht es zum Angriff über und stürzt auf mich zu. Doch ich weiche geschickt zur Seite und küsse die wütende Bestie mitten auf die unstrukturierte Gesichtsmasse.

Total verblüfft bleibt der Angreifer stehen und geht sogar ein paar Schritte zurück. So etwas scheint das fremde Wesen noch nie erlebt zu haben. Seine Haltung entspannt sich und wird freundlicher. Auch das Aussehen verändert sich, denn mein herzhafter Kuß hat einen Gestaltungsprozeß eingeleitet, in dessen Verlauf die Gesichtszüge aufhellen und zugänglicher werden.

1.7.1974

Ich hatte mir tagsüber mit etlichem Aufwand eine Einstellung erarbeitet, die als Handlungs*simpuls* für das Traum-Ich richtungweisend wurde.⁸⁶ Deshalb gelang es mir — trotz fehlender Bewußtseinskontinuität —, die Begegnung mit dem fremden, unglaublich wandlungsfähigen Wesen ins Positive zu kehren. Dies geschah durch eine körperliche Berührung, die der destruktiven Grundhaltung des Ganz-Anderen die Spitze nahm und eine Veränderung der Beziehung in die Wege leitete. Der Kontakt geschah direkt — ohne Vermittlung und nicht aus der Distanz. Es waren zwei Körper, die sich berührten. Und diese beiden Körper waren Ausdruck von grundsätzlich verschiedenen Vorstellungen und Lebensweisen in vormalig getrennten Raum-Zeit-Bereichen⁸⁷ — und sie waren von unterschiedlicher Kreativität.⁸⁸ Dieses Annehmen der <schrecklichen Seite der Großen Mutter> geschah *ohne* Tötung des

«Mutterdrachens». Der «Heldenkampf» konnte also auch friedlich bestanden werden!

5.6.2. Konfrontation mit dem Schatten

Zur Überwindung von Angst und Ekel vor dem Unbekannten gehört auch die Auseinandersetzung mit dem Schatten, mit der eigenen anderen Seite, die tief in das allgemeinmenschlich Dunkle hineinragt und das Problem des Bösen miteinschließt. «Es hat eben etwas Furchtbares an sich, daß der Mensch auch eine Schattenseite hat, welche nicht nur etwa aus kleinen Schwächen und Schönheitsfehlern besteht, sondern aus einer geradezu dämonischen Dynamik»⁸⁹, die «aus seinem Unbewußten herausleuchtet»⁹⁰.

Schattenhaftigkeit äußert sich in mannigfaltigster Form,⁹¹ sie umfaßt die kleinsten Intrigen, Gehässigkeiten und Verunglimpfungen bis hin zu Macht- und Herrschaftsansprüchen, die als soziale Reformen ausgegeben und mit statistisch erwiesenen Durchschnittswerten abgesichert werden. Sündenbockpolitik, naive (Fortschritts-)Gläubigkeit und Ablehnung sogenannter irrelevanter kreativer Fähigkeiten legen sich als Schatten über die zwischenmenschlichen Beziehungen. Die Begegnung mit der dunklen Seite wird also unangenehm sein müssen, denn sie ist mit der Bewußtwerdung dessen verbunden, was das Ich nicht wahrhaben will: die scheinbaren Minderwertigkeiten; das Ungelebte, aus irgendwelchen Gründen Verdrängte; den «Balken im eigenen Auge», der bloß als «Splitter» beim anderen gesehen wird; das ungeheure Leiden, das durch Gewalt, Ungerechtigkeit und Unwissenheit entsteht.⁹²

Der Schatten ist mehr als die bewußt negative Seite. Er kann nicht vollständig integriert und im Ich «aufgelöst» werden, weil er als Verdichtung individueller und kollektiver Dunkelheiten ein Sammelsurium vergangener und gegenwärtiger Handlungen und Absichten in sich vereinigt. Diese Zusammenballung macht ihn zu einem Teilganzen, das genügend Energie besitzt, um sich eine gewisse Eigenständigkeit und Ich-Unabhängigkeit zu bewahren. Vielleicht ist der Schatten ein Komplex, der auf irgendeiner Ebene Gestalt angenommen hat und zu einem Schattenbruder oder einer Schattenschwester geworden ist.⁹⁵ In diesem Falle würde das Ich noch viel mehr herausgefordert, weil nun die Bewußtwerdung auch die Akzeptierung eines anderen Wesens verlangt. Es muß nämlich eine neue Beziehung gefunden werden, wenn das eigene Kind Selbständigkeit erlangt hat.⁹⁴

Die Ich-Unabhängigkeit einer Figur aus dem «Unbewußten» wurde im folgenden präluziden Traumteil dargestellt:

. . .Ich gehe über eine Straße, als plötzlich aus dem Nichts heraus eine vier Quadratmeter große Fläche entsteht. Die unheimliche Erscheinung schwebt flimmernd in einer Distanz von gut einem Meter an meiner linken Seite und <hält Schritt>. Da sie sich nicht abschütteln läßt und in kein mir bekanntes Schema hineinpassen will, werde ich mich mit ihr auseinandersetzen müssen.

Schließlich wage ich es, meinen Kopf hinzu wenden und genau in die Fläche hineinzublicken. Aber was ich nun sehe, läßt mein Blut stocken, so sehr bin ich angeekelt und erschrocken: mein Spiegelbild! Die Erkenntnis, hier ungeschminkt mir selbst als Schattenfigur zu begegnen, durchzuckt mich wie ein Peitschenhieb. Diese Gestalt in der spiegelnden Fläche stellt dar, was ich in meinem bisherigen Leben tagsüber und in der Nacht Unrechtes getan habe. Es ist entsetzlich und viel schlimmer, als ich dies mir jemals hätte ausdenken können. — Und dann beginnt das Spiegelbild zu sprechen und fordert mich auf, es vorbehaltlos zu akzeptieren. Ich glaube nicht, daß ich dazu fähig bin, denn meine Abscheu und mein Widerwille sind zu groß. Doch nach ein paar schmerzlichen Sekunden kann ich mich überwinden und genügend Ehrlichkeit aufbringen, um die Erscheinung anzunehmen und als mein Ebenbild anzuerkennen. Sofort entspannt sich die Situation, und bald kommt ein Gespräch zustande. Nach wenigen Schritten entsteht daraus ein reger Gedankenaustausch, worauf die Ereignisebene sachte von einer anderen überblendet wird...

4. 5. 1971

«Der Spiegel schmeichelt nicht, er zeigt getreu, was in ihn hineinschaut, nämlich jenes Gesicht, das wir der Welt nie zeigen, weil wir es durch die Persona, die Maske des Schauspielers, verhüllen. Der Spiegel aber liegt hinter der Maske und zeigt das wahre Gesicht. Dies ist die erste Mutprobe auf dem inneren Weg, eine Probe, die genügt, um die meisten abzuschrecken, denn die Begegnung mit sich selber gehört zu den unangenehmeren Dingen, denen man entgeht, solange man alles Negative auf die Umgebung projizieren kann. Ist man imstande, den eigenen Schatten zu sehen und das Wissen um ihn zu ertragen, so ist erst ein kleiner Teil der Aufgabe gelöst: man hat wenigstens das persönliche Unbewußte aufgehoben. Der Schatten aber ist ein lebendiger Teil der Persönlichkeit und will darum in irgendeiner Form mitleben. Man kann ihn nicht wegbeweisen oder in Harmlosigkeit umvernünfteln. Dieses Problem ist unverhältnismäßig schwierig, denn es ruft nicht nur den ganzen Menschen auf den Plan, sondern erinnert ihn zugleich an seine Hilflosigkeit und an sein Unvermögen ... Man muß es sich schon zugestehen: es gibt Probleme, die man mit den eigenen Mitteln schlechthin nicht lösen kann. Ein solches Eingeständnis hat den Vorteil der

Ehrlichkeit, der Wahrheit und der Wirklichkeit, und damit ist der Grund gelegt für eine kompensatorische Reaktion des kollektiven Unbewußten, das heißt man ist jetzt geneigt, einem hilfreichen Einfall Gehör zu schenken oder Gedanken wahrzunehmen, die man vordem nicht zu Worte kommen ließ . . . Hat man eine derartige Einstellung, so können hilfreiche Kräfte, die in der tieferen Natur des Menschen schlummern, erwachen und eingreifen, denn die Hilflosigkeit und die Schwäche sind das ewige Erlebnis und die ewige Frage der Menschheit.»⁹⁵

Nun übertraf das Spiegelbild vom 4. Mai 1971 alle meine Erwartungen und Vorstellungen, die ich mir aufgrund der Beschreibung des Schattens durch C.G. Jung gemacht hatte. Die *direkte Begegnung* in ihrer realen Existenz traf mich mit voller Wucht, denn die in der Fläche erscheinende Gestalt war mehr als eine bloße Darstellung meiner eigenen Schattenseiten (allein dies hätte schon genügt, um mich bis in die Grundfesten hinein zu erschüttern). Hinter meinem gräßlichen Spiegelbild <verbar> sich eine andere Dimension, die kaum mehr etwas mit dem Alltäglichen zu tun hatte.⁹⁶ Und die Begegnung mit dieser fremden Welt ging über die Selbsterkenntnis der eigenen Schattenseiten; d. h., sie war ohne Blick in den Spiegel nicht zu bewerkstelligen. Um *durch* den Spiegel hindurchzugehen, mußte ich zuerst meinem eigenen Spiegelbild standhalten. Am Anfang des Einstiegs in eine nicht-alltägliche Wirklichkeit kam es also unweigerlich zu einer brutalen Selbstbegegnung, die jedes Gerede über <Egotrip>, <Flucht aus der Wirklichkeit> und <Abkehr von der gesellschaftlichen Realität> hinfällig werden ließ. Der Einstieg in eine umfassendere Wirklichkeit war auf Gedeih und Verderb mit einem vollständigeren Bild meiner selbst verbunden.⁹⁷ — Dieser Sachverhalt wurde später wieder verdeutlicht, wobei es nun stärker herauskam, daß ich meine persönlichen Schattenanteile vom Gesamtbild des Schattenhaften abzugrenzen hatte:

Ich trete in ein Zimmer ein, das zu einem halbunterirdischen Geschoß gehört. Im Wissen, jetzt im Traumzustand zu sein, beginne ich sofort zu deuten: Diese Wohnung drückt meine persönliche Sphäre aus — genauer gesagt denjenigen Teil meines persönlichen Unbewußten, der mir schon teilweise bewußt geworden ist. Deshalb liegt der Erdhorizont etwa in der Mitte des Raumes, der im übrigen einen freundlichen und farbig differenzierten Eindruck macht. Dies wiederum läßt auf die gefühlsmäßige Entwicklung dieses Bereiches schließen. — Ich bin einigermaßen zufrieden mit meiner Arbeit und gehe nun daran, mich genauer umzusehen. Dort hinten ist eine unscheinbare, kleine Tür! Dahinter scheint ein weiteres Zimmer zu sein, das ebenfalls zu meinem Wohnbereich gehört — bestimmt eine Art Gerümpelkammer, die zum

jetzigen Zeitpunkt nicht benutzt wird und möglicherweise nicht aufgeräumt ist. Ich war — so interpretiere ich weiter — in der letzten Zeit zu faul, dort Ordnung zu schaffen bzw. diesen Ort näher zu besehen. Jetzt wäre aber ein günstiger Moment, die Kammer wieder einmal zu betreten und nach dem Rechten zu sehen. Ich werde wohl kaum so schnell wieder im luziden Zustand hierherkommen. Allerdings befürchte ich, daß dort im kleinen Zimmer unangenehme Dinge herumliegen, die mit meiner Einstellung zu tun haben. Hatte ich nicht schon öfter meine Luzidität mißbraucht, um gewisse Dinge zu erzwingen, statt eine partnerschaftliche Beziehung einzugehen! In dieser Gerümpelkammer werden somit einige Schattenaspekte verborgen sein. Aber im Moment kümmert mich das nicht weiter, denn ich bin mir bewußt, daß sich diese Dinge früher oder später auf jeden Fall schmerzlich bemerkbar machen werden, wenn ich mit ihnen konfrontiert werde. Weshalb also nicht gerade jetzt?! Es ist ja so oder so unmöglich, mir einer Sache bewußt zu werden und sie bewußt zu halten, wenn ich nicht gewillt bin, eine Gegenüberstellung einzugehen und dann die Konsequenzen aus den Erkenntnissen zu ziehen. Ich muß es wagen! Und mit gemischten Gefühlen öffne ich die kleine Tür und trete ein.

Das Zimmer macht einen eher grauen Eindruck. Die Möbel sind staubig, die Lackierung matt, die Teppiche haben ihre Farbenpracht verloren und sind abgetreten. «Du meine Güte!» denke ich, «da hat sich ja einiges angesammelt.» Die Stimmung empfinde ich irgendwie als okkultmagisch — und trotz meiner Luzidität gelingt es mir nicht, den gesamten Sachverhalt zu überblicken und zu verstehen.⁹⁸ Im Gegenteil, ich fürchte mich ein wenig, weil ich ahne, daß sich unter den Teppichen allerlei kriechendes Gewürm verbirgt, das jederzeit hervorkommen und mich angreifen könnte. Tatsächlich raschelt es unter einem Teppich. Er wird sogar an gewissen Stellen leicht angehoben — als würde scheußliches Getier darunter herumkriechen. — Am liebsten würde ich mich umdrehen und wieder hinausgehen.

Wenn ich aber herausfinden will, was es mit diesem Raum auf sich hat, muß ich durchhalten und darf nicht in den schlafenden Körper flüchten. Wenigstens eine Vorsichtsmaßnahme will ich treffen — obwohl sie vielleicht nichts nützen wird. Doch ich will mir nicht vorwerfen lassen müssen, ich hätte unüberlegt und unvorsichtig gehandelt. In einer Vorlesung am Jung-Institut habe ich nämlich gehört, daß ein Teppich böse Erdgeister abhält. Somit wird das, was darunter herumkriecht, gezwungen sein, zuerst zum Rande des Teppichs zu gelangen! Ich bleibe deshalb mitten auf dem Teppich stehen.

Jetzt erkenne ich auch, daß da ganz besondere Muster geknüpft worden sind: ein Viereck, das mich an ein Mandala erinnert, und ein Drudenfuß, d.h. ein Pentagramm, das als Zeichen der Abwehr gilt.⁹⁹

Beides wird mich also zusätzlich schützen, weil die Tiere ziemlich sicher unfähig sein werden, die magischen Ringe zu durchbrechen. Ich werde das Geschehen von einem relativ sicheren Ort aus beobachten können — ein beruhigendes Gefühl. Zudem vermute ich, daß dieser Teppich schon meine Ahnen beschützt hat. Es gibt zwar keinen absoluten Schutz, das habe ich bei anderen Gelegenheiten im außerkörperlichen Zustand gelernt — aber für den Anfang mag es genügen.

Mit einem flauen Gefühl in der Magengegend bleibe ich mitten auf dem Teppich stehen. Unter meinen Füßen bewegt sich alles. Schon guckt ekelhaftes Getier unter dem Teppichrand hervor. Ich betrachte es sehr genau und komme zum Schluß, daß es überaus unangenehm ist, einzusehen, was alles mit diesen Biestern zusammenhängt. Einiges, was da unten herumkrabbelt, betrifft eindeutig meine eigenen Schattenseiten, mein eigenes ekliges Wesen. «Das alles ist nun einmal vorhanden, daran läßt sich vorerst nichts ändern. Nur muß ich einen gewissen Abstand dazu wahren und darf nicht in panische Angst geraten.» Mit diesen Gedanken beobachte ich die Dinge in ihrer Entwicklung und überlege mir dabei, welche mildernden Maßnahmen ich treffen könnte. Vielleicht wird eine Art Relativierung und Wandlung stattfinden.

Dann entdecke ich auf einer Truhe eine kleine, blau bemalte menschliche Figur. Sie stellt einen Mann dar. Ich greife nach der Statuette und betrachte sie aus der Nähe. — Plötzlich sagt sie: «Ich komme aus Babylon und...¹⁰⁰ Wenn ich Glockengeläut höre, werde ich wieder wachsen können!» Beinahe gleichzeitig beginnen draußen Kirchenglocken zu läuten. Erst jetzt merke ich, daß die Tür zum anderen Zimmer offensteht, so daß die Glockentöne hell und klar bis in die Gerümpelkammer dringen können.

15.12.1973, 1.Teil

Ich hatte die Ereignisse dank meiner Luzidität bis zu jenem Moment, als das steinerne Männchen zu sprechen begann, einigermaßen im Griff.¹⁰¹ Erst beim Einsetzen der Glockenschläge entglitt mir die Angelegenheit vollends, d.h., es geschahen nun völlig unerwartete Dinge. Diese hingen mit der Problematik der Ich-Bewußtseins-Kontinuität zusammen. Um dies zu verstehen, mußte ich zunächst einmal dem Glockengeläut nachgehen. Am 15.Dezember 1973 stand ich morgens um sieben Uhr auf, frühstückte ausgiebig und las anschließend Truntpas «Ich komme aus Tibet»¹⁰³ bis etwa um halb zehn Uhr. Dann ging ich — nach zweieinhalb Stunden! — wieder zu Bett und döste eine ganze Weile vor mich hin, wobei es mir erst nach einigen vergeblichen Anläufen gelang, mich bewußt in den außerkörperlichen Zustand absinken zu lassen. Ich hatte mir fest vorgenommen, eine aktive Imagination im Schlaf zu versuchen, d. h., die Kontinuität des Ich-Bewußt-

seins unter keinen Umständen beim Einschlafen aufzugeben. Und ich wollte dieses Mal nicht meinen eigenen Wünschen nachjagen, sondern darauf warten, was kommen würde, und zu den erscheinenden Inhalten eine echte Beziehung aufnehmen.

Das Glockengeläut, das von draußen in die Kammer eindrang, entsprach den elf Glockenschlägen einer nahe gelegenen Kirchturmuhr! Die Töne aus dem Alltag drangen nun bis zur Ebene des Steinmännchens durch, weil die Türen offenstanden — und dieses Ereignis war für den ›blauen Mann‹ von außerordentlicher Bedeutung. Die direkte, tunnelartige Verbindung war eine Folge meines Vorgehens, bei dem ich bewußt blieb! Alles hing demnach von der Kontinuität meines Ich-Bewußtseins ab. Sie war die Voraussetzung dafür, daß das Wesen einer anderen Ebene auf eine ganz spezifische Weise reagieren konnte, nachdem es in meiner Hand lebendig geworden war und zu sprechen begonnen hatte.¹⁰³ — Was dann folgte, war entsetzlicher als alles Vorangegangene.

Die kleine Steinfigur beginnt zu wachsen und wird derart schwer, daß ich sie hinstellen muß. Und sie wird immer größer und stößt schon nach kurzer Zeit an die hölzerne Decke, die sie schließlich knirschend durchbricht. Auf der anderen Seite — und diese Erkenntnis ist ein Schock für mich — beginnt der Weltraum! Die lebendiggewordene Statue wächst weiter und wird zu einem gigantischen Koloß, von dem in der Gerümpelkammer zuletzt nur noch die Füße zu sehen sind.

Beim Durchstoßen der Decke ist ein Loch entstanden, durch das ich nun hinausblicken kann. Ich bin der Meinung, jenseits dieser Kammer des persönlichen und familiären Unbewußten würde das sogenannte kollektive Unbewußte sein, das sich mir als ein unermeßlicher Raum zeigt, in dem ein beängstigend starker Sturm tobt, dessen Ausläufer an den zersplitterten Balken rütteln und sie beinahe losreißen. Dadurch wäre das Loch vergrößert worden — mit für mich katastrophalen Folgen, könnte ich doch in den leeren Raum hinausgerissen werden. Dies hätte einen Verlust der Bewußtseins-Kontinuität und ein Absinken ins Vergessen bedeutet, aber ich hätte auch wahnsinnig werden können. Ich befürchte das Schlimmste, denn die Unermeßlichkeit des leeren Raumes übersteigt meine Kräfte. Deshalb bitte ich den Koloß, er möge das Loch um seine Beine herum gut abdichten. Zudem wage ich es selbst nicht, am Loch herumzuflicken, denn in der Nähe des Durchbruchs wird mir schwindlig. Ich wiederhole also meine Bitte und fordere das Wesen dringend auf, es möge dafür sorgen, daß die Öffnung nicht größer werde, weil ich sonst dem Sog nicht widerstehen könne. — Beinahe unmerklich kommt es nun zu einer Verschiebung in den schlafenden Körper hinein.

Ich stehe auf und spüre, wie der Schreck mir in die Glieder gefahren ist, und beschließe, in der nächsten Zeit sehr vorsichtig zu sein, um ja nicht das Loch zu vergrößern. Es reicht, wenn der Koloß in den Weltraum hinausragt. Ich muß mich erst an die neue Situation gewöhnen und mir eine Art Fenster um die Beine der blauen Statue herum bauen, damit der Wind mich nicht von den Füßen reißt und ins Nichts hinausschleudert. Hier bin ich an die Grenze meiner individuellen Fähigkeiten geraten. Allein werde ich nicht weiterkommen, ich muß den Koloß aus früheren Zeiten um Hilfe bitten und mich etwas genauer in den Traditionen umsehen.

15.12.1973, Schluß

Die geheimnisvolle Figur, die auf den ersten Blick bloß zum eigenen Schattenmaterial zu gehören schien, stand bis zu diesem Zeitpunkt unbeachtet an der Schwelle zu jenem Raum, der jenseits der Ich-Welt lag. Nachdem ich auf die «blaue Statuette» aufmerksam geworden war und mich mit ihr beschäftigt hatte, wuchs sie ins Unermeßliche und weit über das Ich hinaus. Die Begegnung mit den eigenen und den familiären Schattenseiten brachte unerwartet den Durchbruch in die unauslotbaren Tiefen des «inneren» Raumes, der von gewaltigen Energieströmen durchflutet wurde. — Im Gegensatz zum 24. November 1970, als ich mit Gewalt aus dem «Gefängnis» ausbrach, wurde ich dieses Mal nicht in die Weite hinausgerissen und aufgelöst. Und das Traditionelle wurde nicht mehr durch eine herkunftsmäßig unbestimmbare Mumie, sondern durch ein Gebilde aus dem Gebiet zwischen Euphrat und Tigris verkörpert. In der Zwischenzeit hatte ich nämlich begonnen, mich mit der *Tradition* der mystischen Erfahrungen auseinanderzusetzen und nicht «nur» mit dem eigenen Schatten. Beides aber war Ausdruck einer Neu-Orientierung, die mich zu mir selbst und gleichzeitig in die seit jeher bekannte Erfahrungswelt der Außerkörperlichkeit führte. Beim Versuch, einen Einblick in diese Überlieferungen zu bekommen und *bewußt* in den von ihnen angesprochenen Erlebnisbereich hineinzugehen, begannen sich die tatsächlichen Dimensionen dieser Sache zu offenbaren — aber auch die Kräfte, auf die ich in diesem heiklen Moment bauen mußte. *Ich* jedenfalls war jetzt überfordert, stand am Abgrund und wäre — wenn ich es nicht vorzog, einen Rückzieher zu machen — vielleicht wahnsinnig geworden. Aber es gab das überlieferte Wissen der Schamanen, Mystiker und Ekstatiker, die sich noch viel weiter als ich vorgewagt hatten.

Mit der Erkenntnis des Schattens öffnete sich mir ein Weg in einen umfassenderen Lebensraum hinein. Zu dessen Erschließung bedurfte es nicht nur der Mithilfe der Tradition und geregelter Alltagsverhältnisse¹⁰⁴, sondern auch eines gewissen Wohlwollens der Wesen der anderen

Seite. Ferner wurden hohe Ansprüche an meine Integrität und an die Stabilität des Ich-Bewußtseins gestellt. Um bei diesem schwierigen Unternehmen meinen ethischen Standpunkt und die Ich-Kontinuität zu festigen, mußte ich mich aber nochmals intensiv mit meinen *eigenen* Schattenanteilen auseinandersetzen und sie möglichst deutlich von den Schattenseiten des Kollektivs abgrenzen. Auch jener Schatten, der aus dem familiären Hintergrund auf mich fiel, war noch nicht umrissen und vom Persönlichen unterschieden. Die damit verbundene Arbeit fand ihren Niederschlag und ihren Höhepunkt in einer weiteren Konfrontation mit dem Spiegelbild:

In einem kleinen unterirdischen Zimmer sitze ich mit dem Rücken zur Wand auf einem Stuhl — und bin mir mit aller nur wünschenswerten Deutlichkeit bewußt, im Traumzustand und nicht im Alltag zu sein. Außerdem weiß ich intuitiv, daß hinter mir an der Wand ein Spiegel hängt.

«Spiegel sind unerbittlich, weil sie nur das reflektieren, was man selbst ist», denke ich. Soll ich mich also umdrehen? Mit größter Wahrscheinlichkeit werde ich doch nur ein Gesicht sehen, das meinen Schatten widerspiegelt. Weshalb dieser Wahrheit ins Auge blicken! Schließlich bin ich luzid und könnte die unangenehme Konfrontation ohne weiteres vermeiden: einfach aufstehen, Weggehen und irgendetwas anderes tun — oder wieder im Bett aufwachen! — Doch wird eine derart günstige Gelegenheit ein zweites Mal kommen! Ich darf mir keine Illusionen machen: das eigene Schattenbild in konzentrierter Form wird immer schwer zu ertragen sein. Einmal werde ich mich damit auseinandersetzen müssen. Warum nicht gerade jetzt?!

Ich will nichts überstürzen, um nicht vor lauter Schreck mein Ich-Bewußtsein zu verlieren. Es wird deshalb am besten sein, wenn ich mich nur ein bißchen umdrehe. Auf diese Weise werde ich nur den Rand des Spiegelbildes sehen und mich daran gewöhnen können und mich dann erst ein Stückchen weiterdrehen und der brutalen Wahrheit Schritt für Schritt annähern. Aber mache ich mir nicht unnötig Sorgen! Mein Schattenbild kann doch gar nicht so schlimm sein — und ich habe mich intensiv auf diese Begegnung vorbereitet.¹⁰⁵

Kaum habe ich mich so weit umgedreht, daß ein kleiner Randstreifen meines Spiegelbildes zu sehen ist, erkenne ich schlagartig, daß sogar meine schlimmsten Befürchtungen bei weitem übertroffen werden. Was ich da sehe, ist die ungeschminkte Wahrheit in vollkommener Verdichtung und lebendiger Plastizität. Es ist unerträglich. Ich muß mich abwenden und meine Fassung wiedergewinnen. Dann drehe ich mich ein zweites Mal um — etwas stärker als beim ersten Mal. Ich will es immer

noch nicht glauben, denn dieses Bild beinhaltet einfach alles, was an mir überhaupt schattenhaft sein kann. Vom Denken her ist dieser Anblick relativ leicht zu ertragen, aber gefühlsmäßig bin ich überfordert. Nach langem Zögern erst schaffe ich es, mich ganz umzudrehen und frontal in den Spiegel zu blicken. Es ist immer noch nicht zu fassen. Ich glaube, in meinem ganzen Leben bin ich noch niemals so erschüttert gewesen wie jetzt. Das soll ein Wesensbestandteil meiner selbst sein! Entsetzlich!

Zunächst bin ich wie gelähmt und unfähig, das Gesicht etwas distanzierter zu betrachten — und ich habe Mühe, mich daran zu hindern, bewußtlos zu werden. Es wäre das einfachste gewesen. — Es dauert ziemlich lange, bis ich endlich in der Lage bin, mein eigenes Gegenüber ein bißchen zu <objektivieren>. Ich versuche es differenzierter zu betrachten, um dem Gesamteindruck durch eine gewisse Gliederung die emotionale Spitze zu nehmen. Nach etlichen Anlaufschwierigkeiten gelingt es mir, einzelne Aspekte in Worte zu fassen, und bald schon fällt es mir leichter, das Gesicht ganz genau anzuschauen, obwohl dabei nichts von seiner Affektivität verlorengeht. Mein Schattenbruder! Nur mir selbst und sonst niemandem sagt er etwas. In seinen Gesichtszügen sind bis ins feinste Detail meine persönlichen Schattenkomponenten eingegraben. Aber da ist noch mehr, denn auch alle familiären und sogar die kollektiven Schattenwürfe sind zu erkennen. Wenn es nicht mich selbst betreffen würde, es wäre direkt faszinierend, die vollkommene Darstellung der Schatten-Physiognomik zu studieren. Aber so!

Je mehr ich mich mit meinem Spiegelbild, dem Schattenbruder, auseinandersetze, desto mehr schwindet meine Angst. Schließlich fürchte ich mich nicht mehr vor ihm, sondern bin von einem echten Mitgefühl erfüllt, denn diese Gestalt ist ja auch ein Produkt meines Tuns. Ich bin bereit, neu zu beginnen und mit meinem Bruder zusammenzuarbeiten.¹⁰⁶

Im Verlaufe meiner Überlegungen und genauen Beobachtung und Beschreibung der Gesichtszüge des Schattenbildes verändert sich das Antlitz im Spiegel. Es entwickelt ein von mir unabhängiges Eigenleben. Mich verblüfft diese Verselbständigung, die teilweise eigenständig und paradoxerweise gleichzeitig in Abhängigkeit von meinem eigenen Einstellungswandel geschieht. — Der freundlich gewordene Schattenbruder winkt mich zu sich hinüber und wendet sich vom Spiegel ab, als wäre die versilberte Glasfläche bloß ein Fenster gewesen. Ich komme seiner Aufforderung nach und gehe durch eine Tür links vom <Spiegel>.

Auf der anderen Seite erwartet mich der Schattenmann, der nur noch eine entfernte Ähnlichkeit mit mir hat, und sagt: «Dank deiner Auseinandersetzung mit dem Spiegelbild bin ich zu dem geworden, der ich jetzt bin. Nun werde ich dir jeden einzelnen Schattenaspekt in seinen Auswirkungen zeigen, indem wir ihn gemeinsam durchspielen und dabei

herausarbeiten, welche Bedeutung er hat.» — Und dann beginnt eine lange Reise, bei der mindestens ein Dutzend Abarten des Schattens bis in die kleinsten Verästelungen hinein dargestellt werden: Szenen, in denen ich meine eigene und die Schattenhaftigkeit anderer ausbeute und mißbrauche, schließlich zur Einsicht komme und den Schatten als eigenständigen Faktor in die Beziehungen einfließen lasse, worauf sich erst sein positiver Einfluß entfaltet. Teilweise kommt es zu erstaunlichen Lösungen, die sich dadurch auszeichnen, daß sie ganz auf die persönliche Situation der an der Wechselwirkung Beteiligten zugeschnitten sind.

30.7.1974

Einzig dasjenige Wesen, das sich selbst im Spiegel erblickt, erkennt die Herkunft und die Auswirkungen der Schattenzüge im sich spiegelnden Gesicht. Deshalb habe ich die konkreten Einzelteile des Antlitzes meines Schattenbruders hier nicht beschrieben, obwohl ich mich sehr gut an sie erinnern kann. Wer jetzt selbst hingeht und in den Spiegel schaut — ohne sich von der maskenhaft geschminkten Oberfläche seines Gesichtes ablenken und fesseln zu lassen —, wird nicht nur seinem Schatten begegnen, sondern bis auf den Grund des Teiches sehen.¹⁰⁷

5.6.3. Die Quelle des Lebens und die Bändigung des Drachen

sKam, ein Angehöriger der Prajnaparamita-Schule und Schüler von Dam-pa¹⁰⁸, fragte seinen Lehrer eines Tages: «Meister, wen soll ich bei Unklarheiten und im Zweifelsfalle um Rat fragen?» Dam-pa gab zur Antwort: «Der beste Freund und Führer (*Kalyanamitra*) ist dein eigener geistiger Bereich. Das Belehrende, das deine Zweifel zerstreuen kann, wird bestimmt aus deiner persönlichen geistigen Erfahrung herauswachsen! An zweiter Stelle ist die Schrift, die Tradition, maßgeblich. Lies deshalb sorgfältig den *Prajnaparamita*. Und erst an letzter Stelle kommt eines jener menschlichen Wesen als Freund und Führer in Frage, das dir seine Ratschläge anbieten und verkaufen will!»¹⁰⁹

Die persönliche Erfahrungsgewißheit ist niemals direkt übertragbar und schon gar nicht beweisbar, denn ein Gefühl läßt sich nur ausdrücken und leben, aber nicht wie einen materiellen Besitz vergeben. Gefühle «sprühen» und entfachen die im Mitmenschen schlummernde Glut zum Feuer. Auch eine Kerze brennt nicht beim bloßen *Anblick* eines anderen Feuers. Nur wenn sie der Flamme zu nahe kommt, beginnt sie selbst zu leuchten. Niemand erlebt also den außerkörperlichen Bereich oder sonst etwas nur durch das Lesen und die intellektuelle

Verarbeitung, durch das Auswendiglernen und Imaginieren. Das sokratische Nichtwissen bezieht sich auf die Unmöglichkeit des *stellvertretenden Erlebens*.

Eva hat *selbst* in den Apfel gebissen! Nun kann sie dem Adam erzählen, was sie dabei empfunden und gespürt, gesehen und gehört hat — nur muß dieser eben früher oder später auch wieder selbst zubeißen, um Erfahrungsgewißheit zu erlangen. Was hat es den beiden gebracht? Die Geschichte des einzelnen Menschen und der Menschheit als Ganzes beginnt im Paradies, denn die eigene Wirklichkeit ist eine Folge der Selbsterkenntnis, der Selbstevidenz. Vielleicht hat man vor lauter Vertreibung vergessen, daß ein Mensch, der in den Apfel des Baumes der Erkenntnis hineinbeißt, immer noch oder wieder mitten im Paradies steht — wo denn sonst? In der Welt draußen gibt es keine Selbsterkenntnis. Weilt nicht der Heilige Geist mitten unter uns? In jedes Menschen Herz hat er seine Wohnstätte — im Herzen, jener Frucht des Baumes der Hesperiden, die tief unter der Erde von einem Drachen bewacht wird.“⁰

Was soll mit der Schlange geschehen, mit dem Drachen, der die kostbarste Frucht des Lebens bewacht? Die Antwort gibt nicht der Drachentöter Georg, sondern Martha, von der Luther sagte: «Dein Werk muß bestraft und für nichts geachtet werden.»¹¹¹ — «Nun ist Martha mit dieser Marthatradition ein großes Unrecht geschehen, und es wird Zeit, daß wir es wieder gutmachen.»¹¹² Denn Martha hat aufgrund ihres zähen, leidenschaftlichen Glaubens, ihres Realitätsbewußtseins und ihrer Tüchtigkeit (sie ist die Schutzpatronin der Hausfrauen) Jesus nicht nur dazu veranlaßt, sich ihr als die Auferstehung und das Leben zu offenbaren, sondern auch dazu, ihren Bruder Lazarus wieder lebendig zu machen.¹¹³ Nach einer alten Legende hat sie außerdem den Drachen besiegt, *ohne ihn zu töten*. Sie hat ihn gefesselt und an die Leine gelegt, nicht zertreten, sondern gebändigt. «In Martha deutet sich zeichenhaft ein anderer Umgang mit dem Bösen an: nicht seine Vernichtung, sondern seine Erlösung.»¹¹⁴

6. Kapitel

Abschluß und Neubeginn

Der Blick zurück im Wissen um die Außerkörperlichkeit, die Problematik der Erschließung der Quellen der Nacht und die erkenntnistheoretischen Schwierigkeiten werden das in diesem Kapitel Erzählte zu einem Ereignis machen, das keines besonderen Kommentares mehr bedarf. Ich werde mit dem präluziden Traum vom 8. August 1976 dieses Buch abschließen, zumal ich in ihm nach dem ersten Ebenenwechsel luzid wurde. Damit erfüllt auch diese nächtliche Erfahrung sämtliche Kriterien der Außerkörperlichkeit in dem Sinne, daß die Kontinuität des Ich-Bewußtseins vollumfänglich bestehenblieb und es nie einen Zweifel am Zustand als solchem gab. Er konnte klar vom Alltag unterschieden werden, weil ich eben wußte, daß ich außerkörperlich war.

Ob dieses Ende ein Anfang für den zweiten Band der «Quellen der Nacht» sein wird, ist allein von denjenigen abhängig, die dieses Buch gelesen haben. Ich werde gerne weitererzählen und von den vielen Problemen berichten, die ich bis jetzt nur angetönt oder noch gar nicht erwähnt habe. Wichtiger scheint mir jedoch, daß jedefrau und jeder-mann selbst jene Wanderschaft aufnehmen, die Tag und Nacht umfaßt — mit eiserner Disziplin, unerschrockenem Mut und humorvoller Skepsis. Unterwegs wird noch einiges mehr zu sehen und zu befragen sein, als ich in diesem Buch habe aufzeigen können, denn es ist mir nur selten gelungen, über längere Zeit hinweg diszipliniert zu arbeiten, in jeder Situation unerschrocken zu bleiben und stets über mich selbst zu lachen. Etwas habe ich jedoch gelernt:

Die Grundvoraussetzung für das Menschsein ist die Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Und dieses kontinuierliche Ich kann beim Einschlafen und in den nächtlichen Erfahrungsbereichen seine Identität behalten und sich selbst bewußt bleiben, *wenn* es darauf verzichtet, unbewußt zu werden oder eine Minderung zu erleiden, und alles daransetzt, bewußt zu bleiben. Und wenn der Schlaf kein echtes Hindernis für die Existenz des Ichs darstellt, wie wird es dann mit dem Tod sein? Mit der Gewißheit der Außerkörperlichkeit wird die Frage nach dem »Leben nach dem Tode« überflüssig.

In einer Stadt suche ich das «Büro für Parapsychologie» auf, um dort abzuklären, ob jemand Interesse an meiner Arbeit hat. Zwei mit Schreibmaschine eng beschriebene DIN-A4-Blätter mit dem Protokoll der letzten nächtlichen Erfahrung habe ich als Beispiel für die Art meines Erlebens und die Auseinandersetzung mit dem Material mitgenommen.

Das Büro ist durch eine lange Theke in zwei Raumhälften getrennt. Im größeren Teil stehen verschiedene Aktenschränke und mehrere Schreibtische, an denen Männer unterschiedlichen Alters arbeiten. An der Theke sind zwei jüngere Männer, die die Aufgabe haben, die von den Besuchern vorgebrachten Anliegen aufzunehmen und an die Sachbearbeiter weiterzuleiten oder Ratschläge und Auskünfte zu erteilen. Ich habe eine ganze Weile zu warten, bis ich an die Reihe komme. Nachdem drei der vier Personen vor mir ihre Probleme abgeklärt haben, kann ich meinen Wunsch dem etwa Dreißigjährigen vortragen. Dieser Mann macht mir einen aufgeweckteren und lebhafteren Eindruck als der andere, jüngere. Deshalb bin ich froh darüber, mit ihm sprechen zu können. — Nachdem der Mann aufmerksam meinen Bericht über die nächtlichen Erfahrungen angehört hat, zeigt er sich erstaunt über die Fülle des Materials und die Tatsache der Luzidität und beginnt danach zu fragen, ob es mir möglich sei, meine Austritte mit Hilfe spezieller Experimente unter kontrollierten Bedingungen zu beweisen. Zu meinem Bedauern muß ich nun erkennen, daß er nur darauf aus ist, eine willfähige Versuchsperson zu engagieren, die in der Lage ist, spektakuläre Resultate zu produzieren. Seine erkenntnistheoretische Grundposition ist eher positivistisch, materialistisch und rational. Es geht ihm offensichtlich nicht um den Ausbau der Erkenntnisse unter Einbeziehung der Eigenerfahrung zu einem neuen Weltbild und einer neuen Weltanschauung, sondern nur um die Einbeziehung sogenannter paranormaler Erfahrungen in den von den Naturwissenschaften vorgegebenen Rahmen mittels wissenschaftlich anerkannter Methoden. Ich wäre an einer Zusammenarbeit interessiert, bei der man sich in beiderseitigem Einvernehmen vorsichtig an ein neues Konzept herantastet, und lehne es kategorisch ab, als Versuchsobjekt zu dienen, das sich darauf zu beschränken hat, weltbildkonformes Material zu liefern. Deshalb entschließe ich mich, die beiden Protokollseiten zurückzubehalten — um ihre statistische Auswertung und anschließende Archivierung zu vereiteln.

Aufgrund unseres Wortwechsels wird ein etwa 45 jähriger Mann auf mich aufmerksam. Er erhebt sich von seinem Stuhl und kommt vom Schreibtisch zur Theke herüber — und stellt mir einige Fragen. Dann macht er ein paar Vorschläge, die darauf abzielen, die Außerkörperlichkeit mit herkömmlichen Mitteln zu beweisen, mit Mitteln also, denen die persönliche Erfahrungsgewißheit nichts gilt. Es geht einzig darum, die Sache zu objektivieren. Mir behagt dies alles immer weniger. Glückli-

cherweise habe ich mein Konzept und meine Erfahrungen nur verschlüsselt und eher in einer allgemeinen Form dargestellt, so daß es mir nun gelingt, dem Gespräch eine Wende zu geben und das Ganze als Mißverständnis meinerseits hinstellen. Ich sage, daß ich mich zuvor einfach zuwenig informiert hätte und deshalb mit völlig falschen Vorstellungen hierhergekommen sei. Ferner würde ich es bedauern, die Zeit der hier anwesenden Fachleute in Anspruch genommen und sie auf eine falsche Fährte gelockt zu haben — in Unkenntnis des Forschungszieles der Parapsychologie. Schließlich verabschiedete ich mich und gehe. Die beiden Männer haben jegliches Interesse an mir verloren und denken — ich kann es ihnen direkt ansehen —, daß ich einer von denen sei, die keine Ahnung davon haben, was die Parapsychologie eigentlich erforscht.

Draußen auf der Straße frage ich mich, was ich tun soll, denn nun hat sich nach der Tiefenpsychologie auch die Parapsychologie als ein Gebiet erwiesen, in dem meine Erfahrungen und Arbeitshypothesen irgendwie fehl am Platze sind. Die letzte Tür einer institutionalisierten und allgemein anerkannten Auseinandersetzungsform mit der Außerkörperlichkeit ist hinter mir zugefallen. Mit dieser Einsicht wird mir erst bewußt, in welchem Zustand ich bin: außerhalb der Körperschaften und außerhalb des schlafenden Leibes! Die Ebene, auf der ich mich befinde, scheint der Alltagswelt nicht allzu fern zu sein. Doch welchen Sinn hat diese Seinsweise jetzt noch für mich! Hetze ich einem Phantom nach, dem Hirngespinnst der Außerkörperlichkeit! Wäre es nicht besser, mich in eine Institution zu integrieren und deren Arbeitsweise zu meiner eigenen zu machen!

Mitten in dieses Zweifeln und Hadern hinein spüre ich eine innere Stimme, die brutal all mein Wehklagen über unerfüllte Erwartungen, zerstörte Hoffnungen und verlorene Illusionen wegwischt und mich dazu auffordert, den Sinn des Lebens und des menschlichen Seins zu erkennen. Und dann zerreißt das Netz der ichbezogenen Vorstellungen und der kleinlichen, beschränkten Weltanschauung — und über mir öffnet sich der Himmel, eine andere Welt wird sichtbar, eine Wirklichkeit jenseits des Alltäglichen. Doch diese ist auch nur Durchgang zu einer noch fernerer und befremdlicheren Realität, die ihrerseits wiederum die Vorstufe für die nächste Dimension ist. Welten hinter Welten werden füreinander transparent. Mir erscheint alles wie ein unfabbares Schichtengebilde mit räumlich und zeitlich gestaffelten Wirklichkeitsebenen. Je entfernter eine Welt von meinem persönlichen Standpunkt und dem normalen Alltag ist, desto mehr liegt sie in der raumgewordenen Zukunft, d. h., die zeitliche Distanz ist in eine räumliche umgewandelt. Das Gefühl, hier Schichten zu sehen, die sogar einen hierarchischen Aufbau widerspiegeln, ist nur meinen beschränkten geistigen Fähigkeiten zuzuschreiben, die sich in einer raum-zeitlichen Gleichheit nicht

zurechtfinden würden und das Geschaute irgendwie linearisieren müssen. faktisch bedeutet dies, daß ich beinahe alles wieder vergesse, weil ich einfach nicht in der Lage bin, die Vision in eine mir verständliche Bildsprache umzusetzen.

Ich werde auf eine mir unerklärliche Weise an eine Gesamtschau herangeführt. Wegen der gestaffelten Hinführung werde ich nicht bewußtlos, sondern erkenne sogar die allgemeine Entwicklung, die sich auf die Offenbarung des SINNES zubewegt. Die Menschheit nähert sich von Dimension zu Dimension jenem kritischen Augenblick, in dem sich der SINN am deutlichsten zeigt. Nun schaue ich ihn als Gebilde von kristalliner Beschaffenheit und Form. Seine Größe beinhaltet sowohl eine raum-zeitlich wie auch eine emotionale Komponente. Deshalb kann ich den Umfang des SINN-Kristalles nicht abschätzen. Räumliche Ausdehnung, zeitliche Dauer und Gefühlsinhalt sind untrennbar ineinander verwoben — das Gebilde ist so groß wie viele Universen zusammen und gleichzeitig so klein wie ein Staubkorn. Mit der Schau dieses Wesenskernes wird in mir der letzte Erkenntnisschock ausgelöst; die Erkenntnis des SINNES des menschlichen Lebens. Der SINN ist das vereinigende Ganze, zu dem alles hinführt und von dem alles ausgeht. Dieses Wissen erfüllt mich mit einer kosmischen Freude.

Dann sehe ich eine unzählbare Menge einzelner Menschen auf irgendeinem Weg der Mitte des SINNES zustreben. Die Lebensformen in den <hintereinanderhegenden> Weltenräumen sind Annäherungen an das Zentrum, das mit dem Grad der Nähe wächst. Dabei entsteht eine ungeheure innere Anspannung, die sich endlich in der <Endwelt> als unendliche Offenbarung des SINNES entlädt. Strahlenmyriaden brechen hervor und erleuchten eine wüstenähnliche Umgebung. Auch ich werde erfaßt in der vollkommenen Befreiung und Erleuchtung und erkenne blitzartig den SINN meines persönlichen Seins. Gleichzeitig existiere ich im Wissen, daß der <Kristall> die Menschheit in sich eint. Er ist der Anthropos, die Vereinigung der Selbste und der Ichs. In ihm sind alle Menschen ein einziger Mensch, in ihm bewahrt jeder einzelne Mensch seine Ich-Identität und bleibt sich selbst und des Ganzen bewußt. Der Sinn des Lebens ist die zur Einheit hin sich entwickelnde Menschheit.

Die Pforten der Himmel schließen sich wieder, doch lange hallt das Geschaute in mir nach. Um mich herum herrscht die geborgenheitspendende Finsternis der Ruhe und des Friedens, in der ich eingebettet bleibe, alleine, weder inner- noch außerkörperlich, bildlos und luzid, in Gedanken versunken, meine Erinnerungen sammelnd und neugestaltend. Im Zwischenzustand des Seins und Nichtseins gelange ich unaufhaltsam zur Schlußfolgerung, daß die Frage nach dem Nichts und dem Nichtsein von mir noch ganz ungenügend reflektiert worden ist. Mit der Gestaltung dieses Gedankens bringe ich mich zu seiner Darstellungsgrenze, an

der sich das Denken auf der einen Seite in Bilder umsetzt und auf der anderen als Gedankenfolge bestehenbleibt. Nur die konkretesten Überlegungen haben genügend Eigenenergie, um zu <materiellen> Seinswerten zu werden.

Es dauert nicht lange, und ich kann die Grenze sehen und berühren. Sie besteht an der von mir jetzt gerade fokussierten Stelle aus einem trüben, plastikähnlichen Material, das sich leicht an einigen Stellen abschaben läßt, so daß ein paar Löcher entstehen. Durch sie hindurch kann ich in das Nichtsein hineinsehen, obwohl mir dies unlogisch zu sein scheint. Auf der anderen Seite muß sich meines Erachtens eine absolute Schwärze ausbreiten. Je länger ich sie betrachte, desto skeptischer werde ich. Spiegelt sich drüben nicht bloß meine Erwartungshaltung! Ist Schwärze nur für mich ein Nichtsein, ein nichtssagender Ausdruck denkerischer Lösungen, Darstellung einer Autosuggestion, deren Entstehungsprozeß ich nicht durchschaue! Was wird geschehen, wenn ich diese Schwärze genauer beobachte!

Das scheinbare Nichts ist von unendlicher Weite. Es hat die Dimension eines Kosmos, je länger ich hineinsehe, desto mehr wird für mich erkennbar. Im Nirgendwo schwebt ein Wesen, dessen Ausstrahlung mich wie der erste Hauch eines aufkommenden Windes trifft. Und dieses sanfte Säuseln genügt schon, um in mir sämtliche Fesseln des Entsetzens und der Abscheu zu sprengen. Aus vergessenen Grüften steigt der Ekel empor, angelockt vom Gestank jener Ausgeburt der Hölle, die lautlos in weiter Ferne als gleitende Galaxis im schwarzen Kosmos vorbeizieht, ein Wesen von unvorstellbarer Bösartigkeit, das nicht alleine ist. Weit von ihm entfernt schweben weitere Massen still dahin — auch sie von planetarischem Ausmaß.

Nur die Winzigkeit der Löcher schützt mich vor dem sofortigem Zusammenbruch. Am liebsten würde ich meinen bisherigen Gedankengang abbrechen, denn Ich-Identität und Bewußtseins-Kontinuität sind aufs höchste gefährdet. Andererseits scheinen mir die Löcher zu klein, um der Negativstrahlung einen Ansatzpunkt für den Durchbruch zu geben. Ich beobachte weiter und bin erstaunt über diese Entwicklung. Die Welt des Nichtseins, der Schwärze, ist zum Kosmos des absolut Bösen geworden. Weshalb! Etwa wegen einer unbemerkt abgelaufenen Assoziationsreihe in meinem Gedankengang! Ich muß mir die Sache genau überlegen und vergrößere zunächst die Löcher nicht. Beunruhigend ist allerdings die Tatsache, daß die Wesen die offene Stelle zwischen zwei Welten zu spüren scheinen. Einige ändern nämlich ihren Kurs und fliegen direkt die Schwachstelle an, die durch mein Denken entstanden ist.

Dieses bevölkerte Nichts macht mich mißtrauisch. Ich zweifle, daß alles mit rechten Dingen zugeht — in meinen Überlegungen und im

bildlichen Umsetzungsvorgang. Wo hört die Realisierung subjektiver Vorstellungen auf, und wo beginnt die objektive Wirklichkeit! Oder koinzidiert hier beides zu einem ganzheitlichen Ereignis, das als Basis für die weitere Entwicklung zu betrachten ist und nicht als Rohmaterial für die analytische Zerlegung! Trotz aller Skepsis weiß ich genau, daß diese Wesen wirklich sind. Aber irgendwie verfälsche ich ihre Realität. Wenn ich tagsüber in die pralle Sonne blicke, zerstört sie mein Augenlicht. Doch wie wirkt dieses <Böse> zur rechten Zeit am rechten Ort!

Eine Bewegung auf der anderen Seite der dünnen Trennwand unterbricht meinen Gedankengang. Ich schaue durch eines der Löcher und zucke zurück. Ich kann mich nicht erinnern, jemals etwas Abscheuliches als das eben <angelandete> Ungetüm gesehen zu haben. Es ist von atemberaubender Größe und hat eine ordnungswidrige Gestalt. Zudem trieft das einen Dunst von Bosheit ausschwitzende dämonische Wesen vor Arglist und beäugt heimtückisch sabbernd die verdächtige Stelle seiner Weltbegrenzung auf der Suche nach einem Durchschlupf. Der teuflische Sog seiner Ausstrahlung macht mich beinahe willenlos. Nur die relative Intaktheit der Grenzwand bewahrt mich vor dem Schlimmsten. Andererseits bin ich auch selbst die Ursache dafür, daß es dem Ganz-Anderen nicht möglich ist, in meine Welt zu gelangen. Weil ich es gewesen bin, der die Grenze gedanklich durchlöchert hat, kenne ich die Ursache dieses Zusammentreffens und weiß gleichzeitig, daß die Öffnungen nur von mir selbst beeinflußt werden können. Deshalb besteht in keinem Augenblick wirklich die Gefahr eines totalen Bewußtseinsverlustes oder eines Durchbruches von der anderen Seite her. Notfalls hätte ich die Risse durch einen schlüssigen Gedanken — insbesondere einen Syllogismus oder einen Zirkelschluß — sofort abdichten und damit alles andere wieder ausschließen können.

Es dauert dann doch ziemlich lange, bis ich mich bewußtseinsmäßig so weit stabilisiert und ausgeglichen habe, daß die Löcher ohne Schwankungen offenbleiben. Die Trennwand hat nämlich eine Eigendynamik und damit die Tendenz zur Selbstreparatur, als wäre meine <projizierte> Gedankenfläche ganz auf Zusammenschluß und Abgrenzung ausgerichtet. Mit der Festigung der Luzidität hören die Löcher auf, in sich zusammenzusacken und unscharf zu werden.

Nun will ich mir das Wesen genauer ansehen, und zwar durch verschiedene Gucklöcher, denn einige werden von ihm total verdeckt. Es scheint ein Erzteufel zu sein, eine jener Gestalten der Heerscharen des Satans, die in der Hierarchie ziemlich weit oben stehen. Wenigstens glaube ich, daß diese Anschauung die Sache annähernd trifft, zumal ich das Böse in seiner Welt förmlich spüre. — Die Haut des Erzteufels ist glatt, von dunkelgrauer Farbe und übersät mit kleinen Flecken, die weiß und schmutzig sind. Mit seinen schleimigen, amöboid beweglichen Fingern

tastet er am Rand der Löcher herum. Soweit ich überhaupt Kopf, Hände und einen Teil der Arme sehen kann, sind diese Körperteile eine Mischung aus gegliederter Form und strukturloser Masse — etwas unsagbar Grauenhaftes.

Ich gehe zum Ausgangspunkt der gedanklichen Auseinandersetzung zurück, zur Frage nach Sein und Nichtsein. Wenn dies alles eine passende Antwort darauf sein soll, so muß ich mich doch sehr darüber wundern, daß das Nichtsein mit dem Bösen schlechthin gleichgesetzt wird. Diese Lösung behagt mir nicht, denn sie schmeckt mir zu sehr nach jenem dualistischen Weltbild, in dessen Rahmen ich erzogen wurde. Sie ist zu glatt, zu deckungsgleich mit jener undifferenzierten Betrachtungsweise, die nur Gut und Böse kennt und alles zu Gegensätzen aufspreizt. Habe ich diese Betrachtungsweise etwa unbesehen übernommen und in die momentane Situation projiziert, so daß ich nur ein Spiegelbild sehe! Nun erinnere ich mich an gewisse Aussagen des Tibetanischen Totenbuches und an dessen Behauptung, daß es wesentlich schwieriger sei, die zornvollen, bösen Gottheiten zu meditieren. Bei der Betrachtung des schrecklichen Wesens auf der anderen Seite komme ich nicht auf die Idee, dies in Frage zu stellen — bestimmt wäre es mir leichter gefallen, mich in das Wesen einer friedvollen, guten Gottheit zu versenken. Im Totenbuch wird aber auch behauptet, daß im Bardo-Zustand jede Erscheinungsform auf die geistige Tätigkeit des Verstorbenen bzw. des Meditierenden zurückzuführen sei. Weil ich nun selbst in einem dem Nachtodzustand vergleichbaren Seinszustand bin und außerdem eines jener Wesen erblicke, von denen möglicherweise im Totenbuch gesprochen wird, bin ich beinahe gezwungen, der Sache auf den Grundzugehen und die ›Projektionshypothese‹ nachzuprüfen. Aber wie!

Wenn das Wesen, das ich zu sehen glaube, nur Züge aufweist, die meine unbewußten Vorstellungen in einem dafür geeigneten Medium darstellen, dann müßte sich der projizierte Teil auflösen — und zwar im Augenblick der Rücknahme. Dies kann meines Erachtens aber nur geschehen, wenn ich selbst auf die andere Seite hinübergehe! Der Wechsel in den Kosmos des Nichtseins müßte — logischerweise — die Auflösung sämtlicher Projektionen zur Folge haben. Ob es damit auch zur Vernichtung meiner Existenz kommen wird! Oder was sonst wird mit mir geschehen! Besessenheit! Wahnsinn! Ein qualvoller Tod des im Bett liegenden schlafenden Körpers! Was bedeutet praktisch der Übergang vom Sein zum Nichtsein!

In Anbetracht des unabschätzbaren Risikos wäre es bestimmt vernünftiger, das Experiment abubrechen und schleunigst ins Bett zurückzukehren. Auf diese Weise wird sich allerdings das Problem nicht lösen lassen. Ich werde in meiner Entwicklung exakt an diesem Punkt steckenbleiben — und diese Frage niemals beantworten können. In der gewohn-

ten Alltagsumgebung wird sich kaum eine ähnliche Situation ergeben, weil dort ganz andere Bedingungen herrschen. Wenn ich also den Versuch beende, <verewige> ich damit den momentanen Ist-Zustand, d. h. den Dualismus. Die Gegensatzpaare Sein-Nichtsein und Gut-Böse sind dann eine Realität für mich, eine Wirklichkeit, die sogar doppelt begründet werden kann: durch einen logischen Kurzschluß und durch die Erfahrungsgewißheit. Und trotzdem hätte ich nur unredlich gehandelt, weil ich <ohne weiteres> die Denkmauer durchbrechen könnte, um auf die gegensätzliche Erfahrungsseite zu gelangen. Mein Entschluß steht fest!

Nun habe ich mich immerhin grundsätzlich dafür entschieden, auf die andere Seite hinüberzugehen. Dennoch zögere ich. Es ist nämlich zu bedenken, daß jede Projektion — gemäß tiefenpsychologischer Auffassung — an einem <Haken> hängt. Bei der Projektionsrücknahme wird der Objektanteil, an dem die subjektiven Vorstellungen angehängt wurden, zum Vorschein kommen. Eine unter Umständen unangenehme Sache! Andererseits bin ich überzeugt, einem Prozeß vertrauen zu dürfen, der mich während der letzten paar Jahre bis exakt zu diesem Punkt der Problematik von Sein und Nichtsein und der Gegensätzlichkeit von Gut und Böse gebracht hat. Schließlich ist unterwegs niemals etwas geschehen, an dem ich hätte zugrunde gehen müssen. Diese durch die bisherigen (außerkörperlichen) Erfahrungen gefestigte Gewißheit mahnt mich auch daran, daß in solchen Situationen nur die demütige Einstellung einen sicheren Rückhalt gibt. Skepsis und Vorsicht haben dort ihre Berechtigung, wo es um ein Bedenken der Konsequenzen einer Erfahrung geht, die bereits geschehen ist — und nicht dort, wo das Ich in einen ihm gänzlich unbekannten Erlebnisbereich hineingeht.

Auf der anderen Seite wird mein Standpunkt nicht mehr derselbe sein. Der Wechsel wird auch einen Wandel meiner Anschauungen beinhalten. Nur darf der Unterschied nicht allzu groß sein, sonst werde ich bestimmt bewußtlos werden und vielleicht zuvor in einen bodenlosen Abgrund des Schreckens fallen. Trotz allem bleibe ich bei meinem Vorsatz — und verspüre plötzlich einen starken Zustrom an Mut und Entschlossenheit, der mich definitiv dazu befähigt, eines der Löcher aufzureißen und so zu vergrößern, daß ich hindurchschlüpfen kann.

Als erstes stecke ich den Kopf hinüber und stelle gleichzeitig fest, daß etwas mit ihm geschieht. Es ist weder schmerzhaft noch unangenehm, sondern sehr seltsam. Diese befremdliche Empfindung hindert mich nicht daran, Arme und Rumpf durch das Loch zu schieben. Auch diese Körperteile verändern sich in einer mir unverständlichen und nicht erkennbaren Weise. Als letztes nehme ich die Beine hinüber, was ziemlich schwierig ist.

Was nun! Ich fühle mich in der Schwebelage, bin ratlos und habe keine

Ahnung, was mit mir geschehen ist und wie es weitergehen soll. Beruhigend bleibt für mich vorerst die Tatsache, daß ich immer noch über ein stabiles und kontinuierliches Bewußtsein verfüge. Mein Körper scheint nicht mehr zu existieren, und es dauert lange, bis ich realisiere, daß ich nur noch aus einem kleinen, stark leuchtenden Lichtpunkt bestehe.

Langsam gewöhne ich mich daran, in alle Richtungen gleichzeitig sehen zu können. In verschiedenen, nicht genau abschätzbaren Entfernungen pulsieren in der Schwärze andere Lichtfunken — etwa an den Stellen, wo die teuflischen Gestalten gewesen sind. Mit dem «Dimensionswechsel» und der «Körperlosigkeit» bin ich in die Lage versetzt worden, die Dinge anders zu sehen. Ich fühle mich doch ziemlich erleichtert, daß mein Versuch geglückt ist und einen derartigen Ausgang genommen hat. Für mich ist dies alles Neuland, und ich bin mir bewußt, daß es als erstes darum gehen wird, in diesem Seinsbereich eine Orientierung zu finden. Dazu werde ich mir eine Erkenntnistheorie erarbeiten müssen: ein schwieriges Unterfangen, ein Programm für die nächsten fahre. Dazu braucht es viel Skepsis, Beobachtungsgabe und vor allem ein stabiles Ich-Bewußtsein.

Dennoch bin ich zufrieden und glücklich darüber, daß sich mein Verdacht, der Dualismus könnte mit meiner spezifischen Sichtweise gekoppelt sein, bestätigt hat. Nun kann ich mich — mit dieser Erfahrungsgewißheit als Basis — mit der Tradition beschäftigen und neue theoretische und praktische Konzepte erarbeiten. Dafür lohnt es sich zu leben — weshalb es mir gleichgültig ist, als ich sanft zum Loch hingezogen werde und mich nach dem Hindurchgehen sofort wieder verkörpere. Dieses Mal ist es der physische Leib.

8.8.76

Anmerkungen

Vorbemerkungen zu den Anmerkungen

Fußnoten und Anmerkungen haben bekanntlich eine ganz bestimmte Funktion, die im Duden Taschenbuch Nr. 21 zur allgemeinen Beherzigung dargelegt ist: «Sie nehmen Informationen auf, die zur ergänzenden Unterrichtung des Lesers nützlich oder notwendig sind, den unmittelbaren Textzusammenhang jedoch stören würden» (Poenicke/Wodke-Repplinger 1977:126). Und weiter meinen die Autoren des Buches *Wie verfaßt man wissenschaftliche Arbeiten*: «In keinem Fall sollten Fußnoten zu einem Buch im Buch bzw. zum Abladeplatz für alle jene übriggebliebenen Materialien aus dem Zettelkasten werden, die sich für das eigentliche Thema als zu peripher erwiesen haben» (ibid.: 127). — Keine Regel ohne Ausnahme! Schließlich sagte schon der 1707 verstorbene japanische Zen-Meister Rantetsu:

«Ein Blatt!
Noch ein Blatt
fällt im Herbstwind.»

Anmerkungen zum 1. Kapitel

- ¹ Vgl. «Angst vor Tod und Sterben» in: Wittkowski 1978:55 — 116. Gleichgültigkeit, Abwehr und Angst sind häufig anzutreffende Reaktionsweisen, vor allem gegenüber dem eigenen Tod und Sterben. Andererseits erzählen Menschen, die dem Tode sehr nahe gewesen sind, oft von wunderbaren oder zumindest außergewöhnlichen Erlebnissen, die ihre Einstellung zum Leben zutiefst beeinflußt haben. Sie lassen sich danach meist nicht mehr wie zuvor in den alten Trott eingliedern, sondern werden sich selbst und der Umwelt gegenüber sehr kritisch. Mit einem Male besitzen diese Menschen eine andere Auffassung vom Leben und setzen andere Prioritäten. Sie haben durch die Todesnähe ein Stück Menschlichkeit gewonnen, die für das reibungslose Funktionieren der hochtechnisierten Gesellschaft hinderlich ist.
- Über Sterbeerfahrungen und deren Folgen für das Leben der Betroffenen vgl. Grof & Halifax (1978) 1980, Hampe²1975, Kübler-Roß¹⁰1977, Moody (1975) 1977.
- ² «Vier Geisteszustände sind es, die sich dem Erreichen von Nirvikalpasa-madhi hindernd entgegenstellen. Das erste Hindernis ist *laya*, der Widerstand des tiefen traumlosen Schlafes. Anstatt zu Turiya, dem «Vierten-, zu gelangen, gleitet der Geist ins Unbewußte ab, und der Adept nimmt dieses Hinschmelzen (*laya*) irrtümlich für das Eintauchen ins Selbst. Der Tiefschlaf überfällt ihn, wenn es der spontanen Aktivität des nach innen gewendeten Geistes (*citta-vritti*) nicht gelingt, das wandellose Eine Ganze zu fassen und festzuhalten» [Vedantasara 210 in: Zimmer (1951) 1961: 390-391].
- ³ Alle Techniken, die das Erinnerungsvermögen an die Träume und an andere Schlaferlebnisse steigern sollen, beruhen auf der Voraussetzung eines prinzipiellen Einstellungswandels. Statt «Träume sind Schäume» muß gelten: «Träume sind für das Leben von ganz wesentlicher Bedeutung!» Nur dann hat es einen Sinn, jene Methoden anzuwenden, die Garfield (1974) 1980: 209 — 232 und Williams (1980) ⁵1981:78 —80 angeben.
- ⁴ Hesse, *Demian*, Prolog, 2. Abschnitt. — Christoph Roos hat mich auf diese Stelle hingewiesen. Und nicht nur diesen Hinweis habe ich ihm zu danken. Seine Kritik war für mich von außerordentlicher Bedeutung. Dieses Buch ist in vielem — formal und inhaltlich — auch sein Werk! — An dieser Stelle möchte ich noch Luca und Regula Giuliani, Marcel Frei und Peter Pfister erwähnen, die alle auf ihre ganz besondere Art und Weise die Entstehung dieses Buches beeinflußt haben. Auch Paul A. Zemp hat mich immer wieder ermuntert weiterzumachen.

- ⁵ Bei einem luziden Traum wie bei jeder außerkörperlichen Erfahrung, bei der die Kontinuität des Ich-Bewußtseins erhalten bleibt, bestehen die kognitiven Funktionen in vollem Umfang. «*Kognitive Funktionen* bezeichnen jenes Instrumentarium eines Lebewesens, das es ihm ermöglicht, Kenntnis von einem Objekt zu erhalten oder sich seiner Umwelt bewußt zu werden. Dazu zählen *Wahrnehmungs- und Gedächtnisleistungen, Lernfähigkeit, Denkstil, Vorstellungs- und Urteilsfähigkeit sowie die Beherrschung der Sprache*. Kognitive Funktionen haben maßgeblichen Anteil daran, ob bzw. wie erfolgreich sich ein Individuum mit seiner Umwelt auseinandersetzen kann» (Wittkowski 1978: 44). Ob man nun die materielle oder eine nicht-materielle Umwelt meint, ist — was die kognitiven Funktionen betrifft — belanglos. Ein Träumer ist in dem Moment keiner mehr, wenn er «hellwach» geworden ist und damit über das gewohnte Ich-Bewußtsein verfügt, das sich nicht im geringsten vom Tagesbewußtsein unterscheidet — außer vielleicht darin, daß es unter Umständen wesentlich wacher wirkt. Vgl. hierzu das Kapitel über den luziden Traum in Lischka 1979: 71-77.
- ⁶ Vgl. Shri Ramana Maharshi in: Zimmer (1944) 1954:137.
- ⁷ Die Technik der Bewußtseinskontrolle hat Alfred Lischka 1979: 75 — 77 beschrieben. Im Nachwort zu Lischkas Buch habe ich dieses Thema aufgenommen. Vgl. *ibid.*: 200 — 203, 22s — 227.
- ⁸ «Das lateinische Wort «*lucidus*» meint etwas Lichtvolles, dessen Klarheit unzweideutig ist. Der «*luzide Traum*» ist somit ein Traum, der während des Traumes ganz deutlich als Traum erkannt wird. Um es nochmals zu betonen: im Traum selber ist der Träumer sich eindeutig darüber klar geworden, daß er jetzt gerade träumt. Es wird ihm voll bewußt — ich befinde mich im Traumzustand! Mein physischer Körper liegt nun schlafend im Bett unter der Decke» (Lischka 1979: 71).
- ⁹ Cf. 8 S. 75 —76.
- ¹⁰ Der Leser wird in diesem Kapitel vieles wiedererkannt haben, was ich bereits im Nachwort zu Lischka 1979: 201 — 204 und in Duerr 1981: 473 — 475, 488 beschrieben habe. Diese Jugenderlebnisse sind für das Verständnis meines weiteren Weges von großer Bedeutung, weshalb sie an dieser Stelle ein weiteres Mal erzählt wurden.
- ¹¹ Über diese Zeit habe ich etwas ausführlicher im Artikel «Außerkörperlich durch die Löcher des Netzes fliegen» (Zurfluh 1981:473 — 504] geschrieben. Über meine Einstellung zur etablierten Wissenschaft und die ersten außerkörperlichen Erfahrungen vgl. auch Zurfluh 1979:187 — 227, wo ich mich nicht besonders darum bemüht habe, «ein Blatt vor den Mund zu nehmen».

Anmerkungen zum 2. Kapitel

- ¹ Manchmal werden diese akustischen Wahrnehmungen sehr schön beschrieben, aber nur <verschlüsselt> auf die Problematik des Austritts bezogen. So z. B. Mrsic, der die Geräusche beschreibt, die beim Fließen der «Ströme zu beiden Seiten der Schattenschlucht» entstehen: «Unsagbar zart wie das silberne Zirpen winziger Grillen aus Filigran vibrierte das Wispern des Stromes zu ihrer Linken, dem Gefieder der Silberfasane gleich ... — Süß, seidenfein wie rinnender Honig, wie das goldene Summen eines himmlischen Bienenschwarmes, rieselte der Strom zur Rechten, gleich dem Federschmuck der Goldfasane» (1961: 33; Auslassung von mir). Dieses Zirpen, Wispern, Rieseln und Rinnen bezieht sich auf die Energieströme, die sich vor dem Austritt am Grunde der <Schattenschlucht> vereinen und mit dem prachtvollen Rascheln eines sich entfaltenden Pfauenschweif in der Mitte aufsteigen, «wie das zarte, metallisch zischende Brodeln und Brausen eines Tropfens von flüssigem Gold in edelstem Wein» (ibid.) Nun denn — man kann es auch so sagen. Ähnliches, allerdings doch wesentlich prosaischer verfaßt, wird man in den Schriften der Tantriker nachlesen können, wenn sie über Ida, Pingala und Sushumna schreiben. Und selbstverständlich kann man diese Geräusche hören, entweder bei sich selbst oder dann draußen in der freien Natur. Sogar das Summen der Schreibmaschine hat eine — wenn auch nur sehr entfernte — Ähnlichkeit mit gewissen Geräuschen, die den Austritt anzeigen. Schöner sind natürlich die Momente im Frühling unter einem vollerblühten Baum, um den Tausende von Bienen schwirren. — Das innere Summen ist oft von einem starken Prickeln begleitet. In diesen Fällen sind die akustischen Wahrnehmungen mit bestimmten Körperempfindungen verbunden. Tsau, einer der mächtigen Heiler des !Kung-Stammes in der Kalahari-Wüste in Botswana im Süden Afrikas beschreibt «das <N/um> als ein Prickeln am Ende der Wirbelsäule, das hochsteigt, bis es <die Gedanken im Kopf zu Nichts macht> (Katz 1977: 55). — Klick-Effekte werden von verschiedenen Autoren berichtet oder zitiert, beispielsweise von Carrington in: Muldoon (1929)²1973: 44; Crookall 1965: 4, 8, 10, 12, 17, 18, 50; Eastman 1962: 300, 305; Goleman 1977: 44; Green 1968: 60, 61.
- ² Eine sehr noble Art, auf zurückhaltende Skepsis zu verweisen und sich aus der Sache herauszuhalten, ist das lateinisch ausgedrückte «bis hierher und nicht weiter»: *principa explicandi non sunt multiplicanda praeter necessitatem*. In wessen Interessenvertretung?
- Aber aus der Natur des Menschen kann man sich nicht heraushalten — und zu dieser Natur gehört auch die Nacht. «*Natura expelles furca, tamen usque recurre*» (Horaz Ep io, 24). Es gibt wesentlich mehr Ausschlußverfahren denn Versuche der Integration. Und leider sind viele Bemühungen um das Verständnis des Ganz-Anderen bloß mehr oder weniger getarnte Abgrenzungsbestrebungen und Ausweisungsmittel. Deshalb sind Zweifel an den

angewandten Methoden berechtigt. Beispielsweise hat die Skepsis angesichts der anthropologischen und ethnologischen Versuche, die *conditio humana* zu verstehen, I.C. Jarvie dazu geführt, seine Bindung an diese Wissenschaftsformen und -kulte aufzulösen (vgl. Jarvie 1981: 232 — 237). Vielleicht könnte ihn ein noch weiter vorangetriebener Zweifel dazu veranlassen, sogar die eigene Intellektualität in Frage zu stellen und den Sprung in die Nacht hinein zu wagen. Denn anders wird es kaum möglich sein, «zu einer Transzendenz des Selbst» (ibid.: 241) zu gelangen. Dies wäre zudem ein Unterfangen, das es erlaubt, von jeder Art Feldforschung abzusehen. Man müßte nicht einmal in einen «abgelegenen Teil Englands» (ibid.: 233) gehen, sondern nur in sein Bett. Dies wäre dann — trotz der scheinbaren Bequemlichkeit der Bettruhe — tatsächlich «ein mühseliges und prekäres Unterfangen, das uns am Ende desillusioniert oder verrückt, aber auch ebensogut aufgeklärt und erneuert zurücklassen kann» (ibid.: 241). Ein Schalk würde jetzt sagen: «Gute Nacht!»

- ³ «Vom prinzipiellen Standpunkt aus ist es ganz falsch, eine Theorie nur auf beobachtbare Größen gründen zu wollen. Denn es ist ja in Wirklichkeit genau umgekehrt. Erst die Theorie entscheidet darüber, was man beobachten kann» (Einstein im Gespräch mit Heisenberg in: Heisenberg 1969: 92).
- ⁴ Auch von dieser «Regel» gibt es Ausnahmen, z.B. Coerper 1981, Maass 1981, Williams (1980) ⁵1981, ferner Hervey de Saint-Denys (1867) 1964, Fahnestock 1871, van Eeden 1913, Arnold-Forster 1921, Garfield (1974) 1980. In neuerer Zeit erinnert man sich wieder daran, wie heilsam die Gewißheit der eigenen Erfahrung sein kann. Die Kehrseite der Medaille wird spätestens dann sichtbar, wenn versucht wird, die Eigenerfahrung auch im Alltag umzusetzen.
- ⁵ Jacoby (1975) 1978 hat gezeigt, wie die Nachfolger Freuds den sozialen Ansatz des Begründers der Psychoanalyse zunehmend zurückgestellt haben.
- ⁶ Jenseits-Erfahrungen werden als Halluzinationen eingeschätzt, «die wiederum auf gespeicherten Bildern im Gehirn basieren. Wie eine Fata Morgana, die eine herrliche Stadt mitten in der Endlosigkeit des Ozeans oder der Wüste zeigt, geben die Halluzinationen tatsächliche Bilder von wirklichen Objekten, die allerdings ganz woanders liegen, wieder» (Siegel 1981: 33). — Eine Fata Morgana kann man weder berühren noch betreten, während dies bei «jenseitigen» Häusern durchaus möglich ist. Die Gebäude können sogar mit einem Pickel zerstört oder mit Farbe bemalt werden. Dies geschieht alles unter den Auspizien eines Ichs, das sich seiner Identität sehr wohl bewußt ist — und auch ganz genau weiß, daß es nicht mit dem physischen, sondern mit einem anderen Körper agiert! Dieses Ich ist dann durchaus in der Lage, über den halluzinatorischen Charakter der Alltagsrealität zu spekulieren. Man darf sich die Sache nicht allzu leicht machen. Schließlich

gaukelt Chuang Chous Schmetterling (vgl. Mau-Tsai 1963: 37 — 38) seit ca. 370 v.Chr. wohligh und zufrieden durch die Weltgeschichte. Vielleicht ist unsere moderne Weitsicht doch irgendwo verdreht.

In sumpfigeren Gegenden, wo weniger Schmetterlinge fliegen, schwirren manchmal Libellen, die von ähnlichen Schwierigkeiten künden. Vgl. z. B. van Eeden (1885) 1892:6, dem die Libelle schon als Kind arge Probleme mit den Erwachsenen beschert hat.

- 7 Besonders einfach ist folgendes Vorgehen: Nur noch das beachten, was bei *geschlossenen* Augen beobachtet werden kann: Schwärze, Lichtmuster, Farben, Strömungen, Pulsationen, Wirbel usw. Vielleicht wird dabei eine Art Tunnel entstehen, in den man <hineingehen> kann. Oft sieht man auch Bilder (Fratzen, Landschaften, kurze Szenen, ein ganzes Kaleidoskop von Farben und Dingen von erschreckender Häßlichkeit oder überragender Schönheit). Schwieriger ist eine andere Technik der partiellen Sinnesdeprivation, der *Ohrverschuß*: Nur noch <innere Geräusche> beachten! Je stärker die Abkehr vom Äußeren wird, desto eher hört man das Rauschen des Blutes in den Adern, das Klopfen des Herzens und das Sausen und Pfeifen in den Ohren. Schließlich hört man sogar eine <innere Musik>, ein Phänomen, das sich — wie das <wilde Bildersehen> — oft beim Einschlafen ergibt.
- 8 Mit «...» sind hier wie auch später die Auslassungen gekennzeichnet.
- 9 Die Verwendung bestimmter Wörter führt manchmal zu Äußerungen, die mehr als nur bedenklich sind. Folgendes gehört zum strategischen Umdenken in den USA: «Eine Verbesserung des Schutzes der bereits vorhandenen und noch zu beschaffenden Interkontinentalraketen, um deren *Überlebensfähigkeit* zu erhöhen» (Winkler 1981: 5; Hervorhebung von mir). Quo vadis?
- 10 Auf der <anderen Seite> ist es speziell der außerkörperliche Zustand, der es als (Erfahrungs-)Tatsache erlaubt, gewisse von der Psychiatrie beschriebene Krankheitszustände in einem anderen Licht zu sehen und möglicherweise auch ganz anders zu behandeln. Darauf haben schon andere hingewiesen [Sédir 1964: 60; Wickland (1924) ³ 1957]. Dieses Thema ist aber ziemlich umstritten und bedarf einer vorgängigen erkenntnistheoretischen Abklärung und einer axiomatischen Grundlegung der Außerkörperlichkeit (vgl. Zurfluh 1981). Bei der ganzen Diskussion darf nicht vergessen werden, daß das Ich trotz schlafendem oder partiell <ausgeschaltetem> Körper durchaus vollbewußt bleiben kann.
- Um einem weiteren Mißverständnis vorzubeugen, möchte ich an dieser Stelle noch darauf hinweisen, daß man unter Umständen *während* des außerkörperlichen Zustandes *gleichzeitig* auch vollumfänglich die Empfindungen des physischen Körpers wahrnehmen kann, egal ob dieser nun im Bett liegt oder irgendeine Tätigkeit ausführt. Dann hat man als *eine* Ich-Identität zwei Körper, also vier Arme, vier Beine etc. Hierbei handelt es

sich jedoch um einen relativ komplizierten Fall, der noch komplexer werden kann, wenn mehr als zwei Körper vollbewußt wahrgenommen werden können, die sich in entsprechend vielen Wirklichkeitsebenen aufhalten. Es ist dies eine Vervielfältigung (*Multiplicatio*) der vom Ich <besetzten> Körper und keineswegs eine Ich-Dissoziation in Einzelteile. Weil man aber dieses *Multiplicatio*-Prinzip nicht kennt bzw. als unglaublich bezeichnet und ablehnt, besteht für ein Ich, das etwas Derartiges erlebt, eher die Gefahr einer krankhaften Zersplitterung und Aufspaltung in Einzelteile, die keinen inneren Zusammenhalt mehr besitzen. Ich beschränke mich in diesem Buch ganz bewußt auf einen <einfachen> Spezialfall der *Multiplicatio*, nämlich auf die Außerkörperlichkeit bei *schlafendem* physischen Körper.

- 11 Zurfluh in: Lischka 1979: 204.
- 12 Grundlage für diese Beschreibung des Wortes <Weltbild> gaben die Ausführungen von Kanitscheider 1979: 9—11. 1 Kön 8, 27: «Siehe, selbst der Himmel und die Himmel fassen dich nicht, wieviel weniger dieses Haus, das ich dir gebaut habe.»
- 13 Auf die bestimmende Rolle der Paradigmen und die Problematik eines Paradigmenwechsels hat Thomas S. Kuhn schon 1962 (³ 1978) hingewiesen. — Z. B. gestatten es die anerkannten psychologischen Paradigmen nicht, die Aufmerksamkeit von der *Deutung* der Träume auf die Beobachtung und Schulung des eigenen Verhaltens *während* des Träumens zu verlagern und die damit zusammenhängenden erkenntnistheoretischen Fragen zu stellen. Außerdem lehnen sie strikt jede praktische und theoretische Relevanz der Beobachtung ab, daß man sein Ich-Bewußtsein *vollständig* auch während des Schlafzustandes des physischen Körpers beibehalten kann. Dieses Verbot ist tief im Weltbild verwurzelt.
- 14 Im Gegensatz zu den tibetischen Thangkas. Dort sind alle Tore offen — <nur> ein Türhüter bewacht sie. Wer je einem Hüter der Schwelle begegnet, möge sich doch an die Erzählung «Vor dem Gesetz» von Franz Kafka erinnern. Dort brüllt der Türhüter den zaghaften Mann, der jahrelang vergeblich um die Erlaubnis zum Eintritt nachgesucht hatte, an: «Hier konnte niemand sonst Einlaß erhalten, denn dieser Eingang war nur für dich bestimmt. Ich gehe jetzt und schließe ihn.» (Auf diese und andere Erzählungen Franz Kafkas hat mich Marcel Frei aufmerksam gemacht.) Schreckliche Türhüter stehen denen im Wege, die zuviel Takt und Respekt haben, denen, die sich ängstigen und folgendes nicht bedenken: «Möglicherweise brauchen wir uns nicht länger zu Gefangenen der Annahme zu machen, es gebe etwas Irrationales, irgendwelche dunklen Mächte, auf die wir reagieren müßten. Das einzige, was es gibt, ist der Strom der Erfahrung, so verwirrend und unzusammenhängend er sich uns auch darstellt, und auf der anderen Seite unser Verlangen, eine Ordnung in ihn zu bringen und

damit in der Lage zu sein, uns daran zu erfreuen und ihn nicht mehr zu fürchten oder als bedrohlich zu erleben» (Jarvie 1981:215).

- 15 Albert Hofmann, der die Möglichkeit hatte, das «im Rahmen einer planmäßigen Forschung» (1979a: 13) hergestellte LSD-25 auf seine *unerwarteten* Wirkungen hin zu untersuchen, betont, «daß Nebengeleise der Forschung manchmal zu bedeutenderen Ergebnissen führen, als das der Planung zugrundeliegende Hauptgeleise. Auf ein solches fruchtbares Nebengeleise kann man geraten, wenn man sogenannten zufälligen Beobachtungen nachgeht, — nachgehen kann, — nachgehen darf, was bei streng zielgerichteten Projekten ... meistens nicht erlaubt ist» (Hofmann 1979b: 12—13; Auslassung von mir).
Ein zufälliges, unerwartetes Ereignis gerät sofort wieder in Vergessenheit, wenn es nicht von einem aufmerksamen Beobachter bemerkt wird, der die Eigenschaft der *Serendipity* besitzt. Die Bezeichnung *Serendipity* «wurde vom englischen Schriftsteller Horace Walpole 1754 eingeführt. Walpole kam auf diesen Vorschlag bei der Lektüre des Märchens «Die drei Prinzen von Serendip». Serendip ist der antike Name für Ceylon. Es ist dort von Herrschaften die Rede, die auf ihren Entdeckungsreisen andere Dinge fanden als sie suchten, sei es durch Zufall oder Aufmerksamkeit... Auch Pasteur kann hier zitiert werden, von dem der Satz stammt: «Dans les champs de l'observation le hasard ne favorise que les esprits préparés» (ibid. S. 9; Auslassung von mir).
- 16 «Gegen diese Hinweise und Erfahrungen aus dem Unbewußten muß die beschriebene Welt dauernd aufrecht erhalten werden. Die Einflüsse aus dem Körperbereich müssen abgewehrt und abgewertet werden, weil sonst die Welt, wie sie beschrieben wurde, wie ein Kartenhaus zusammenbrechen würde» (Coerper 1981:54). Ausführlicher und konkreter hat dies Theweleit 1978: 165 — 397 im Kapitel «Männerkörper und Weißer Terror» beschrieben.
- 17 Erklärung von *Serendipity* vgl. Anm. 15.
- 18 Ausgezeichnete Analysen aufgrund verschiedener Fallsammlungen hat Robert Crookall in seinen Werken gegeben. Es ist ihm gelungen, schlüssig zu zeigen, daß trotz größter kultureller Unterschiede des erfaßten Personenkreises viele Gemeinsamkeiten bei der Außerkörperlichkeit auftreten, die darauf hinweisen, daß solche Erlebnisformen «archetypisch» sind und damit zum Seins-Bestand eines jeden Menschen gehören (könnten). Vgl. z.B.: Crookall 1960 (^{2pb}1977), 1964 (⁶1977), 1970 und 1972. Auch Celia Green ist zu ähnlichen Ergebnissen wie Crookall gekommen. Die nach ihrem öffentlichen Aufruf eingegangenen Erlebnisberichte hat sie in ihrem Buch *Out-of-the-Body Experiences* 1968 erläutert und statistisch ausgewertet. Zum Problem der statistischen Auswertung vgl. Anm. 25. — Heute darf auf jeden Fall festgestellt werden: Außerkörperlichkeit bei voll erhal-

tenem Ich-Bewußtsein ist ein weltweit bekanntes Phänomen. Man muß die Leute bloß danach *fragen*, denn von sich aus erzählen sie kaum etwas — aus Angst, belächelt oder als geisteskrank eingestuft zu werden. Manchmal fehlen auch die Worte.

- 19 Dieser Gefahr werden manche erliegen, vor allem wenn sie Freundeskreise, Schulen, Sekten und Institutionen gründen. Mehr oder weniger illustre Beispiele sind — neben den <chiliastischen> Wissenschaftskulten — Jane Roberts (alias Seth) und Paul Twitchell. Obwohl die außerkörperlichen Erlebnisse von Twitchell sehr beeindruckend [vgl. z. B. *Eckankar, Compiled Writings Vol. i*, 1975 und *The Tiger's Fang* (1967)⁵1975], ist der Rummel, den er um sich als den <lebenden Eck-Meister> gemacht hat, fragwürdig. Auch sein Nachfolger Darwin Groß, ehemaliger Ingenieur, begabter Komponist und Sänger (vgl. Simpson 1974: 792 — 795) setzt die Tradition des Personenkultes fort. Yram (o.J.,³1977) ist wohltuend zurückhaltend, während Wannall nach seinen UFO-Begegnungen und -Reisen zur fröhlichen Missionierung findet. Wannalls Bericht ist wie folgt eingeleitet: «The ensuing Chapters contain some of the most cogent fundamental Principles of Truth ever to be offered Humankind on our plane of existence» [(1967) ⁴1975: IV]. — Es scheinen viele zur Inflation bzw. zum Größenwahn berufen zu sein. Wenn sich derartige Organisationsformen schon nicht vermeiden lassen, sollten sie zumindest eine <anarchisch-dissipative Strukturierung> erlauben. Schon Han Shan (1546 bis 1623) bedauerte seine Zeit, wenn er daran dachte, «wie geschickt und rasch die Alten ihren Weg entdeckten. Zu jener Zeit der Hochblüte des Ch'an waren erleuchtete Meister allenthalben zu finden, und im ganzen Land gab es zahlreiche Fälle echten Erwachens. Daher das Wort: <An Ch'an fehlt es nicht — nur an Lehrern> (Zitat aus Huang Po's *Das Wesen der geistigen Übertragung*). Heute sind echte Ch'an-Praktiker selten, und obgleich es viele gibt, die ihn zu üben wünschen, haben ihre Lehrer nur einen schwachen Einblick in die Fähigkeiten ihrer Schüler, fördern ihre weltlichen Gefühle und bestätigen dann diese Erreichungen. Und die Schüler glauben an einen (gar nicht vorhandenen) Erfolg» (Lu K'uan Yü, (1964)1967:63]. Bald jedermann erhält heute die Bestätigung seines Erfolges in Form des <Kürbis-Siegels>: «Falsche Bestätigung durch ein <Kürbis-Siegel> ist soviel wie <rein äußerlich> und bedeutungslos, während echte Bestätigung des Geistes spurlos ist, wegen der Immaterialität des Geistigen. <Kürbis-Siegel> ist ein Ch'an-Begriff, den die Meister häufig verwendeten, um Betrug zu kennzeichnen» (ibid.: Anm. 15). Han Shan konnte angesichts der damaligen Situation nur noch ausrufen: «So geraten sie nicht nur selbst in die Irre, sie führen auch andre, ihre Schüler, dorthin. Es ist tragisch!» (ibid.: 63).
- 20 Seifert sagt in der Analyse des Leib-Seele-Problems in der gegenwärtigen philosophischen Diskussion: Descartes' «These, daß wir immer (auch im Schlaf, Wahnsinn usw.) denken (bewußt seien), scheint uns angesichts der Erfahrung völlig unhaltbar zu sein» (Seifert 1979: 50). Der eigene Erlebnisstandard darf niemals den Bezugsrahmen für eine All-Aussage abgeben.

- 21 «Sehr wahrscheinlich ist die ekstatische Erfahrung in ihren unzähligen Aspekten der menschlichen Natur an sich zugehörig, in dem Sinn, daß sie einen Wesensbestandteil dessen darstellt, was man als Bewußtwerdung der spezifisch menschlichen Situation im Kosmos bezeichnet» (Eliade 1960:4).
- 22 Die neurophysiologischen Untersuchungen über die Funktionen der beiden Hirnhälften des Menschen haben ergeben, daß jede Hemisphäre ihren eigenen Modus der Wahrnehmung hat. Dazu heißt es bei Ornstein: «Die Großhirnrinde ist in zwei Hemisphären geteilt, die durch ein großes Faserbündel, das <Corpus callosum>, miteinander verbunden sind. Die linke Körperhälfte wird hauptsächlich von der rechten Hälfte der Großhirnrinde kontrolliert, die rechte Körperhälfte von der linken Hälfte der Großhirnrinde ... Sowohl die Struktur als auch die Funktion dieser beiden <Halb-Gehirne> liegen zum Teil den zwei Bewußtseinsmodi zugrunde, die gleichzeitig in jedem von uns koexistieren. Obwohl jede Hemisphäre das Potential für viele Funktionen teilt, und obwohl beide Hälften an den meisten Aktivitäten beteiligt sind, neigen beim normalen Menschen die beiden Hemisphären zur Spezialisierung. Die linke Hemisphäre (die mit der rechten Körperhälfte verbunden ist) hat vorwiegend mit analytischem, logischem Denken, besonders in verbalen und mathematischen Funktionen, zu tun. Diese Hemisphäre scheint Informationen aufeinanderfolgend zu verarbeiten. Dieser Operationsmodus muß notwendigerweise logischem Denken zugrunde liegen, da Logik von Aufeinanderfolge und Ordnung abhängt... Ist die linke Hemisphäre auf Analyse spezialisiert, so scheint die rechte Hemisphäre ... auf ganzheitliche Geistestätigkeit spezialisiert zu sein. Ihre Sprachfähigkeit ist ziemlich beschränkt. Diese Hemisphäre ist hauptsächlich für unsere Orientierung im Raum verantwortlich, für künstlerisches Bemühen, Kunstfertigkeit, körperliche Vorstellung, das Erkennen von Gesichtern. Sie verarbeitet Informationen diffuser als die linke Hemisphäre, und ihre Aufgaben verlangen, daß gleichzeitig viele Informationen prompt integriert werden» [(1972,) 1976: 61—62; Auslassungen von mir]. Für den ausschließlich linkshemisphärisch differenzierten Menschen sind alle rechtshemisphärischen Funktionen wie Intuition und Gefühl suspekt — er nennt sie irrational!
- Da «Lernvorgänge in beiden Hälften unabhängig voneinander ablaufen können» (Dobkin de Rios/Schroeder 1981:547), muß zwischen den beiden Hemisphären nicht unbedingt ein Informationsaustausch stattfinden, woraus sich dann ein Bewußtseinskonflikt ergibt. Dieser Konflikt kann durch das dritte Bewußtsein (*tertium datur*) behoben werden. «Zu diesem letzteren Zustand kommt es, wenn beide Hälften miteinander verbunden sind und sich in dialektischer Harmonie befinden. Demnach ist die Beziehung zwischen beiden Hirnhalbkugeln nicht notwendig antagonistisch, sondern dialektisch ... Da der dialektische Modus die Ressourcen beider Hemisphären nutzen und beide komplementären Denkmodi integrieren kann, ist er der Modus des ganzheitlichen Verstehens, der Inspiration, der Gedankenblitze und genialen Ideen» (ibid.: 548; Auslassung von mir). Dieser Ansatz von TenHouten und Kaplan, den sie in ihrem Buch *Science*

and its Minor Image 1973 dargelegt haben, ist vielversprechend, knüpft gewissermaßen an alte Traditionen an und verlangt Schulung und Nutzung der instrumenteilen Funktion der linken Hemisphäre und der intuitiven Funktion der rechten.

Bevor wir also «sogenanntes magisches Verhalten als irrational oder abergläubisch abtun, sollten wir es auch unter dem Aspekt der Denk- und Wahrnehmungsmuster der rechten Hirnhälfte sehen» (ibid.). Von diesem Gesichtspunkt aus wäre «Außerkörperlichkeit» eine Reise in die rechte Hirnhälfte hinein. Meines Erachtens ist diese Auffassung aber doch zu eng, um die Bandbreite außerkörperlicher Erfahrungsweisen zu erfassen. Doch als erster Approach mag sie fruchtbar sein.

Untersuchungen über die Links-Rechts-Asymmetrie des Gehirns gehören, verallgemeinert gesehen, zum Problemkreis der Polarität und Gegensätzlichkeit, über den ein umfangreiches Schrifttum vorliegt, zumal sich auch Dichter und Philosophen intensiv mit diesen Fragen beschäftigt haben. Die Dualität des Menschen läßt sich sowohl anatomisch wie physiologisch aufzeigen. Neuerdings ist es auch gelungen, einige der funktionellen Asymmetrien der Großhirnhemisphären «mit anatomischen Asymmetrien in Beziehung zu setzen und ähnliche ungleichmäßige Aufgabenverteilungen auch bei einigen Tierarten nachzuweisen» (Geschwind 1979: 127). Und nicht erst die Neurophysiologen der Moderne haben auf anatomische und physiologische Links-Rechts-Unterschiede hingewiesen. H. Baraduc hat schon vor 1900 mit Hilfe seiner «Vibrationsmessungen» deutliche Unterschiede zwischen der linken und der rechten Körperhälfte festgestellt. Er folgerte daraus, daß die rechte Körperseite (hauptsächlich linkshemisphärisch kontrolliert!) Ausdruck des Objektiven, der materiellen Realisierung und der physischen Vitalität sein muß. Der linken Körperseite (hauptsächlich rechtshemisphärisch kontrolliert!) ordnete er das Subjektive, das Vorstellungsvermögen, das Gefühl und die psychische Vitalität zu. Auch Iwan P. Pawlow hatte vor der Entdeckung der funktionellen Spezialisierung der Hirnhälften von «zwei Persönlichkeitstypen» gesprochen: «Die Erfahrung zeigt deutlich, daß zwei Kategorien von Menschen bestehen, die sich sehr stark voneinander unterscheiden: Künstler und Denker. Die *Künstler* begreifen die Wirklichkeit in ihrer Ganzheit als lebendes und unteilbares Wesen. Die *Denker* sezieren die Realität und zerteilen sie bis in ihre Einzelheiten. Später setzen sie Stück um Stück zusammen und versuchen ihr Leben einzuhauchen» [zit. in: Deglin (1975) 1976: 32].

Für die höheren Sektoren des Gehirns ist die Interaktion aufgrund komplexer und paradoxer Verbindungen von höchster Bedeutung — bildhaftes und abstraktes Denken können gleichzeitig funktionieren. Andererseits wird «die verbale Aktivität größer, oder, mit anderen Worten ausgedrückt, die Aktivität der linken Gehirnhälfte verstärkt sich» [Deglin (1975) 1976: 32], wenn die rechte Hälfte inaktiv ist. Es scheint auch möglich, daß die eine Hemisphäre -die andere am Arbeiten» (ibid.) hindert.

«So leicht es ist, die Zusammenarbeit zu verstehen, so wenig sinnvoll scheint die gegenseitige Behinderung ... Der Behinderungsprozeß hält den Stimulus davor zurück, Gebiete zu erreichen, die nicht aktiviert werden

sollen. Er vermindert auch die Intensität des Stimulus, so daß dieser gerade die Kraft hat, den gewünschten Effekt hervorzurufen, und hemmt ihn dann, wenn dieser Effekt nicht mehr nötig ist. . .

Die Interaktion der Gehirnhälften gibt uns die Sicherheit, daß immer Reserven vorhanden sind. Sie erlaubt aber auch ein präzises und feinfühliges Gleichgewicht zwischen ihren Handlungen herzustellen. So ist es möglich, jederzeit die beste Verbindung zwischen bildhaftem und abstraktem Denken aufrechtzuerhalten ...

Wir können mit Bestimmtheit sagen, daß es ein Irrtum ist, von herrschender und untergeordneter Gehirnhälfte zu sprechen. Es gibt keine besseren oder schlechteren Hirnhemisphären. Die rechte Hälfte ist Basis des bildhaften Denkens und erfäßt alle Erscheinungen in ihrem ganzen Reichtum und ihrer Mannigfaltigkeit. Die linke Hirnhälfte ist Basis des abstrakten Denkens und sucht und findet in dieser Welt ein harmonisches Modell von Ursache und Wirkung. Ein Mensch kann aber seine Fähigkeiten nur dann voll ausschöpfen, wenn beide Hälften seines Gehirns Zusammenarbeiten und ein harmonisches Gleichgewicht herstellen» (ibid.; Auslassungen von mir).

Das *Mysterium Coniunctionis* erweist sich damit als das zentrale Problem des Menschseins.

C. G. Jung hat dieser Frage sein letztes Buch gewidmet und darin die Trennung und Zusammensetzung der seelischen Gegensätze in der Alchemie vom psychologischen Standpunkt aus untersucht. Die funktionelle Asymmetrie der Gehirnfunktionen und die Schwierigkeiten der Herstellung eines harmonischen Gleichgewichtes zwischen den beiden Hirnhälften ist eine Problematik, die von unterschiedlichen wissenschaftlichen Ansätzen her aufgezeigt werden kann und außerdem eine lange <Verwissenschaftliche> Tradition besitzt.

- 23 Für die Eidgenössische Matur sind in der Schweiz Prüfungen in zwölf verschiedenen Fächern abzulegen. Das Verhältnis zwischen <links> und <rechtshirnigen> Sachgebieten beträgt 11:1. Ausgesprochen rechtshirnig ist bloß das Zeichnen (bzw. für den Typus M anstelle des Zeichnens die Musik). Fächer wie Biologie und Sprachen, die eine Ausgewogenheit zwischen <links> und <rechts> erlauben würden, sind ausschließlich linkshemisphärisch orientiert. Das heutige Schulsystem hinkt also weit hinter den Ergebnissen der Hirnforschung nach! Eine Ausnahme davon machen neben vereinzelt auftretenden mehr oder weniger fachkompetent geführten Schulen die *Waldorf-Schulen*. Letztere haben — gewissermaßen überkompensatorisch — oft einen zu starken <rechtshemisphärischen> Drall und verlieren auf der <linken Seite> den Boden unter den Füßen. Für einen ausgewogenen Schultypus ist nicht nur Märchen- und Mythenkunde als selbständiges Fach einzuführen, sondern es braucht auch ein Fach, in dem die Schüler lernen können, wie sie bei vollständig erhaltengebliebenem Ich-Bewußtsein des Nachts <träumen> können. Ein revolutionäres Fach wäre dann die <Traumverhaltensschulung>.

Kinder sind durchaus fähig, die Kontinuität des Bewußtseins in ihrem

Schlafleben gezielt einzusetzen. Außerdem erleben Pubertierende oft zum ersten Mal in ihrem Leben, daß sie auch außerkörperlich existieren können. Dabei sind ihre <Astral-Sinnesorgane> intakt — und nicht wie bei vielen Erwachsenen funktionsunfähig. Erwachsene verlieren z. B. ihre Sehfähigkeit im außerkörperlichen Zustand nur deswegen, weil sie diese Art des Sehens seit Jahren durch Nichtgebrauch haben verkümmern lassen. Über die Fähigkeit von Kindern, das Ich-Bewußtsein im <Traumzustand> einzusetzen, vgl. Zurfluh 1979:217 — 219.

- 24 In der frühbuddhistischen Philosophie nach der Tradition des Abhidharma werden drei Grade des Wissens unterschieden: «Der erste Grad entspricht jenem Geisteszustand, der ... als <ditthi> bezeichnet wird, nämlich Meinungen oder Ansichten, die nicht unter dem Einfluß der Vernunft (*paññindriya*), sondern unter dem des Begehrens (*tanha*) und der durch dieses bedingten Sinneseindrücke stehen. Der zweite Grad ist auf Überlegung und Erwägung (*vitakkavicaia*) begründet, d. h. auf logischen Folgerungen, und führt — soweit diese innerhalb der Grenzen begrifflichen Denkens und seiner Gesetze sachgemäß angewandt werden — zu wissenschaftlichen und philosophischen Erkenntnissen, die mehr oder weniger dem buddhistischen Terminus <nana> entsprechen. Der dritte Erkenntnisgrad, der höchste Wissensstand, ist <bodhi>, der Zustand der Erleuchtung, der mit Hilfe von *paññindriya*, dem leitenden Prinzip des Geistes, verwirklicht wird und seine Grundlage in jenem intuitiven Bewußtseinszustand (*jhana*) der Meditation (*bhavana*) hat, in dem <die Identität des erkennenden Geistes mit dem erkannten Objekt-vollkommen hergestellt ist (*appana bhavana*). Obwohl strenggenommen alles Wissen subjektiv ist, d. h. auf individueller Erfahrung, Beobachtung und Gedankenkombination beruht, können wir den ersten Wissensgrad als im engeren Sinne «subjektiv bezeichnen, nämlich insofern es das erlebende Subjekt betont; und in ähnlich begrenztem Sinne können wir den zweiten Wissensgrad als <objektiv> bezeichnen, während der dritte Grad die Vereinigung von Subjekt und Objekt darstellt. Das <begrenzt-subjektive> Wissen ist mit den augenblicklichen Problemen der sinnlichen (körperlichen) und emotionellen Seite unserer Existenz beschäftigt. Der zweite Grad, der dem intellektuellen Wissen entspricht, betont die Objekte unserer Wahrnehmung, indem er sie von dem wahrnehmenden Subjekt abstrahiert (nur in diesem relativen Sinne können wir von <objektivem> Wissen sprechen) und beschäftigt sich mit Wissenschaft und Philosophie, den Problemen der Erscheinungswelt, die als <Dinge> oder <Begriffe> dargestellt werden, d. h. als materielle oder gedankliche Einheiten, begrenzt durch Form oder Definition. Intuitives Wissen, das den dritten Grad bildet, ist frei von Parteilichkeit, Vorurteil oder Dualismus: es hat die Extreme der Subjekt- und Objektbetontheit überwunden und führt zu einer integralen Weltanschauung, zum Erlebnis eines kosmischen Bewußtseins, in dem das Unendliche nicht bloß verbegrifflicht, sondern verwirklicht wird» (Govinda 1962:48 — 49, Auslassung von mir).

Zwischen dieser Einteilung und der funktionellen Asymmetrie des Gehirns läßt sich leicht eine Parallele ziehen:

Die rechte Hemisphäre <produziert> den Geisteszustand des ersten Wissensgrades <ditthi>, die linke Hemisphäre den zweiten Grad <nana>. Funktionieren beide Hirnhälften gleichzeitig, wird der höchste Wissensstand <bodhi> möglich. Der dritte Grad des Wissens bedingt, daß die Verbindungen zwischen den beiden Vorderhirnhälften funktionieren. Diese «Commissurensysteme bestehen aus Assoziationsfasern . . . Dazu gehören: die *Commissura anterior*, Teile des *Fornix* und der *Balken*» (Benninghoff-Goerttler ⁸1967: 240; Auslassung von mir). Der Balken (Corpus callosum) ist das größte Verbindungssystem und hat eine Länge von 7 — 9 cm. «Durch den Balken wird eine gemeinsame Tätigkeit beider Hemisphären vermittelt. Dies gilt, wie man annehmen kann, auch für psychische Leistungen» (ibid.: 241). Diese Brücke zu begehen, ist kein leichtes Unterfangen. Reprobis, der Verworfene, folgte dem Rat eines Eremiten und wurde Fährmann. In seiner Arbeit kam «das verbindende Element zum Vorschein, zwischen den getrennten Ufern des Lebens eine Brücke herzustellen, über die die Menschen zueinander kommen» (Nigg 1964: 138). Als er ein unscheinbares Kind, das «Kind, das uns geboren ist», hinübertragen sollte, drohte er in den Fluten zu versinken — so berichtet die Legende vom Hl. Christophorus. Die Brücke ist schmal und gefährlich, man geht auf ihr wie auf des Messers Schneide! «Aber das Entscheidende ist, daß diese Wahnsinnigen den Weg *durch* das Fegefeuer des Wahnsinns zurück finden, auf schmalen Brücken über Schluchten, in denen die Knochen abgestürzter und zu übermütiger Schamanen vermodern» (Duerr 1981:643). — Vgl. auch Kapitel 3.8.3. *Drei Arten, Wissen zu erwerben*.

- 25 «Jedes seines Wertes beraubte Sein wird amokläufig, droht alles zu zerstören und bleibt endlich in der Statistik einer Wahrscheinlichkeit stecken, deren Gleichgewichtszustand wir dann das System der Naturgesetze nennen. Aber dieser Ruhezustand ist ein höchst fragwürdiger» (Kayser 1950:259). «Eine Beobachtungsweise, welche das Individuelle *absichtlich* verwischt, ignoriert und nur die wesentlichsten, am stärksten zusammenhängenden Umstände ins Auge faßt, wird in der *Statistik* wirklich angewendet» [Mach (1926)⁶1968: 28]. Für den einzelnen Menschen stellt sich die Frage, was für ihn das Wesentlichste ist — wohl kaum das, worin er sich von seinen Mitmenschen *nicht* unterscheidet. Das Einmalige entzieht sich der Statistik, weshalb dann z. B. bei den Untersuchungen der Intensität der gedanklichen Beschäftigung mit Tod und Sterben die «Persönlichkeitsdimensionen, obwohl von erheblicher Bedeutung für die Psychologie ... bisher kaum beachtet» (Wittkowski 1978: 37; Auslassung von mir) wurden. «Implizit verstehen zahlreiche Untersucher intensive Beschäftigung mit dem Tod annähernd in demselben Sinn wie angstvolle Beschäftigung mit dem Tod, eine Auffassung, die einerseits Mißverständnisse begünstigt, andererseits aber empirisch belegbar ist» (ibid.: 39). Gemäß der von Thomae 1971 vorgestellten «Kognitiven Theorie der alternativen Persönlichkeit» ist folgendes Postulat von erheblicher Bedeutung:

«Verhaltensänderung kovariiert stärker mit erlebter Veränderung als mit objektiver Veränderung» (Thomae 1971: 10, zit. in: Wittkowski 1978: 41). Dies dürfte nicht nur im Bereich der Thanatopsychologie zu beachten sein, sondern ist auch im Zusammenhang mit der Außerkörperlichkeit bedeutsam.

Immerhin kann die Statistik etwas leisten, wenn es darum geht, die allgemeine Verbreitung der außerkörperlichen Erfahrung nachzuweisen. Dies ist z. B. geschehen durch Sheils 1978. In den nächsten Jahren wird sich auch die etablierte Wissenschaft mit der ganzen Bandbreite der menschlichen Erlebnismöglichkeiten auseinandersetzen und vertraut machen müssen. Denn nur so läßt es sich verhindern, daß ungewöhnliche, aber integrierende Erlebnisse als zersetzend und belastend taxiert und falsch behandelt werden.

Statistische Resultate sind aber trotz allem eher Ausdruck der Suggestivkraft bestimmter Fragestellungen und der Manipulierbarkeit des «befragten Feldes» als Beweise für den Wahrheitsgehalt einer Hypothese.

«Was man der inneren Anschauung nach ist, und was der Mensch *sub specie aeternitatis* zu sein scheint, kann man nur durch einen Mythos ausdrücken. Er ist individueller und drückt das Leben genauer aus als Wissenschaft. Sie arbeitet mit Durchschnittsbegriffen, die zu allgemein sind, als daß sie der subjektiven Vielfalt eines einzelnen Lebens gerecht werden könnten» [Jung (1961) 1962: 10]. So hat es C.G. Jung in seinem 83. Lebensjahr unternommen, den Mythos seines Lebens zu erzählen, wobei er die Feststellung macht, daß er nur «Geschichten erzählen» kann. «Ob sie wahr sind, ist kein Problem. Die Frage ist nur, ist es *mein* Märchen, *meine* Wahrheit?» (ibid.; vgl. auch S. 314: «mythologein»). «Die wahre Sprache der Psychologie ist nicht Latein, sondern schlichte Erzählkunst» [Naranjo (1973) 1979:16].

«Der am Einzelsystem sich abspielende Vorgang bleibt freilich bei solcher (statistischer)* Betrachtungsweise völlig unaufgeklärt; letzterer ist eben durch die statistische Betrachtungsweise aus der Darstellung völlig eliminiert» (Einstein 1936:313; *Einfügung von mir).

Über die Brauchbarkeit der statistischen Methoden und die Voraussetzungen ihres Einsatzes vgl. Ferrera 1976: 56 — 68. Im Hinblick auf die allgemeine Rezeptionsproblematik bei Spontanphänomenen bietet Ferrera mathematische Analysemethoden zu einer objektiven Klärung des Tatbestandes an. Denn «die Rezeptionsproblematik wird insbesondere dann gravierend, wenn die fraglichen Phänomene selten auftreten oder wenn sie sich mit dem jeweiligen Weltbild schwer vereinbaren lassen» (Ferrera 1976: 57). «Endzweck all dieser mathematischen Hilfsmittel soll es nicht sein, Gegner zu überzeugen — die Rezeptionsbereitschaft wird wohl durch mathematische Deduktionen ebenso wenig beeinflusst wie durch materielle Beweisstücke — sondern das Datenmaterial «zum Sprechen zu bringen», d. h. verborgene Eigenschaften und Zusammenhänge zwischen Einzeldaten aufzudecken» (ibid.). Für Parapsychologen dürften Ferreras Erörterungen interessant sein, da sie auch neuere mathematische Spezialgebiete wie «Automatische Klassifikation», «Spieltheorie» und «fuzzy sets theory» zur

Sprache bringen. Allerdings würde ich den «volkstümlichen generellen Manipulationsverdacht» (ibid.) nicht einfach als «unwissenschaftlich» abqualifizieren, sondern mich fragen, ob dieser Vorwurf nicht zumindest teilweise berechtigt ist, denn Formeln und Theorien sind tatsächlich oft klüger als ihre Autoren — und meistens wesentlich beschränkter in ihrem Anwendungsbereich, als es deren Benutzer meinen.

«Wir neigen dazu, in abstrakten Größen zu denken, doch diese zeichnen ein falsches Bild von der wirklichen Welt. Dieser Irrtum erhielt durch die industrielle Revolution im 18. Jahrhundert ungeheuren Auftrieb. Die Naturwissenschaft ließ sich von der Idee leiten, Quantitäten seien gute und zutreffende Kriterien. Dann verfiel sie in den Fehler, Zahlen für Quantität zu halten. Man schwört auf die Statistik, die mit Zahlen umgeht, als wären es Quantitäten. In Wirklichkeit haben Zahl und Quantität verschiedene logische Ursprünge. Zahlen sind diskret... Quantitäten sind stets Annäherungen» (Bateson 1978: 58; Auslassung von mir).

«Was wir vielleicht am meisten brauchen, ist ein Abschalten von globalen, nationalen, insgesamt von allen übermenschlichen großen Statistiken» (Schumacher 1979: 27). Schalten wir also einen dominierenden Faktor unseres Weltbildes einmal ab — dann werden wir fähig sein, auch andere Erkenntnisquellen wahrzunehmen.

26 Challoner 1976: 280.

27 Duerr 1978: 315, Anm. 96.

28 Ps 38, 22: «Verlasse mich nicht, Jahwe, mein Gott, bleib nicht ferne von mir.» Und am Kreuz: «Eloi, Eloi, lama sabachtani» (Mk 15, 34), ein Ausspruch des sterbenden Christus, der mit Ps 22, 2 identisch ist: «Mein Gott, warum hast du mich verlassen!»

29 «Das erste wichtige Problem bei der vorgeschlagenen Entwicklung zustandsspezifischer Wissenschaftsformen ist die <Offensichtlichkeit> der erkannten Wahrheit... Dieses Gefühl der absoluten Gewißheit ist höchst befriedigend; aber einer der historischen Gründe für die Entwicklung der Wissenschaft war ... die Anerkennung der Tatsache, daß selbst absolute Gewißheit keine Garantie dafür ist, daß man auch tatsächlich recht hat... Der Mensch ... empfindet kein Bedürfnis nach Verifizierung und möchte das Risiko einer Falsifizierung nicht eingehen ... Da eine der größten Stärken der Wissenschaft darin besteht, daß sie unbedingt auf Bestätigung ihrer Grunderkenntnisse und der Logik ihrer Theorien besteht, kann sich das Gefühl der absoluten Gewißheit als ein ernsthafter Nachteil sowohl für die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit als auch für die Entwicklung von bewußtseinszustands-orientierten Wissenschaften erweisen. Zwar kann allzu großes Mißtrauen ebenso zu einem neurotischen Verhalten führen wie allzu große Leichtgläubigkeit, aber Forscher, die den Versuch unternehmen, solche Wissenschaften zu entwickeln, müssen einfach 1er-

nen, dem allzu Offensichtlichen ein gewisses Mißtrauen entgegenzubringen, oder präziser ausgedrückt: sie müssen das Gefühl der Gewißheit als eine wirkliche Erfahrung akzeptieren, d. h. als eine Gegebenheit, aber sie dürfen sich dadurch nicht verleiten lassen, die Notwendigkeit weiterer Untersuchungen zu übersehen» [Tart (1975) 1978: 79 — 80; Auslassungen von mir]. Hierbei ist dem Faktor *Eigenerfahrung* ganz besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Ein Wissenschaftler, der zustandsspezifische Wissenschaftsformen entwickeln möchte, hat *selbst* in jene Erfahrungsbereiche hineinzugehen, die er untersucht.

«Aber wo auch immer wir mit der Begründung innehalten werden, irgendwo halten wir eben inne. Und das ist ja auch die natürlichste Sache der Welt. Von <Abbruch>, <Willkür>, <Dogma> usw. werden wir doch wohl immer nur dann reden, wenn wir uns *unbefriedigt* fühlen, wenn sich noch weitere *ernsthafte* Zweifel (und keine <paper doubts>!) einstellen. Daß auch gegenüber der jeweils sichersten Begründung Zweifel <denkbar> oder <logisch möglich> sind (cf. hierzu H. Schnädelbach: *Reflexion und Diskurs*, Frankfurt/M. 1977, S. 263 f.), das liegt daran, daß keiner von uns der liebe Gott ist. Wir sind eben Sterbliche und haben eine sterbliche Wissenschaft. Ein *Mangel* wird das nur für denjenigen sein, der Mühe hat, seine christlichen Gelüste zu zügeln und dessen geheime Maxime <Alles oder Nichts> ist. Natürlich kann jeder Begriffe wie <Begründung> oder <Gewißheit> zunächst *überidealisieren*, dann feststellen, daß solche Abstraktionen im Leben und in der Wissenschaft unanwendbar sind, und sie schließlich zum Teufel jagen» (Duerr 1978: 321). Abstrahierung und Überidealisierung sind das Ende jeder vernünftigen Sprechweise und dienen wohl einzig dazu, möglichst weit weg von der fraglichen Sache zu bleiben. Diese Verhaltensweisen entsprechen der Ästhetisierung und bedeuten stets: «Up, up, and away!» — oder: «Igitt, igitt!», «Pfui Deibel!»

³⁰ Vgl. Kapitel 4.3: *Eine merkwürdige Realität*.

³¹ Vgl. Fischer 1975:179—198.

³² Diese und andere Arten des Verhaftetseins, die sich der Versunkenheit (samadhi) hindernd entgegenstellen, werden in der vedischen Überlieferung mit dem Wort *kashaya* bezeichnet: «Das Wort bedeutet <Gummi, Harz, Extrakt oder Saft von einem Baum>; als Adjektiv kann es sowohl <rot, dunkelrot oder braun> wie auch <wohlriechend, zusammenziehend; unsauber, schmutzig> heißen. *Kashaya* als Substantiv heißt auch <ein zusammenziehender Geschmack oder Geruch>; ebenfalls <anstreichen, einschmieren, salben; den Körper mit duftenden Salben einreiben (der Grundstoff von Salben besteht aus harzigen Extrakten gewisser Bäume); Schmutz, Unsauberkeit>. In bezug auf die Psyche bedeutet das Wort <Bindung an weltliche Objekte; Leidenschaft, Affektivität, Stumpfheit, Dummheit>. So darf man wohl sagen, *kashaya* bezeichne etwas mit starkem Geruch und Aroma Behaftetes, Klebriges, das das Helle verdunkelt. Das Wort wird im Vedanta

benutzt, um metaphorisch eine versteifte oder verhärtete Seelenhaltung zu kennzeichnen. Ein solcher Adept ist unfähig, zu lernen und zur Ruhe im Selbst zu kommen, weil seine geistige Beweglichkeit durch die latenten, von seinen Liebhabereien, Passionen, Zu- und Abneigungen bestimmten Abhängigkeiten und Tendenzen (wörtlich «Gerüche, Düfte», *kashaya*) *versteift*, verhärtet, gelähmt oder betäubt worden ist. Diese Tendenzen quellen wie Harz aus den unbewußten, verborgenen Kammern, in denen die Erfahrungen aus früheren Leben aufgespeichert liegen und nun die Ursache sind für alle die besonderen persönlichen Reaktionen des Individuums auf Eindrücke und Ereignisse. Diese Veranlagungen — das karmische Erbe aus früheren Zeiten — äußern sich als heimliches Begehren nach erneutem Genuß. Sie erfüllen die innere Atmosphäre wie duftender Rauch verbrannten Harzes oder wie ein Wohlgeruch, der lang Vergangenes ins Gedächtnis ruft, und so versperren sie den Weg. Sie verursachen Bindungen, Gedanken an weltliche Dinge, die man schon hinter sich gelassen haben sollte. Sie überziehen das Feld innerer Visionen wie eine dunkle Salbe. Und so ist das Ziel der Aufmerksamkeit verschwommen, das Streben nach dem inneren Selbst abgelenkt, der Verstand festgebannt in den Zauber lockerer, aufreizender Rückerinnerungen und verführerischer Vergangenheitsbilder, hinschmelzend in tiefem Heimweh. So ist der Adept außerstande, sich zu stählen für die Kraftanspannung, die er zur Erlösung braucht» [Zimmer (1951)1961:391-392].

- ³³ In der vedischen Tradition heißt dieses Hindernis *vikshepa*, die Zerstreuung: «Die Schwingung des Geistes kann nicht in die eindeutige Richtung gelenkt werden, die schließlich zum Samadhi hinführt. Der Geist verharrt in seinem normalen Wachsein, weil er durch Sinneseindrücke abgelenkt und zerstreut wird. Allerlei Bilder, Gedanken und Erinnerungen tauchen in ihm auf, eine Folge seiner elementaren Neigung, sich in alles hineinzuwandeln, das ihm Sinne, Gedächtnis und Intuition anbieten. So bleibt der Adept ein Behälter für vorbeirauschende, flüchtige Inhalte, und es heißt von ihm, er sei «zerstreut» (*vikshipta*). *Vikshepa* ist die Geisteshaltung im Alltagsleben. Auch dann, wenn die Kräfte sich notwendig konzentrieren sollten, kommen sie doch nicht zur Ruhe. Den *Yoga-Sutras* zufolge muß dieser unfreiwillige Zustand überwunden werden durch eine wohldurchdachte, eiserne Anspannung der Konzentration, bevor überhaupt mit einem Weiterkommen auf dem Wege der Yogapraktik gerechnet werden kann» [Zimmer(1951) 1961: 391].

- ³⁴ «Der Adept nimmt dieses Hinschmelzen (*laya*) irrtümlich für das Eintauchen ins Selbst. Der Tiefschlaf überfällt ihn, wenn es der spontanen Aktivität des nach innen gewendeten Geistes (*citta-vritti*) nicht gelingt, das wandellose Eine Ganze zu fassen und festzuhalten» [Zimmer (1951) 1961: 391]. Dieses Hindernis *laya* ist schon im 1. Kapitel in der Anmerkung 2 angeführt worden.

- 35 Vgl. z.B. Ebon 1977: 392 — 396.
- 36 Vgl. Castaneda (1972) 1975:116,132.
- 37 Vgl. Kapitel 5.3: «Die vollkommene Freude der gegenseitigen Erkenntnis.»
- 38 Vgl. Gruber 1981: 371 — 384, der über die Probleme der Parapsychologen schreibt. Auch diese — nach wie vor um die Anerkennung seitens der etablierten Wissenschaften kämpfenden — Forscher versuchen mühsam, dort eine Ordnung zu entdecken, wo sie dem Fremden in Form des ungeordneten Paranormalen gegenüberstehen.
- 39 Das Herangehen des Wissenschaftlers an das Fremde ist «vielfach von einem Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt gekennzeichnet, dessen Auflösung durch Bestätigungs- und Rechtfertigungsdenken verhindert wird» (Gruber 1981: 374).
- 40 Gruber 1981: 374.
- 41 Cf. 40.
- 42 Daß vor allem bei Erfahrungen im Umfeld der Außerkörperlichkeit ein gefühlsmäßig wie intellektuell unbefriedigender Rest übrigbleibt, hat auch C. G. Jung empfunden: «Natürlich fragte ich mich, was es heiße, daß ein Traum dermaßen auf seiner Wirklichkeit und dem Wachsein insistierte ... Wachsein heißt Wirklichkeit wahrnehmen. Der Traum stellt also eine der Wirklichkeit äquivalente Situation dar, in der er eine Art von Erwachtsein schafft. . . Die Erklärung des Erlebnisses als eine psychische Kompensation hat mich nie ganz befriedigt, und zu sagen, es sei eine Halluzination, genügte mir nicht. Ich fühlte mich verpflichtet, den Realitätscharakter ebenfalls zu berücksichtigen ... Meine Phantasie hat sich noch lange mit diesem sonderbaren Traumerlebnis beschäftigt» [(1961) 1962: 233 — 235; Auslassungen von mir]. — «Seitdem weiß ich, daß ein Innen aussehen kann wie ein Außen und ebenso ein Außen wie ein Innen ... Aber wenn solches einem selber zustößt, so kann man nicht umhin, es ernster zu nehmen, als wenn man davon hört oder irgendwo darüber liest. Im allgemeinen hat man bei solchen Erzählungen allerhand Erklärungen rasch zur Hand. Ich bin jedenfalls zum Schluß gekommen, daß wir in bezug auf das Unbewußte *noch vieler Erfahrungen* bedürfen, bevor wir uns auf Theorien festlegen» (ibid.: 291; Auslassung und Hervorhebung von mir].
- 43 Methoden, wie sie z.B. von Williams (1980) ⁵1981 beschrieben werden. Williams gibt in seinem *Jungian-Senoi Dreamwork Manual* über 30 Methoden an, die man alle *vor* jeder schulpsychologiekonformen Interpretationsweise anwenden sollte. Dann wird man erkennen, daß Deutungstechniken ziemlich belanglos sind und eher die Funktion haben, möglichst weit von

der ursprünglichen Aussage des Traumes wegzukommen. Statt sich zu fragen, wie die nächtlichen Ereignisse erklärt, gedeutet, bewiesen oder widerlegt werden können, nähert man sich seinen Erfahrungen mit der Offenheit eines vorurteilslosen Kindes und mit der Bereitschaft, ganz neue Möglichkeiten für ein sinnvolles Leben zu entdecken. Denn die praktische Bedeutung eines Traumes ergibt sich viel eher durch seine *Aktualisierung* als durch seine Deutung. Jede Interpretation ist ein Reduktions- und Rationalisierungsvorgang, bei dem die Traum inhalte, die <Symbole>, dem Träumer *entfremdet* werden.

- 44 Wer sich seiner ethischen Verpflichtung und der Eigenverantwortlichkeit entzieht, ist ein typischer <Kürbissiegelbewahrer> (vgl. Anm. 19!). «Einen *wirklichen* Schamanen würden die Sprüche Don Juans vom <man of knowledge>, der keine Ehre kennt, keine Würde, keine Familie, keinen Stamm, noch tausendmal mehr befremden als uns. Und was würde er gar denken von einem Bhagwan, der einen *hadiqua*, einen Paradiesgarten voll harmloser, ewig hüpfender, singender und lachender orangegekleideter Kinder entwirft... Ich weiß nicht, was er denken würde» (Duerr 1981: 638, Auslassung von mir). Was er denken würde? Han Shan würde sagen: «Kürbiskopf!» Allerdings kann man die Sache, so meint Christoph Roos, auch anders sehen, etwa in der Richtung, wie sie in 1 Kor 7, 29 — 31, Lk 14, 26 und Mt 16, 24 — 26 dargestellt ist. Eine deutliche Sprache! Es wird nichts weniger denn die Zerstörung des alten Ich-Panzers verlangt und dazu aufgefordert, alle festen Bindungen zu durchschneiden. Diese Zertrümmerung der diesseitigen Weltverhaftung scheint Bhagwan Rajneesh durch diverse Körpertherapien anzustreben. Immerhin kann dies als Versuch gewertet werden, eine bessere Ausgangsposition zu erreichen (wenn auch mit vielen <wenns> und manchem <aber>. — Jedenfalls scheint es verfrüht, darüber abschließend zu urteilen, denn man weiß ja nicht, wie sich die Sache weiterentwickelt. Auch der Paradiesgarten *hadiqua* sieht etwas anders aus, wenn man ihn vom Blickwinkel des «Reiches der Brüder und Schwestern des freien Geistes» betrachtet.
- 45 Jung postuliert dagegen: Der Traum ist «die Äußerung eines unwillkürlichen, dem Einfluß des Bewußtseins entzogenen, unbewußten seelischen Prozesses, der die innere Wahrheit und Wirklichkeit so darstellt, wie sie ist; nicht weil ich sie so vermute, und nicht wie er sie haben möchte, sondern *wie sie ist*» (Jung 1948 in: Jung GW 16: 152). Dieses Postulat kann von luziden Träumern und von Trauminkubationsspezialisten jederzeit falsifiziert werden. Aus der ideoplastischen Verformbarkeit (vgl. Lischka 1979: 28 — 31, 143 — 153) läßt sich folgern, daß sogar die normalen Träume alles andere denn <unwillkürliche> Prozesse sind, sondern maßgeblich von der bewußten Einstellung des Alltag-Ichs abhängen. Auf diesen Sachverhalt hat Sigmund Freud schon 1932 hingewiesen (vgl. Kapitel 3.5: «Vorbereitung des Paradigmenwechsels»). Die Aussage Freuds, daß es durchaus möglich sei, ohne Traumentstellung zu träumen, *wenn* auch im Alltag kein Grund zur Verdrängung bestehe, ist außerordentlich deutlich (vgl. hierzu Zurfluh

1981: 478 — 481). Sie ist viel direkter auf die Situation des Individuums in der Gesellschaft bezogen als Jungs Feststellung, viele Träume hätten einen kompensatorischen Charakter [vgl. z.B. Jung (1921) ⁹1960: 484 — 486], denn sie zeigt unmißverständlich, wo der «Hund begraben liegt» — nämlich in den Zielsetzungen der menschlichen Gesellschaft. Ziele, die nicht auf die Bedürfnisse des einzelnen Menschen, sondern auf Sachzwänge abgestimmt sind, führen zur Disharmonie des Traumlebens und zu Depressionen im Alltag. Wird der Mensch gezwungen, die von der Gesellschaft, vom Moloch des «allgemeinen Consensus», geforderten Leistungen zu erbringen, hat er keine Chance mehr, sein individuelles Menschsein zu leben. Psychotherapie könnte also durchaus eine soziale Brisanz ersten Ranges haben, *wenn* sie die Ich-Bewußtseins-Kontinuität in den Mittelpunkt ihrer Bemühungen stellen würde — *statt* aus der Norm Fallendes gewaltsam in das bestehende Weltbild zu integrieren bzw. auszuschließen und zu pathologisieren (Psychologie als Kastrationsinstrument des Kreativen!).

- ⁴⁶ Wer sich ernsthaft mit Dingen auseinandersetzt, von denen die Eltern (alma mater und Vater Staat) nichts wissen wollen, verletzt die Anstandsregeln. Es droht nichts Geringeres als Ausschluß, Ächtung und Verlust der sozialen Sicherheiten. Die Eltern sind unter anderen Zeitumständen aufgewachsen und haben andere Sorgen und Nöte erlebt. Der Kampf um das tägliche Brot hat sie für die religiösen Bedürfnisse blindgemacht. Materielle Sicherung war vorrangig. Seelische Bedürfnisse mußten zurückgestellt werden. Für die junge Generation gleicht dieses Weltbild dem «Packeris». An den Mauern prangen Schriftzüge wie «Beton schmilzt nicht», «Grönland» und «SS» — Ausdruck der Versuche, gegen die Dämme einer Generation anzurennen, deren Lebensstil erstarrt und immer noch auf eine materielle Notsituation bezogen ist. Für die Erwachsenen sollte das «... und kein bißchen weise» Anstoß sein, sich nochmals hinzusetzen und intensiv nachzudenken und vor allem — zu fühlen. Außerdem müssen die Etablierten sich bewußt sein, daß völlig neue Formen vorerst in der Sprachlosigkeit verbleiben, weil das gängige Weltbild keine Äußerungsformen zur Verfügung stellt und keine Nischen kennt, wo das Neue eine echte Chance hätte, sich auszugestalten. Zu viele sind heute noch gezwungen, den sozialen Tod zu erleiden, wenn sie sich aufmachen, neue Lebensformen zu finden.

- ⁴⁷ Jung 1973: 365.

- ⁴⁸ Die Köpfung der Medusa durch Perseus kann möglicherweise mit der Eröffnung des Visuddha-Chakra zu tun haben. Dieses Chakra hängt mit dem Atemsystem zusammen, das durch den Halsplexus, den Plexus cervicus des zerebrospinalen Systems, dargestellt wird (nach: Govinda 1956:162, 163, der sich auf Curtis beruft). Dieses Halsgeflecht nennt man heute *Plexus cervicalis* (vgl. Benninghoff-Goerttler⁸1967:339 und Wolf-Heidegger 1962: 87, Abb. 101). Bohm lokalisiert das Visuddha-Chakra «an der Basis der Kehle im Rückenmarkszentrum der Halsregion» (Bohm ²1966: 85). Für den

Anatomen dürfte es schwierig sein, dieses <Zentrum> zu finden. Ich würde der topographischen Anatomie den Lokalisierungsnachweis dieses und der anderen Chakras ersparen! Die Forderung nach einer exakten Lokalisierung ist bloß Ausdruck des Versuches, die Reduktionsbemühungen des materialistisch gefärbten Weltbildes zu fördern. Wichtig scheint mir die Aussage, daß es die Zone des Visuddha-Chakra ist, in der jene Sprachkraft entsteht, die das Zusammenspiel von oben und unten ausdrückt. Hier im Kehlkopfbereich vollzieht sich die Geburt der Sprache (vgl. *ibid.*: 88). Dieser Sachverhalt ist nicht ganz so banal, wie es den Anschein hat! Schließlich sind es «wahre und bedeutungsvolle Gedanken», die «den 16blättrigen Lotos zur Entfaltung» (*ibid.*: 93) bringen. Und wer kann schon behaupten, daß er ausschließlich gewichtigen Gedanken nachhängt?

Verblüffend ist auch folgende Aussage: «Für jeden Gedanken erscheint eine Form; z. B. zeigt sich der Rachedanke pfeilartig, zackig, der wohlwollende Gedanke dagegen als sich öffnende Blume; ein bestimmter Gedanke in regelmäßiger, symmetrischer Form, ein unklarer Gedanke in gekräuselten Umrissen (nach Steiner)» (*ibid.*: 93 — 94). Dieser Sachverhalt erinnert an erste Versuche eines Menschen, via Brücke die rechts- und linkshemisphärischen Gehirnfunktionen miteinander zu vereinbaren. Dies scheint vor allem im hypnagogischen Zustand möglich zu sein, im Übergangsfeld zwischen dem Wach- und dem Schlafzustand des Körpers. Lischka 1979: 67 — 68 hat derartiges beschrieben: er sah «kochende Karos» und «liebliche, rubin-rosa gefärbte Wolken», ferner eine «Ornamentscheibe mit spiralig angeordneten Elementen» und «zerflatternde Traumbilder». Möglicherweise hängt dies alles mit den sogenannten Formtendenzen der ätherischen Bildekräfte zusammen. Hierzu vgl. Beckh 1926: 383 — 393. Marti 1974 verneint die Identität der vier Äther mit den Bildekräften. Auf diese Diskussion innerhalb der Anthroposophie hat mich freundlicherweise Richard Simmel aufmerksam gemacht.

Man kann sich fragen, ob ein Zusammenhang mit den *Phosphenen* besteht, die bei der Photopsie auftreten. Unter *Photopsie* versteht man das «Auftreten von subjektiven Lichtempfindungen (in Form von Blitzen, Funken) bei mechanischer Reizung des Auges oder bei Erkrankungen der Sehbahnen bzw. des Hinterhirns» (Duden 1968: 448). Phosphene werden also nicht durch sichtbares Licht, sondern durch andere physikalische Effekte hervorgerufen. Knoll 1963: 201 — 226 hat eine Induzierung mittels «Rechteckimpulsen im enzephalographischen Frequenzbereich (1 bis 30 Hz)» (Schneider 1981: 203) durchgeführt. In der Folge wurden von der Versuchsperson «abstrakte oder ornamentartige Muster» (*ibid.*) beobachtet. Die Bilder «wurden meist in weißem oder leicht gefärbtem Licht vor schwarzem Hintergrund gesehen. Sie vibrierten teilweise oder liefen von oben nach unten mit einer Rate von drei Bildern pro Sekunde. Bei zusätzlicher Einnahme chemisch stimulierender Drogen wie Meskalin, Psilocybin oder LSD erschienen außerdem Landschaften, Blumen, Tiere, Maschinen und feuerwerkähnliche Muster . . . Die Beobachtungen lassen an Hand eines einfachen kybernetischen Modells Schlüsse auf die Existenz präformierter Neuronenketten zu» (*ibid.*: 203 — 204, Auslassung von mir). Auch hier hängt es

von der Theorie ab, welche Versuchsanordnung gewählt wird und wie die Schlußfolgerungen aussehen, die als relevant betrachtet werden.

Sicher wäre es lohnend, die Problematik des «Kehlkopfbereiches» mit all seinen Implikationen einmal von ganz verschiedenen Seiten her zu erforschen. Dieses Forschungsprogramm würde die Mythologie berücksichtigen und tantrische, anthroposophische und naturwissenschaftliche Methoden bzw. die entsprechenden Theorien benutzen müssen. Eine Sache der Zukunft?

- ⁴⁹ Vgl. Kerfenyi (1951) ²1968: 45, 147. Chrysaor ist der sterbliche Bruder des geflügelten Rosses Pegasos. Sein Name bedeutet «der mit dem goldenen Schwert» (ibid.: 45). Zur Geschichte des Chrysaor bzw. des Bellerophontes (ob nun der gleiche wie Chrysaor, ein Poseidonsohn auch er), der sich von seinem Vater ein geflügeltes Pferd wünschte, folgendes: Der Hengst trank oft aus der Doppelquelle Peirene. Diese entsprang oben auf dem Akrokorinth und auch unten am Anfang der Straße, die u. a. zum Heiligtum des Poseidon führte. Hier ließ sich das unsterbliche Roß vom sterblichen Bruder einfangen. Allerdings war es nicht leicht, das Tier festzuhalten, denn der Zaum war damals noch nicht erfunden. Um Rat von der Göttin Athene zu holen, schlief Bellerophontes bei ihrem Altar (Inkubation!). *Im Traum, der zugleich auch Wirklichkeit war*, übergab die Göttin dem Heros den Pferde bezwingenden Zauber. Beim Aufstehen ergriff der Jüngling das Wunderding: es lag da!

Bald danach tötete der junge Mann den Belleros, den «anfänglichen Feind» — daher der Namenswechsel von Chrysaor zu Bellerophontes. Doch wie Apollon nach der Tötung des Drachen Delphyne, hatte auch er zu büßen und mußte sich reinigen lassen. Dies tat der Großkönig Proitos von Tiryns. Später wurde Bellerophontes Opfer einer Intrige: Die Königin hatte versucht, ihn zu verführen, doch wies sie der Jüngling zurück, worauf die Verschmähte bei ihrem Manne vorgab, verführt worden zu sein. Da Proitos es nicht wagte, Bellerophontes zu töten, schickte er ihn zum König von Lykien, der den Jüngling töten sollte.

Als erstes hetzte man das dreiköpfige Ziegenwesen auf ihn. Diese Chimäre war vorne Löwe und hinten Schlange, konnte aber Bellerophontes nichts anhaben, da er sich auf dem Rücken des Pegasos in die Höhe erhob und es von oben abschoß. Auch die Kämpfe gegen das von den Göttern geliebte Volk der Solymer und gegen die Amazonen bestand der Pegasos-Reiter erfolgreich. Ebenso überstand er siegreich einen tückischen Hinterhalt. Da erkannte der König den Sproß der Götter in ihm, hielt ihn bei sich zurück, gab ihm seine Tochter zur Frau und überließ ihm die Hälfte seines Reiches. — Eines Tages wurde Bellerophontes zum Himmelsstürmer. Aus Enttäuschung und Zweifel, aus Bitterkeit oder aus Ungestüm? Oder wollte er etwas für seine Mitmenschen erreichen? Sei dem wie es wolle, der göttliche Hengst warf den verwegenen Reiter ab. Und er fiel auf die Ebene Aleion, die «Ebene des Umherirrens», wo er, fern in Kleinasien, die Menschen mied. Hinkend trauerte er da über das Los der Sterblichen — oder hatte er sich bloß deshalb zurückgezogen, um sich in der Stille auf den leiblichen Tod

vorzubereiten? Wer weiß — ich habe auf jeden Fall die Geschichte von Chrysaor/Bellerophon nacherzählt aufgrund des Textes von Kerényi (1958) 1966:70-73.

Mit der Köpfung der Meduse ist auch einer ihrer schöpferischen Aspekte befreit worden — sie hat ihren lähmenden, versteinernen Charakter verloren. Dies hängt mit der Herauslösung des Bewußtseins aus dem Reich der Dunklen Mutter zusammen. Es muß seine Fesseln abstreifen und aus dem Gefängnis heraustreten können, wozu es des «Heros in tausend Gestalten» [Campbell (1949) 1953] bedarf, der mit seiner Tat einen neuen Abschnitt der «Ursprungsgeschichte des Bewußtseins» [Neumann (1949) o.J.] in die Wege leitet.

Zum bewußten Handeln und der Hybris schreibt Neumann: «Die <Vernichtung durch den Geist> ist das Motiv schon im babylonischen Etana-Mythos, in dem der vom Adler zum Himmel entführte Held abstürzend zerschellt ... Auch am kretischen Ikaros, der im Flug der Sonne zu nahe kommt und an Bellerophon, der auf dem geflügelten Pegasus in den Himmel gelangen will, abstürzt und wahnsinnig wird, ist die gleiche mythologische Situation dargestellt. Bei der Hybris des Theseus und anderen Helden handelt es sich um eine ähnliche Konstellation. Der Held muß, gerade weil er gottgezeugt ist, <fromm> sein und ein *volles Bewußtsein dessen haben, was er tut*. Handelt er aber aus dem Übermut des Ichwahns, den die Griechen Hybris nennen, und ehrfürchtet nicht das Numinose, gegen das er kämpft, dann mißglückt die Tat. Zu hoch Fliegenwollen und Fallen ebenso wie zu tief Eindringenwollen und Festgehaltenwerden sind Symptome einer Ichüberschätzung, die mit Untergang, Tod oder Wahnsinn endet. Die ichüberhebliche Verachtung der transpersonalen Mächte oben oder unten führt dahin, ihr Opfer zu werden, sei es, daß der Held abstürzt wie Etana, im Meer ertrinkt wie Ikarus, in der Unterwelt festgehalten wird wie Theseus, an den Felsen angeschmiedet wird wie Prometheus, oder büßt wie die Titanen»[(1949) o.J.: 154-155; Auslassung und Hervorhebung von mir].

⁵⁰ Vgl. Kerényi (1951) ²1968: 84.

⁵¹ Kerényi (1958) 1966: 70.

⁵² Cf. 50.

⁵³ «Tritt man weit genug von den Dingen zurück, sieht man sie etwa im Schatten der Ewigkeit, zusammen mit den zahllosen Dingen, die vorher waren oder die nachher sein werden, dann verlieren sie jegliche Bedeutung und Wichtigkeit: sie werden leer, und man wird selber leer und frei, man kommt, wie Bhagwan sagt, inmitten des Wirbelwinds zur Ruhe» (Duerr 1981: 630). Diese Leere ist aber alles andere denn offen, da sie sich strikt abgrenzt und durch nichts bewegen läßt. Eine Art Zustand <maximaler Entropie-, der *Wärmetod*, das Chaos — es sind keine Wechselwirkungen

mehr möglich! Wer wie Bhagwan Rajneesh diesen Zustand der absoluten Beziehungslosigkeit ernsthaft propagiert, ist nichts anderes denn ein Zyniker und totaler Menschenverächter. Ihn sollte der Pegasos lieber heute als morgen kräftig in den Hintern treten. — Andererseits darf man des Bhagwan Rajneesh oft sehr situations- und personenbezogene Äußerungen (Frage-Antwort) nicht allzusehr aus dem jeweiligen Textzusammenhang nehmen und isoliert betrachten. Sonst ist er nichts anderes als ein sich ewig widersprechender Vielschreiber. Außerdem — «Im Zentrum des Zyklons» (Lilly (1972) 1976] ist irgendwie fast sprichwörtlich geworden.

⁵⁴ Vgl. Kapitel 4.2: *Schweigen und schauen*.

Anmerkungen zum 3. Kapitel

- ¹ Duerr 1978 :116.
- ² «Wer seine Unschuld bewahren will, kann zu bewußtem Menschsein nicht Vordringen. Bewußtes Menschsein öffnet sich nur dem, der bereit ist, seine Schuld der Trennung und Unterscheidung auf sich zu nehmen und in eigener Verantwortung für diese seine Schuld vor Gott und Menschen einzustehen» (Coerper 1981 : 71).
«Die Menschen haben immer wieder die Wahl. Aber bereits die Eva des Alten Testaments gab ja bekanntlich die Geborgenheit des Paradieses hin für die Wahrheit» (Duerr 1978 :157).
- ³ Man sucht nach Gründen für die plötzliche innere Unruhe. Meint man diese in den gesellschaftlichen Bedingungen zu finden, setzt man alles daran, diese zu verändern. Doch ist das Beharrungsvermögen eines sozialen Gefüges weit größer, als man meint. Umfassende gesellschaftliche Veränderungen benötigen wegen des komplizierten inneren Aufbaues von Sozietäten oft mehr Zeit als nur die Spanne eines individuellen Lebens. Außerdem braucht es viel Geduld, es ist mit Rückschlägen und Enttäuschungen zu rechnen — oder mit völlig unvorhergesehenen Entwicklungen. Deshalb ist es kaum möglich, so etwas wie eine persönliche Sinnfindung in der Projektion auf bestimmte Gesellschaftsformen und die für deren Realisierung notwendigen Veränderungen zu finden. Die Selbstbemitleidung und das Wehklagen vieler akademischer 68er sind typische Reaktionen auf die selbstverschuldete intellektuelle, politische und gefühlsmäßige Fehleinschätzung der Wandlungsmöglichkeiten einer Gemeinschaft. Wer nach einem politisch aktiven Leben und der Pensionierung eine schwere Depression durchmacht, weil er seine politischen Hoffnungen ferner denn je sieht, findet nur schwer einen anderen Halt im Leben.
- ⁴ Wer unfähig ist oder die Möglichkeit nicht hat, Aggressionen und Frustrationen nach außen zu leben bzw. in eine schöpferische Tätigkeit zu transformieren, richtet das Zerstörerische gegen sich selbst. Dies geschieht meist in kleinen Schritten z. B. durch Rauchen und Trinken, manchmal auch ganz direkt durch Fixen. In bezug auf die Problematik der nächtlichen Erfahrungen ist darauf zu achten, daß das Nachtleben der modernen Industriegesellschaft sich ausschließlich auf der Alltagsebene fortsetzt. Dies geschieht in einer Art Steigerungsform: je später der Abend, desto härter die Getränke, desto schwüler und angeheizter die Stimmung und desto größer die Schlaflosigkeit. Meines Erachtens drücken all diese Tätigkeiten das große Bedürfnis des Menschen nach persönlicher Erfahrung aus, besonders nach der Erfahrung anderer Wirklichkeitsebenen. Nur werden leider die falschen Mittel verwendet. Und das Interesse, andere Mittel kennenzulernen, kann gar nicht erst aufkommen, da man im Teufelskreis

von Produktion und Konsum gehalten wird. «Eine Stadt in Bewegung» hat es eben schwer, den Wandel durchzuhalten, wenn die Auseinandersetzung einzig auf der Straße geschieht und die Räumlichkeiten (im weitesten Sinne des Wortes) fehlen, um sich mit dem ganz Persönlichen und seiner Relevanz für die Gesellschaft zu beschäftigen. — Man kann sich selbst auch zum Mitglied der schweigenden Mehrheit herunterdämpfen. Dafür hat die chemische Industrie genügend Produkte zur Verfügung gestellt — sie alle wirken nebenbei auch traumunterdrückend!

Andererseits gibt es gerade in der modernen Gesellschaft ein unglaublich großes Potential der Selbstverwirklichung durch den Einbezug der nächtlichen Schlaferfahrungen in den Alltag. Ein ganzes Heer «grüner Witwen» hat wie die Arbeitslosen die Möglichkeit, sich ganz intensiv mit den Quellen der Nacht auseinanderzusetzen. Dazu gehören auch Pensionierte, Kranke und Teilzeitbeschäftigte, so daß von diesen Seiten her der gesellschaftliche Wandel vorangetrieben werden könnte, wenn die Bereitschaft zum «Erkenne dich selbst» besteht.

- 5 *Stranger in a Strange Land* von Robert A. Heinlein 1970 erzählt die Geschichte eines Mannes, der unter Marsianern aufwuchs und deren Erziehung genoß. Für ihn ist die Erde eine völlig fremde und unverständliche Welt. Franz Kafka hat die totale Entfremdung meisterhaft geschildert. Über den Fremden im eigenen Haus vgl. z. B. *Die Verwandlung*, aber auch den *Brief an den Vater*!
- 6 Man täuscht andere und sich selbst über die tatsächlich gehegten Gefühle und Gedanken in einer bestimmten Situation — und ist doch bloß ein miserabler Clown. C.G. Jung nennt die ad hoc vorgenommene Einstellung *Persona*. «Die Persona ist also ein Funktionskomplex, der aus Gründen der Anpassung oder der notwendigen Bequemlichkeit zustande gekommen, aber nicht identisch ist mit der Individualität. Der Funktionskomplex der Persona bezieht sich ausschließlich auf das Verhältnis zu den Objekten» [Jung (1921) 1960 : 505]. Das Rollenverhalten kann derart in den Vordergrund treten, daß schließlich keine menschliche Begegnung mehr möglich ist. Es gibt Berufsgruppen, die dieser Gefahr ganz besonders ausgesetzt sind, denn «psychische Vorgänge im Zusammenhang mit der Berufsrolle sind mindestens ebenso wichtig für sogenannte Entgleisungen in einer Polizeitruppe wie die Delegation des Überich auf den Befehlshaber, und zwar vor allem ein Mechanismus, den ich (Paul Parin) die Identifikation des Ich mit der (Ideologie einer institutionellen) Rolle genannt habe. Dieser Faktor fällt etwa mit dem zusammen, was man unter «deformation professionnelle» versteht. Durch längere Zugehörigkeit zu einer fest organisierten Institution erfolgt bei den meisten Personen eine unbemerkte Angleichung an Verhaltensnormen, die ihre Rolle darin bestimmen, und an Erwartungen (zum Beispiel an Macht, Prestige oder auch Ablehnung, Verachtung), die sie mit sich bringt, und an Erwartungen, die andere Personen an den Rollenrepräsentanten herantragen. So gibt es den typischen Offizier, Polizisten, Psychiater, Manager, aber auch den typischen Bergarbeiter, Typographen,

Literaten. Sobald die Persönlichkeit durch irgendwelche äußeren oder inneren Konflikte verunsichert ist, eine Festigung braucht, pflegt sich das einmal etablierte Rollenverhalten zu verstärken und dadurch die erschütterten oder bedrohten Ichfunktionen kompensatorisch zu ersetzen» (Parin 1980 : 162— 163). Vgl. auch Peter Bichsel 1980: 232 — 235 und Reinhard Stumm 1980:41 —44.

⁷ Coerper 1981:75 (Auslassung von mir).

⁸ Cf. 7 S. 77. — Hier ist nun gerade der Ort, um einem Irrtum vorzubeugen. Coerper schreibt: «Diese <andere Wirklichkeit> nämlich beinhaltet das, was das Leben eigentlich bedingt, das *Ens*, das die ganze Welt bewirkt und zusammenhält»(ibid.). Weshalb sollte das *Ens* in einer *anderen* Wirklichkeit zu finden sein? Schließlich durchdringt es alle möglichen Wirklichkeiten — und es kommt bloß darauf an, diesen Ganzheitsfaktor zu erkennen. Dies kann in jeder Realität geschehen, sofern sie nicht verabsolutiert wurde. Für mich gibt es nur eine einzige Wirklichkeit. Jeder Augenblick ist Ausdruck des Einen — und kein Moment ist absolut. Es ist ungeschickt, von einem Extrem ins andere zu fallen. Wer sich *zuvor* ausschließlich von der Alltagswirklichkeit bestimmen ließ, richtet sich oft *danach* nur noch nach der «anderen Wirklichkeit». Die Bildung eines Gegensatzes ist dann unvermeidbar, es gibt etwas, was das Leben uneigentlich und etwas, was es eigentlich bedingt. Dieses Auseinanderreißen führt zu willkürlichen Grenzziehungen und verlangt Schutzmaßnahmen. Um die Einheit wiederzuerlangen, muß die eigene Position relativiert werden. Die Welt als Ganzes besteht nicht aus Oppositionen, nicht aus einem *Tonal* dem ein *Nagual* entgegensteht, nicht aus *dieser* Wirklichkeit, die von einer *anderen* durch einen unüberbrückbaren Abgrund getrennt bleibt. Sie ist auch nicht *entweder* subjektiv *oder* objektiv, sondern stets beides. A.S. Eddington hat diesen unauflöslichen Zusammenhang zwischen dem Subjektiven und dem Objektiven <selektiver Subjektivismus> genannt: «Unserer Ansicht nach ist das physikalische Universum weder gänzlich subjektiv noch gänzlich objektiv, aber auch keine einfache Mischung von subjektiven und objektiven Wesenheiten oder Merkmalen» [Eddington (1939) 1949: 41]. Es ist ein äußerst komplexes Wechselwirkungsgefüge! — Um dieses Tertium zum Tragen zu bringen, sind *beide* Seiten (irgendeines Gegensatzes) gleichermaßen anzuerkennen und miteinander zu leben. Dies entspricht dem <Kreisen des Lichtes> bzw. der <Rotatio> und erzeugt das, was die <freie Fluktuation der semantischen Felder> genannt werden kann. Dieser Ansatz erlaubt es, die leidige, völlig fruchtbare Diskussion über die

<Wahrheit an sich>, das <Ding an sich> und den <Archetypus> zu beenden. Denn keine einzige Auffassung, die auf einem Standpunkt beharrt, der Gegensätze erzeugt, «wird begreifen können, daß in der Realität stets ein hochkomplexes Beziehungsgefüge zur Einheit verwoben ist und damit jedes Fragen nach der *eigentlichen Wirklichkeit* zur Realitätsflucht wird» (Zurfluh 1981:484).

- 9 Nirvana und Samsara sind Zustandsbezeichnungen für das Ich, die in der indischen Tradition eine weitläufig diskutierte Begriffsgeschichte haben und deshalb nur schwer verständlich sind. Die übliche Auffassung, daß das Nirvana, «die unerschütterliche Ruhe der Vollendung, der höchste Zustand der Befreiung, in den die Seelen nach zahllosen Daseinsformen eingehen» (von Mangoldt 1966: 48), sei, ist bloß eine behelfsmäßige Charakterisierung. Stellt man dem Nirvana das Samsara als die Fülle der Erscheinungsformen gegenüber, so muß man sich dessen bewußt sein, daß dieses Pleroma, diese Vielfalt, nur dann einen Kreislauf der Wiedergeburten erzwingt, wenn sich der Mensch der Tatsache des Nirvana nicht gewahr geworden ist und der Fülle verhaftet bleibt. Genau gesagt kann er als Gefesselter immer nur einem ganz bestimmten Teil der Vielfalt absolut verbunden sein. Würde er die Gesamtheit der Erscheinungen gelten lassen, wäre er schon wieder mit einem Fuß im Nirvana. Dieser Einheitszustand, in dem die Vielfalt ihre Mitte in der Einheit gefunden hat, stellt die göttliche Umarmungsform von Shiva und Shakti dar. Nirvana meint dann nicht die Loslösung von der Welt der Erscheinungen, sondern die vollkommene Er- und Durchleuchtung der Welt der Erscheinungen in bezug auf die Einheit. In dem Moment hat das Samsara seine *absolut* bindende Kraft verloren und ist relativiert worden. Nirvana ist also keineswegs ein Ziel, ein Endzustand, sondern ein Durchgangszustand, der *seine* vollkommene Glückseligkeit erst aus der Verbindung und Vereinigung mit dem Samsara erhält. Für einen Erleuchteten gibt es keine Wiedergeburtssproblematik. Er hat das kleinliche, das selbstsüchtige Ich, das da seine Inkarnationen aufrechnet, abgestreift und sagt nur noch: -Ich bin, der ich bin.» Da er die Kontinuität des Ich-Bewußtseins auf allen Ebenen beibehält, kann er die unendlich vielen Wandlungsformen in vollkommener Gelassenheit geschehen lassen und mitgestalten. — Ein wunderbares Bild für jemanden, der die Einheit von Nirvana und Samsara lebt, ist der Hinkende, d. h. jemand, der die Asymmetrie realisiert hat und beide Seiten in sich vereint.
- 10 Lu K'uan Yü (1964) 1967: 95; Auslassung von mir, der Klammerausdruck hinter <Sambodhi> entspricht der Anmerkung 2 von Lu K'uan Yü.
- 11 Messner 1978:178.
- 12 Die Ähnlichkeit mit Erfahrungen von Bergsteigern ist offensichtlich. So schreibt Reinhold Messner: «Wenn ich einmal in Gipfelnähe bin, ist es, als ob ich dorthin müsse, um wieder in ein seelisches Gleichgewicht zu pendeln, der höchste Punkt ist dann unverfehlbar» (1978: 182). «Als Peter Boardman und der Sherpa Pertemba am 26. September 1975 vom Gipfel des Mount Everest abstiegen, kam ihnen im Nebel eine einsame Gestalt entgegen: Mike Burke, Kameramann der britischen Everest-Südwestwand-Expedition. «Jetzt ist es zu spät», sagten die beiden Absteigenden .. . Mike Burke aber wollte weiter, er wollte zum Gipfel... Er verschwand im Nebel und ward nie mehr gesehen» (ibid.: 181, Auslassungen von mir). Nach den

eigenen Erfahrungen Reinhold Messners kann Mike Burke «nicht in Gipfelnähe abgestürzt sein. Beim Aufstieg nicht, weil ihn da der Endpunkt wie magnetisch anzog, beim Abstieg nicht, weil er im Erfolgsbewußtsein hinunter wollte. Ob er in einer Art Vergessenheit oben sitzen geblieben ist?» (ibid.: 182).

13 Cf. II.

14 Chaoten sind keineswegs jene Jugendlichen, die in Basel, Zürich, Frankfurt oder sonstwo in der Innenstadt herumrennen und mit Polizisten Zusammenstößen. Niemand wird nämlich behaupten wollen, daß diese Rebellen oder Randalisierenden (je nach Standpunkt) zum Gähnen langweilige Leute seien. Aber das Verb zu «Chaos» ist *chainein*, was soviel wie gähnen(!) bedeutet. Wer gähnt, öffnet den Mund auf ungehörliche Art und Weise — und zeigt aller Welt die Tiefe seines klaffenden Abgrundes. Ein Gähnender ist kaum in der Lage, nur ein einziges Wort klar und deutlich auszusprechen. Wenn alle Welt gähnen würde, käme alles zum Stillstand — nichts ginge mehr. Es finden dann keine Wechselwirkungen mehr statt, alles bleibt formlos und ohne Bestimmtheit. Dieser Zustand ist nicht im entferntesten mit einem ungeordneten Hin-und Her-Geflippe verwandt oder von jener brodelnden Lebendigkeit, welche die schöpferische Potenz eines Sumpfes ausmacht, sondern eben totale, absolute und stinklangweilige *Beziehungslosigkeit*. Dieses beziehungs- und wechselwirkungslose Ungefüge ist die *massa confusa* der Alchemisten, ist jener Zustand der Materie, mit dem der Alchemist *noch nicht* in Wechselwirkung getreten ist. Der artifex bringt dieses Chaos durch seine Operationen allmählich in ganz bestimmte Prozeßbahnen hinein, so daß sich die vier Elemente zu einem harmonisch geordneten Beziehungsganzen verbinden können. Ohne das *Magnum Opus* würden die Elemente in der Vereinzelung verbleiben. Logischerweise nannten deshalb die Alchemisten das «in der Materie schlafende und verhüllte Bild der Gottheit. .. das erste Ur-Chaos..., oder die Erde des Paradieses, oder den runden Fisch im Meer, oder das Ei, oder einfach das rotundum. Dieses Runde war im Besitz des magischen Schlüssels, welcher die verschlossene Tür der Materie auftat» [Jung (1940) 1963: 58 — 59 (Auslassung von mir)]. Dieser «magische Schlüssel» dürfte wohl die *Fähigkeit* zur Wechselwirkung sein — aber man muß schon gehörig wach sein, um den schlafenden Demiurgen wecken zu können.

Der chaotische Zustand bedeutet somit eine völlig homogene Anordnung, in der überhaupt nichts geschieht und in der niemals etwas geschehen wird, es sei denn, die Anordnung würde irgendwie *gestört*, so daß eine erste Inhomogenität auftreten kann. Möglicherweise haben die Alchemisten diesen primären Störungszustand der *massa confusa* als *prima materia* bezeichnet. Denn in der *prima materia* liegen die vier Elemente im Streit. «Die Aufgabe des opus ist es, die Elemente miteinander zu versöhnen, so daß das *Eine* entsteht, nämlich der *filius philosophorum*. Ganz ähnlich dachten schon die Gnostiker des HIPPOLYTUS: sie sprachen vom Aufstieg und der Wiedergeburt Adams..., durch welche er vergeistigt wird. Er wird

genannt «mächtig im Kriege-; der Krieg aber sei der im Körper, welcher aus streitbaren Elementen bestehe» [Jung 1956 II: 157 — 158 Anm. 80 (Auslassung von mir)]. Tatsächlich dürfte ein willkürlich durchgeführter Austritt zur Außerkörperlichkeit (alchemistisch gesprochen: der Aufstieg und die Wiedergeburt Adams) möglich sein, wenn die widerstreitenden Elemente des innerkörperlichen Zustandes befriedet worden sind. Diese Befriedung ist alles andere denn ein freudloser Friedenszustand — sie hat kein Nirvanaextrem nötig. Die innere Glückseligkeit braucht weder verzückte Mienen noch hochgerissene Arme, um sich auszudrücken. Um sie andauern zu lassen, braucht man nicht in die Beziehungslosigkeit zu flüchten, in die Totenstille eines *Abgeschlossenen Systems*.

- 15 <Wärmetote> — eine Bezeichnung, die in folgendem Zusammenhang zu verstehen ist: «Der Endzustand wäre, daß alle Bewegungen zu Ruhe kämen und alle Wärmeunterschiede ausgeglichen würden. Diesen Zustand hat man als Wärmetod bezeichnet» [Weizsäcker (1948) 6i 964:37]. Der Physiker hat nun in bezug auf den Zweiten Thermodynamischen Hauptsatz zu beachten: «Wenn es in Abgeschlossenen Systemen bei hinreichenden Anziehungskräften zwischen den Teilchen überhaupt einen <Wärmetod> gibt, dann bedeutet er nicht ein wildes Durcheinander von Molekülen, wie es die naive Wärmelehre geglaubt hatte, sondern sterile Klumpen oder Skelette von hochgeordneter Materie. Diesen vermutlich kristallartigen Gebilden mangelt nicht Ordnung, sondern geordnete Veränderung; doch auch sie repräsentieren den unfruchtbaren Zustand höchster Entropie. Die Entstehung von geordneten Gestalten wäre nicht etwa im Widerspruch zum Zweiten Hauptsatz, sondern seine Folge» (E. Weizsäcker 1974: 13). «Man kann die Entropie bildhaft als Maß des Unordnungsgrades auffassen. Der Zustand des idealen Festkörpers ist ein solcher der maximalen Ordnung (Kristalle am absoluten Nullpunkt der Temperatur), der des idealen Gases ein Zustand maximaler Unordnung (Gas in weiträumiger kosmischer Verteilung). Dem idealen Kristall kommt das Minimum, dem idealen Gas bei hohen Temperaturen und großem Volumen . . . das Maximum der Entropie zu» [Wehr 1974: 132 Anm. 21 (Auslassung von mir)]. Ideale Kristalle sind vollkommen erstarrte Gebilde, die absolut wandlungsunfähig sind, während ideale Gase aus Gasmolekülen bestehen, die völlig regellos in einem derart gigantischen Raum fliegen, daß es niemals zu Wechselwirkungen kommen kann, die irgendwie <erinnert> werden könnten bzw. irgendwelche Konsequenzen für das Gesamtsystem haben. Beide <idealen> Zustände erlauben somit überhaupt keine Wechselwirkungen mehr und stellen das dar, was man als den *absoluten Tod* bezeichnen könnte.
- 16 Es gibt verschiedene Prosaübertragungen des Parzival, z. B. die von Wilhelm Stapel 1950. Gottfried Weber hat das Epos von Wolfram von Eschenbach neu herausgegeben. Das Buch enthält den mittelhochdeutschen Text, eine Nacherzählung und Worterklärungen (41981).

- 17 Nach dem Text von Burdach (1938)1974.
- 18 Cf. 17 S. 504— 506 (mit nicht besonders gekennzeichneten Auslassungen von mir und ohne Hervorhebungen).
- 19 Cf. 18 S. 506—507.
- 20 Cf. 17 S. 507. Man beachte, „daß Wolfram von Eschenbach keine Symboldeutung durchführt, sondern eine massive *Verhaltenskritik* anbringt.
- 21 «An sich natürlich ist die Erlösung durch die richtige Art der Frage ein allgemeines, d. i. archetypisches Motiv. Es ist ja im Märchen gewöhnlich so, daß der Held, der die Kostbarkeit erlangen will, eine oder mehrere spezielle Bedingungen zu erfüllen hat, von deren richtiger Ausführung der Erfolg abhängt. Eine solche Bedingung ist auch die Frage. Soviel mir bekannt ist, kommt sonst allerdings öfter ein *Frageverbot* vor, wie z. B. in der Lohengrinsage. In jenen Fällen handelt es sich um die Wahrung eines Geheimnisses, gewöhnlich das der Herkunft, die meist eine *wunderbare* ist» (Jung/von Franz 1960: 301 — 302). Letzteres sollten sich mal die Reinkarnationstherapeuten überlegen! Aber bei Parzival geht es nicht um die Herkunftsproblematik, auch nicht nur um eine Mitleidsfrage, sondern um die Frage: «Wem dient man mit dem Gral?» «Es wird immer wieder der Ausdruck «le Service del Graab, der Dienst des Grals, gebraucht... Diese Übernahme des Kleinodes und des Geheimnisses der Ahnen ist also eigentlich das Erlösende» (ibid.: 302 — 303 (Auslassung von mir)). Jetzt fragt es sich bloß, um welches Kleinod es sich dabei handelt. Jung/von Franz haben vollkommen recht, wenn sie sagen: «Die Kontinuität des Bewußtseins ist in der Tat die *Conditio sine qua non* menschlicher Geistes- und Kulturentwicklung» (ibid.: 303 — 304). Aber sie beziehen diese Kontinuität auf die mündliche Überlieferung und denken nicht daran, daß — man beachte die 24 Jungfrauen! (der Tag hat 24 Stunden) — die Kontinuität des Bewußtseins, «le service del Graal», sich auf die Ich-Bewußtseins-Kontinuität *rund um die Uhr* beziehen könnte. Es geht zwar *auch* um die Kontinuität der Überlieferung, doch ist damit ebenso die *Bewußtseins- Vertikale* gemeint, die es dem Ich erlaubt, ungeachtet des Zustandes seines Leibes wach und voll bewußt zu bleiben. *Das* haben die Alten eben sehr genau gewußt! Und das *wahre Königtum* umfaßt sowohl den diesseitigen wie auch den jenseitigen Bereich, umgreift Tag und Nacht zu einem einzigen Tag, Sonne *und* Mond, *vir rubeus und mulier candida*. Aber der genaue Nachweis dieser Zusammenhänge würde selbst den sonst schon reichlichen Umfang dieser Anmerkung bei weitem übersteigen — und dann hätten wir doch noch ein Buch im Buch.
- 22 Ecoutez le cri de Merlin!

- 23 Cf. 18S. S07 — S08.
- 24 Hearn (1922) 1978:100.
- 25 Diese Wesensmischung erinnert an die Chimäre, die als abartiges Geschöpf von Chrysaor/Bellerophon getötet wurde (vgl. Anm. 49 des 2. Kapitels). Vielleicht ist mit dem Tod dieses Wesens etwas verlorengegangen, was in Japan als Baku überlebt hat. Baku ist nicht so harmlos wie *Das Traumfresserchen* von Michael Ende, denn zuweilen verzichtet er darauf, schreckliche Träume zu verschlingen.
- 26 Eine Art Mischung zwischen Löwe, Wildschwein und Tapir, mit starken Hauern und einem mittellangen Rüssel. Vgl. die Abbildung in: Joly 1908: 12a.
- 27 Mit einem stacheligen Rücken und geflecktem Fell.
- 28 Bzw. eines Ochsen.
- 29 Davis 1912:358 — 359 (Übersetzung und Auslassungen von mir).
- 30 Joly 1908:17 (Übersetzung von mir).
- 31 Cf. 24 S. 102 —104 (Auslassungen von mir). William Waldvogel hat mich «zen-igerweise» auf diese hübsche Geschichte aufmerksam gemacht.
- 32 Grimms Märchen Nr. 125: «Indem kam ein feuriger Drache durch die Luft geflogen, der senkte sich zu ihnen herab und fragte sie, warum sie sich da versteckt hätten ... Da packte sie der Drache in seine Klauen, führte sie durch die Luft über das Heer hinweg und setzte sie weit davon wieder auf die Erde; der Drache war aber niemand als der Teufel.»
- 33 Von Beit (1957) 1972: 591 — 593.
- 34 Jung 1973:365 — 367 (Brief vom 13.12. 1960 an Ignaz Tauber mit Kommentar über das in der Außenmauer des Turmes in Bollingen eingemeißelte Relief).
- 35 Jung (²1934) GW 7:251 —252 [zit. nach von Beit (1957)³1972: 592 — erste Auslassung von von Beit, zweite von mir].
- 36 Cf. 33 S. 592 (Auslassung von mir).
- 37 «*Liebe des Nächsten* ist eine Haupttugend, welche das pflichtmäßige Verhalten gegen andere enthält, indem man den Nächsten wie sich selbst wegen

Gott liebt- (Luegs Bd. 2 ⁵1900: 129). Vgl. z.B. 3 Mos 19,17; Tob 4,15; Mt 22,39-40; Lk 10,27; Joh 13,34- 35 usw.

³⁸ Duerr warnt den Leser gleich zu Beginn seines Buches: »Ich wurde in den letzten Jahren häufig von Leuten angeschrieben, die ein Interesse an der Zusammensetzung und Dosierung von Hexen- und Werwolfsalben bekundeten. Außerdem habe ich insbesondere in der amerikanischen Freak-Literatur völlig unverantwortliche <Rezepte> gefunden, die im <Californian style> als <tickets> angepriesen wurden. Ich habe darüber mit einigen befreundeten Nachtschattengeistern gesprochen, und sie bitten mich, dem Leser dieses Buches Folgendes mitzuteilen:

1. Sie wollen nicht aus Jux und Tollerei gerufen werden. Wenn sie Lust verspüren, eine Bekanntschaft zu machen, dann werden sie es den Betreffenden schon wissen lassen.

2. Die Fahrkarten, die sie austeilen, sind bisweilen einfach; es fehlt die Rückfahrkarte» (1978: 11, vgl. auch S. 167). Den für mich ausschlaggebenden luziden Traum, der mich davon abgehalten hat, LSD einzunehmen (obwohl ich mich während dreier Jahre darauf vorbereitet hatte), habe ich im Nachwort zu Lischka 1979:210 — 212 beschrieben.

³⁹ Jung (1961) 1962: 201— 202.

⁴⁰ Cf. 39 S. 202.

⁴¹ Jung(1948) GW 8: 322.

⁴² Der Brief Jungs an Evans-Wentz vom 9. Februar 1939 ist für das Verständnis der Einstellung des Begründers der Analytischen Psychologie in bezug auf die Luzidität kennzeichnend. Er schreibt: «Ich weiß nicht, was Mr. Sturdy unter <Fähigkeit zur Kontrolle der Träume> versteht. Kann er willentlich Träume produzieren? Kann er beispielsweise sagen: <Heute nacht werde ich das und das träumen?>» (1972a:331). Jawohl! Er kann! Allerdings braucht es dazu entweder die Trauminkubationsmethode oder — wenn die Kontrolle *direkt* während des Traumgeschehens stattfinden soll — ein kontinuierliches, im vollsten Umfange erhalten gebliebenes Ich-Bewußtsein. Viele (wohl beinahe alle) Psychologen meinen heute noch, daß im Schlafzustand immer eine «Auflockerung der Ich-Grenzen stattfindet und das Traum-Ich nicht über die Stabilität und Koordination des bewußten Ichs verfügt» (Dieckmann 1979: 163). Ich kann die Leser nur bitten, sich von derartigen Meinungen unter keinen Umständen verunsichern zu lassen, weil sie sonst — wie ich zu Beginn meiner Untersuchungen — einfach gezwungen wären, in dem Moment im Bett und im Körper aufzuwachen, wenn sie während eines Traumes plötzlich zur Luzidität erwachen. Ich betone es nochmals: Ich-Zustand und Körper-Zustand sind nicht identisch bzw. müssen nicht identisch sein!

- 43 Popper-Lynkeus (1899) 1980.
- 44 Cf. 43 S. 354 — 368.
- 45 Cf. 43 S. 354
- 46 Cf. 43 S. 355
- 47 Cf. 43 S. 367.
- 48 Freud (1932) GW XVI: 264 — 265 (die Kenntnis dieses Artikels verdanke ich einem freundlichen Hinweis von Christoph Roos).
- 49 Cf. 48 S. 265.
- 50 Von Franz o.J.: 124.
- 51 Cf. 50 (Auslassung von mir). Über aktive Imagination vgl. Ammann 1978, wo weitere Literatur zu diesem Thema angegeben ist. Über die «Heilung durch aktive Imagination» vgl. Maass 1981.
- 52 Bei Pierre Janet (1898 und 1903) bedeutet ein «*abaissement du niveau mental*» eine «Einengung des Bewußtseins» bzw. «eine Herabsetzung der Aufmerksamkeit» [vgl. Jung (1907) GW 3:10], was eine Dissoziation, einen Bewußtseinszerfall zur Folge hat. «Unter Dissoziation verstand die französische Schule eine Schwächung des Bewußtseins dadurch, daß eine bis mehrere Vorstellungsreihen abgespalten wurden, das heißt sich von der Hierarchie des Ichbewußtseins befreien und ein mehr oder weniger selbstständiges Dasein begannen» (ibid.: 31). Es ist deutlich, daß mit dem Begriff *abaissement du niveau mental* nicht eine Verlagerung der Aufmerksamkeit von einem Bewußtseinsinhalt auf einen anderen gemeint ist, sondern der Zerfall der Kontinuität des Ichs und der Verlust des Erinnerungsvermögens.
- 53 Aber «das Mögliche, das zu Erwartende, ist ein wichtiger Bestandteil unserer Wirklichkeit, der nicht neben dem Faktischen einfach vergessen werden darf» (Einstein im Gespräch mit Heisenberg in: Heisenberg 1969:94). Daran sollte man denken, wenn es darum geht, sich für eine bestimmte Theorie zu entscheiden.
- 54 Coerper 1981: 45. Coerper ist überhaupt etwas voreilig, wenn er schreibt: «Die Analytische Psychologie C.G. Jungs befaßt sich bekanntlich sowohl empirisch, als auch rational mit der bei Castaneda geschilderten «anderen Wirklichkeit». Es ist als sicher anzusehen, daß die von Jung beschriebene und geübte «Aktive Imagination» dem entspricht, was Castaneda im «Träumen des Geträumten» erlebt. Hier ist der Schlüssel zum Verständnis der Lehren des Don Juan zu finden» (1981: 16). So sicher bin ich mir leider

nicht. Auch wage ich zu bezweifeln, daß die Analytische Psychologie nun der Schlüssel zur <anderen Wirklichkeit> ist. Sie ist tatsächlich ein Schlüssel — aber eher einer, der die Pforten verriegelt und absperrt, wenn er als Dietrich betrachtet wird, der in alle Schlösser passen soll. Gibt es nicht auch komplizierte Schlösser? Glücklicherweise stehen so oder so schon alle Pforten offen — und wer »ernstlich Gott nahekommen und sein eigenes, wahres Wesen ergründen will, braucht im Grunde keine Theorie« [Shri Ramana Maharshi in: Zimmer (1944) 1954:137].

55 Zitiert nach: Simpson (1964) 1972:1.

56 NachDavid-Neel (o.J.) 1960:117.

57 Cf. 56 S. 118.

58 Es fällt auf, daß Berichte über außerkörperliche Erlebnisse gewisse Ähnlichkeiten mit den Kunstprodukten der phantastischen Literatur haben. Außerkörperlichkeit ist aber nicht erdichtete oder angelesene, sondern erlebte Wirklichkeit. Wer sie kennt, weiß dies — und hat vielleicht gerade deshalb eine Vorliebe für Phantastik. Wenn die Phantastik schon eine tiefe Ahnung davon vermittelt, »was jetzt, im Augenblick, unter der Kruste all der <vernünftigen> Entscheidungen geschieht, die vermeintlich zum Wohle der Gesellschaft, im Sinne einer politischen, wirtschaftlichen, sozialen Ideologie getroffen werden- (Grunenberg 1981: 78), um wieviel mehr muß dies für die Außerkörperlichkeit gelten. Jene, die sich weigern, die Unterdrückung von Gefühlen und Visionen unwidersprochen hinzunehmen, spüren, daß es eine umfassendere Wirklichkeit gibt.

Man kann jeden Erlebnisbericht und überhaupt alles Geschriebene nach *literarischen* Gesichtspunkten beurteilen. Dabei ist zu beachten, daß diese Art der Kritik das Anliegen der rechten Hirnhälfte übersieht. Die <rechte Seite> lebt nämlich aus Bildern und kümmert sich herzlich wenig um stilistische Probleme. Für sie gibt es keine minderwertige Unterhaltung z. B. in Form von Comics und Groschenheften. Sie fühlt sich eher in einem nebulös fließenden Bilderrausch zu Hause, der durch die Sprache ausgelöst wird und durch Illustrationen eine Verstärkung erfährt. Millionen Leser erliegen diesem Zauber. Sie lesen ein Buch nicht wie der literarisch Anspruchsvolle, sondern sie erfüllen und erschauen den Text und sind Verlorene in der Welt der Bilder. Stilistische Mängel fallen ihnen überhaupt nicht auf. Die rechte Hemisphäre beachtet die ästhetischen Kriterien der linken Hirnhälfte kaum. Sie benutzt die linke Seite bloß als Vorraum, passiert ihn eiligst und taucht in die Bilderfluten und Gefühle ein.

Vielen Fantasy-Fans ergeht es wie Lin Carter: »Ich nahm das Buch mit nach Hause, las während der ganzen langen Busfahrt darin, und dann verbrachte ich den Rest jenes trägen, warmen Sommernachmittags mit der Nase tief zwischen seinen Seiten ... Von jenem ersten Moment an war ich verloren, ein wehrloser Gefangener von der ersten bis zur letzten Zeile«[(1972) 1974:

138; Auslassung von mir]. Wer sich vom Text mitreißen läßt, gerät unweigerlich in eine merkwürdig weltferne Stimmung hinein, die während des Lesens immer stärker wird und über Stunden und manchmal sogar Tage anhält. Dieser Effekt führt zu einer Abkehr von den Alltagsbelangen, zum <Schweben>. Man ist verzaubert, wodurch der direkte Zugang zur Alltagswelt versperrt wird. Jetzt dominieren die rechtshemisphärischen Funktionen und verunmöglichen ihrerseits den Ausgleich der Welten.

Während die Fantasy-Autoren sich im Bilderrausch verlieren, geraten die Literaten in die unzugänglichen Höhen des Abstrakten. Beide Schreibweisen verzaubern — und beide sind einseitig und deshalb unrealistisch. Sie machen den Leser unmündig, weil er vergißt, aus seinen *eigenen* Erfahrungen zu leben und selbst kreativ tätig zu sein. Durch die Identifizierung geht die Individualität verloren. Das Werk eines Autors wird zum Maßstab, an dem die eigenen Schöpfungen gemessen werden — ein Unterfangen, das stets zu Ungunsten des Eigenproduktes ausfällt. Auch die fachsprachlich, terminologiegerechte Schreibweise wirkt hemmend, da sie den persönlichen Ausdruck verdrängt, die Gedanken kanalisiert und sichtversperrende Mauern aufbaut, die aus methodisch einwandfrei erbrachtem Material bestehen.

Meines Erachtens gibt es also drei schriftliche Sprachformen, die auf ihre je spezifische Weise einseitig sind: <Phantastik>, <Literatur> und <Fachbuch>. Alle drei Formen werden eher dazu benutzt, eine direkte Auseinandersetzung mit der fraglichen Sache zu vermeiden. Dabei könnten sie durchaus Anstoß zum direkten eigenen Erleben sein — wie ein Reiseprospekt Auslöser für die Reise ist. Es gibt sehr verschiedene Wege, die menschliche Erfahrung zu *erfassen* — wie etwa Kunst, Literatur und Wissenschaft —, aber es gibt nur einen einzigen Weg, das Menschsein zu *erleben*. Diesen Weg muß man selbst gehen! Die persönliche Existenz ist im Ich begründet, nicht in einem Buch oder einem Bild. Das Ich ist nicht faßbar, sondern nur erlebbar. Viele tun aber so, als wäre das Bücherwissen das Wesentliche. Doch sogar der banalste Traum und die kürzeste Begegnung mit einem Mitmenschen, der ohne Fotoapparat geschauter Sonnenuntergang und das verklingende — nicht auf Band festgehaltene — Lachen eines Kindes, sind tausendmal wichtiger als jede noch so kluge Schrift und jeder noch so brillante Film. Man vergißt allzu leicht, daß das Leben ein Augenblicksmoment ist und im Hier und Jetzt geschieht. Bücher sind Hilfsmittel und kein Lebensersatz. Man kann die gesamte Literatur über die Außerkörperlichkeit kennen. Ein einziger selbsterlebter außerkörperlicher Zustand wiegt mehr als alle Bücher zusammen. Bücherwissen kann nützlich sein, doch meistens wirkt es sich hemmend aus: man weiß zuviel und hat damit jede Spontaneität verloren. Wer mit seinem Wissen identisch ist, vermag nicht mehr unvoreingenommen in eine neue Begegnung hineinzugehen. Man muß also vergessen können — bis das Nichtwissen das Ich umfängt und es zum leeren Gefäß macht. Praktisch bedeutet dies, daß man darauf verzichtet, eine Begegnung nach den eigenen Wünschen, Vorstellungen und Kenntnissen zu formen und statt dessen vorbehaltlos in sie hineingeht — und sich überraschen läßt, was im Verlaufe des Wechselwirkungsprozesses

geschehen mag. Es gibt dann kein Ziel, das es zu erreichen gilt, keinen Plan, der realisiert werden muß, *bevor* es überhaupt zur Begegnung kommt. Vielmehr formulieren sich Ziele und Pläne aus der Begegnung heraus. Ohne gegenseitiges Vertrauen geht das nicht, und Angst verhindert bestimmt den Einbruch der Freiheit in die sich ausgestaltende Beziehung.

- 59 Wenn man dagegen wie der US-Umweltminister James Watt sagt: «Wertsetzung hat durch die Kräfte des Marktes und des persönlichen Eigentums zu erfolgen» (zit. nach: Natur Nr. 2, 1982: 64), dann fragt man gar nicht mehr nach den *menschlichen* Veranlagungen und Entwicklungsmöglichkeiten.
- 60 Der Meister, die Mönche und ich. Eine Frau im zenbuddhistischen Kloster, 1966.
- 61 Ital (1971) 1980:5.
- 62 Cf. 61 S. 5 — 6 (Auslassung von mir).
- 63 Bei Ital entsteht der Eindruck eines abwertenden Konkurrenzdenkens. Sie bemerkt zu Jungs Erlebnissen: «Nicht daß ich beim Lesen dieses Lebensweges mit seinen Träumen, seinen Spuk- und okkulten Begebenheiten auch nur die geringste Ähnlichkeit mit meinem eigenen Weg gefunden hätte» [(1971) 1980: 6], «Kundgebungen aus der sogenannten <Zwischenwelt>» (ibid.) nennt sie Jungs Erfahrungen — mit einem deutlich negativen Unterton. *Wer ist es, der bewertet?*
- 64 Komplex (von lat. *complexus*, das Umfassen, die Umarmung) bedeutet als *terminus technicus* innerhalb der Jungschen Psychologie eine «gefühlsbetonte Vorstellung». Darunter ist ein Inhalt der Psyche zu verstehen, «der ein relativ abgeschlossenes Ganzes bildet ... und seinerseits aus mehreren Teilen besteht, die zusammengehalten werden, ineinander verschlungen sind, sich umarmen» (C.A. Meier 1968: 203) und mit einem spezifischen Energiebetrag besetzt ist, der ein zum Ichkomplex meßbares (mittels Assoziationsexperiment) Potentialgefälle aufweist. Obwohl, wie Meier betont, «der Praktiker wenig Neigung zur Theorie» (ibid.: 202) hat, ist gerade der «reine» Praktiker besonders bestimmten theoretischen Vorentscheidungen unterworfen, die ihm jede Beobachtung (ohne sein Wissen) verzerren, wie das eben die Eigenart von Komplexen ist! Selbst ein Begriff wie der des *Komplexes* impliziert eine derartige Unmenge von Theorie, daß er ohne Hinweise auf die ihm zugrundeliegenden theoretischen Vorentscheidungen kaum diskutiert werden kann. In der Praxis scheint die Sache einfach — besonders weil sie funktioniert. Wer weiß nicht über seine eigenen Komplexe — zumindest aber über die seiner Bekannten — mehr oder weniger Bescheid! Ausdrücke wie <Vater-> und <Mutterkomplex>, <Ödipus> und <Kastrationskomplex> sind allen geläufig — die wenigsten bedenken die damit implizierte Theorie, die sich wie ein

Netz auswerfen läßt, worauf sich immer und überall etwas darin verfängt. In der Psychotherapie findet das Assoziationsexperiment breite Anwendung, und munter spricht man in Insider-Kreisen von <abgespaltenen Teilpsychen>, <krankhaften und schöpferischen Komplexen>, vom <abaissement du niveau mental> des Ich in der Nähe (störender) Komplexe, von <Projektionen der Komplexe> usw.

Selbstverständlich ist dabei stets das <Unbewußte> mit im Spiel, fürwahr ein *deus ex machina*. Ich bestreite keineswegs die praktische Nützlichkeit der Komplextheorie, hat sie sich doch im vorgegebenen Rahmen vielfach bewährt. Da aber einer bestimmten Anschauung alles und jedes zum Komplex wird, zerfließt der Begriff zu einem bedeutungslosen Allerweltswort. Wenn sogar das Ich als Komplex bezeichnet wird, ist man sofort geneigt, nach bestimmten Inhalten zu suchen, die den Ich-(Bewußtseins-) Komplex ausmachen. Damit verunmöglicht man a priori jede Diskussion über eine mögliche <Leere> des Ichs. Man müßte schon analog der <leeren Menge> einen <leeren Komplex> einführen, um die Komplextheorie beibehalten zu können. Eine andere Schwierigkeit des Komplexbegriffes besteht darin, daß er vom Problem des selektiven Subjektivismus ablenkt.

Zum Komplexbegriff vgl.: Jung 1948 in: GW 8 1971, Meier 1968:202 — 211 und Jacobi (1959) *1967: 52 — 57.

⁶⁵ Diese Methode der Traum-Ich-Beobachtung und viele andere *direkte* (nicht-interpretative!) Arbeitsverfahren aufgrund eigener Träume hat — wie erwähnt — Strephon Kaplan *Wilhams* zusammengestellt, auf dessen Buch ich wie auf das von Patricia *Garfield* ausdrücklich hinweisen möchte. Beide Autoren haben eine Fülle von Angaben zum Thema <Träumen> und <luzides Träumen>, die von großem Nutzen sind, wenn man sich mit dem Thema *Außerkörperlichkeit* praktisch auseinandersetzt.

⁶⁶ Birkhäusers Bild in: Jung et al. (1964) 1968:199 und in: Birkhäuser 1980:49.

⁶⁷ Jung 1973: 355 (Brief vom 2.11. 1960).

⁶⁸ Cf. 67 S. 355-356.

⁶⁹ Jemand, der mit einem bestimmten Weltbild *identisch* ist, stellt überhaupt keine Fragen nach dessen Grundlegung, nach dessen Axiomen, da alles offensichtlich und verbindlich scheint. Es kommt nicht einmal der leiseste Zweifel auf. Das Vorhandene wird unbesehen akzeptiert und dient als absolute Richtschnur. *Identifizierung* mit einem bestimmten Weltbild heißt dagegen, daß man die durch die Axiome vorgegebenen Grenzen annimmt und bewußt gemäß den daraus sich ableitenden Normen und Vorschriften lebt. Man weiß, wie innerhalb des Systems Kenntnisse erworben, verwendet und diskutiert werden dürfen.

- ⁷⁰ Es gibt Esoteriker, die nach dem Auffinden <geheimer> Wissensquellen meinen, jeglicher Erkenntniskritik entsagen zu dürfen. Wer die Wahrheit für sich beansprucht, darf meines Erachtens ruhig mit ihr selig werden — ich werde ihn dabei nicht stören. Etwas wehmütig bin ich aber doch, wenn ich daran denke, welche phantastischen Wechselwirkungsmöglichkeiten verlorengehen — weil sich jemand auf den Standpunkt stellt, er sei über jeden Zweifel erhaben.
- ⁷¹ Bei dieser Unterteilung stütze ich mich ganz auf Jayatilleke 1963: 169 — 170, der bei den Denkern der frühbuddhistischen Zeit drei voneinander unterscheidbare Arten des Wissenserwerbs gefunden hat.
- ⁷² Die drei Arten des Wissenserwerbs sind mit den drei Graden des Wissens verwandt. Hierzu vgl. Anm. 24 des 2. Kapitels.
- ⁷³ Außerordentliche, spektakuläre Erfahrungen sind kaum je mit alltäglichen Belangen zu verbinden. Sie gleichen eher erratischen Blöcken, die beziehungslos im Leben herumliegen. Man weiß nichts mit ihnen anzufangen. Die kleinen, unscheinbaren Traumerfahrungen dagegen eignen sich besonders gut, wenn es darum geht, eine Beziehung zum Alltag herzustellen. Dafür müssen sie jedoch aus ihrem <offensichtlichen> (psychologisch interpretierten) Zusammenhang herausgelöst und von einem anderen Blickwinkel aus betrachtet werden. Dann können sie Verbindungsglied zwischen den <großen-, im <luftleeren> Raum stehenden Erfahrungen und dem banalen Alltag sein — und Wege aufzeigen, wie die beiden Bereiche zusammenzuführen sind.
- ⁷⁴ Wer mit seinem Weltbild identisch ist, urteilt ohne vorherige Reflexion des eigenen Standpunktes. Er paßt einfach alles und jedes in seinen theoretischen Bezugsrahmen hinein und spricht z. B. im Falle der schriftstellerischen Tätigkeit eines Karl May von einer «Krönung der sichtbar zwanghaft betriebenen Sublimation» (Wollschläger 1976: 16), von «Erfindung der Grundgebilde, archetypischen Märchenfiguren und -situationen» (ibid.: 80) und meint: «Das eigentlich <religiöse Bedürfnis> aber befriedigt May mit Hilfe des Spiritismus» (ibid.: 87). Das Unverständliche ist damit erklärt, katalogisiert und ad acta gelegt. — Andere wiederum greifen auf das Argument der Kryptomnesie zurück und behaupten rundweg, daß es sich bei den Trauminhalten und den im außerkörperlichen Zustand gesehenen Ereignissen nur um Erinnerungsbilder handle. Da die Bilder der Erinnerungsqualität verlustig gegangen sind, erscheinen sie dem <Träumer> als Neuschöpfungen. (Zur Kryptomnesie vgl. Bleuler¹¹1969: 57). Dazu möchte ich folgendes bemerken: Ich habe vor dem luziden Traum mit dem Pegasus schon einige Bilder von Flügelrossen gesehen und über fliegende Pferde und Drachen gelesen. Aber ich habe z. B. auch vor den Ferien im Binnthal einiges über den Lengenbach-Steinbruch und andere Mineralienfundstätten gelesen und manche Fotografien dieses Tales angeschaut. Bei der Begegnung mit

dem geflügelten Pferd habe ich mich sehr wohl an meine zuvor erworbenen Kenntnisse erinnert, wie ich mir auch beim Herausschlagen des Pyrit aus dem Dolomitgestein der Bilder bewußt gewesen bin, die ich in einem mineralogischen Buch gesehen hatte. Aus diesem Grunde kannte ich nämlich die Bezeichnungen für die entsprechenden Erscheinungen.

Was nun diejenigen betrifft, die einen <rechtshirnigen Beitrag> leisten, tragen diese auch nicht immer viel dazu bei, Mißverständnisse zu vermeiden. Entweder lehnen sie jede erläuternde Stellungnahme ab, oder sie schieben Erklärungen vor, aus denen sich nicht ableiten läßt, ob sie es ernst meinen oder nicht. Manche distanzieren sich auch ausdrücklich vom Ansinnen, daß ihre Erzählungen irgend etwas bedeuten, oder wissen selbst nicht genau, was sie mit ihren Schöpfungen anfangen sollen. Verkaufen ist immer noch das beste Mittel, die Sache möglichst schnell wieder loszuwerden. Andere wiederum umgeben sich mit dem Flair des Geheimnisvollen. So schreibt Karl May: «Alle meine bisherigen Bände sind nur Einleitung, nur Vorbereitung. Was ich eigentlich will, weiß außer mir kein Mensch» (zit. nach: Wollschläger 1976:104). Er hat wohl selbst nicht gemerkt, daß er bei seiner Art zu schreiben in einen erkenntnistheoretischen Clinch hineingeraten mußte, aus dem er nur hätte herauskommen können, wenn er sich seiner eigenen Erkenntnistheorie bewußt gewesen wäre. Oder dann Edgar Rice Burroughs, Vater von Tarzan und anderen Heldenfiguren, der seine Geschichten im Schlaf(!) erfindet und meint: «Mit regelmäßigem Gehalt und ohne Sorgen hätte ich sicher wie ein Murmeltier geschlafen!» [zit. nach: Rieß (1960) 1964: 95]. Leidensdruck kann der Auslöser für ein intensiveres nächtliches Erleben sein. Aber nicht alle beginnen wie Burroughs aufgrund ihrer alptraumartigen Erfahrungen einen Marsroman zu schreiben, wobei sie eine Methode anwenden, die an die aktive Imagination erinnert. 1905, dem Entstehungsjahr von «Dejah Thoris, Prinzessin vom Mars», ging man in derartigen Fällen zum Zahnarzt, heute würde man einen Psychotherapeuten aufsuchen — statt auf die eigenen kreativen Möglichkeiten zurückzugreifen.

Gegenüber dem Erlebnisgebiet der rechten Hemisphäre und vor allem dem Paranormalen bleibt die persönliche Einstellung «eine unwillige, ambivalente» (Freud GW XVII 1972: 31, zit. n.: Schwab 1975: 210). Freud spricht hier für viele moderne Menschen, die keine andere Dimension als die rein materiell gegebene anerkennen. C.G. Jung hat ein Gespräch mit Sigmund Freud aufgezeichnet, in dem Freuds Unwilligkeit in bezug auf den Okkultismus zum Ausdruck kommt. Jung schreibt: «Ich erinnere mich noch lebhaft, wie Freud zu mir sagte: <Mein lieber Jung, versprechen Sie mir, nie die Sexualtheorie aufzugeben. Das ist das Allerwesentlichste. Sehen Sie, wir müssen daraus ein Dogma machen, ein unerschütterliches Bollwerk. - Das sagte er zu mir voll Leidenschaft . . . Etwas erstaunt fragte ich ihn: <Ein Bollwerk — wogegen?> Worauf er antwortete: «Gegen die schwarze Schlammflut — > hier zögerte er einen Moment, um beizufügen: <des Okkultismus-» [Jung (1961) 1962:154—155; Auslassung von mir]. — Hier kommt nur die eine Seite von Freuds Einstellung zum Ausdruck. Die andere hat Else Schwab aufgezeigt. In ihrem Artikel «Fascinosum und Mystik bei

Immanuel Kant und Sigmund Freud» belegt sie die zögernde, schwankende Haltung Freuds mit diversen Zitaten. So machte Freud z.B. am 15. Juni 1911 folgendes Geständnis in einem Brief an C.G. Jung: «In Sachen Okkultismus bin ich seit der großen Lektion Ferenczis demütig geworden. Ich verspreche alles zu glauben, was sich irgendwie vernünftig machen läßt. Gerne geschieht es nicht, das wissen Sie. Aber meine Hybris ist seither gebrochen» (Freud/Jung 1974:474, zit. n. Schwab 1975: 222 — 223). Und in einem Brief an Eduardo Weiß vom 8. Mai 1932 begründet Sigmund Freud seine Zurückhaltung gegenüber dem Okkultismus: «Auch ich habe das Bedürfnis, ein Mißverständnis zu vermeiden. Die Zurückhaltung eines Psychoanalytikers von öffentlicher Beteiligung an okkulten Studien ist eine rein praktische Vorsichtsmaßregel von zeitlicher Begrenztheit, kein Ausdruck von prinzipieller Stellungnahme. Verächtliche Ablehnung dieser Studien ohne Erfahrung hieße wirklich das klägliche Beispiel unserer Gegner nachahmen. Darüber denke ich so wie Sie. Auch daß es eine geringe Zuversicht in die Verlässlichkeit unserer wissenschaftlichen Weltanschauung beweist, wenn man vor dem «Übernatürlichen» feige, mit vorgeschütztem Hochmut die Flucht ergreift» (Jones 1960 und 1962 Bd. III: 525, zit. n.: Schwab 1975:226). Die Stellungnahmen Freuds zum Okkultismus sind auch im Anhang von Jungs Autobiographie abgedruckt: Jung (1961) 1962: 370—373.

75 Karl May zit. nach: Wollschläger 1976:181 — 182.

76 Sogar Science-Fiction-Autoren müssen es sich gefallen lassen, «abgeschoben» zu werden, falls sie es wie Clifford D. Simak aufgeben, «Hardware» zu schreiben, weil ihnen wissenschaftlich-technische Sachverhalte nicht mehr so wichtig scheinen. Dann sind ihre Romane plötzlich nur noch «reine Slapsticks ..., in denen die verrücktesten Charaktere auftauchen» (Alpers et al. 1980: 572; Auslassung von mir). Für Compart sind «Heroic Fantasies», d.h. «Sword and Sorcery» Geschichten, «regressive SF» (1980: 12). Er meint: «Zwar kam der Fantasy niemals ein großer aufklärerischer Wert zu, aber in einer rätselhaften, undurchschaubaren Welt erscheint manche phantastische Konstruktion legitimer als sie es heute noch sein kann. Einen Sturm mit einem übernatürlichen Wesen zu identifizieren, erscheint so lange akzeptabel, wie man sich über das Aufsteigen erhitzter Luft und deren Sogwirkung auf benachbarte Luftschichten nicht im klaren ist. Einen Sturm wider besseren Wissens immer noch als lebendiges Wesen zu sehen heißt jedoch, Erkenntnisse über die Natur zu dämonisieren, Anti-Aufklärung zu betreiben und im Angesicht von durch Ratio und gesellschaftliche Veränderung lösbarer Aufgaben die alten heidnischen Götter auszugraben. Dahinter steht die Sehnsucht des Kleinbürgers, von den Produktivkräften unabhängig zu werden und sich mit einem Zauberspruch — ohne Arbeiter und Fabriken — gebratene Gänse in den Mund fliegen zu lassen, das kompliziert erscheinende Herrschaftsgeflecht durch unantastbare Führer und Götter sadistisch-masochistisch aufzulösen» (ibid.). Compart erkennt nicht, wie sehr er selbst in das «Herrschaftsgeflecht» verstrickt ist und von

einer Position aus argumentiert, die unreflektiert im rationalistischen Weltbild gründet.

Geht man (arbeitshypothetisch) davon aus, daß es nicht-alltägliche Realitätsbereiche gibt, darf man nicht mehr nur <diesseitig> argumentieren wollen und nach Erklärungen suchen, welche den Gesetzen der materiellen Wirklichkeit genügen. Die Verwendung hiesiger Maßstäbe zur Erklärung jenseitiger Gegebenheiten beruht auf diesseitsbezogenen Fragestellungen unter Mißachtung der Eigengesetzlichkeiten des nächtlichen Erfahrungsreiches. Von diesem Standpunkt aus gesehen läßt sich sagen: Die phantastische Literatur ist Ausdruck des Versuches, eigene <paranormale> Erlebnisse zu beschreiben, wobei die Autoren sich quasi kryptomnestisch an Träume und außerkörperlich erlebte Ereignisse erinnern. Aus dieser Betrachtungsweise würde sich unter anderem die Schlußfolgerung ergeben, daß Phantastika auf eine Wirklichkeit hinweisen, die der Mensch zu entdecken beginnt.

Vor allem Comics könnten — dank ihrer Verbindung von Bild und Text — einen Beitrag zur Erschließung weiterer Wirklichkeitsebenen leisten. Comics haben also durchaus eine erzieherische Funktion, die sie nur deshalb nicht erfüllen, weil sie sowohl von der Erzieher- wie von der Leserseite verhindert wird. Zum einen ist es die ablehnende Haltung gegenüber den rechtshemisphärischen Ausdrucksmöglichkeiten, welche die Vertreter der linkshirnigen Erziehungsmethoden dazu gebracht hat, Comics unter die Schulbank zu verbannen oder Tauschaktionen (Schund gegen gute Jugendbücher) und sogar Verbrennungen durchzuführen. Dies war für die qualitative Entwicklung der Comics nicht gerade förderlich, denn sie geschah unter Ausschluß der Erwachsenenwelt. Comics wurden zur Massenware für Kinder und Jugendliche. In jüngster Zeit und vor allem in Frankreich mausert sich nun das Comicgenre zur eigenständigen und teilweise hervorragenden Literaturgattung.

Daß Comics einen Beitrag zur Erschließung nichtalltäglicher Wirklichkeitsbereiche leisten könnten, wird auch von der Leserseite und sogar vom ausgesprochenen Comic-Fan verhindert. Vor allem letzterer sieht sich in seiner Erwartungshaltung enttäuscht, wenn plötzlich Inhalte auftauchen, die ein aktives Mitdenken verlangen. Meistens wird prinzipiell jeder Wirklichkeitsbezug abgelehnt, sei dies nun im Hinblick auf den Alltag oder in bezug auf den nächtlichen Erfahrungsbereich. Wer es wie Christoph Roos mit seiner *Shayawaya-Reihe* versucht, die linke mit der rechten Hirnhälfte zu vereinen, muß damit rechnen, daß ihm dies übelgenommen wird. Roos hat außerdem in seiner Bild-Text-Geschichte das Problem der Verbindung verschiedener Wirklichkeitsbereiche angesprochen — ein in den Augen der Comic-Leserschaft <schwerwiegender> Fehler. Oder ist es nur eine andere Form des Ratioverhaftetseins, das den Comic- und SF-Leser dazu veranlaßt, die Welten fein säuberlich getrennt zu lassen?

Auch der jüngste Zweig der Literaturwissenschaft, der die Phantastik untersucht, hält sich an <bewährte> Paradigmen und bewegt sich innerhalb des gewohnten Weltbildes. Hierzu vgl. Thomsen & Fischer 1980.

77 Billerbeck 1981:43.

78 Cf. 77.

79 Cf. 77.

80 Vor allem Psychologen und Anthropologen sind sich der Abhängigkeit von der erzählenden Methode bewußt. Douglas Sharon, der die Vorstellungen und Praktiken des peruanischen Heilers Eduardo Calderon Palomino beobachtete und aufzeichnete, hat versucht, «so objektiv wie möglich zu bleiben. Jene Bereiche von Eduardos Geheimwissen, die sich für eine objektive Analyse zu eignen schienen, habe ich im konventionellen ethnographischen Stil wiedergegeben. Da jedoch für das Verständnis gewisser Aspekte von Eduardos Leben und Lehre eine persönliche Erfahrung meinerseits erforderlich war, habe ich mich entschlossen, meine eigenen Erfahrungen in einer subjektiven, narrativen Form wiederzugeben. Mit der Wahl dieses Verfahrens hoffe ich, zwei Problemengerecht geworden zu sein, die sich bei der Beobachtung menschlichen Verhaltens ergeben. Zum einen kann kein Beobachter seine eigene Persönlichkeit völlig von seiner praktischen Methodologie trennen. Zum anderen bringt der Forscher immer einige vorgefaßte Wertmaßstäbe und theoretische Vorurteile in die Untersuchung mit ein. Die Vorurteile prägen die Wahrnehmung, die Aufzeichnung und die Deutung der Informationen. Ich bezweifle, daß man diese beiden Probleme vollkommen aus der praktischen anthropologischen Arbeit ausschalten kann, aber ich bin überzeugt, daß der Forscher den Wert seiner Schlußfolgerungen steigern kann, wenn er seine eigene Einstellung und seinen Ausgangspunkt für die Sammlung und Interpretation der Untersuchungsergebnisse so offen wie möglich legt. Deshalb dienen die narrativen Teile dieses Buches dazu, meine Rolle beim Recherchieren der praktischen Daten und meine Situation als Schüler von Eduardo aufzuzeigen» [(1978) 1980:10].

81 Gauger 1981:411.

82 Cf. 81.

83 Tolkien (1966) 1972:14.

84 Cf. 83 S. 28. Der Hinweis auf die «literarischen» Figuren Bilbo und Gollum soll den Leser nicht dazu veranlassen, zu meinen, ich würde ihn an der Nase herumführen und bloß Fiktives berichten. Abgesehen davon: Tolkiens «Der Herr der Ringe» ist sehr wirksam gewesen und hat sogar eine Wirklichkeit geschaffen, die für die Erschließung der Quellen der Nacht sehr fruchtbar ist. Frodos Quest war mir wesentlich eindrücklicher als jeder Castaneda.

- 85 Kübler-Ross in: Gill (1980) 1981:378.
- 86 Cf. 8\$.
- 87 Krishna (1967) 1968:200.
- 88 Cf. 87 S. 208.
- 89 Cf. 87 S. 188.
- 90 Ich habe mich also *während* des Traumgeschehens an einen meiner früheren Träume erinnert!
- 91 Zu Jungs Antwort auf meine Frage, ob ich einen Traum erzählen dürfe, vgl. seine Ausführungen über den «Besitz eines Geheimnisses» in: Jung (1961) 1962: 344-355-
- 92 Eine Großmutter, die viel über die «Reise der Seele» zu erzählen weiß, ist Marie Métrailler! Ihre Lebensgeschichte wurde von Marie-Magdeleine Brumagne herausgegeben. — Das Wissen um die Nacht ist ein weibliches Wissen, das einer «weiblichen Sprache» bedarf. Die Frau als die periodisch Verletzte [vgl. «Die weise Wunde Menstruation» von Shuttle/Redgrave (1978) 1980] hat einen natürlichen Zugang zu einer Welt, in die nur diejenigen eintreten können, die verwundet sind und deshalb eine Zuflucht suchen — um in eine umfassendere Einheit hineingeboren zu werden.
- 93 Ich erinnerte mich *im Traum* an dieses männlich-weibliche Gegensatzpaar, von dem ich in den Schriften von C.G. Jung gelesen hatte. In der Alchemie ist der Gegensatz «männlich-weiblich» ungemein häufig anzutreffen. Er wird «personifiziert als *König* und *Königin* (im *Rosarium Philosophorum* auch als Kaiser und Kaiserin), als servus (Sklave) oder vir rubeus (roter Mann) und mulier candida (weiße Frau), in der Visio Arislei als Gabricus oder Thabricus und Beja, Königssohn und Königstochter erscheinend» (Jung 1955: 2).
- 94 Jung schreibt: Zu den Teilen des alchemistischen Werkes «gehören zwei artifices, nämlich in der symbolischen Sphäre Sol und Luna, in der menschlichen der Adept und die soror mystica (gleichsam eine Wiederholung von Simon und Helena!) und in der psychologischen das männliche Bewußtsein und das weibliche Unbewußte (= Anima). Die zwei Gefäße sind wiederum Sol und Luna, die zwei Zeiten sind wohl die zwei Teile des Werkes, nämlich das *opus ad album* und *ad rubeum*. Ersteres ist das opus Lunae, letzteres das opus Solis. Psychologisch entspricht diese Herausstellung der unbewußten Inhalte (opus Lunae) als dem ersten Teil der analytischen Arbeit und der Integration dieser Inhalte im wirklichen Leben des Individuums (opus ad

rubeum!). Die zwei Früchte sind diejenigen des Sonnen- und Mondbaumes, nämlich Gold und Silber, resp. die wiedergeborenen und sublimierten Sol und Luna. Die psychologische Parallele ist die erzielte Veränderung des Unbewußten sowohl als des Bewußtseins, eine Tatsache, die jeder erfährt, der sich mit dem Unbewußten methodisch auseinandersetzt» (1955: 167— 168).

- 95 Die Amplifikation ergab folgendes: Auf gewissen Bildern von Hieronymus Bosch ist die Kürze der Haare und der m-förmige Haaransatz ein Kennzeichen der Disziplinierung und der besonders hohen Zucht der geistigen Haltung des betreffenden Menschen (vgl. Fraenger 1969:198).

Dann ist die in der tantrischen Tradition beschriebene Verehrung der Mutter des Universums vermittels der fünf verschiedenen Dinge, die mit dem Buchstaben M beginnen, eine Übung, die für den <Spirituellen> Fortschritt von großer Bedeutung ist. Dies ist vor allem dem Umstand zuzuschreiben, daß die fünf M sonst als unrein bezeichnet werden, weil es sich dabei um Dinge handelt, die als <sündhaft> gelten:

1. *madya* — ein alkoholisches Getränk
2. *mamsa* — Fleisch
3. *matsya* — Fisch
4. *mudra* — irgendein Aphrodisiakum (und nicht wie in der nicht-tantrischen Tradition irgendeine Handhaltung)
5. *maithuna* — die sexuelle Vereinigung von Mann und Frau

Es bedarf einer strikten geistigen Disziplinierung und Ausrichtung auf die Aufrechterhaltung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins, der Liebe und des Mitleids, um nicht dem Alkoholismus, der Genußsucht, der Völlerei, der Versuchung der manipulativen Machtausübung und der sexuellen Ausschweifung zu verfallen. Nur mit strengster geistlicher Zucht, Selbstbeschränkung und Skepsis lassen sich die mit der Ausübung der fünf M verbundenen Gefahren meistern und kann verhindert werden, daß man sich in der einen oder anderen total verliert. Hierzu vgl. Bharati (1965)1975: 242.

- 96 Es gibt ein Buch von Arthur Avalon mit dem Titel «Die Girlande der Buchstaben». Die Mantra-Übungen machen einen wesentlichen Teil der geistigen Disziplin aus. Um eine Devata innerlich zu erfahren, kann man den machtvollen Weg des Bija-Mantra benutzen, denn jedes Element des Weltalls hat seinen eigenen natürlichen Klang [und dieser wird Bija (Keimsilbe) genannt].

- 97 Das Erzählen dieses und aller anderen nächtlichen Erlebnisse heißt nicht, daß ich sie als Offenbarungen auffasse, die ich nun dazu mißbrauche, andere zu belehren und zu bekehren. Würde ich verschweigen, aufgrund welcher Erfahrungen ich zu welchen Schlußfolgerungen gekommen bin, dann wäre dies ein echter Machtmißbrauch. Mein Erzählen soll ein Signal zum Aufbruch sein, denn die Schilderung meiner Erlebnisse kann die

Eigenerfahrung des Lesers niemals ersetzen. Die Erkenntnisse, die ich gewonnen habe, sind «mit Worten allein nicht übertragbar von einem Menschen auf andere» (Messner 1978: 30). Meine Schilderungen können wie die des Bergsteigers Reinhold Messner nur eine «der vielen Katalysatoren der Selbstfindung sein» (ibid.). Was sollte ich sonst mit meinen Erlebnissen tun? Sie in eine Privatsammlung umwandeln und im Tresor verschwinden lassen? Sie in die Archive eines Institutes geben, wo sie nur noch den Fachleuten zugänglich sind, welche über die entsprechenden Diplome verfügen? Es gibt doch kein Zuhörer-, Interpretations- und Kritikmonopol, also keinen Grund, sich den Ängsten irgendwelcher Spezialisten unterzuordnen, die mit allen Mitteln verhindern, daß das Individuelle eine soziale Relevanz bekommt. «Indem man einen Menschen in die Position des Alleingängers drängt, nimmt man ihm nach und nach die überlebenswichtige Fähigkeit, sich selbst und andere richtig einzuschätzen, erstickt er in seinem Getrenntsein» (ibid.: 158). Hoffnungslose Isoliertheit und Sinnberaubung bringen jeden um. «Wer ‹ausgestoßen› wird, aus welchen Gründen auch immer, läuft Gefahr abzustürzen» (ibid.), wenn er nicht die Konsequenzen zieht und aufgibt.

Ich gehe meinen Weg aufgrund dessen, was ich selbst erlebt habe. Wer mir zuhört, wird von meinen Erfahrungen ebenso profitieren können, wie ich von den Erfahrungen all jener lerne, die schon zu den Quellen der Nacht aufgebrochen sind und von dem erzählen, was sie unterwegs gesehen haben.

- 98 Dies bedeutet nicht, daß man nun eine Erfahrung an die andere reiht, ganz ohne Reflexion und kritische Sichtung. Mit dem bloßen Aneinanderreihen eigener Erlebnisse ist es noch lange nicht getan. Disziplinierung bedeutet hier, daß das zur Verfügung stehende Material intensiv durchdacht und verarbeitet wird. Sonst wird das Erzählen zu einem belanglosen Zeitvertreib und zur Selbstbeweihräucherung — statt zum *Gespräch* zu führen. Das Aufschreiben und Erzählen der eigenen nächtlichen Erfahrungen ist erst ein Anfang. Bleibt es dabei, so hat man am Ende nur ein Sammelsurium, mit dem niemand etwas anzufangen weiß. Manchmal sind Sammlungen zwar eindrucklich, aber dennoch sind sie leblos, da der Bezug zum täglichen Leben fehlt. Schließlich vergißt man sie, worauf sie verstauben und zerfallen. Ohne ständige Aufarbeitung und Sichtung des vorhandenen Erfahrungsmaterials gibt es keine Integration der Einzelteile zu einem lebendigen Ganzen.

Anmerkungen zum 4. Kapitel

- ¹ Cassirer(1942) 1971: 30.
- ² Cf. 1 S. 30 — 31.
- ³ Duerr 1978:114.
- ⁴ Formulierung unter Verwendung von Heisenberg (1959) 1970:15.
- ⁵ «Einer der Gründe für das langsame Anwachsen und die Unzulänglichkeit unserer psychologischen Kenntnisse ist der, daß die Psychologie an den jeweiligen Kulturkreis gebunden ist; sie hängt eng zusammen mit der Vielzahl der — sie häufig auch einengenden — stillschweigenden Voraussetzungen dessen, was man nach allgemeiner Übereinstimmung in der westlichen Welt des 20. Jahrhunderts unter <Wirklichkeit> versteht. Vor allem berücksichtigt unsere Psychologie nicht in ausreichendem Maße menschliche Erfahrungen in dem Bereich, den wir als den <spirituellen> bezeichnen, das heißt in jenem umfassenden Bereich der latenten Kraft im Menschen, die ihm den Zugang zu einem letzten Sinn des Lebens, zu höheren Wesenheiten, zu Gott, zur Liebe und damit zur Empfindung von Mitleid und Erbarmen ermöglicht. Der aufgeklärte Rationalismus und der Physikalismus, durch welche die Entwicklung der Naturwissenschaften so erfolgreich vorangetrieben wurde, haben sich im Bereich der Psychologie als nicht sehr wirksam erwiesen» [Tart (1975) 1978:12—13].
- ⁶ Vgl. Zimmer (1948) 1961:79—104.
- ⁷ Zimmer (1948) 1961: 96 — 97; Auslassung von mir.
- ⁸ Zutt 1972|20.
- ⁹ Schure¹³1965:138.
- ¹⁰ Bieder 1972/73:21.
- ¹¹ Yüan-Wu (ca. 1300) 1964: 37.
- ¹² Cf. 11 S. 38 —44, wo die Zwischenbemerkungen und Erläuterungen des Beispiels angeführt sind.
- ¹³ Capra (1975) 1977:25.

¹⁴ *Vajrayana* ist die älteste tantrische Schule, die seit dem 7. Jahrhundert besteht. Sie umfaßt das System des <dritten Fahrzeuges>, die dritte Stufe des Buddhismus nach der ersten und zweiten, dem Hinayana (dem kleinen Fahrzeug) und dem Mahayana (dem großen Fahrzeug). Die Bezeichnung <Vajrayana> leitet sich davon ab, daß die höchste Realität, mit der man sich zu vereinen sucht, unzerstörbar wie ein Diamant ist. Außerdem ist die zur Vereinigung führende Erkenntnis diamant-klar, hell wie ein Blitz in der Dunkelheit und rein wie die Luft nach einem Gewitter. Im Vajrayana spielt die Visualisation eine zentrale Rolle, doch bedeutet sie weder eine magische Praxis noch die Anbetung einer Gottheit, denn der Identifikationsvorgang mit einem bestimmten Erleuchtungs- und Energieprinzip wird sowohl durch die Erfahrung des Sunyata (Leere) eingeleitet wie auch abgeschlossen. Dadurch wird der Neigung des Ego entgegengewirkt, sich an etwas Bestimmtes anzuklammern, sich mit etwas Festem auf die Dauer zu identifizieren. Ohne die klare Unterscheidung zwischen Bewußtseinsinhalt und Ich-Bewußtseins-Kontinuität wäre die Visualisation gefährlich, da sie zur Verfestigung der Ichhaftigkeit führt. Eine wichtige Ausdrucksform des Vajrayana ist die Bildkunst der Thangkas, bei der nicht ein distanzierendes Betrachten, sondern der *aktive Nachvollzug* gefordert wird. Alle dargestellten Motive auf den Thangkas sind klar festgelegte Elemente innerhalb der tantrischen Weitsicht und verkörpern Aspekte des sich verwandelnden Ego, das trotz aller Wandlungen <unberührt und leer> bleibt.

Der *Vajra* (Dorje) ist der unzerstörbare Donnerkeil, ein Szepter, das zur Buddha-Familie des Ostens gehört. Deren Farbe ist das Weiß, wodurch der alles-durchdringende Schneesturm des Zorns und das glänzende Reflexionsvermögen der spiegelgleichen Weisheit zum Ausdruck gebracht wird. Im Osten steigt die Sonne zu einer Zeit auf, in der die leidenschaftslose, kühle Klarheit der Morgendämmerung herrscht und die Eigenschaften des Scharfsinns und der großen Energie sichtbar werden. Dies alles ist im bewölkten, besitzergreifenden und angriffslustigen Wesen des Zorns zu finden. Wird dies erkannt, so verwandelt sich der Wesenskern des Zorns spontan in Offenheit und präzise Genauigkeit. Diese Verwandlung erfolgt nicht nach einem vorgefaßten Plan, sondern vollzieht sich aufgrund klarer Ein-Sicht wie von selbst.

Tantra ist die Bezeichnung für eine Gruppe von Schriften des Hinduismus und Buddhismus, welche die Eigenerfahrung in den Mittelpunkt aller Bemühungen stellen und auch intellektuelles Wissen in praktisches Erleben umzuwandeln suchen. Für einen Tantriker ist es wichtig, auswendiggelesenes, traditionelles Wissen und metaphysisch, spekulatives Denken in die Praxis des persönlichen Erlebens umzusetzen.

Zur Frage des Vajrayana vgl. Bharati (1965) 1975, Bareau 1964, Thangka-Kalender 1978 ff, Tucci 1949 und Tucci & Heissig 1970. Diese Liste ist unvollständig, doch verdanke ich den genannten Autoren die in dieser Anmerkung verwendeten Hinweise, wobei an erster Stelle Chögyam Trungpa, Hans Hinrich Taeger, Geshe Ngawang Gyatso, Gerd-Wolfgang Essen und Tsering Tashi Thingo zu nennen sind, die den Kommentar zu den Thangka-Kalendern geschrieben haben.

- 15 Custance 1954:136.
- 16 Vgl. Watzlawick 1976:143.
- 17 Jung 1956: 320. Jung will seine Aussage zwar als Arbeitshypothese aufgefaßt wissen und bezeichnet sie als solche. Andererseits spricht er davon, daß es sich dabei um eine *Grundregel* handle, und kommt damit einer axiomatischen Festsetzung nahe. Letzteres sind aber Grundannahmen, die nicht widerlegt werden können und somit keinen hypothetischen Charakter haben. Diese Einsicht verhindert ellenlange Streitereien. Axiome sind indiskutabel und jederzeit ersetzbar. Allerdings muß man Einigkeit darüber erzielen, von welchen Grundannahmen ausgegangen werden soll. Welches sind die Kriterien, die als Entscheidungshilfen dienen? Wäre es möglich, sich auf die Liebe zu einigen — und auf die Aufrechterhaltung der Ich-Bewußtseins-Kontinuität?
- 18 Eine Zusammenstellung der Erlebnisse Jungs, die mit der Außerkörperlichkeit in Verbindung gebracht werden können, gibt Crookall 1970.
- 19 Jung (1961) 1962: 293; Auslassungen von mir.
- 20 Cf. 19 S. 298 —299.
- 21 Cf. 19 S. 294.
- 22 Jung schreibt: «Die Objektivität, die ich in diesem Traum und in den Visionen erlebte, gehört zur vollendeten Individuation. Sie bedeutet eine Loslösung von Wertungen und von dem, was wir als gefühlsmäßige Verbundenheit bezeichnen. An der gefühlsmäßigen Verbundenheit liegt dem Menschen sehr viel. Aber sie enthält immer noch Projektionen, und diese gilt es zurückzunehmen, um zu sich selbst und zur Objektivität zu gelangen. Gefühlsbeziehungen sind Beziehungen des Begehrens, belastet mit Zwang und Unfreiheit; man erwartet etwas vom anderen, wodurch dieser und man selber unfrei werden. Die objektive Erkenntnis steht hinter der gefühlsmäßigen Bezogenheit; sie scheint das zentrale Geheimnis zu sein. Erst durch sie ist wirkliche Coniunctio möglich» [(1961) 1962: 300]. Ich habe kein gutes Gefühl beim Lesen dieses Abschnittes, da er in den meisten Punkten zu absolutistisch formuliert ist. Ich bemühe mich auch nicht darum, durch «Objektivität zu mir selbst zu kommen», denn Liebe und Mitleid, Gelassenheit und Vertrauen ermöglichen es mir, eine partnerschaftliche Wechselwirkung mit anderen Wesen einzugehen. Diese wird dann höchstens durch meine Wunschvorstellungen, Projektionen und gefühlsmäßigen wie denkerischen Verhaftungen getrübt. Aber vielleicht ist Jung durchaus damit einverstanden, daß man seinen hier zitierten Text in dieser Richtung versteht, denn er schreibt weiter unten: «Es war aber noch ein anderes, das sich mir aus der Krankheit ergab. Ich könnte es formulieren

als ein Ja-sagen zum Sein — ein unbedingtes «Ja» zu dem, was ist, ohne subjektive Einwände» (ibid.). Dies *ist* von ausschlaggebender Bedeutung, und deshalb «muß man auch den Irrtum in Kauf nehmen, sonst wäre das Leben nicht vollständig. Es gibt keine Garantie — in keinem Augenblick - daß wir nicht in einen Irrtum geraten oder in eine tödliche Gefahr. Man meint vielleicht, es gäbe einen sicheren Weg. Aber das wäre der Weg der Toten. Dann geschieht nichts mehr oder auf keinen Fall das Richtige. Wer den sicheren Weg geht, ist so gut wie tot» (ibid.: 301).

Wer sich darum bemüht, bewußt in den außerkörperlichen Zustand hin-überzuwechseln, hat eine Anweisung zu beachten, die schon für die chinesischen Alchemisten der ausgehenden Han-Zeit galt: Unter anderem hatten sie «darauf Bedacht zu nehmen, daß kein Ungläubiger etwas von dem Vorhaben erfuhr; denn jede Äußerung des Zweifels an der Wirksamkeit des Elixiers bewirkte, daß dies überhaupt nicht zustande kam» (Eichhorn 1973: ISO).

- 24 Bis zur Grenze sind es von der Wohnung aus etwas mehr als zehn Meter.
- 25 Außerkörperlich bin ich — wie schon mehrfach erwähnt — bewußtseins-kontinuierlich. Ich habe also auch die im Alltag erworbenen Kenntnisse zur Verfügung, welche in diesem Falle tiefenpsychologischer Art sind. Deshalb gebrauche ich hier ziemlich unkritisch die Bezeichnung <das Unbewußte> für das, was ich sehe. Heute verwende ich dieses Wort nicht mehr. Was sollte es für einen Sinn haben, wenn ich bei kontinuierlichem Bewußtsein meine Umgebung als <das Unbewußte> bezeichne. Ich könnte innerkörperlich mit demselben Recht für die materielle Welt den gleichen Ausdruck verwenden. Die Tatsache der Ich-Bewußtseins-Kontinuität macht das Unbewußte überflüssig und ersetzt es durch die passendere Bezeichnung *nicht-alltägliche Wirklichkeit*.
- 26 Ich möchte nicht den Eindruck erwecken, ich sei gegen sexuelle Begegnungen oder würde nun versuchen, als Zensurinstanz zu wirken. Im außerkörperlichen Zustand ist es sehr leicht, sich jeden sexuellen Wunsch zu erfüllen. Die Frage ist nur, ob man fähig ist, im Verlaufe der sexuellen Begegnung die Kontinuität des Ich-Bewußtseins beizubehalten. Und dies ist nur möglich, wenn man nicht mehr auf Lustgewinn aus ist, sondern in der Beziehung eine umfassendere Liebe zu finden gewillt ist, die sich nicht in der momentanen Begegnung erschöpft. Sexualität ist in diesem Fall ein wesentlicher Begleitumstand, der zu einer vertieften gegenseitigen Verantwortlichkeit Verhilft und die gegenseitige Erkenntnis auf eine sehr nette Art und Weise erleichtert. Für den Anfänger in bezug auf die Außerkörperlichkeit ist die Sexualität jedoch meist ein Hindernis, weil die Alltagsvorstellungen sich noch zu stark auswirken können. Eine sexuelle Begegnung im außerkörperlichen Zustand führt deshalb zum Vergessen, zum Verlust der Kontinuität des Ich-Bewußtseins, statt zur gegenseitigen Erinnerungssteige-

rung und damit zu einem umfassenderen und bereicherten Bewußtsein. Die sexuelle Vereinigung ist ein wunderbares Mittel, um eine Beziehung zu vertiefen, zu bekräftigen, auszuweiten und zu erfüllen. Leider wird sie in der modernen Gesellschaft kaum in diesem Sinne vollzogen und ausschließlich materiell verstanden. Und wenn die katholische Kirche meint, Sexualität sei etwas, was gewissermaßen in ein Kind «einmünden» müsse, dann vergißt sie etwas leichtfertig das Mysterium der *unio mystica*, die das leibliche Kind nicht unbedingt als Vollzugsausdruck benötigt.

Aber wie könnte diese Anmerkung der Komplexität des Problems «Sexualität» gerecht werden? Alle Bücher dieser Welt würden nicht genügen, um es nur annähernd zu fassen. Liebe muß gelebt werden, denn wer nach Sex fragt, sucht die Liebe. Liebe aber finden jene, die auf Sex verzichten können, weil sie ihn miteinbezogen haben. Doch gerade das Einfachste ist oft das Schwierigste. Aus diesem Grunde empfiehlt es sich, zu Beginn im außerkörperlichen Zustand sexuell enthaltsam zu sein und sich einzuschränken.

- 27 Es ist mir gleichgültig, welche Deutung dieser Sequenz (oder den anderen) gegeben wird. Ich könnte ihr z. B. eine gestaltpsychologische, daseinsanalytische, freudianische und jungianische Interpretation verpassen und sie dann viel besser *ver-stehen*. Ich überlasse dies gerne den Spezialisten und beschränke mich darauf, die Reaktionen auf mein Verhalten festzustellen. In der fraglichen Situation hätte zudem ein Deutungsversuch weder mir noch den Bauersleuten genutzt. Manchmal ist es außerkörperlich — wie im Alltag — für alle Beteiligten sinnvoller, zu interagieren statt zu interpretieren, zu handeln statt zu deuten. Es gibt dann z.B. immer noch genug hermeneutische Probleme. Aber immerhin, die Reaktion des Gegenübers erlaubt es, das eigene Verstehen und die daraus resultierenden Handlungsweisen sofort zu überprüfen. Lebendige Wesen haben gegenüber Kunstwerken und anderen «Konstanzfaktoren» den Vorteil, auf das interpretative und hermeneutische Tun antworten zu können. Von dieser Möglichkeit machen sie ausgiebig Gebrauch — nur fehlt oft der geduldige und selbstkritische Zuhörer, d. h. derjenige, der die anderen zu einer Reaktion veranlaßt hat. Überhaupt scheuen viele Wissenschaftler die Wechselwirkung mit Dingen, die sofort reagieren können, und ziehen es vor, sich mit Gegenständen zu beschäftigen, die stumm bleiben. Kunstwerke haben nun mal nicht die Fähigkeit, vom Sockel herunterzusteigen und sich nach dem Befinden des Hermeneutikers zu erkundigen. Sogenannte Patienten würden so etwas durchaus fertig bringen — wenn es ihnen erlaubt wäre und der «liebe Doktor» seinen Titel (und die gesamte Ausbildung, die damit zusammenhängt) vergessen würde. Sogar die «Traum inhalte» verhalten sich wesentlich anders, wenn ein bewußtseinskontinuierliches Ich vorhanden ist, das sich direkt mit ihnen auseinandersetzt.

- 28 Zimmer (1944) 1954:144—149.

²⁹ John D. Lilly schreibt: «Ich las auch Ramana Maharshi und seine Anleitungen, in denen er sagt, man solle über die Frage <Wer bin ich?> meditieren» [(1972) 1976: 116]. Lilly war mit der Zeit fähig, sich vom <Biocomputer> freizumachen und sich neben seinen Geist, sein Gehirn, seinen Körper zu stellen — und ihnen bei ihrer Tätigkeit und ihrem Existieren getrennt von sich zuzusehen. Er wurde gewissermaßen zu einem Beobachtenden, der seinen eigenen Handlungen zusieht. Diese Trennung ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Selbsterkenntnis, der später wieder <rückgängig> gemacht wird.

³⁰ Von Franz 1972:137.

³¹ Lips 1954/55: 292; Auslassung von mir.

Cf. 31. Ich würde meinen: glücklicherweise! Vielleicht müssen wir wieder lernen, Weltbilder wie die der Indianer zu *akzeptieren*, statt sie zu vergleichen und einfach eine Stufe tiefer als das westeuropäische einzuordnen und mit Attributen wie <primitiv> und <ursprünglich> zu versehen — als wäre das Moderne der Weisheit letzter Schluß. Eva Lips schreibt gegen Ende ihres Artikels über den Traumrealismus der Indianer: «Da ihnen im Schlaf oder in der Vision Gesehenes Wirklichkeit ist, kennen die Indianer keine Traumdeuter, deren höherentwickelte Völker wie die Babylonier, Ägypter, Griechen und andere zu bedürfen glaubten, die zwar auch den Traum als Erlebnis der wandernden Seele, aber schon als ein zu deutendes ansahen. Somit sind die Indianer in ihrem Traumrealismus konsequenter als die sogenannten Hochkulturvölker. Ihre Denkweise ist die ursprüngliche. Es liegt im Wesen der Hochkultur mit ihrem Differenzieren- und Ergründewollen, daß der Traum hier zu einem Objekt des bewußten Rationalisierens wird, denn hier hat der Wirklichkeitsbegriff schon wesentliche Wandlungen erfahren» (ibid.: 302). Der Wirklichkeitsbegriff erfährt immer dann eine wesentliche Wandlung zuungunsten einer Wirklichkeitsvielfalt, wenn verabsolutierende Interessen vorhanden sind. Wer deutet, braucht sich nicht mehr um die Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu kümmern und muß deshalb nicht mehr auf sein Verhalten in anderen Wirklichkeitsbereichen achten.

³³ Frauen haben eher ein Gespür für solche Dinge. Dem Manne obliegt es dann, bei der Hebung des Neuentdeckten Hand mitanzulegen — d. h., er würde es tun, wenn er fähig wäre, das weibliche Element (egal, wo es sich manifestiert) ernst zu nehmen.

³⁴ Als regressiv fasse ich in diesem Zusammenhang jedes Vorgehen auf, durch das eine *direkte* Auseinandersetzung mit der indianischen Kultur verhindert wird. Dazu ist das Lesen von Groschenheften und Romanen und das Ansehen von Wildwestshows und Wildwestfilmen zu zählen. Auf diese Weise kommt es nämlich kaum zur Bewußtwerdung und Aufarbeitung

dessen, was in der indianischen Lebensart ausgedrückt wird. Eine für beide Seiten verbindliche Wechselwirkung kann nur dort geschehen, wo der Indianer lebt. Indianer leben in ihren Stammesgebieten, in Reservaten und reisen manchmal herum, um ihre Interessen zu vertreten. Sie leben aber auch in der nächtlichen Wirklichkeitsebene, die von den Indianern selbst als ebenso wirklich wie die materielle Realität bezeichnet wird. Deshalb ist es durchaus möglich, auf dieser nicht-alltäglichen Ebene dem Indianischen zu begegnen. Wer die Indianer akzeptiert, muß den nächtlichen Erfahrungsbereich als eigenständige Wirklichkeit anerkennen. Das eine schließt das andere mit ein, was der Anschauung des westlich erzogenen Menschen zuwider sein dürfte. Die Anerkennung fremder Völker bleibt aber ein wertloses Lippenbekenntnis, wenn nicht gleichzeitig auch deren Weltbild und deren Lebensweise als Möglichkeit des In-der-Welt-Seins *belassen* wird! Dazu genügt es nicht, den Indianern Reservate zuzuweisen, sie mit den Segnungen der Zivilisation zu überhäufen und deren Mythen und Märchen aufzunehmen und in wissenschaftlicher oder populärer Form dem Westeuropäer zugänglich zu machen. Damit wird das indianische Weltbild bloß verspottet. Akzeptieren heißt, *auf den anderen eingehen* und sein Weltbild als gleichwertigen Beitrag zum eigenen einzubeziehen. Dies bedeutet in jedem Falle eine Veränderung beider vormals getrennten Weltbilder, denn es entsteht in der Wechselwirkung ein drittes. Wenn man <Träume> und <Visionen> als letztlich doch nur Phantasien und imaginative Erzeugnisse betrachtet, bleibt das berühmte Hintertürchen trotz allem Wohlwollen offen, und jede Verbindlichkeit ist damit erledigt.

- 35 Zu diesem Thema vgl. Werner Müller (1976) 1981.
- 36 Zum Vergleich indianischer und chinesischer Denkweise vgl. Müller (1976) 1981:89 —99.
- 37 Paul Feyerabend ist zur Überzeugung gelangt, «daß intellektuelle Verfahrensweisen, die ein Problem mit Hilfe von *Begriffen* angehen und von allen anderen Seiten des Problems absehen, schlechte Wege sind» (1979: 209).
- 38 C.G. Jung hat dies als die *Archetypen des kollektiven Unbewußten* bezeichnet. Ich vermeide diesen Begriff, weil er mir zu abstrakt ist und eher dazu verführt, vom Sinnfälligen abzulassen. Derartige Begriffe werden leicht zu <An-sich-Größen> innerhalb theoretischer Diskussionen. «Begriffsbildung vernichtet die Epiphanie der Erscheinungen» [Müller (1976) 1981:23 — 24]. Allgemein zum Problem der sprachlichen Formulierung vgl. *ibid.*: 15 — 31 (das Kapitel -Archaische Sprache und archaisches Sprechen»).
- 39 Es gibt nicht nur *menschliches* Elend, weil andere Menschen versuchen, ihren Lebensstandard zu erhöhen oder zu erhalten, ohne darauf zu achten, zu welchem Preis dies geschieht. Es gibt auch tierisches Elend, für das sich kein einziger Tierschutzverein engagiert: das millionenweise Verenden von

Insekten, nur weil fleckenfreies Obst und schönes Gemüse auf den Tisch muß. Man vergesse auch nicht die Pflanzen, die tonnenweise vernichtet werden, nur weil zu viele produziert worden sind und der Markt gesättigt ist. <Sachzwänge> der Ästhetisierung!

40 Müller (1976) 1981: 89.

41 Grundzug des Männlichkeitsmythos ist die Negation dessen, was als irrationale Weiblichkeit bezeichnet wird. Alles damit Zusammenhängende steht unter dem permanenten Druck, abgedrängt oder gar ausgeschlossen zu werden. Als Abartiges ist es nicht assimilierbar, fremdartig und angsterregend. Es ist *illegal*, Gefühle und Intuitionen zu äußern und als Problemlösungsbeiträge anzubieten. Für den männlich-rationalen Modus sind die Äußerungen des Weiblichen minderwertig und profan, Versuchungen, die sich weder kanalisieren noch beherrschen lassen. Und es sind vor allem die verschiedenen Phantasieformen, die dem Realitätsprinzip zuwiderlaufen. Ihnen gegenüber entwickelt man im günstigsten Falle eine ambivalente Einstellung. Bei Sigmund Freud hat sich diese Ambivalenz in seiner Beziehung zum Okkultismus ausgedrückt, während sie bei C.G. Jung einen versteckteren Ausdruck gefunden hat. Jungs Einstellung gegenüber der Phantasie ist meines Erachtens zwiespältig, denn er geht stets von der *Dominanz* der Alltagswirklichkeit aus, obwohl er eine psychische Realität akzeptiert. Letztere äußert sich nach Jungs Auffassung in den verschiedenen Formen der Phantasie, die «nicht wörtlich genommen werden kann» [(1916) 1971: 325], sondern «als ein *wirkliches Symbol hermeneutisch* verstanden» (ibid.) werden muß. Der Sinn des Symboles ist nach Jung der, «daß es ein Versuch ist, das noch gänzlich Unbekannte und Werdende analogisch zu verdeutlichen» (ibid.), welche Auffassung aber letztlich vom Problem der Wirklichkeit nicht-alltäglicher Realitäten als konkreten, (wenn auch nicht-materiellen) Erlebnisräumen des Ichs ablenkt (vgl. Jung (51942) 1971: 103 § 151]. Um sinnlose Streitereien darüber zu vermeiden, ob Jung es nun so oder so gemeint habe, ist der Hebel an jenem Punkt anzusetzen, wo Jung fordert, daß man nicht passiv in eine Vision eingeschlossen bleiben solle, sondern innerhalb eines visionären Geschehens «mit voller Bewußtheit» [(21934) 1971: 234] reagieren und handeln müsse. Dies ist der Schritt zur «urteilenden Einstellung oder ethischen Auseinandersetzung» (von Franz 1972: 145), die nicht nur in Form der *aktiven Imagination*, sondern auch während des Schlafens im außerkörperlichen Zustand bzw. in einem luziden <Traum> geschehen kann. In dieser Beziehung wird die Außerkörperlichkeit von den Jungianern eindeutig unterschätzt und falsch bewertet, wie auch die Seelenreisen der Schamanen von vielen falsch eingestuft werden. Meines Erachtens behält der Schamane im sogenannten <Trancezustand> (diese Bezeichnung stammt von den Ethnographen!) sein Ich-Bewußtsein in vollem Ausmaße und handelt auch aus seiner individuellen moralischen Verantwortlichkeit heraus. Daß Jung dies in Form der *aktiven Imagination* getan hat, darin liegt also keineswegs «etwas einmaliges Neues», wie von Franz meint, etwas

Neues, «das sich mit den beschriebenen Vorstufen nicht vergleichen läßt» (1972:143).

Die taoistisch-alchemistischen Meditationsformen sind wie viele andere <Körperablöschungstechniken> aus einem Weltbild heraus verstanden worden, welches die Außerkörperlichkeit und die damit verbundene Unabhängigkeit der Ich-Bewußtseins-Kontinuität vom Körperzustand nicht kennt. Daß sich gerade die als <Vorstufen> titulierten Zeugnisse anders einstufen lassen, wenn man vom Konzept der Außerkörperlichkeit ausgeht, das habe ich schon zu zeigen versucht (vgl. 1981: 493 — 499). Wenn Jung schreibt, daß er auf dem Standpunkt stehe, «daß die Welt außen *und* innen sei, daß Realität dem Außen wie dem Innen zukomme» [(²1934) 1971:219], so muß ich ihm beipflichten. Ich folge ihm auch darin, daß «die Störungen und Unzuträglichkeiten, die mir von innen zustoßen, als Symptom einer mangelhaften Anpassung an die Bedingungen der inneren Welt» (ibid.) zu betrachten seien. Nun aber möchte ich darauf aufmerksam machen, daß die Anpassung an die innere Wirklichkeit prinzipiell dieselben Anforderungen an das Ich stellt wie die Anpassung an die äußere Realität. Letztere läßt sich nicht dadurch erreichen, daß man die Inhalte der materiellen Wirklichkeit als Symbole betrachtet! Vielmehr hat die Therapie davon auszugehen, daß die Kontinuität des Ich-Bewußtseins gewährleistet werden muß, weil nur sie es erlaubt, der ethischen Verpflichtung nachzukommen. Bewußtheit ist die Grundvoraussetzung für das verantwortliche Handeln, egal auf welcher Wirklichkeitsebene es stattfindet. Dies alles ist mit dem Machtprinzip nicht vereinbar!

Jungs weitestgehende Art des Umganges mit dem, was er das *Unbewußte* genannt hat, ist bekanntlich die <aktive Imagination>. «Es geht dabei im Prinzip darum, aus dem Unbewußten auftauchende Emotionen, Affekte, Phantasien, obsedierende Gedanken oder auch ein Traumbild in wachem Zustand, unter Ausschaltung der kritischen Aufmerksamkeit, an sich herankommen zu lassen und sich mit ihm, wie als einer objektiven Gegenwart, auseinanderzusetzen» [von Franz 1972: 137; vgl. auch Jung (1958) 1971 «Die transzendente Funktion»]. Um meinen Standpunkt zu verdeutlichen, möchte ich auf folgende Punkte hinweisen:

1. Statt diese Ereignisse tagsüber an sich herankommen zu lassen, kann man ihnen bewußt bei schlafendem physischem Körper entgegentreten.
2. Im außerkörperlichen Zustand muß die kritische Aufmerksamkeit nicht *ausgeschaltet* werden. Vielmehr wird sie (was auch bei der aktiven Imagination der Fall ist) von der alltäglichen Umgebung auf eine nicht-alltägliche *verlagert*. Diese Verlagerung geschieht im Idealfall beim Einschlafen. Dabei wird die Kontinuität des Ich-Bewußtseins vom physischen Körper auf einen Zweitkörper übertragen.
3. Die Auseinandersetzung auf der nicht-materiellen Ebene geschieht direkt. Es *ist* eine objektive Gegenwart, in der man außerkörperlich existiert.
4. Dank des vollumfänglich erhalten gebliebenen Ich-Bewußtseins ist eine *wache* Auseinandersetzung mit den Inhalten der nicht-alltäglichen Wirklichkeitsebene möglich.

Zu Punkt 2: Die jungianische Formulierung «Ausschaltung der kritischen Aufmerksamkeit» ist meines Erachtens mißverständlich, denn auch bei der aktiven Imagination geht es um eine Verlagerung der bewußten Aufmerksamkeit ohne Verlust der Kritikfähigkeit oder irgendwelcher anderer kognitiver Funktionen.

Zu Punkt 4: Von Franz sagt: «Die wache Auseinandersetzung mit den Inhalten des Unbewußten ist aber *die* Essenz der aktiven Imagination» (ibid.). Damit ist der Wert der Luzidität eindeutig festgelegt, egal, ob es sich nun um die aktive Imagination oder die Außerkörperlichkeit handelt.

- 42 Über den Konflikt, der sich aus der unterschiedlichen Bewertung von Sachverhalten und der Vorrangigkeit des formalen Rechts ergibt, vgl. in bezug auf die Jugendunruhen: Hanspeter Müller 1981. — Vieles von dem, was Jugendliche tun, ist von Gefühlen und Intuitionen her motiviert — für die Etablierten eine unheimliche Sache, der sie ziemlich hilflos ausgeliefert sind. Jugendliches Verhalten widerspricht oft der Linearität und Vernünftigkeit des kausalen Denkens. Es ist unberechenbar und schwer einzuschätzen, entzieht sich jedem Deutungs- und Einordnungsversuch und beunruhigt durch seine Irrationalität in höchstem Maße. Außerdem entziehen sich die jugendlichen Gesprächspartner (ganz bewußt) allen Diskussionsformalitäten, weil sie die Erfahrung gemacht haben, daß die sich tolerant gebenden Erwachsenen nur wieder versuchen, Recht und Ordnung und das gesamte damit verbundene Weltbild durchzusetzen. Pier Paolo Pasolini hat von der Toleranz gesagt: «Man kann daher behaupten, daß die <Toleranz> der für das neue System von Herrschaft so unentbehrlichen hedonistischen Ideologie die schlimmste aller Repressionen der Menschheitsgeschichte ist» [(1975) 1978: 29]. Sie ist es deshalb, weil sie dazu dient, alternative Entwürfe zu tolerieren, statt sich mit ihnen auseinanderzusetzen und eventuell aufgrund anderer Ansätze das eigene Leben zu verändern. Der alternative Entwurf wird so lange geduldet, bis er an die Wohnungstür anklopft. In dem Moment hört die Toleranz auf, denn nun geht einen die Sache plötzlich persönlich etwas an. Hausfriedensbruch wird bekanntlich von Gesetzes wegen geahndet. Der gesetzestreue Bürger orientiert sich eben anders als z. B. der Osage, der versucht, «kosmische Bezüge sichtbar und greifbar werden» [Werner Müller (1963) 1981: 83] zu lassen und im Tipi-Ring, der «den Kosmos mit all seinen Erscheinungen» (ibid.: 82) verkörpert, darzustellen. «Eine unsichtbare Linie durchschneidet von Osten nach Westen den kosmischen Ring. Die Tipis des nördlichen Halbkreises bilden den Himmel, die Zelte des südlichen Halbkreises die Erde, und aus Himmel und Erde setzt sich der osagische Kosmos zusammen. Schon in diesem Anfang ergreift die religiöse Philosophie auch das soziologische Gefüge des Stammes: die im Norden sitzenden Familien der Tschu, die <Haushalter>, sind Himmelsleute, die im Süden wohnenden Familien der Honga, die «Heiligen-, dagegen Erdleute» (ibid.: 82 — 83). Über die mythische Architektur des osagischen Welthauses vgl. ibid.: 80 — 99.

Gemäß Jungscher Typologie gibt es rationale und irrationale Funktionen. Denken und Fühlen sind rationale, d. h. ordnende Funktionen, wogegen Empfindung und Intuition als irrationale, wahrnehmende Funktionen aufgefaßt werden. Die «Intuition als «Ahnung» ist nicht das Produkt eines willkürlichen Aktes, sondern ein unwillkürliches Geschehen, das von inneren und äußeren Umständen abhängt» [Jung (1964) 1968: 6x]. Man kann von der Annahme ausgehen, «daß es zwei entgegengesetzte Arbeitsweisen des menschlichen Bewußtseins gibt, einen rationalen und begrifflichen Modus, sowie einen imaginativen und intuitiven» [Donahoe (1974) 1980: 36]. Die physiologische Grundlage dieser beiden komplementären Funktionsweisen ist in der funktionellen Asymmetrie des Gehirns zu finden. Die intuitiven Fähigkeiten sind dabei der rechten Hemisphäre zuzuordnen, und «die fließende und vieldimensionale «Logik» der Intuition gründet sich auf die Prozesse von Assoziation und Analogie, nicht auf rationale, lineare Gedankengänge» (ibid.: 35). Weil unsere Kultur «aus der Vorherrschaft des rationalen Ego-Bewußtseins» (ibid.: 37) erwächst, hat man stets Schwierigkeiten mit den Wahrnehmungsfunktionen, da sie unter die Vorherrschaft des begrifflichen Denkens geraten. «Die Erziehung des intuitiven Modus» [Ornstein (1972) 1976: 153 — 190] ist deshalb ein dringendst zu verwirklichendes Postulat, zumal die gesamte Frauenemanzipation damit zusammenhängt. — Man denke daran: «Der rationale Modus des Bewußtseins ist wichtig für Verständnis und Integration intuitiver Erlebnisse» [Donahoe (1974) 1980: 36]. Ich mache von dieser Möglichkeit bei der Kommentierung meiner Erfahrungen ausgiebig Gebrauch und versuche dabei, nicht in ein interpretatives Schema hineinzugeraten. Für mich steht an erster Stelle die Frage nach der Bedeutung der Erlebnisse für *mein* Leben — und nicht die Frage, wie die Erfahrungsinhalte gemäß eines bestimmten theoretischen Rahmens zu interpretieren sind. Es geht mir um Verhaltensänderungen und nicht um theoretische Widerspruchslosigkeit. Diese Vorgehensweise gibt mir das beruhigende Gefühl, meinen ethischen Verpflichtungen nachgekommen zu sein. Dies findet darin seine Bestätigung, daß ich nicht mehr aufgrund irgendwelcher Theorien gezwungen bin, die Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu irgendeinem Zeitpunkt aufzugeben. Außerdem veranlasse ich andere dazu, *ihre* Bewußtseins-Kontinuität beizubehalten. Solange man sich allerdings mit irgendeiner Seite identifiziert, gelingt es nicht, bewußtseinskontinuierlich zu sein. — Psychologische Deutungsmethoden können wertvolle Hilfsmittel sein, wenn es darum geht, die eigenen Erlebnisse einer veränderten Fragestellung zu unterwerfen, damit neue Aspekte sichtbar werden. Werden auf diese Weise alternative Verhaltensweisen erkennbar *und* realisierbar, hat die Interpretation ihren Zweck erfüllt — sonst nicht. Trotz allem sind Deutungsmethoden Krücken, deren Benutzung sich auf die Dauer nachteilig auswirkt. Sie verlieren leicht ihren Charakter als Arbeitswerkzeuge und werden zu Dogmen. Es ist einfach, den betäubenden Ausschließlichkeitsanspruch dogmatischer Vorstellungen nachzuweisen. Die Anwendung derartiger Methoden führt nämlich stets an irgendeiner Stelle des 24 Stunden-Tages zu einem Bewußtseinsverlust. Dies ist gleichbedeu-

tend mit einem Verlust der wachen Auseinandersetzungs- und Wechselwirkungsmöglichkeiten. Wachheit verlangt Zurückhaltung, Bewußtheit fordert Geduld; Zurückhaltung in bezug auf das Deuten- und Verstehenwollen, Geduld beim Auftreten scheinbar irrationaler und unlogischer Erfahrungen.

Der intuitive Weg ist gleichzeitig der konsequent beschrittene Weg der induktiven Möglichkeiten. Er hat sich stets wieder auf dem Feld der Folgeerfahrungen zu bewähren. Würde er das Leben nicht sinnvoller machen, neue Erkenntnisse mit sich bringen und die menschliche Grenzsituation erhellen, müßte er verworfen werden. Eine diesbezügliche Entscheidung kann man nur aufgrund eigener Erfahrungen und aufgrund der Äußerungen der Mitmenschen fällen. Welche Entscheidung ich selbst getroffen habe, dürfte aus meinen bisherigen Äußerungen klargeworden sein.

- 44 Bei der Überprüfung derartiger Spuren, die auf einen alternativen Entwurf hinweisen, ist es wichtig, sich nicht von seinen bisherigen Herrschaftsansprüchen, Privilegien und Vorstellungen ablenken zu lassen. Wer darauf beharrt, daß eine ungewöhnliche Spur nur wieder an einen bekannten Ort hinführen muß, läßt sich weder durch zweckrationale Überlegungen noch durch moralisch-ethische Kriterien von seiner Meinung abhalten. Für eine gewisse Zeit mag er interessiert die Spur verfolgen — aber wenn sie ihn zu weit vom gewohnten Zuhause abbringt, gibt er sie auf und kehrt zu seinem Besitz zurück. Man gibt das traute Heim nicht wegen einer vagen Spur auf, von der niemand weiß, ob sie jemals etwas bringen wird. Schließlich hat man etwas zu verlieren und will seinen Besitzstand erhalten — denn man hat ihn sich mühsam erarbeitet. Deshalb beharrt man auf seinem Standpunkt und will die Berechtigung der eigenen Ansprüche nicht bezweifelt oder gar in Frage gestellt sehen. Man fürchtet sich davor, den persönlichen Besitz aufzugeben und auf den privaten Einflußbereich zu verzichten. Aus diesem Grunde kommt es dort, wo ein Sachverhalt offen, ehrlich und konsequent zu prüfen wäre, sofort zu einer Diskrepanz zwischen Theorie und Praxis des rationalen Denkens. Theoretisch bleibt man tolerant, praktisch unduldsam. Theoretisch ist man interessiert, praktisch sieht man nicht die geringste Chance zur Realisierung.
- Ohne echte Mitberücksichtigung der Argumente der Gegenseite werden stets willkürlich wesentliche Teile eines Gespräches ausgeschlossen. Dieser Ausschluß weist jede getroffene Entscheidung als ungerecht aus. Zum einen gibt es rein rationale Erwägungen, deren unvoreingenommener und konsequenter Einbau in das vorhandene Denksystem zu anderen Schlußfolgerungen und Handlungsweisen führen müßte — wie z. B.: «Da heute die Zerstörungskräfte auf beiden Seiten in Europa praktisch unbegrenzt sind, wird die Unkalkulierbarkeit der Folgen ebenfalls grenzenlos. Ein militärischer Einsatz der eigenen Streitkräfte mit derart unkalkulierbaren Folgen ist aber keine rationale Einsatzoption mehr» (Afheldt ²1977: 167, zit. n.: Hoppe 1981:157 Anm. 12).

Andererseits besteht auch die Möglichkeit, konsequent das tatsächliche

Handeln im Alltag mit den ethischen Vorstellungen zu verknüpfen, zu denen man sich bekennt. Ein bemerkenswertes Beispiel dafür ist der Spanier Don Bartolomé de Las Casas, der «zu Pfingsten 1514, im Alter von vierzig Jahren ..., in der neu gegründeten Ciudad de Spiritu Santo eine Predigt halten» (Enzensberger (1966) 1981: 139) sollte. «Bei der Vorbereitung auf diese Predigt begann ich, über einige Grundsätze der Heiligen Schrift nachzudenken. Ich stieß auf eine Stelle im Buche Sirach, Kapitel 34. Dort heißt es: Der Arme hat nichts denn ein wenig Brot; wer ihn darum bringt, der ist ein Mörder. Wer dem Arbeiter seinen Lohn nicht gibt, der ist ein Bluthund... Ich bedachte die Not und die Sklaverei, in der das einheimische Volk hier lebt... Je mehr ich aber darüber nachdachte, desto mehr wurde ich davon überzeugt, daß alles, was wir den Indianern bisher widerfahren ließen, nichts ist als Tyrannei und Ungerechtigkeit. .. Und soviel ich auch studierte, ich fand in jedem Buch, das ich las, es sei nun auf Latein oder Spanisch, nur immer neue Beweisgründe und verbürgte Lehren, die für das Recht jener westindischen Völker und gegen die Räubereien, Untaten und Ungerechtigkeiten sprachen, die wider sie begangen wurden» [Las Casas (1552) 1790 zit. n.: Enzensberger (1966) 1981: 139; Auslassungen von mir]. — «Diese Entdeckung, eine zweite Entdeckung der Neuen Welt, einer Welt, die noch heute nicht vermessen ist, hat Las Casas bis zu seinem Tod beschäftigt. Mit einer religiösen Erleuchtung hat sie nichts zu tun. Las Casas besteht sorgfältig darauf, daß es sich um eine Einsicht handelt, die jedermann zugänglich ist; er besteht auf ihrer Rationalität, und zieht aus ihr, mit der leuchtenden Logik einer großen Intelligenz, alle theoretischen und praktischen Konsequenzen» [Enzensberger (1966) 1981:139— 140].

In diesen beiden Fällen — Einsatzoption von Waffensystemen und Verhalten gegenüber den Einheimischen — würde es «bloß» darum gehen, zusätzliche rationale Erwägungen in Betracht zu ziehen und aus einer rein rational begründeten Einsicht heraus zu handeln. Aber nicht einmal Rationalisten sind dazu fähig. Und wenn man jetzt noch fordern würde, daß bei jeder Entscheidungsfindung auch gefühlsmäßige Bewertungen und intuitiv Erspürtes berücksichtigt werden müßten — was dann? — Ein Denken, das nicht durch differenzierte Gefühle gestützt und durch intuitive Erkenntnis umfaßt wird, bleibt kalt, beziehungslos und blind gegenüber den tatsächlichen Verhältnissen!

- 45 An der Entwicklung dieser Gedankengänge hat Christoph Roos maßgeblich mitgearbeitet. Er hat nämlich die Frage gestellt, ob in einem Traum nicht viel häufiger ein ganz normales, kontinuierliches Ich anzutreffen sei, als man gemeinhin so annimmt. Demnach müßte es also so sein, daß viele Träumer über ein einigermaßen gut erhaltenes Ich-Bewußtsein verfügen und sehr wohl die Traumhaftigkeit des Geschehens erkennen. Nur interessiert dies die Therapeuten nicht — sie fragen nicht danach! Christoph hatte, bevor er das Konzept der Außerkörperlichkeit bzw. der Luzidität kannte, oft luzide Träume — und war durchaus *im* Traum fähig, die Traum Inhalte zu interpretieren. Weil sich aber trotz der Interpretation das

Traumgeschehen nicht im geringsten veränderte, zog er den Schluß, daß es sich bei den betreffenden Trauminhalten um besonders <deutungsresistente> Fälle handeln müsse, bzw. daß er nicht genügend von Traumdeutung verstehe und die Traumfiguren aus diesem Grunde bestehen blieben. — Die Tatsache, daß die Träume enorm realistisch waren, erklärte er sich immer mit dem von Kindheit an gehörten Vorwurf, er habe eben «zuviel Phantasie».

Auch eine andere Frage ist in bezug auf die Apathie der Weißen in der Kolonne bedenkenswert: Nehmen nicht die meisten Menschen an, die Ich-Bewußtseins-Kontinuität sei mit den weltbildkonformen Vorstellungen identisch? Diese müßten dann als Träumer viel eher das eigene Ich-Bewußtsein anzweifeln als das Weltbild in Frage stellen — und als Folge davon alles mit sich geschehen lassen. Viele wissen ja von Träumen zu erzählen, in denen sie z. B. geflogen sind. Als Zuhörer hat man den Eindruck, sie hätten dabei über ein ziemlich kohärentes Ich-Bewußtsein verfügt und recht genau die Unterschiede zum Alltag erkannt. — Zumindest bei außergewöhnlichen Träumen ist das Ich-Bewußtsein überhaupt nicht dumpf und instabil. Wenn jemand «Ich» sagt, wissen die Betroffenen sehr genau, wer das ist — ob sie nun wachen oder träumen. Doch ist normalerweise die <bewußte> Weltanschauung derart klar und deutlich ausgeprägt, daß alles davon abweichende nur als <merkwürdig> oder <blödsinnig> gilt. Vieles darf im Traum geschehen und wird sogar im Traum als Traumgeschehen wahrgenommen, ohne daß man deswegen im Bett erwacht. Man verhält sich genau gleich wie im Alltag, wo man ein Geschehen als alltäglich wahrnimmt, ohne es deswegen zu problematisieren. Man bleibt hüben wie drüben irgendwie präluzid und verstrickt sich immer tiefer in die Ereignisse, läßt sich davon mitreißen und wegschwemmen, ohne dabei aktiv zu werden. Man ist einfach mit dem Geschehen identisch und glaubt in guten Treuen, daß alles so geschehen muß, wie es eben geschieht. Und im Traum dürfen Dinge passieren, die im Alltag nicht erlaubt sind oder den materiellen Gesetzmäßigkeiten widersprechen. Dies ist noch lange kein Grund dafür, die eigene Wirklichkeitsauffassung in Frage zu stellen. Dazu müßte zuerst die Welt untergehen oder am Rande einer Katastrophe sein.

46 In der Zwischenzeit habe ich gelernt, offener für die Botschaften des Roten Mannes zu sein und aufmerksamer auf sie hinzuhören. Ich möchte an dieser Stelle zwei Indianern das Wort überlassen.

Der erste ist *Mad Bear*, Häuptling und Mediziner einer Vereinigung von sechs Iroquois-Stämmen: «Die Hoffnung der Menschheit kann nur noch darin bestehen, zu den kulturellen Quellen zurückzukehren, zurückzukehren zu den sakralen Anweisungen, die uns am Anfang unsrer Entstehung gegeben worden sind» (zit. n.: Geerk 1980: 3).

Als zweitem überlasse ich *Leonard CrowDog* das Wort. Er ist Häuptling der Sioux-Indianer und wird von über achtzig Indianerstämmen als Mediziner anerkannt: «Viele Nationen sind hier (in der MacDowell-Indianer-Reservation Arizona) zusammengekommen, um hier das anzutreffen, was

Nationen, was Einigkeit, was das menschliche Wesen ausmacht. Sie sind hier zusammengekommen, um ihren Geist zu erfrischen, sich an den Geist ihrer Völker zu erinnern, sich zu erinnern an ihre Ahnen und ihre Großväter. Es ist eine Art spirituellen Weges, zu dem wir hier erwacht sind ... Sofern wir menschliche Wesen sind, brauchen wir etwas, was uns die Überlieferungen nicht vergessen läßt; wir brauchen den Rückhalt der Überlieferungen. Und dieser unser Hintergrund sollte sakral gehalten werden. Und indem wir ihn sakral halten, sollten wir auch uns selbst in einer sakralen Art und Weise benehmen. Und indem wir das tun, werden wir Verbindungen aufnehmen. Wir werden mit dem Großen Geheimnis in Verbindung treten — indem wir unseren Lebensweg überblicken. Ich glaube, daß jene, die diesen Weg überblicken, und jene, die mit dem Großen Geheimnis zu kommunizieren verstehen, überleben können. Und ich glaube, daß wir diese Dinge einander mitteilen können» (zit. n.: *ibid.*).

- 47 Auf der Alltagsebene gibt es eine Entsprechung dieser Annahme, nämlich die Vorstellung, die moderne Zivilisation sei Ausdruck der höchstentwickelten Stufe der Menschheit. Daraus wird das praktische Handeln abgeleitet: Kolonialisierung (materiell und kulturell) und Entwicklungshilfe. Als flankierende Maßnahme wird zudem missioniert. Es gibt manchmal einen merkwürdigen Gewaltverbund von pazifistisch getarnten Herrschaftsansprüchen, die sich nur scheinbar gegenseitig konkurrenzieren. Daß ich davon nicht ausgeschlossen bin und mein eigenes Scherflein dazu beigetragen habe, zeigt mein Verhalten dem alten Häuptling gegenüber. Ich hatte eben meine Subjektivität mit einem emanzipatorischen Anspruch versehen und versucht, Psychotherapeut zu werden — und war dadurch gezwungen, die entsprechenden theoretischen Vorstellungen zu vertreten. Dies zwang mich aber dazu, die mit der Außerkörperlichkeit verbundenen Erfahrungsgewissheiten zu leugnen. — In diesem Zusammenhang ist der Artikel von Vine Deloria (Stammesmitglied der Standing Rock Sioux) aufschlußreich. Er schreibt: «Geringe Beachtung hat hingegen der wirkliche Beitrag gefunden, den Indianer zum menschlichen Wissen leisten könnten» (1981: 525). Und dieser Beitrag hat damit zu tun, daß Indianer «keinen Hehl aus ihrer intuitiven Überzeugung machen» (*ibid.*: 539). Sie sind ihren eigenen Erfahrungen gegenüber nicht entfremdet — sie leben sie (auch im Alltag). Die Europäer stehen nicht zu ihren subjektiven Erfahrungsgewissheiten, sondern suchen sich stets irgendwie zu legitimieren, wozu dann die Figur des weisen alten Mannes herhalten muß (vgl. z.B. Castaneda mit seinem Don Juan). Deloria behandelt dieses Problem ausführlich und meint: «Auf Menschen, die bereits durch die Art ihres Umgangs mit Natur deren ›Natürlichkeit‹ vernichten, muß die Figur des weisen Alten, der einen individuellen moralischen Wert bestätigt, eine mächtige und immerwährende Anziehungskraft ausüben. An diesem groben Wechselspiel zwischen Europäern, Amerikanern und Indianern wird sich nie etwas ändern, solange es diese Gruppen gibt. Die Europäer, die ebensowenig wie die Amerikaner in der Lage sind, das Erbe der Entfrem-

derung zu erkennen, das ihre seelische Bürde darstellt, werden weiterhin Indianer spielen und eifrig nach indianischen Alten und deren Weisheit suchen. Der Konflikt wird sich unmittelbar im Verhältnis zu den psychischen Bedürfnissen der Europäer verstärken, bis am Ende ihr eigenes Stammeserbe sichtbar wird. Die Amerikaner werden schließlich die Indianer vernichten, da der Trieb, die Natur aus ihrem scheinbar <wilden> Zustand umzugestalten, weit stärker ist als die Bewegung für einen inneren Frieden ... Das Irrationale an diesem Phänomen liegt hauptsächlich in der tief im westlichen Denken verwurzelten Überzeugung, Erkenntnis bestehe in einer Zerstückelung menschlicher Erfahrung in Einzelteile, wobei Gültigkeit und Relevanz der Erkenntnis durch die wissenschaftliche Methode gesichert sind, was im Grunde auf die Vorstellung hinausläuft, Geradlinigkeit und Logik seien die alles beherrschenden Prinzipien» (ibid.: 538 — 539; Auslassung von mir).

48 Grabstätten sind Orte der Erinnerung. Als Eingangspforten in die Vergangenheit sind sie für die Lebenden Anlaß zur Bewußtwerdung der historischen Dimension. Geschichtliche Ereignisse, die vergessen werden, haben keinen Einfluß auf das augenblickliche Handeln. Deshalb muß man sich an die Völkermorde in Nord- und Südamerika und andernorts erinnern. Man darf sich den Bildern von Auschwitz, Dachau, Dresden, Hiroshima und Nagasaki nicht entziehen, denn das damit verbundene Leid hat durchaus eine Fortsetzung gefunden. Das Bewußtsein der historischen Dimension sensibilisiert für die Gegenwart und hilft, Fehler zu vermeiden. Bleibt der Bewußtwerdungsprozeß aber auf den kollektiven, abstrakten Bereich (Daten, Kultur und Politik) beschränkt, kommt es niemals zu einem Gefühlskontakt. Das Einzelschicksal geht gewissermaßen im Schlachtengetümmel verloren. — Man stelle sich nun einmal vor, die Gräber sämtlicher Vorfahren würden sich dort befinden, wo man gerade wohnt. Und auf den Grabsteinen seien die Lebensumstände der Verstorbenen vermerkt. Auf diese Weise kann man auch geschichtliches Wissen erlangen — aber unter einem völlig anderen Blickwinkel! Nur dort, wo die persönliche Geschichte vermerkt ist, sind auch Leiden und Freuden eines einzelnen Menschen aufgezeichnet. Diese Begegnung mit der Vergangenheit läßt das Herz nicht unberührt. Ich möchte an dieser Stelle erwähnen, daß es im außerkörperlichen Zustand möglich ist, Reisen in die Vergangenheit zu machen. Dabei kann es zu erschütternden Erfahrungen kommen. Vielleicht ist es mir später einmal möglich, ausführlich auf diesen Erlebnisbereich einzugehen, der mit der Bezeichnung <Reinkarnations-erinnerung> allein nicht abgedeckt werden kann.

Im Zusammenhang mit den Gräbern ist auch darauf hinzuweisen, daß die strukturelle Gewalt blutig und unblutig fortgesetzt wird — und weiterhin Todesursache für viele Menschen bleibt. Krieg und Folter sind die offensichtlichsten Ursachen für zusätzliches Leid. Es gibt daneben verstecktere Äußerungen der leiderzeugenden Gewalt. Zu ihnen gehört nicht nur jede Art von Sachzwang, sondern z. B. auch die Tatsache, daß unter der Hand die alten Werte durch neue ersetzt werden. Außerdem gilt die subjektive

Erfahrungsgewißheit nichts mehr. Diese und andere Erscheinungen sind Ausdruck der Zerstörung der Kultur des einzelnen durch die Konsumgesellschaft. Pier Paolo Pasolini hat diese Sachverhalte in seinen *Freibeuter-Schriften* angeprangert. Derartige Greuel sind nicht auf den Einbruch unfäßbarer, höherer Mächte zurückzuführen, sondern Ausdruck bestimmter Weltbilder, die als Handlungsleitfaden dienen. Weil Weltbilder völlig willkürlich festgesetzt werden, muß man sich ihrer Geschichte und ihrer gegenwärtigen Form bewußt sein. Man kann sich den Auswirkungen eines Weltbildes nicht durch Raum und Zeit entziehen, denn es bestimmt das Verhalten auf allen Ebenen. Hedonistisches Glücks- und materielles Erfolgsstreben sind nicht mit einem geschärften Erinnerungsvermögen zu vereinbaren. Die Konsumgesellschaft ist eine Wegwerf- und keine Speichergesellschaft. Wer nur auf Lustgewinn und Sinnengenuss aus ist, sieht im Gedächtnis ein Hindernis, denn es könnte Schuldgefühle erzeugen und die Erfüllung privater Wünsche hemmen. Einer derartigen Einstellung sind außerkörperliche Zustände nur eine weitere Steigerungsmöglichkeit des Genusses. Ich bin dieser Versuchung zu oft erlegen und werde mich hüten, sie zu unterschätzen. In dieser Beziehung sind Fehlversuche besonders aufschlußreich — gerade sie dürfen nicht vergessen werden. Aber wer erzählt schon gerne vom eigenen Versagen? Man könnte ja plötzlich gezwungen sein, auch persönliche Schuld eingestehen zu müssen. Und persönliche Schuld ist eng mit dem Kollektiv verbunden, weil man aus dem Weltbild einer bestimmten Gesellschaft heraus handelt und auf diese Weise ständig neues Leid erzeugt. Dies kann eine schwere Bürde und gleichzeitig eine großartige Herausforderung sein.

Die Bewußtwerdung der individuellen und kollektiven Geschichte bringt die Schattenseiten ans Licht, Schatten, die sich mit beängstigender Wucht und Eindringlichkeit auf die Gegenwart legen. Dunkelheit ängstigt. Deshalb geht man lieber in die Sonne oder ins Zwielicht der Zerstreuungen. Diese Verdrängung verlangt einen hohen Preis — nämlich den Verlust des Schattens. Dadurch wird der Mensch zu einem profillosen Massenpartikelchen, zum apathischen Mitläufer in einem Schwarm von Lemmingsen. Er läuft und läuft und läuft und ... «Wo sind sie geblieben?»

- 49 Es ist nicht nur ein einziger Körper vorhanden, den das Ich als Vehikel, als Bewußtseinträger, verwenden kann. Das Ich vermag unter Umständen mehrere Körper gleichzeitig besetzt zu halten, die räumlich voneinander getrennt sind. Hierbei handelt es sich um das Erlebnis des *Multiplicatio-Effektes* der Seinszustände. Es ist die gleichzeitige Existenz von zwei oder mehr Körpern, die in je verschiedenen Umwelten bzw. Seinszuständen leben. Dabei ist nur ein einziges, einheitliches Ich vorhanden, das über alle emotionalen und kognitiven Funktionen verfügt. Dieses Ich ist nicht dissoziiert, sondern ungewöhnlich formiert. Es ist sich mehrerer Körper mit unterschiedlichen Wahrnehmungsweisen bewußt, was eine besondere Stabilität verlangt, die nicht leicht zu erlangen ist. Obwohl zwei oder mehr Körper vorhanden sind, bleibt die Orientierungsfähigkeit auf den verschiedenen Ebenen ebenso vollständig erhalten wie das Unterschei-

ungsvermögen. Nur bei fehlender Ich-Bewußtseins-Kontinuität kommt es zu pathologischen Äußerungen. So gesehen ist die Außerkörperlichkeit ein Spezialfall der Multiplicatio.

Im innerkörperlichen Zustand ist sich das Ich nur eines einzigen, einheitlichen Körperfeldes bewußt. Dabei spielt es keine Rolle, ob — gemäß bestimmter Vorstellungen — nun drei ineinandergeschachtelte Körper vorhanden sind oder nicht. Das Ich nimmt nur einen Körper wahr. Bei der Ablösung geschieht folgendes: das Ich spürt, wie ein zweiter Körper sich vom physischen ablöst und empfindet zwei Körper zugleich. Dann verlagert sich die Aufmerksamkeit des Ichs ganz auf das zweite Wahrnehmungsfeld. In dem Moment ist es vollständig außerkörperlich, d. h. außerhalb des physischen Körpers in einem Zweitkörper. Die Übertragung des Ich-Bewußtseins vom einen auf das andere Vehikel kann auch ohne Zwischenphase, gewissermaßen blitzartig, geschehen. In diesem Falle ist sich das Ich zu keinem Zeitpunkt zweier Körperwahrnehmungsfelder gleichzeitig bewußt.

- 50 Ilya Prigogine erhielt 1977 den Nobelpreis für Chemie für seine Entdeckung, daß auch bei irreversiblen Prozessen geordnete Strukturen entstehen können. — Vgl. Prigogine²1980 und Prigogine/Stengers 1981.
- 51 Jantsch 1979:17.
- 52 Cf. 51 S. 75.
- 53 «Die Verlagerung vom individuellen, analytischen Bewußtsein zu einem ganzheitlichen Modus, erreicht durch die Schulung unserer intuitiven Hälfte, wird in den esoterischen Traditionen oft mit einem Begriff umschrieben, der in der Übersetzung <Ich-Tod> heißen würde. Diese Verlagerung besteht aus einem Zusammenbrechen der Konstruktionen, die das persönliche Bewußtsein aufrechterhalten, und einem Übergang von diesem analytischen Modus zu dem entstehenden <Gestalt-Modus des Bewußtseins> (Ornstein (1972) 1976: 188 — 189]. Hat dieser Wechsel erst einmal stattgefunden, erübrigt sich die Frage nach dem Beweis für das Weiterleben nach dem Tode. Ein Ich, das mit dem verbal-analytischen Teil identisch ist, interessiert sich für das Fortleben nach dem Tode, weil es die Erfahrungsgewißheit des Intuitiven nicht kennt oder nicht zur Geltung kommen läßt.
- 54 Nach: Shah 1975:34.
- 55 Cf. 51 S. 387.
- 56 «Der taoistische Begriff des *wu-wei*, der absichtlichen Absichtslosigkeit« ist «die Regel, daß man vergessen muß, was man erreichen will —, wie Herrigel das in seinem kleinen Buch über Zen und das Bogenschießen so

schön beschreibt» (Watzlawick 1976:40). Dieses Vergessen ist nicht total, es geht nicht bis zum Ich-Verlust, sondern wird zu einem <Sich-Erinnernach-Bedarf>, Dabei gibt es kein willentliches Festhalten an einem bestimmten Vorsatz. Eine neue Situation wird in bescheidener Selbstlosigkeit angegangen, indem man — ohne etwas darauf zu geben — wirkt. Das Ich-Bewußtsein bleibt kontinuierlich bestehen, ohne irgendeinen seiner möglichen Inhalte zum beherrschenden Faktor werden zu lassen. Auf diese Weise gelingt es, mit einem Minimum an Aufwand einen optimalen Effekt zu erzielen. Dieses Verhalten ist in der chinesisch-japanischen Kampfkunst ausschlaggebend (vgl. Pabst 1976:12— 13).

Wenn alles um den Mittelpunkt des leeren Ich-Bewußtseins kreist, ist *wu-wei*, «die Vermeidung von Widerstand und Selbstbehauptung» [Zimmer (1948) 1961: 53 Anm. 7], gewährleistet. — «Alle Sterne müssen um den Polarstern kreisen, weil dieser still steht, alle Vasallen und Geschöpfe bewegen sich innerhalb ihrer eigenen Kreise in freiwilliger Unterwürfigkeit um den Kaiser, weil dieser es versteht, sein Herz leer und unbeweglich zu machen, während er in vollkommener Sammlung seines Selbstes auf dem Throne sitzt. Er greift nicht ein, er weiß nichts von Verwaltung und Planung. Sein ruhiges Antlitz ist gen Süden gewandt, und er strahlt auf die Menschheit und die ganze Natur die Tugend seiner eigenen Übereinstimmung mit dem Gesetz des Kreisenden Spiels von Himmel und Erde aus» (ibid.). Ein Ich-Bewußtsein, das leer bleibt und mit keinem bestimmten Inhalt mehr identisch ist, wirkt wie ein Kaiser und ermöglicht jenes anarchisch-anarchistische Vorgehen, das Paul Feyerabend vorschwebt: «Ich sage, daß alle Regeln ihre Grenzen haben und daß es *selbst innerhalb der Wissenschaften* keine umfassende Rationalität gibt; ich sage nicht, daß wir nunmehr ohne Regeln und Maßstäbe leben sollen. Ich weise auf die Wichtigkeit der Umstände hin, unter denen eine Regel angewendet wird, aber wieder sage ich nicht, daß die kontextabhängigen Regeln nun die absoluten Regeln *ersetzen* sollen; sie sollen sie nur *ergänzen*. Außerdem schlage ich eine neue *Beziehung* vor zwischen Regeln (Maßstäben) und Traditionen» (1979: 67). Träger dieser und anderer Beziehungen ist stets der einzelne Mensch, dessen Freiheit durch das *wu-wei* zum Ausdruck kommt.

Im <handelnden Nichthandeln> (*wu-wei*) wird der Zustand der Gelassenheit gelebt. Dabei klaffen die Gegensätze nicht in absolut getrennte, voneinander unabhängige Einheiten auseinander, sondern sie bleiben relativ und polar aufeinander bezogen. So können sie jederzeit unter Berücksichtigung nicht nur des Kontextes, sondern auch der für die betreffende Ebene gültigen Richtlinien (Maßstäbe) und Traditionen, zu bestimmten Formen auskristallisieren. Auf diese Weise verwirklicht sich eine Welt, die den Vorteil hat, vergänglich sein zu dürfen. Dabei bleibt die Möglichkeit für die Realisierung anderer Welten offen — die Fülle bleibt (zumindest potentiell) bestehen, und nichts verabsolutiert zum alleinselig-machenden Gebilde. Weil die Gegensätze nicht erstarrt sind, können sie in einen Fluktuationsprozeß einmünden und mit der Zeit in gewandelter Form wieder ausstrukturieren. Die chinesische Philosophie kennt diese

relative Gegensätzlichkeit als Yin-Yang-Prinzip. Es ist für die Pathogenese und Pathologie der Energetik von Bedeutung (vgl. Van Nghi Bd. 1 1974: 25-28).

Durch die Relativierung der Gegensätze zeigen sich erst deren Fließeigenschaften. Man wird hellhöriger für die Zwischentöne und viel sensibler: «Es dürfte aber kein Zweifel bestehen, daß ein gewisses Maß an absichtlicher Unaufmerksamkeit unsere Sensibilität gerade für die besonders kleinen, averbalen Kommunikationen erhöht, die in zwischenmenschlichen Situationen (die Psychoanalyse verwendet dafür bekanntlich Begriffe wie den der freiflottierenden Aufmerksamkeit oder des Zuhörens mit dem <dritten Ohr>) oder solchen zwischen Mensch und Tier von besonders ausschlaggebender Bedeutung sein können. Aus diesem Grunde sind diese Phänomene von großem Interesse für die Kommunikationsforschung und in weiterem Sinne für unsere Untersuchungen der merkwürdigen Natur dessen, was wir die Wirklichkeit nennen» (Watzlawick 1976:41).

Aktive Passivität in Verbindung mit einer passiven Aktivität der Wechselwirkungspartner ist bei jedem mystischen Geschehen miteinbeschlossen — und bis auf die materielle Ebene <hinunter> feststellbar. Das Wu-Wei ist nämlich auch bei jenem Gestaltungsprozeß maßgeblich, der <Embryonalentwicklung> genannt wird. Diese erste Wachstumsphase hat Erich Blechschmidt eindrücklich in seinem Buch «Wie beginnt das menschliche Leben?» dargestellt. Die Gestaltwerdung des Menschen ist ein wunderbares Beispiel für das Wu-Wei-Prinzip. «Die Ergebnisse unserer jahrzehntelangen Untersuchungen mit Hilfe unserer Totalrekonstruktionen haben den Beweis erbracht, daß die Entwicklung entgegen den Haeckelschen Vorstellungen nicht phylogenetisch als Rekapitulation verläuft und daß sie auch nicht einfach aus den Genen im Sinne etwa einer Folge von Induktionen erklärt werden kann, sondern daß die Differenzierungen entwicklungs-dynamisch als Teilgeschehen im Rahmen der ganzen Ontogenese entstehen. Unter der Voraussetzung, daß als Ergebnis von Fortpflanzungsvorgängen eine Individualentwicklung mit der Befruchtung beginnt, verläuft die Ontogenese biodynamisch. Durch die Biodynamik werden die Gene in hohem Maße entlastet» (Bleichschmidt⁴1976:65). Diese humanembryologischen Forschungsergebnisse könnten nicht nur naturwissenschaftliche Anschauungen auf den Kopf stellen, sondern jede Art von Wechselwirkungs- und Kommunikationsproblemen einsichtiger machen.

- 57 Phoenix aus der Asche! — Etwas prosaischer vielleicht Jerzy Grotowski, der Theaterernewerer der sechziger Jahre: «Die unglaubliche Intensivierung des Darstellungsprozesses, die sich aus der rigorosesten Beschränkung auf das Wesentliche einerseits und aus höchster Ekstase des Ausdrucks andererseits ergab, hat das letzten Endes dualistische Konzept der Darstellung an sich — es setzt immer Darsteller und Zuschauer voraus — zur Selbstauflösung getrieben» (Jantsch 1979: 386). Zusammenbruch und Selbstauflösung sind Folge der bewußten Zurückhaltung der persönlichen Wünsche und Vorstellungen. Hierzu vgl. man z.B. den Abschnitt über den zweiten Grad des Gebetes, *das geistige*

Stillschweigen, in: Scaramelli (1855) 1973 1/2: 11 —17. Stillschweigen entsteht dadurch, daß die von den irdischen Belangen geprägten, stürmischen Gedanken während der Beschauung zurückgehalten werden. «Denn wer zur Erkenntnis der inneren Dinge hingezogen wird, verschließt dem Sichtbaren seine Augen», sagt der hl. Gregor und fügt bei: «Und dann unterscheidet er in sich selbst das, was herrschen muß, von dem Schwachen, das gehorchen muß» [Scaramelli (1855) 1973 1/2: 14—15]. Phoenix als Herrscher, der sich aus der Sphäre des Sichtbaren und Vergänglichen aufschwingt und die Gegensätze in ihrer Rotation erkennt! Als Fliegender *überblickt* er die Welt, er verdrängt nicht, denn «das sinnliche Begehrungsvermögen regt sich nicht und stört den Frieden nicht, welchen die rationalen Kräfte genießen; und so herrscht im ganzen inneren Menschen ein süßes und angenehmes Stillschweigen» (ibid.: 12). Man darf sich beim Lesen dieser Zitate nicht zu hoch hinaufschwingen, sonst schmelzen die Flügel — die schwebende Aufmerksamkeit flattert nicht hinauf und stürzt nicht ab, denn sie unterscheidet klar zwischen *preya* und *shreya*. «Preya is what is pleasant; shreya, what is beneficial» (Easwaran 1981:31!).

58 In der Tiefe hätte ich vielleicht Hinweise auf folgende Geschichte gefunden: «Im April 1607 landeten 105 englische Kolonisten in der Chesapeake Bay in Virginia und gründen Jamestown, das zur ersten englischen Kolonie auf amerikanischem Boden wird ... Die Siedler treten in freundschaftliche Beziehungen zu den Indianern der Powhatan-Konföderation unter ihrem Häuptling Wahunsonacook. Gelegentlich kommt es aber zu Kampfhandlungen. Bei einem einsamen Erkundungsgang in die Wildnis wird John Smith gefangengenommen, gefesselt und zum Tode verurteilt. Sein Kopf wird auf eine Art Opferstein gelegt und soll mit einer Kriegskeule zerschmettert werden. Da geschieht etwas, was die Phantasie der Amerikaner noch nach Jahrhunderten aufwühlen wird und die erste, schönste und trügerischste Mythologie der Neuen Welt begründet. Die 13jährige Tochter des Häuptlings, Matoaka, von den Weißen dann Pocahontas genannt, bittet um das Leben des Gefangenen» [Hembus (1979) 1981: 16 — 17; Auslassung von mir]. John Smith als Mumie und Pocahontas als Skelett vollziehen die Umarmung zweier Rassen — immerwährender Ausdruck der «Hoffnung auf die Geburt des Neuen Menschen der Neuen Welt» (ibid.: 115). Vielleicht hat diese prophetische Romanze heute wieder eine neue Zukunft. Damals zerrann «der Traum von der Vermählung zweier Rassen ... im aufkommenden Rassismus, der in dem Indianer das moralisch und physisch minderwertige Wesen sehen muß, wenn er eine Rechtfertigung für seine Vernichtung haben will» (ibid.; Auslassung von mir).

59 Orientiert man sich bei Sterbeerfahrungen und anderen außerkörperlichen Erlebnissen mit Hilfe des spezifischen Standpunktes, den Deutungsansätzen und den Perspektiven der Analytischen Psychologie, dann muß man innerhalb des vorgegebenen Rahmens verbleiben. Von da aus kann man zwar auf neue Horizonte verweisen, aber niemals dahin gelangen, denn man bestimmt eben zu einem großen Teil selbst, was als Ereignishori-

zont zu gelten hat. In dieser Beziehung ist die Lektüre von «Im Umkreis des Todes» aufschlußreich. Jaffé, Frey-Rohn und von Franz haben ihre Beiträge zum Thema Tod ganz aus psychologischer Sicht verfaßt, wodurch die Stärken und Schwächen gerade dieses Ansatzes besonders deutlich zum Ausdruck kommen.

⁶⁰ Sonst hätte ich mich ja «der Kadaver» bemächtigen können, «um sie als Mumien in Mausoleen zu stecken, um ungefährliche Gottheiten aus ihnen zu machen» (Macciocchi in: Pasolini (1975) 1980:16]. Dieses Verfahren mag in der Politik üblich und beim Begräbnis Pier Paolo Pasolinis in Rom angewandt worden sein — aber es verhindert notwendige Bewußtwerdungsprozesse.

⁶¹ Bei der *Deutung auf Subjektstufe* werden die Traum Inhalte als symbolischer Ausdruck innerpsychischer Faktoren und Situationen des Träumers interpretiert. Werden die Traumfiguren dagegen konkret mit äußeren Gegebenheiten in Verbindung gebracht, deutet man *objektstufig*. Das heißt aber nicht, daß damit die Traum Inhalte als Ausdruck einer alltagsunabhängigen Wirklichkeit aufgefaßt werden, sondern nur, daß man sie auf einen Sachverhalt bezieht, der auf der materiellen Ebene tatsächlich existiert. Bei der Subjekt- wie auch der objektstufigen Deutung handelt es sich um *Interpretationsmethoden*. Hierzu vgl. z. B. Jung (1921) ⁹1960: 492.

⁶² Ich denke z. B. an die Problematik der Gefangenschaft durch das Unbewußte, der Fixierung auf infantiles Reminiszenzmaterial und anderer Erinnerungen, an die Beschränkung der Freiheitsgrade durch die strukturelle Gewalt und an das Beharrungsvermögen stabiler Systeme. Ferner gehören Sachverhalte hierher, die folgendermaßen benannt werden: Anpassung, Behinderung, *contraria contrariis*, Drogenabhängigkeit, Einschüchterung, Fesselung, Gesetzgebung, Hüter der Schwelle, Indoktrinierung, Jugendproblem, Konfessionszugehörigkeit, Lohnabhängigkeit, Militär, N.N., Opportunismus, Pflichterfüllung, Quälerei, Rentenalter, Schicksal, Terrorisierung, Überwachung, Verfolgung, Wahrheitsfestlegung, Xanthippe, Yippietum, Zaghaftigkeit usw. All dies kann sich zu einem Hindernis auswachsen, das je nach Umständen eine unüberwindliche Schranke darstellt und eine beiderseits offene Wechselbeziehung verunmöglicht.

Die Mauern kann man als Darstellung von Sachzwängen deuten. Man mag sie auch als Anhäufung von Einzelinformationen interpretieren, die, mit dem Zement der Theorien vermengt, zu einem festen Bau geworden sind. Den Beton kann man im Hinblick auf meine damalige Situation im Alltag als spezielle Ausdrucksform der erdrückenden universitären Anforderungen bezeichnen. Jede der hier aufgelisteten Deutungen stimmt irgendwie und irgendwo — aber was soll man *praktisch* im Falle einer Luzidität damit anfangen? Niemand bricht aus einem Gefängnis aus, indem er die ihn umgebenden Wände <beschreibt>.

- 63 Govinda(1976) 1977:128.
- 64 Zu diesen Tendenzen gehören konsumorientierter Hedonismus, permissive Toleranz und sprachliche Nivellierung (Terminologie statt Erzählkunst). Wenn außerdem noch das Informationsangebot vereinheitlicht wird, kann die Kreativität nirgends mehr hervorbrechen. 1984!
- 65 Cf. 63.
- 66 «Eine gefühlmäßige Befriedigung kann aber nur dann zustande kommen, wenn sich das menschliche Individuum nicht total gesellschaftlichen Normen opfert» (Battegay 1981: 2).
- 67 Ein Ausschluß der Gefühle ist unmenschlich und führt zudem zu grotesken zwischenmenschlichen Beziehungen, die geprägt sind von ängstlicher Rücksichtnahme, krampfhaftem Bemühen, niemandem zu nahe zu treten und das Gesicht, den Schein und den Frieden zu wahren. Derartiges Verhalten erzeugt zusätzlich unermeßliches Leid und Schuld. Diesem Problemkreis hat Wolfram von Eschenbach im *Parzival* einige wichtige Abschnitte gewidmet. Regelkonformität führt letzten Endes immer tiefer in Leid und Schuld hinein, denn sie verhindert stets das erlösende Moment des offenen Wortes. Auf diese Weise entstehen — willentlich und unabsichtlich — Versäumnisse und schwerwiegende Gefühlsverfehlungen. Mit der Einsicht in diesen Sachverhalt kommt — wenigstens bei Parzival — die Reue in Form eines tiefempfundenen Schmerzes, als «tiefinnerliches Erfaßtsein vom Leid» [Maurer (1950) 1966: 72], das «durch eigene Handlungen und Unterlassungen» (ibid.: 74) entstanden ist. Die Reue führt Parzival schließlich zur Buße, die Ausdruck der inneren Bereitschaft zur Wiedergutmachung ist. Dieses Bemühen ist ein Vorrecht des Erwachsenen, denn Buße erfordert viel mehr als kindliche Unvoreingenommenheit. Sie verlangt die Bereitschaft, aus dem Teufelskreis der Unwissenheit herauszukommen, bewußt und verantwortlich. Und dann kommen einem die Worte nicht mehr so leicht über die Lippen.
- 68 Was man selbst erlebt hat, ist prinzipiell wichtiger als Bücherwissen — auch für Naturwissenschaftler. Konrad Lorenz sagt: «Würfe ich in die eine Schale einer Waage alles, was mir in den Stunden der Meditation vor Aquarien an Einsichten zuwuchs, und in die andere das, was ich aus Büchern gewann, so würde die erste Schale tief, tief hinuntersinken» (1981:25).
- 69 Eliade 1960:4.
- 70 Zu diesem «Ringeln um das befreiende Erkennen» haben die Märchen einiges zu sagen. Hierzu vgl. von Beit (1957)³1972:445 — 645. Andererseits ist zu beachten, daß durch Deutungen wieder zusätzliche Fesseln entste-

hen. Die Bedeutungsebenen der Märchen erschließen sich nämlich durch wiederholtes Lesen, wobei die Aussagen absorbiert werden. Dies ist etwas anderes als das Interpretieren von Märchen innerhalb des Gefüges eines theoretischen Konzeptes. Zu diesem Punkt möchte ich ein Beispiel geben: Meines Erachtens dienen die Märchenschlußformeln [z.B. ukrainisch: «Sie gaben mir einen Wagen aus Stroh und ein Pferd aus Wachs; der Wagen verbrannte, und das Pferd zerschmolz» (nach: von Beit (1952)⁴1971:410)] dazu, den Erzähler und die Zuhörer zu einem bewußten Abrücken von der Märchenwelt zu zwingen. Dadurch wird eine Art Zustandskontrolle durchgeführt, um die alltagsfremde Situation mit ihren spezifischen Gesetzen deutlich vom Alltag abgegrenzt zu halten. Psychologisch wird dieser Sachverhalt anders verstanden: «Alle diese Formeln drücken ein bewußtes Abrücken von dem Reichtum unbewußter Bilder aus, um nicht deren lebensentfremdender Seite zu verfallen» (ibid.: 411). Diese Formulierung ist die logische Konsequenz einer Auffassung, die behauptet, Märchen seien *fiktive* Geschichten, «die etwas ganz anderes ausdrücken wollen, als sie zu sagen scheinen» (Maass 1981: 18). Also ist ein Märchenwald «gar kein wirklicher Wald, sondern ein Bild für das Unbewußte bzw. einen Teil davon. Die Welt unter Wasser ist ein Stück Innenwelt» (ibid.) — und dergleichen mehr. Ferner besteht die Meinung, «die Bewertung einer Märchenerzählung vom Bewußtsein aus gesehen ist deshalb schwierig, weil das Märchen auf die Bewußtseinsgegebenheiten fast keinen Bezug nimmt» [von Beit (1957)⁴1971:411. Hieraus wird deutlich, daß «Bewußtsein» mit *Alltagsinhalten* identifiziert wird. Aber Märchen nehmen deshalb auf Bewußtseinsgegebenheiten des Alltags fast keinen Bezug, weil sie nicht von dieser Welt handeln, sondern von einer Welt erzählen, in der andere Gesetze gelten. Märchen sind Lehrstücke des außerkörperlichen Zustandes, die den Zuhörer auf die transalltägliche Existenz vorbereiten. Dies ist der Grund, weshalb sich Märchen nicht wie Begriffe verstehen und intellektuell erfassen lassen [vgl. Ornstein (1972) 1976: 180]. «Solange ich nicht in einem Fingerhut Hirse koche, sie mit einer Nadel umrühre und mit dem Fingernagel auslöfle, solange mögen auch die, welche diesem Märchen zugehört haben, kein Kopfweh bekommen!» [in: Die Paradiesrose (Kaukasus Nr. 7), nach: von Beit (1957)⁴1971: 411].

⁷¹ Rougemont (1977) 1980: 84.

⁷² Freud hat die Verdrängung «intentionales Vergessen» genannt. Dabei handelt es sich um einen aktiven Vorgang, denn das Verdrängte muß ständig daran gehindert werden, die Bewußtseinschwelle zu durchbrechen, d. h. erinnert zu werden. Diese Blockierung kann nur erfolgreich durchgeführt werden, wenn «sich eine verdrängende <Instanz> ausgebildet hat. Diese Instanz ist im Ich zu suchen» (Blum in: Stern 1958: 25). Das verdrängende Ich ist mit ganz bestimmten Inhalten identisch und schließt Nichtkonformes aus. Es schiebt alle Vorstellungen, Wünsche, Triebe und Meinungen in die scheinbare Vergessenheit ab, wenn sie «im Augenblick oder grundsätzlich nicht in das Konzept passen, nach dem man bewußt

lebt» (Thum 1970: 51). Abgeschoben ist nicht aufgehoben — oder, wie ein syrisches Sprichwort sagt: «Du wirfst es hinter dich, aber es fällt nach vorn» (Wichmann 1916: 181). Man meint, mittels Verdrängung eine unbequeme Sache hinter sich bringen zu können, doch verhindert eben dies ein Schwinden des Problems, weil «gerade das Verdrängte die beste Chance zur Erhaltung hat» (Jung in: Jung/Kerényi/Radin 1954: 198). Im außerkörperlichen Zustand wird früher oder später das scheinbar Vergessene mit aller Vehemenz wieder auftauchen und die Sicht vergällen bzw. die Kontinuität des Ich-Bewußtseins massiv stören. Spätestens dann muß der inkompatible Inhalt aufgearbeitet und als mögliche Erinnerung zugelassen werden.

⁷³ Daß dies im Schlafzustand des physischen Körpers geschehen wird, geben nicht alle Märchen ausdrücklich an. Dies scheint mir deshalb verständlich, weil man wegen der Kontinuität des Ich-Bewußtseins und wegen des Sprachgebrauchs (Synonymität von «wach» und «bewußt») oft nicht über den Zustand des physischen Körpers Bescheid weiß (außerdem verfügt man über einen Zweitkörper). — Comics, SF und Fantasy als moderne Trivialformen des Märchens beschreiben ebenfalls oft außerkörperliche Erlebnisse, welche meistens auf Erklärungen innerhalb des gängigen Weltbildes reduziert werden.

⁷⁴ Maharshi in: Zimmer(1944) 1954:141.

⁷⁵ Cf. 74.

⁷⁶ Ital (1971) 1980: 2.56.

Anmerkungen zum 5. Kapitel

- ¹ Man kann das Ich als ein Fließgleichgewicht bezeichnen, als ein System, das sich in einem dynamischen Gleichgewicht befindet und ständig seine Kontinuität bewußt überprüft. Diese Kontinuität ist von äußeren Bedingungen und konstanten Außenfaktoren unabhängig. Sie funktioniert

«fließend». Keine der veränderlichen Größen, d. h. kein Bewußtseinsinhalt, darf dabei dominieren, weil sonst das System seine Lebensfähigkeit verliert. Als Fließgleichgewicht (steady state) wirkt das Ich der thermodynamischen Wahrscheinlichkeit entgegen. Als bewußtes Wesen kann es sich vornehmen, etwas Unwahrscheinliches zu tun. Es ist durch einen hohen Wirkungsgrad charakterisiert und in der Lage, neue Energiequellen zu erschließen — und auf diese Weise fähig, den (Wärme-)Tod zu überwinden und das österliche Ereignis zu verwirklichen.

«Der Begriff des Fließgleichgewichts wurde von L. von Bertalanffy lange vor dem Aufkommen der expliziten kybernetischen Denkweise in der Biologie geprägt; er beinhaltet, daß die organischen Systeme offene Systeme sind, die in Stoff- und Energieaustausch mit der Umgebung stehen. Nach Bertalanffy stellt sich ein dynamisches Gleichgewicht schließlich dadurch ein, daß die Aufbauprozesse im wesentlichen von der Oberfläche eines organischen Systems, die Abbauprozesse jedoch von dessen Volumen abhängen. Ein organisches System wächst so lange, bis das Gleichgewicht zwischen Aufbau- und Abbauprozessen erreicht ist. Es ist das besondere Verdienst Bertalanffys, eine mathematische Beschreibung dieses Vorganges gegeben zu haben, die u. a. zeigt, daß der Endzustand eines solchen Systems nicht von den Anfangsbedingungen und Störungen abhängt, sondern ausschließlich von systemeigenen Prozessen. Bertalanffy hat nur Energie- und Stoffflüsse, nicht aber Informationsflüsse berücksichtigt. Die Hierarchie der Regelung und Steuerung im Organismus und ihr Funktionieren durch Prozesse der Informationsaufnahme, -Speicherung und -Verarbeitung waren ihm noch unbekannt» (Klaus 1969: 202).

Es scheint mir sinnvoll, Begriffe wie Fließgleichgewicht und auch Homöostase mit gewissen Eigenschaften des Ichs in Zusammenhang zu bringen. Die Homöostase ist eine Eigenschaft organischer Regelungssysteme, die darin besteht, bestimmte Größen in gewissen zulässigen Grenzen zu halten. Der Begriff wurde von W.B. Cannon geprägt [vgl. Wiener (1963) 1968: 146— 147, vor allem aber das Kapitel «Information, Sprache und Gesellschaft»!].

Weil das Ich in jedem Falle eine Instanz ist, die aufgrund ihrer Eigenschaft als Fließgleichgewicht homöostatische Prozesse aufrechterhält, ist es nützlich, über einige kybernetische Regeln nachzudenken. Die kybernetische Denkweise ist der analytischen vorzuziehen, denn sie verhindert den Zerfall der Wirklichkeit in voneinander scheinbar unabhängige Fragmente. Das Ich ist demnach keine losgelöste, absolute Einheit, sondern ein Zentrum von Beziehungen. Jede seiner Phasen, Zustände und Erscheinungs-

formen «ist Glied eines Bezugssystems und kann nur im Zusammenhang und in Beziehung zu anderen Gliedern oder zum ganzen System verstanden werden, wodurch die Extreme vollkommener Identität oder Nicht-identität in der Definition der Phasen eines kontinuierlichen Lebensvorganges vermieden werden» (Govinda 1962: 72). Dieser Ansatz führt übrigens auch zu einer interessanten Betrachtungsweise der bedingten Entstehung durch das Karma: «Zu glauben, daß der Tuer einer Tat der gleiche ist wie der, welcher die Früchte jener Tat (im nächsten Leben) erntet, ist das eine Extrem. Zu glauben, daß der Tuer einer Tat und derjenige, der ihre Früchte erntet, zwei verschiedene Personen seien, dies ist das andere Extrem. Diese beiden Extreme hat der Erhabene vermieden und die Wahrheit gelehrt, die in der Mitte liegt» (Nidana-Samyutta 46, zit. nach: *ibid.*). — Wer durchschaut die innere Einheit?

- 2 Ein derartiger Wechsel vom Werden zum *definitiven* Sein geschieht wegen des Bedürfnisses nach Stabilität, wobei vergessen wird: «Nur der sprachlichen und gedanklichen Vereinfachung halber abstrahieren wir aus den unaufhörlichen Prozessen des Bewußt-werdens ein Bewußt-sein» (Govinda 1962: 109). Ferner achtet man zu wenig darauf, daß im Augenblick der Bewußtwerdung das Ich-Bewußtsein nicht von seinem Inhalt getrennt werden kann. Außerdem gibt es zeitlich und inhaltlich total verschiedene Bewußtseinsmomente, deren jeder für sich wiederum eine untrennbare Einheit darstellt. Diese unterschiedlichen Felder werden mit Hilfe des «Fadens der Erinnerung» zu einer höheren Einheit verbunden. Auf allen Ebenen ist dabei das Ich beteiligt, das leicht mit der einen oder anderen identisch bleibt und dann die Fähigkeit zur Ausübung und Speicherung weiterer Wechselwirkungsereignisse verliert. — Wenn also von einem *Subjekt* des Bewußtseins gesprochen wird, «so ist hiermit sein jeweiliger Träger gemeint, jenes nach karmischer Gesetzmäßigkeit sich entwickelnde Kräftesystem «Individuum» («Unteilbares»), das im Bewußtsein seinen Brennpunkt hat. Wie aber ein Brennpunkt nicht etwas von den in ihm zusammentreffenden Strahlen Verschiedenes ist, so ist das Bewußtsein nicht von den das Individuum ausmachenden Kräften und ihren sichtbaren und unsichtbaren Formen verschieden» (*ibid.*). «Nachdem wir einen Begriff für das Einheitliche in diesen Prozessen geschaffen haben», sind wir genötigt, «ihm einen entsprechenden Komplementärbegriff entgegenzusetzen, der das Wechselnde in ihnen bezeichnet: der Vorstellungsinhalt oder das *Objekt des Bewußtseins*» (*ibid.*). — Die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt ist nur von außen gesehen berechtigt und läßt sich auch nur in einem relativen Sinne anwenden. Sie entspricht einem ganz bestimmten Blickwinkel, der durchaus unbeschadet angewendet werden kann — solange er nicht als alleingültige Betrachtungsweise bzw. Methode verstanden wird.

Sind Bewußtseinsinhalte voneinander total verschieden, dann können sie nur sehr schwer miteinander verknüpft werden und bleiben im Gedächtnisspeicher unverbunden. Zu große Unterschiede verunmöglichen eine Integration durch das Ich und erschweren das Wiedererinnern. Diesem

Zustand arbeitet das Ich bewußt entgegen, indem es sich ein Erfahrungsumfeld schafft, das durch Konstanz, Wiederholungen und Ähnlichkeiten eine gewisse Stabilität gewährleistet. Entfällt der Wiedererkennungseffekt, fühlt sich das Ich verunsichert, im schlimmsten Falle sogar vernichtet. Stabile Umfelder werden durch zwischenmenschliche Vereinbarungen *konstruiert* und in ihrer Schwankungsbreite durch Normierung begrenzt. Auf diese Weise entstehen konstante Lebensbereiche, die viele Identifizierungsmöglichkeiten bieten und dem Ich-Gefühl eine gewisse Geborgenheit geben. Gleichzeitig werden Grenzen errichtet, um die stabile Zone vor dem Einbruch wild flutender und sich ständig wandelnder «Inhalte» zu schützen. Brechen nun trotz allem neue Bewußtseinsinhalte ins geordnete Ich-Bewußtseinsfeld ein, reagiert das Ich mit Abwehr und notfalls mit einer Bewußtlosigkeit, durch die es sich selbst dazu bringt, gegenwärtige Ereignisse nicht wahrnehmen zu müssen. Mildere Formen sind Verdrängen und Vergessen; perfide Formen sind gewisse sprachliche Regeln wie z. B. die Verwendung des Wortes «wach», in ausschließlichem Zusammenhang mit dem Wachsein des Körpers; und außerdem gibt es noch zynische Formen, die den Menschen sogar dazu zwingen, seine eigenen Gefühle zu leugnen und alles Neu-Aufkeimende niederzutrampeeln.

- 3 Die *Individuation*, die «innere Einswerdung», ist ein Prozeß, den C. G. Jung mehrfach beschrieben hat. In seinem Verlauf differenziert sich eine individuelle Persönlichkeit heraus. Dabei kommt es *nicht* nur zu einer Vereinzelung, sondern auch zu intensiv gelebten Beziehungen zur Umwelt. Je differenzierter nämlich der einzelne Mensch ist, desto komplexer und vielfältiger gestaltet er die Wechselwirkungen. Die Individuation ist von prinzipieller Bedeutung — für den Menschen als Einzelwesen wie für die Gemeinschaft als Ganzes. Normsetzung dagegen ist Ausdruck eines extremen Individualismus, bei dem jeder Wandel abgelehnt und statt dessen der individuell verwirklichte Seinszustand als allgemein verbindliche Richtlinie den anderen aufgezwungen wird. Es gibt keinen Individuationsprozeß ohne Berücksichtigung der persönlichen *und* der gesellschaftlichen Interessen. Ferner muß man bereit sein, *bewußt* mit allen Aspekten des Lebens im Fluß des Wandels wechselzuwirken. Persönlichkeitswerdung kann nur in der Gemeinschaft und in Offenheit geschehen.
- 4 Dieser Störungsausgleich geschieht im Extremfall durch einen abrupten Dimensionswechsel. Zwei dieser Wechsel sind für das Leben des Menschen von prinzipieller Bedeutung: der Schlaf und der Tod. Als große Wandler machen sie einen wesentlichen Teil der Ich-Geschichte aus. Diese Geschichte läßt sich ohne die Kontinuität des Ich-Bewußtseins aber nicht oder nur fragmentarisch schreiben.
- 5 Govinda 1962: 67.

- 6 Cf. s.
- 7 Cf. s.
- 8 Alle statischen Formen sind *Maya*, d. h., sie haben nur scheinbar einen unveränderlichen und dauernden Bestand. Auch die Vorstellung eines sich stets gleichbleibenden Ichs in einer unwandelbaren Umgebung ist *Maya*. Das Gefühl, sich selbst zu sein, beruht nicht auf der — rational und logisch einsehbaren — totalen Gleichartigkeit zum vorherigen Zustand. Es ist eine Folge des Erinnerungsvermögens. Das Gedächtnis erlaubt dem Ich, sich trotz wechselnder Situationen als kontinuierliche — wenn auch nicht konstante — Einheit zu erleben.
- 9 Zimmer als Wohn- bzw. Lebensbereiche sind abgegrenzte Räume, die durch ganz bestimmte Gegenstände definiert werden. Jeder Raum umfaßt einen ganz speziellen Komplex von einzelnen Elementen in beschränkter Anzahl, welche die Lebensmöglichkeiten und -gewohnheiten seiner Bewohner spiegeln. Die vorhandenen Dinge bezeichnen den ›Verhaftungsbereich‹, d. h. dasjenige, für das die Besitzer sich in erster Linie interessieren. — Wer als Fremder in derartigen Räumen irgend etwas berührt, löst Reaktionen seitens der Bewohner aus. Oft ergeben sich mit den Inhabern ellenlange Diskussionen über den Gegenstand des vermeintlichen Interesses, Konversationen über Nichtigkeiten, Argumentationen um Detailfragen und Disputationen unter Ausschluß jeder persönlichen und gesellschaftlichen Relevanz. Man bleibt im Raum der vorgegebenen Ideen. Wer sich einmal aus Unbedachtsamkeit, Höflichkeit oder Langeweile auf ein Gespräch innerhalb solcher Rahmenbedingungen einließ, weiß um die schiere Unmöglichkeit, wieder aus dem Gespinnst von sentimentalischen Erinnerungen, Belanglosigkeiten, Redewendungen, Wetterprognosen und Dissertationsthemen herauszukommen. Gefesselt von *Maya* sind leider oft auch die ›Räume des Herzens‹ — eingeeengt, kleinlich, verklemmt und — tot. Dies sind die »steinernen Herzen-, in denen keine Gefühle mehr existieren. Aber vielleicht gibt es doch noch — tief, tief verborgen — jenen Raum, von dem in der *Chändogya-Upanishad* gesprochen wird:
 -Nun, in dieser Stadt des Brahman ist ein Wohnsitz, eine winzige Lotusblume, darin ist ein winziger Raum ... So weit wie dieser Raum (um uns), so weit ist der Raum innerhalb des Herzens. In ihm sind sowohl Himmel wie Erde konzentriert, Feuer wie Wind, Sonne wie Mond, Blitz wie Sterne, was ein Mensch hier auf Erden besitzt und was er nicht besitzt: alles ist konzentriert in diesem (winzigen Raum innerhalb des Herzens)» [zit. nach: Zaehner (1970) 1980:240).
- 10 Wegen der Fähigkeit, sich an den vorherigen Zustand erinnern zu können, ist es unnötig, die augenblicklich im Vergleich zum Vorangegangenen unpassend erscheinenden Inhalte bzw. Eindrücke abzuwehren — nur aus Angst, die Identität des Ichs könnte zerstört werden. Ich-Identität und

-Kontinuität sind nicht von den momentanen Inhalten, sondern vom Erinnerungsvermögen abhängig. Formen mögen noch so unbeständig sein — wenn ein Ich vorhanden ist, das sich zu erinnern vermag, wird selbst der extremste Wandel <fest stellbar> und damit als Ereignis erkennbar. Buddha lehrte, daß «alles Leiden in der Welt dem Versuch entspringt, an fixierten Formen festzuhalten — an Gegenständen, Menschen oder Ideen —, anstatt die Welt, so wie sie sich bewegt und verändert, zu akzeptieren» (Capra(1975) 1977:192]. - Let's go on!

Der Ausbruch aus den Sphären steriler Ansammlungen von toten Gegenständen bedeutungsschwerer Vergangenheiten ist ein Hinter-sich-Lassen von Souvenirmentalität, musealer Vergangenheitsbewältigung und Denkmalschutz. Erinnerungen sind nämlich eine zwiespältige Angelegenheit, weil sie die Eigenschaft haben, neben der Jetzt-Erfahrung mit ihren besonderen Wechselwirkungen <unabhängig> weiterzubestehen. Gegenwart wird dann oft an der Vergangenheit gemessen und «à la mode du patron» zurechtgestutzt. Statt Erinnerungen als lebendige Tradition die augenblicklich geschehende Wechselwirkung mitgestalten und in ihr aufgehen zu lassen, besteht die Tendenz, sie unangetastet rein zu erhalten. Auf diese Weise bleiben sie zwar ziemlich unverändert bestehen — aber nur als tote Relikte längst vergangener Zeiten, welche die Kraft der Neuschöpfung verloren haben. Sie werden zu einer Quelle des Leidens, weil man sich weigert, gewisse Erinnerungen in den Gegenwartsstrom der Ereignisse zu werfen, wo sie verwandelt werden. Vergangenes *ändert* sich durch den Einbezug in die Gegenwart. Aber nur so ist es ihm möglich, die Zukunft mitzubestimmen. Das Beharren auf der <reinen Überlieferung-, der <getreuen Wiedergabe> und den <traditionellen Werten> mag man als Huldigung noch gelten lassen — solange sie nicht dazu dient, die totale Mißachtung gegenwärtiger Bedürfnisse zu kaschieren. Traditionsbewahrung in diesem Sinne ist bloß eine Vernichtung zukünftiger Möglichkeiten.

- 11 Govinda (1976) 1977:128.
- 12 «Gurdijeff, der berühmte Mystiker des frühen zwanzigsten Jahrhunderts, soll erklärt haben, daß er, falls bei der Erreichung des mystischen Zustandes außer dem sexuellen ein zweites Hindernis dieser Art zu überwinden gewesen wäre, diesen Zustand niemals erreicht hätte» [Monroe (1971) 1981: 180].
- 13 Bei der von Monroe entwickelten Methode geht es darum, «die Vorstellung des Sexuellen nicht zu bekämpfen, zu ignorieren oder ihr Vorhandensein zu leugnen, sondern zu denken, jawohl, diese sexuelle Sache ist ganz ausgezeichnet, und wir (ich) müssen etwas dafür tun. Und das wird in kurzer Zeit auch geschehen, doch vorher möchte ich noch woanders hin» [Monroe (1971) 1981: 182]. Dieser Gedanke wirkt <triebverzögernd>. Das sexuelle Bedürfnis braucht dabei nicht geleugnet zu werden. Durch die bewußte Verlagerung der Aufmerksamkeit befreit man sich von der

Beherrschung durch den Sexualtrieb. Ein nächster Schritt wäre dann die Einsicht in den kommunikativen Stellenwert der Sexualität im außerkörperlichen Zustand — falls Prüderie diese Einsicht nicht verhindert. Sexualität ist jedoch, wie Pasolini sagt, «kein moralisches Problem» [zit. nach Macciocchi, in: Pasolini (1975) 1978: 14] — vor allem nicht im außerkörperlichen Zustand. Pasolini hat seine Äußerung allerdings auf den durchschnittlichen kommunistischen Funktionär bezogen, der aus purer geistiger Faulheit das Problem Sexualität wie ein katholischer italienischer Kleinbürger betrachtet, und meint: «Ein Schritt hin zum Irrationalen von marxistischer Seite wäre wünschenswert, aber die Marxisten identifizieren das Irrationale mit dem Dekadenten schlechthin und ignorieren es deshalb. Aber das Irrationale (dessen innerster Kern das Problem Sexualität ist) verkörpert einen Teil der menschlichen Seele und ist daher ein permanentes und dringliches Problem» (ibid.).

- 14 Monroe (1971) 1981:180.
- 15 Dieser «Zweite Zustand» entspricht der Außerkörperlichkeit.
- 16 Cf. 14 S. 182. Monroe fährt fort: «Wenn es Ihnen schwerfällt, das zu akzeptieren, dann versuchen Sie, Ihre eigenen sexuellen Begierden objektiv zu untersuchen, ohne jedoch dabei die konditionierenden Faktoren zu vergessen, denen sie ausgesetzt gewesen sind. Nehmen Sie alle Regeln und Tabus weg, und prüfen Sie dann genau ohne jede emotionelle Voreingenommenheit. Es ist möglich, das zu tun. Vielleicht werden auch Sie sich wundern, wie die Menschheit so stark in die Irre geführt werden konnte» (ibid.).
- 17 Mrsich (1957) 1978:117.
- 18 Cf. 17 S. 117—118.
- 19 Außerkörperlich (und in normalen Träumen) kann es geschehen, daß man «Ehebruch» und «Inzest» begeht und sich «homosexuell» oder «lesbisch» verhält. Diese Aufzählung kann beliebig fortgesetzt werden. Die betreffenden Erlebnisse sind teilweise derart «abnorm», daß sie von vielen — zumindest im Nachhinein — als Alptraum empfunden werden. Der Hinweis auf die Anima-, Animus- und Elternimagoproblematik bzw. der Rekurs auf einen Archetypus wird in derartigen Fällen eine beruhigende Wirkung haben. Das Problem Sexualität ist eben heikel, es trifft das Innerste des Menschen und führt oft zu unangebrachten Reaktionen. Was nun den außerkörperlichen Zustand und seine Möglichkeiten in bezug auf das sexuelle Verhalten angeht, so scheint es mir wichtig, daß man bewußt auf jegliche Art von inzestuöser Beziehung und auf magische Zitationen von Geschlechtspartnern verzichtet. Beides führt nämlich früher oder später zum Verlust der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Dasselbe gilt z. B.

auch für sado-masochistisches, sodomistisches und nekrophiles Verhalten. Dies ist jedoch ein ethisches und nicht bloß ein moralisches Problem.

- ²⁰ Selbsterkenntnis wird auch durch eine negative Bewertung der sogenannten introspektiven Methoden verhindert. Wer öfter in den Spiegel schaut, den umfängt der Verdacht der Eitelkeit. Er wird umgrenzt durch das <semantische Feld des Narzißmus>.
- ²¹ Die konkreten, autobiographischen Details sind belanglos. Bei mir spielte sich damals alles im Umkreis der Universität ab. Ganz so belanglos sind diese Details selbstverständlich nicht (vgl. Anm. 22)! Im Alltag prallt nämlich der Versuch, <die Nacht> mitzuleben, auf einen strukturellen Gewaltverbund ersten Ranges. Was geschieht denn mit jenen, die bereit sind, sich mit der <weiblichen Seite> auseinanderzusetzen? Mit jenen, die das Persönliche, das Familiäre und die sozialen, zwischenmenschlichen Beziehungen höher schätzen als Beruf und Karriere? Wird nicht seitens der patriarchalen Institutionen gegen ein Mitglied, das nicht mehr gewillt ist, ausschließlich satzungskonform zu leben, ein Ausschlußverfahren eingeleitet? — Ja, wo kämen wir denn da hin? Da könnte jeder kommen. — Eben! In der Praxis des Alltags ist es mindestens so schwer wie im außerkörperlichen Zustand, bewußt zu bleiben und nicht zu verdrängen. Die Auswirkungen des Versuches, rund um die Uhr bewußt zu sein, sind enorm. Und es ist das <Bewußtsein des Alltags>, das Selbstverständnis des institutionalisierten Menschen, das einen wichtigen Schlüssel für das Verständnis der Angst-, Ekel- und Sexualitätsprobleme liefert. Andererseits ist der außerkörperliche Seinszustand schon als Erfahrung ein gesellschaftskritisches Ereignis — kritisch für das Selbstverständnis des Ichs wie für das der Gesellschaft.
- ²² Die repressive Seite kam meistens nur indirekt zum Ausdruck — nämlich in Form der Prüfungsbestimmungen. Direkte Repressionen waren bei mir die Ausnahme, doch machten sie mir schwer zu schaffen.
- ²³ Diese Formulierung ist eine Variation des Traumthemas. Mit derartigen Variationen, die <rechtshirinig> mitzulesen sind, bleibt man bei der Traumaussage. Man wechselt nicht wie bei einer Interpretation von der einen Ebene auf die andere, sondern man nähert die beiden Ebenen einander an — bis zu dem Punkt, wo sie miteinander verschmelzen und füreinander transparent werden.
- ²⁴ Wenn man diesen Traum zu einem Objekt des bewußten Rationalisierens machen will, hat man die Verfolgerin als denjenigen Teil des Subjektes zu deuten, der im kollektiven, institutionalisierten Bewußtsein zurückgelassen wurde. Dieser, nunmehr zum Vorschein kommende Teil, ist einerseits Ausdruck der gefühlsmäßigen Bindungen an die Institution, andererseits als Anima auch eine Personifikation des gesamten nächtlichen Bereiches,

dem die Anerkennung als alltagsunabhängiger, psychischer Wirklichkeitsbereich versagt wurde. Durch die Absetzungs- und Differenzierungsbewegung gelingt es dem Subjekt, die Identitäten mit dem kollektiven Bereich aufzulösen und die Anima als eigene Realität sichtbar werden zu lassen. — Diese Deutung trifft durchaus auf meine damalige Situation zu — nur kannte ich diese Interpretation schon vor dem Traum. Der Wert dieses Traumes war also nicht in dem zu suchen, was der Intellekt daraus zu extrahieren vermochte, sondern in dem, was ausgestanden werden mußte. Es bestand nämlich die Möglichkeit, direkt *mit* der Frau zu sprechen — statt erst nachträglich *über* sie zu reden, stehenbleiben — und auf diese Weise das praktizieren, was manche «die Welt anhalten» nennen. Wer ständig weiterrennt, landet schließlich nur wieder im Bett, um eine weitere Fortsetzung der «empfängnisverhütenden Deutungsspirale» zu schreiben. Ist die Wendeltreppe dafür nicht ein treffendes Symbol?

- 25 In Anlehnung an das, was Watzlawick den «Wandel zweiter Ordnung» nennt. «Das Thema der unerwarteten, verblüffenden Lösung ist archetypisch und drückt sich immer wieder in Mythen, Märchen und Träumen aus» [Watzlawick et al. (1974) 1975:11].
- 26 Watzlawick et al. (1974) 1975: 29 — 30.
- 27 Cf. 26 S. 30. «Eine Veränderung zweiter Ordnung ist also eine Metaveränderung und damit eben jene Form des Wandels, deren Möglichkeit Aristoteles so kategorisch verneinte» (ibid.).
- 28 Zit. nach Zaehner (1970) 1980: 242.
- 29 Wo sind die alten Linden, in deren Schatten schon die Urgroßeltern saßen? Auch die Heilige Familie soll der Legende nach unter einer Linde ausgeruht haben (vgl. Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens 5/1932: 1307).
- 30 Zur Linde vgl. z. B. Perger (1864) o. f.: 285 — 292. «So wie der Eichbaum den Charakter des Männlichen am meisten ausspricht, so kennzeichnet sich die Linde durch ihr mildes, weiches Wesen. Der Eichbaum liebt die Zurückgezogenheit und will nur unter seinesgleichen leben. Die Linde hingegen ist ein Baum der Wohnlichkeit. Es gibt keine Lindenwälder, aber da, wo sich Menschen ansiedelten, findet sich die Linde, sie steht mitten im Dorf, bezeichnet den Ort, wo man sich Abends trifft, und wo man die Angelegenheiten der Gemeinde bespricht» (ibid.: 285 — 286). — Bei den Griechen wurde das alte Ehepaar Philemon und Baucis in Form zweier Bäume, einer Eiche und einer Linde, kultisch verehrt. Es war «eine Gnade der Götter, in einen Baum verwandelt zu werden» (Fischer ²1982: 138). «Die bei Ovid sehr häufige und kunstvoll wiedergegebene Verwandlung von Menschen in Bäume führt L. Malten auf die alte Vorstellung zurück, daß aus dem Blut des Sterbenden oder der Asche des Verstorbenen Bäume

oder Pflanzen emporsprießen, in denen die Seele weiterlebt» [Malten 1939: 193 nach: Hunger (1959) 1974: 329]. — Über den Zusammenhang zwischen der Linde und dem Heidekraut vgl. Ranke-Graves (1948) 1981: 224 — 225!

- 31 Die Lindenblüten sind als Bienenfutter wichtig. «Ihretwegen war der Baum im Mittelalter gebannt und galt als <des heiligen römischen Reiches Bienengarten>» (Hegi 1925 Bd. V/1: 443).
- 32 «Lindenblütentee fördert den Schweiß- und Urinabgang und führt damit ungemein viel schädliche Stoffe aus dem Körper hinaus. Durch das Reinigen der Luftwege, das Öffnen der Hautporen und Entlasten der Wasserkanäle beruhigt er die Nerven, bringt guten Schlaf, was eines der Haupterfordernisse rascher Kräftewiederherstellung ist» (Künzle 1945:431).
- 33 «Den slavischen und germanischen Volksstämmen war der Baum heilig. Erstere weihten ihn der Ostara (die Russen der Liebesgöttin Krasogani), bei den Germanen galt er als der heilige Baum der Frigga, der Göttin der Fruchtbarkeit. In seinem Schatten wurde Gericht gehalten, gearbeitet, gespielt, getanzt und Hochzeit gehalten. Er galt als Talisman, als Zauberbaum und als Schutz gegen böse Geister und gegen den Blitz. Am Stamme brachte man Votivbilder an. Eine Quelle an seinem Wurzelfuß galt als heilkräftig. Mit seinem Baste waren der Teufel und die bösen Geister zu fesseln. Lindenzweige verjagten die Hexen aus dem verzauberten Walde... Ein herabfallendes Lindenblatt verhinderte die vollständige Hornung Siegfrieds beim Bade im Drachenblut» (Hegi 1925 Bd. V/1: 443; Auslassung von mir). Der Drache, den Siegfried tötete, «lag im Wald bei einer Linde, unfliegend, dies war der eddische *Fafnir*, ein Mensch, der Wurmgestalt an sich genommen hatte» [Grimm (1875 — 78) 1968: 573]. Der Ausdruck *lintwurm* ist «nicht aus Linde (*tilia*), wie die spätere Sage es misverstand, sondern aus dem ahd. *lint* zu erklären» (ibid.). In *lint* ist der «Begriff von Glanz und Schönheit enthalten, wie es für Frauen oder Schlangen gerecht ist... Von den Drachen war nun die herrschende Vorstellung des Altertums: sie *hegen auf dem Gold* und leuchten davon, das Gold selbst hieß dichterisch *wurmbett*, ...,wurmbettsfeuer, und daran knüpft sich weiter, daß sie Schätze bewachen und nachts durch die Lüfte tragen» (ibid.: 573 — 574; Auslassungen von mir). Frigg(a) und Freyja galten bei den Germanen oft als gestaltgleiche Gattin Odins. Tacitus setzte sie mit der Venus (Aphrodite) gleich. Frigg/Freyja besaß ein Falkengewand, was im Zusammenhang mit der Erfahrung vom 3. Mai 1976 interessieren mag (vgl. Kapitel 4.3. «Die vollkommene Freude der gegenseitigen Erkenntnis»). In der Nacht werden viele Mythen Wirklichkeit, entstehen aufs neue und verbinden den Menschen von heute mit dem Ursprung des Seins und mit den «Imaginationen» seiner Vorfahren bzw. mit den «Archetypen». Zur Mythologie dieser «Animagestalten», die bei den Tibetern als *Dakinis*

bezeichnet werden, gehört auch deren Verbindung zu wilden Tieren. Freyja ritt auf dem goldborstigen Eber Hildiswin. Das Wildschwein gehörte zu jenen Wunderdingen, die von den Zwergen Brok und Sindri geschmiedet worden waren. — Der goldene Eber Gullinborsti trug Freyr, den Gott der Fruchtbarkeit und der friedlichen Entfaltung, in Windeseile auch durch Luft und Wasser an jedes Ziel. Nachts erhellten die Borsten des Ebers die Finsternis. Der Eber Sährimnir wurde jeden Tag von den Einheriern, den von Odin auserwählten Helden, in Walhall verspeist. Sein Fleisch erneuerte sich ständig! Nun sind die Wildschweine einer gallischen Diana, nämlich Arduinna, zugeordnet worden. Diana ist der römische Sammelname für die gallischen Wald- und Jagdgottheiten, die an einzelnen Orten auch als Göttinnen der Quellen verehrt wurden. Diana wird der griechischen Artemis gleichgesetzt. Sie war eine Mondgöttin, der Hirsch und Bär zugeordnet wurden. Als Artemis Tauropolos waren ihr die Stiere heilig. «Auf ihre Funktion als Vegetations- und Fruchtbarkeitsgöttin bezogen sich einige Kulte in sumpfigen Gegenden, an Flüssen oder Quellen, ferner phallische Kultstätten in Sizilien» [Gottschalk (1973) 1979: 143; alle anderen mythologischen Angaben aus *ibid.*: 316, 324, 368, 375 — 377, 382, 400].

³⁴ Die Aussagen von Mystikern und Physikern, die beide auf ihre Weise Erkenntnistheoretiker sind, lassen sich ohne Wissen um die Autorschaft nicht eindeutig der einen oder der anderen Gruppe zuordnen. Hierzu vgl. LeShan 1969!

³⁵ Dies ist eine Zusammenfassung der Erklärungen des Johannes vom Kreuz, die er zu den ersten beiden Strophen des Gedichtes «Gesang der Seele in der innigsten Vereinigung mit Gott» geschrieben hat. Ich hatte am 2. Mai 1976 einige Stichworte dieses Textes aus der «Lebendigen Liebesflamme» in meine Kartei aufgenommen und mich auch sonst mit der Problematik der Anima-Auseinandersetzung beschäftigt, «denn die Beziehung zur Anima ist wiederum eine Mutprobe und ein Feuerordal für die geistigen und moralischen Kräfte des Mannes» [Jung (1954) 1976: 38]. — Falls sich jemand für mein Tun am 2. Mai 1976 interessieren sollte, hier ein paar Angaben: Morgens Konditionstraining im Wald mit der ganzen Familie und mit Freunden; anschließend Kartothekisierung des Textes von Johannes vom Kreuz (1584) 1924: 38 — 65 und Lektüre von C.G. Jung (1954) 1976: 38 — 42; gegen Abend Betonierungsarbeiten am Schildkrötenterrarium und an der kleinen Treppe im Garten; ab 21.15 Uhr TV (ZDF): «City-Blues» (über die Krise der großen Städte im Osten und Mittelwesten der USA; ihre Verödung in der Mitte, ihr Ausufernd in «Suburbia» und was daraus folgte). — Das Erlebnis in der Nacht auf den 3. Mai ist demnach nicht im «luftleeren» Raum anzusiedeln, sondern hängt mit den Ereignissen des vorangegangenen Tages *und* den Bemühungen der letzten Wochen, Monate und Jahre zusammen.

³⁶ Johannes vom Kreuz (1584) 1924: 1. «Denn das Geistige übersteigt das Sinnenfällige und man kann schwer über das Wesen des Geistes reden, wenn man nicht selbst vom Geiste innigst durchdrungen ist» (ibid.: 1 — 2). Johannes vom Kreuz betonte nicht nur die Unzulänglichkeit der Sprache, sondern auch den wesentlichen Unterschied des geistigen, «außerkörperlichen» Seinsbereiches zum sinnfälligen Alltag und die Notwendigkeit der *wiederholten* Selbsterfahrung. Obwohl diese drei Faktoren die Abfassung der Schrift «Lebendige Liebesflamme» haben fragwürdig erscheinen lassen, wagte es Johannes vom Kreuz, von seinem Erfahrungswissen zu erzählen. Er begründete dies folgendermaßen:

1. hatte ihm der Herr «in etwa das Verständnis hierüber erschlossen und einige Wärme des Geistes verliehen» (ibid.: 2), und
2. hatte ihn die Bitte der Dona Anna de Penalosa, er möge eine Erklärung der Strophen «von der innigsten und erhabensten Vereinigung und Umgestaltung der Seele in Gott» (ibid.: 1) geben, zum Schreiben ermuntert.

Es gab also einen himmlischen *und* einen irdischen Grund, über einen Gegenstand zu sprechen, dessen Wirklichkeit alle Worte übersteigt. Sicherheitshalber versicherte sich Johannes vom Kreuz noch des Wohlwollens der Theologie, d. h., er akzeptierte einen vorgegebenen theoretischen Rahmen: «Ich unterwerfe alles der besseren Einsicht und dem Urteil unserer heiligen Mutter, der römisch-katholischen Kirche, unter deren Leitung niemand irren kann. Unter dieser Voraussetzung, und gestützt auf die Heilige Schrift, wage ich es zu erklären, was ich über diesen Gegenstand weiß» (ibid.: 2). Fehler und Irrtümer waren vollumfänglich dem Autor anzulasten!

Früher mag die theoretisch-dogmatische Einbettung überlebensentscheidend gewesen sein. Heutzutage braucht man sich nicht der Segnungen der Kirche oder der Billigung der Wissenschaften zu versichern, um zu publizieren. Auch die Unzulänglichkeiten der Sprache und der grundsätzliche Unterschied der Seinsbereiche sind kein Hinderungsgrund. Problematisch bleiben Motivation und Wiederholbarkeit.

Die Innigkeit, die Erlebnistiefe der «inneren Welten», entzieht sich der äußeren Bewertung. Sie ist geldmengenmäßig oder sonstwie quantitativ nicht auszudrücken — und deshalb ohne Reiz für jene, die Erfolg und materiellen Besitz korrelieren. — Wer nun selbst zu den Seelen gehört, die «Gott... besonders liebt» und «mit so großen, erhabenen und außerordentlichen Gnaden beschenkt» (ibid.; Auslassung von mir), ist schnell einmal versucht, die Erfahrungsgeschenke in bare Münze umzusetzen. Veröffentlichung kommt dann vor der Vertiefung. Von ferne grüßt allemal Klingsor, der seine Intrigen auf Caltabellotta (Kalaat-el-Ballut, Schastel marveil) im Südwesten Siziliens, 19 km von Sciacca entfernt, ausheckt. Über diesen Mysterienort auf der Insel des Kain, Sizilien, hat Gsänger ²1968: 110—138 geschrieben. Von Caltabellotta aus haben sich die schwarzen Gewitterwolken des Profitdenkens über ganz Europa bis nach Irland, der Insel des Abel, ausgebreitet. Und auch dort drohen unter dem Hagelschlag der Effizienz, des Utilitarismus und der Kapazitätsauslastung

die sanften, beschaulichen Methoden unterzugehen. (Über die Insel des Abel, Irland, vgl. Gsänger 1969.) Das Kulturland der Introspektion wird vom Schlamm der materiellen Bedürfnisse und vom Geröll der Sachzwänge erdrückt — und Diamantkörper gibt es nur noch in der Finsternis der Tresore. Wie sollten sich also die Lichtfunken entzünden und in den Himmel hinaus entfalten können?

- 37 Govinda 1956: m. «In diesem Zustande aber gibt es nichts <Sexuelles> mehr im *hergebrachten* Sinne dieses Wortes, sondern nur die überindividuelle Polarität alles Geschehens, dem das Geistige ebenso wie das Körperliche (das ja nur ein Reflex des Geistigen ist] unterliegt, und die erst auf der höchsten Stufe der Einschmelzung oder Integrierung, die wir <Erleuchtung> nennen, aufgehoben und zur *Sunyata* wird. Dies ist der Zustand, der als *Mahāmudrā* (Tib.: *phyag-rgya-chen-po*), <die große Haltung (Geste)-... bezeichnet wird, der einem der wichtigsten Meditationssysteme Tibets seinen Namen gegeben hat. In den frühesten Formen des indisch-buddhistischen Tantrismus wurde <Mahamudra> als das <Ewig-Weibliche> Prinzip aufgefaßt, wie wir aus *Advayavajras* Definition ersehen können: <Die Worte groß und *mudra* zusammen bilden den Ausdruck *mahamudra*. Sie ist nicht ein Etwas (*nihsvabhava*); sie ist frei von Schleiern, die das erkennbare Objekt verhüllen und dergleichen; sie strahlt wie der heitere Himmel zur Mittagszeit im Herbst; sie ist die Grundlage allen Erfolges; sie ist die Identität von *Samsara* und *Nirvana*; ihr Körper ist Erbarmen (*Karuna*), das nicht auf ein einzelnes Objekt beschränkt ist; sie ist die Einzigartigkeit der großen Glückseligkeit (*mahasukhaikarupa*).» (ibid.; erste Hervorhebung und Auslassung von mir.)

Zur Polarität des Männlichen und Weiblichen im Vajrayana vgl. Govinda 1956: 109—116; zur Nondualität (*advaya*) und dem Prinzip der Vereinigung (*yuganaddha*) vgl. Eliade 1960: 276 — 281, den Unterschied zwischen Yum und Sakti erläutert Bharati (1965) 1975: 199 — 227; über die Selbstverwirklichung und Seinserkenntnis durch das Erlebnis der körperlichen Liebe schreiben Guenther (1976), Mookerjee (1967), 1971 und Mookerjee/Khanna (1977) 1978; zur Ikonographie der Yab-Yum-Formen vgl. Gordon (1959) 1972, die Mithuna-Skulpturen der Liebestempel in Khajuraho sind abgebildet in: Fritz 1971.

- 38 Paulus 2 Kor 5,1, zit. nach Johannes vom Kreuz (1584) 1924: 29. Vgl. auch Paulus 1 Kor 15,39 — 58. Wir sind mit einem <geistigen Leib> versehen und können — ohne zuvor durch Tod und Verwesung des physischen Körpers hindurchzugehen — auch außerkörperlich existieren. Diese Auferstehung in Form einer Umwandlung und Übertragung des kontinuierlichen Ichs in den außerkörperlichen Zustand innerhalb eines <pneumatischen Leibes> (eines Zweitkörpers) macht jene, die es erleben, zu solchen, «die im Glauben wandeln» (ibid. 2 Kor 5,7), nämlich in der Gewißheit ihrer Erfahrung. Es braucht nur eine einzige außerkörperliche Erfahrung, um «nicht im Schauen» (ibid.) des Sinnfälligen und nur vom physischen Leibeszustand her Erfahrbaren steckenzubleiben.

- 39 Fischer-Barnicol 1974: 23.
- 40 Von Franz (1978) 1980:119.
- 41 Von Franz 1970:237.
- 42 Berthelot 1887/88 Bd. 1 S. 293 ff — übersetzt von M.-L. von Franz in: cf. 40 S. 101 — 102. Von Franz schreibt in -Zahl und Zeit- statt «erwache von der Finsternis»: «*bleibe wach* aus der Finsternis» (1970:238; Hervorhebung von mir). Letztere Version ist in bezug auf die Kontinuität des Ich-Bewußtseins passender. Sie entspricht durchaus der Inschrift «*dormiens vigila*» (sei schlafend wach!) über dem Eingang zum Schlafraum auf dem Bild «Laboratorium und Oratorium» von Heinrich Conrad Khunrath aus dem Jahre 1604 [abgebildet in: Jung (²1952) 1972: 336 und in: Fabricius 1976: 7]. Khunraths Darstellung zeigt deutlich, daß der Schlafraum mit dem Bett einen wesentlichen Teil der alchemistischen Arbeit ausmacht und Durchgang zu einer anderen Dimension ist. — Die Auferstehung in Form eines Austrittes übt - und ich möchte dies mit allem Nachdruck betonen — keine tötende Wirkung auf die irdische Existenz aus, d. h., der physische Leib stirbt deswegen nicht. Er bleibt bloß schlafend zurück, während das Ich wach bleibt. Was hingegen getötet wird, das sind die unangebrachten Vorstellungen des Ichs. Was stirbt, das ist eine Art des In-der-Welt-Seins, eine Art, die zu beschränkt war, um das Mysterium der Auferstehung erleben zu können. Sonst — ohne Einbezug der irdischen Existenz — ließe sich der «Unus Mundus» zu Lebzeiten niemals realisieren. Hierzu ein weiteres Zitat aus von Franz 1970: In verschiedenen «Texten wird die Erhaltung der Persönlichkeit nach dem Tode als von der «Selbsterkenntnis» oder dem «Erleuchtetsein» des Einzelnen abhängig angesehen. Nur wer nach ägyptischer Ansicht zu seiner Ba-Seele, dem «nie untergehenden Stern» eine Beziehung gefunden hat, oder wer nach Ansicht der Westafrikaner sein Ye, sein Lebensprinzip, mit Hilfe des Gottes Fa bewußtgemacht hat, kann *mit* seinem Ich-Bewußtsein in die zeitlose Welt eingehen und kann dadurch seine Ich-Identität bei allem «Aus» und Eingehen in verschiedenen Gestalten» behalten» (245). Damit dürfte der Stellenwert der Außerkörperlichkeit als «Einübung des Sterbens und Nachtodes» deutlich ausgesprochen sein. Unmißverständlich ist auch die chinesische Auffassung des Lebens nach dem Tode, wie sie Richard Wilhelm dargestellt hat: «Die Chinesen unterscheiden einen körperlichen und einen psychischen Aspekt des Menschen, welche sich beide beim Tode in die beseelte Allsubstanz zerstreuen, als Drittes aber bleibt noch etwas Psychisches zurück, welches bewußtseinsfähig ist, gewissermaßen eine Bewußtseinstendenz, welche aber im Laufe des Lebens konzentriert werden muß, wenn sie den Tod überdauern soll. Diese Bewußtseinstendenz muß im Laufe des Lebens einen *subtle body* um sich erbauen, einen Leib geistiger Art, der ihr nun (im Tode) einen Rückhalt gibt, wenn sie sich von dem Körper, der bisher ihr Gehilfe war, loslösen muß, weil sie hier keine Herberge mehr fin-

det. . . Beim Aufbau des Geistleibes versuchten die Chinesen, durch Meditationsübungen die Energien schon zu Lebzeiten vom gewöhnlichen Körper loszulösen und damit das Samenhafte, die Entelechie — in unsere moderne Sprache übersetzt: das Selbst — zu umgeben ... Dieses Ich mit seinem subtle body ist nicht mehr körpergebunden, es ist eine Art von Welt-Ich, in welches das bisherige Ich gleichsam transponiert wird. Nachdem dieser Geistleib erbaut wurde, lebt der Mensch bereits im Diesseits gleichzeitig auch schon im Jenseits ... Der bewußtgewordene psychische Kern der Seele und sein ihn umgebendes Energiefeld scheinen somit eine individuelle Identität auch innerhalb des psychophysischen Unus Mundus irgendwie behalten zu können» (Wilhelm 1951: 28 ff nach: von Franz 1970: 245 — 247; Auslassungen von mir).

43 Cf. 40 S. 102.

44 Cf. 43.

45 Hermann Hesse «Die Morgenlandfahrt» (ca. Mitte des 3. Kapitels; aus der Rede des Lukas über seine Kriegserlebnisse).

46 Govinda (1976) 1977:79.

47 Canetti (1973) 1975: 269 (die Kenntnis dieser Stelle verdanke ich einem freundlichen Hinweis von Christian Fluri).

48 Steiner schreibt: «Die Anerkennung, daß im Seelenleben etwas waltet, was dem Bewußtsein der Seele so Außenwelt ist wie die im gewöhnlichen Sinne so genannte Außenwelt, wird der Seele besonders schwer. Sie sträubt sich — unbewußt — dagegen, weil sie ihr Eigensein durch diesen Tatbestand gefährdet glaubt. Sie wendet instinktiv den geistigen Blick von diesem Tatbestand ab» [(1913) 1972:90].

49 Cf. 48.

50 Jung (1928) 1971: 234. Hierzu C.G. Jung: «Ich möchte bloß die Tatsache betonen, daß es nicht wenige Fälle gibt, wo der Arzt sich zu einer gründlichen Beschäftigung mit dem Unbewußten entschließen muß, zu einer eigentlichen Auseinandersetzung mit dem Unbewußten. Dies ist natürlich etwas anderes als *Deutung*. In dem letzteren Falle ist vorausgesetzt, daß der Arzt schon im voraus *wisse*, damit er *deuten* kann. Im ersteren Fall aber — im Fall der Auseinandersetzung — handelt es sich um etwas anderes als Deutung: es handelt sich um ein Auslösen unbewußter Vorgänge, die in Form von Phantasien in das Bewußtsein treten. Man kann sich im Deuten dieser Phantasien versuchen. Es mag für viele Fälle auch ganz wesentlich sein, daß der Patient eine Ahnung hat von der Bedeutung der hervorgebrachten Phantasien. Es ist aber von ausschlaggebender Wich-

tigkeit, daß der Patient die Phantasien vollständig erlebt und sie, insofern ein intellektuelles Verstehen zur Totalität des Erlebnisses gehört, auch versteht. Aber dem Verstehen möchte ich nicht den Vorrang einräumen. Der Arzt muß natürlich dem Patienten zum Verständnis behilflich sein können, er wird und kann aber nicht alles verstehen und sollte sich vor Deutungskünsten tunlichst in acht nehmen. Denn das Wesentliche in erster Linie ist nicht die Deutung und das Verstehen der Phantasien, sondern vielmehr ihr *Erleben*» [(1928) 1971: 234]. Was Jung hier in bezug auf die ›Phantasien‹ sagt, gilt prinzipiell für *jede* Erfahrung.

- 51 «Wir wissen, daß der gute Wille allein nicht genügt, um eine Sache richtig durchzuführen. Kenntnis und Kraft müssen vorhanden sein. Ihr Umfang wird von uns nach und nach erfahren; wo diese Erfahrung nicht bewußt gemacht wird, muß die Angst warnen. Das Leben erwartet, daß wir über unsere Möglichkeiten einigermaßen im klaren sind, weil wir nur so den richtigen, unsern Ort finden können- (Aeppli 1942: 122). Angst und Furcht lähmen den Verstand und führen zu völliger Vernichtung. Deshalb läßt sich Paul, der Sohn von Herzog Atreides vom Wüstenplaneten Arrakis, bei der Prüfung durch die Alte die Litanei gegen die Furcht durch den Kopf gehen, jene Worte, die ihn seine Mutter gelehrt hatte: «Ich trete meiner Furcht mutig gegenüber. Ich gestatte ihr, mich zu durchdringen. Und wenn sie wieder verschwunden ist, bleibt nichts zurück. Nur ich» [Herbert (1965) 1967: 26].
- 52 «Was mir am wenigsten weh tut, dafür entscheid ich mich dann auch» (Döbert 1980:43 — 59). Vgl. zudem: «Die Bedeutung der Angst vor Schmerzen, Einsamkeit, Isolierung, die an der Angst vor dem Sterben beteiligt zu sein scheint, wird ferner bestätigt durch die Beobachtung, daß Sterben von vielen Menschen als weniger furchterregend erlebt bzw. antizipiert wird, wenn es als ein zeitlich eng begrenzter Vorgang vorgestellt wird» (Wittkowski 1978: 112). Und die «Unheimliche Begegnung der dritten Art» (Close Encounters of the Third Kind) ist wie die Auseinandersetzung mit «E.T.», dem Däumling aus dem All, vom Kinossessel aus gesehen nur ein blasser Ersatz für die Erlebnismöglichkeiten der Nacht. Tomas Hopper meint in bezug auf Steven Spielbergs Filme: «Wir geben den Leuten die Möglichkeit, das absolut Fantastische zu erleben — vom Sessel der absoluten Sicherheit aus.» «Kein Zweifel», schreibt H.R. Haller, «darin liegt, wie bei allen Hitchcock-Filmen, zumindest ein Teilaspekt des Erfolgsgeheimnisses der Spielberg-Spiele. Unsere Ängste erhalten ein Ventil» (1982: 11). Ich bezweifle jedoch, daß sich das nächtliche Leben mit der *Beobachtung* zufrieden geben wird. Wer niemals handelt, wird immer ängstlicher, denn das Gesehene wirkt nach, es weckt die schlafenden Geister. Dann kommen die Fremden doch noch ins Diesseits — und *dieses* Ereignis wird dann tatsächlich irrational sein und die Zuschauer aus ihren bequemen Sesseln herausreißen ... Biafra, Guatemala, Libanon ... Big Bang.

- ⁵³ Vgl. den luziden Traum vom 7. Februar 1968 (Kapitel 1.3.2.: Der Verlust von Fähigkeiten der Jugendzeit).
- ⁵⁴ Hierzu Rudolf Steiner (1913) 1973: 84 — 85.
- ⁵⁵ Bis zum Februar 1968, dem Tode meiner Anima-, hatte ich genau *sieben* bzw. *acht* nächtliche Erfahrungen *aufgeschrieben*! Bis Ende 1968 kamen 66 Protokolle dazu, 1969 deren 108, 1970 bis 1975 durchschnittlich pro Jahr 120. Ab 1976 konnte ich mich beinahe beliebig an die nächtlichen Ereignisse erinnern und mußte das Aufschreiben aus zeitlichen Gründen teilweise beschränken.
- ⁵⁶ Das damit verbundene Werk, von C.G. Jung in seiner Gesamtheit als <Individuationsprozeß> bezeichnet, führt zur Vereinigung der Gegensätze, zum *hierosgamos*, zur *chymischen Hochzeit*. «In dieser werden die supremen Gegensätze in der Gestalt des Männlichen und Weiblichen (wie im chinesischen Yang und Yin) zu einer Einheit verschmolzen, welche keine Gegensätze mehr enthält und damit inkorruptibel ist. Die Voraussetzung dazu ist allerdings, daß sich der <artifex> nicht mit den Gestalten des «opus» identifiziert, sondern sie in ihrer objektiv unpersönlichen Form verharren läßt. Solange sich die Alchemie im Laboratorium mit dem Werk abmühte, befand sie sich in einem seelisch günstigen Zustande. Denn solange dies der Fall war, hatte der Alchemist schon gar keine Gelegenheit, sich mit den auftauchenden Archetypen zu identifizieren, da letztere alle in den chemischen Stoff projiziert waren. Der Nachteil dieser Situation war allerdings der, daß der Alchemist gebunden war, die inkorruptible Substanz als chemischen Körper darzustellen, was ein unmögliches Unterfangen war» [Jung(1952) 1972:53 — 54] — ebenso unmöglich wie die <Darstellung im Tresor und im Bankfach>. Beides sichert zwar die <Objektivierung> und verhindert damit eine Identifizierung, aber etwas Derartiges leistet auch die erkenntnistheoretische Grundlegung der Außerkörperlichkeit, in der nichtalltägliche Wirklichkeiten wie die Alltagsrealität behandelt werden und die Subjekt-Objekt-Problematik im selektiven Subjektivismus überwunden wird.
- ⁵⁷ Vielleicht würde ein Fachmann den Sachverhalt folgendermaßen ausdrücken: Beim Versuch der Verdrängung der neurotisch gewordenen, domestizierten Instinkte wird das Ich von ihnen überwältigt. Es wird von seinen Trieben aufgerieben, was sich auf verschiedene Art und Weise ausdrückt, z. B. als Geilheit (Ziegenbock), Opportunismus (Schaf) oder als Pflichterfüllung (Hund) u. ä. Für die Eigenständigkeit des Ichs sind alle diese Formen tödlich! — Aber nicht jedes wildgewordene Haustier läßt sich anfassen (be-greifen).
Zu den Haustieren sind noch ein paar mythologische Anmerkungen zu machen: «Als Ziege ernährt die Muttergottheit den kretischen Zeusknaben und schützt ihn vor dem fressenden Vater» [Neumann (1949) o. J.: 46].

Die weibliche Seite kann zur blutrünstig-orgiastisch-wahnsinnigen Verderberin des (*nur* patriarchalen) Menschen werden (vgl. *ibid.*: 56). — Weil König Oineus es versäumt hatte, der Artemis vor der Jagd zu opfern, ließ die Göttin das Land durch den kalydonischen Eber verwüsten [nach: Gottschalk (1973)1979:145]. Die Frau als bestialische Furie, als tollwütige Bestie — hieraus ergibt sich eine Fülle mythologischer Motive. Die Bedeutungszusammenhänge hat Hans Peter Duerr in seinem Buch *Traumzeit* dargestellt.

Die Hinwendung des Ichs zu den <Instinkten> bzw. der Ausbruch des Domestizierten aus den patriarchalen Zwingern weckt andererseits auch die destruktive, gewalttätig herrschen-wollende Seite des Männlichen, weil das Wilde für das aufgeklärte Zivilisierte bedrohlich erscheint und deshalb hinter Gittern ver-sorgt werden muß. Dazu braucht es <echte Männer>, die sich nicht durch Gefühlsduseleien von ihrer Pflicht abhalten lassen. Dieses Problem kommt möglicherweise in der Erfahrung vom 12. Februar 1969 zur Darstellung (vgl. das nach dem 5. August 1968 im laufenden Text erzählte Erlebnis). Der Riese ist dann — gemäß dieser Lesweise — ein Vertreter der <chthonischen> Seite des Patriarchats. Er konkretisiert sich in der Turnhalle — dem Ort der Triebdomestizierung, an dem je nach Einstellung eine nicht ausschließliche (be)zwingende Auseinandersetzung mit dem Körperlichen möglich ist. Und nun bedroht eben diese <männerbündlerische> Art der Begegnung mit dem Körper das Ich, denn Sport ist in seiner extremen Form ein rein männliches Produkt! Aber auch dieser Ausdruck des Männlichen muß nicht getötet werden. Es geht nicht um einen Vatermord, sondern um eine faire (wenn auch harte) Auseinandersetzung, die schließlich zu einer positiven Wandlung führt. Dies entspricht einem Rollentausch, einer Lösung zweiter Ordnung, denn das Ich tritt in seiner emanzipierten Form dem <Kindlifresser> direkt entgegen, es kämpft mit der übermächtigen, institutionalisierten Vatergestalt — zum Beispiel mit Hilfe seiner mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

- 58 Zimmer(1951) 1961:223. — Das Groß-Kleine kann auch ganz konkret auf den Alltag bezogen werden. Hier gibt es Dinge, die sich dem Be-greifen zu entziehen versuchen, Dinge, die je nach Standpunkt erdrückend groß oder unscheinbar klein sind: etwa die <Väter-, die ihre schützenden Hände über Familie und Heimat halten. Dabei huldigen sie einem Rüstungswahn, dessen monströse wie repressiv-destruktive Aspekte sie nicht wahrhaben und zur Diskussion stellen wollen. Was hinter der Fassade der Vor- und Fürsorge verborgen bleibt, soll nicht ans Licht gezogen werden. Manche Väter reagieren ziemlich allergisch auf jeden Hinweis, der die Schattenseiten der wirtschaftlichen und militärischen Wehrbereitschaft betrifft. — Mütterliche Warnungen an die Kinder sind in diesem Zusammenhang oft eher Vorsichtsmaßregeln im Hinblick auf die Problematik der Überempfindlichkeit des Patriarchalen. Zornige Väter sind gefährlich! Deshalb mahnen die Mütter ihre Kinder vor jeder leichtsinnigen Herausforderung — oder sie versuchen die Männer zu besänftigen und abzulenken. Aber

wie muß sich ein Kind verhalten, wenn es die institutionalisierte und militarisierte Vaterwelt relativieren und sich ihr vielleicht sogar entziehen will? Wo rechthaberische Väter und willfähige Mütter die Gegenwart bestimmen, ist die Zukunft der Kinder verloren. Kleine Ursachen haben oft eine große Wirkung — und erdrückende Größe versucht alles bis ins kleinste zu bestimmen. Derartiges kommt in einer Psychotherapie kaum jemals zur Sprache. «Schlaf, mein Kindlein, schlaf...!» Schlafen und vergessen — von Bewußtseins-Kontinuität ist nie die Rede. Dieses kleine Detail hätte nämlich große Auswirkungen.

- 59 Beim Vergleich dieser Beispiele mit den Erlebnissen von Robert A. Monroe vom 18.11.1958 und 5.12.1958 sind interessante Parallelen feststellbar. Vgl. Monroe (1971) 1981: 77 — 78. Ich las die deutsche Ausgabe von 1972, weshalb jede Art von Kryptomnesie ausgeschlossen werden kann. Die amerikanische Ausgabe von 1971 war mir nicht bekannt.
- 60 Tiefenentspannung im Liegen kann man lernen, z. B. mit Hilfe des Buches *Autogenes Yoga* von Dennis Boyes (Heyne TB Nr. 4599). Die von mir bei einem Mittagschläfchen bevorzugte Stellung ist die «Schwammstellung», die im Hatha-Yoga *Sawasana* (Leichenstellung) genannt wird. Dabei sollte auch die Atemtechnik nicht vernachlässigt werden. Hierzu vgl. z. B. van Lysebeth (1971)1972, *Die große Kraft des Atems*.
- 61 Von Franz (1974) 1977: 30—31.
- 62 Cf. 61 S. 31.
- 63 Vgl. die Erfahrung vom 2. Oktober 1972, Kapitel 5.6.1. «Schauderhafter Ekel».
- 64 Dieser Sachverhalt hat mit dem «Archetyp der Großen Mutter» zu tun. «Tiefe, Abgrund, Tal, Urgrund, aber auch Meer und Meeresgrund, Brunnen, See und Teich ebenso wie Erde, Unterwelt, Höhle, Haus und Stadt sind Teile dieses Archetyps» [Neumann (1949) o.J.: 24]. — Nun gehören die *Frühlingsjünglinge* «der Großen Mutter. Sie sind ihr hörig, ihr Eigentum, weil sie ihre Söhne sind und ihre Geburt. Deswegen sind die Verschnittenen auserwählte Diener und Priester der großen Muttergöttin. Es sind die, welche ihr das geopfert haben, was ihr das Wichtigste ist, nämlich den Phallus ... Nur die Priester entgehen ... dem Todesschicksal, weil sie das Todesschicksal der Kastration, des Sterbens für die Große Mutter, freiwillig an sich vollzogen haben» (ibid.: 54; Auslassungen von mir). Wichtig scheint mir jedoch vor allem die im Zusammenhang mit der Kastration stehende Problematik der aktiven und passiven Hingabe zu sein, wie dies Neumann in einer Anmerkung auf der Seite 54 erwähnt, denn im konkreten Rahmen der Außerkörperlichkeit haben alle «Kastrationsprobleme» einen anderen Stellenwert als im Alltag. — Und der Priester,

der sich aus dem Fenster gestürzt hatte, opferte vielleicht seinerseits eine Einstellung, die zu weit von der tatsächlichen Erfahrung entfernt war. Sich mit der Großen Mutter identifizieren war eines; etwas anderes war es, mit der Großen Mutter eine bewußte Beziehung aufzunehmen. Für das Verständnis dieses Wandels sind Kenntnisse notwendig, die mit dem ABC des Alltags und dem gewöhnlichen Rechnen nicht abgedeckt werden können. Die gefundenen Zettelchen sind ein Hinweis darauf, denn sie sind Bruchstücke eines Ganzen, das mehr ist als die Summe der einzelnen Teile und zu dessen Verständnis es mehr braucht als bloß Lesen und Auswendiglernen. Auch eine Telefonnummer ist mehr als eine Ziffernfolge, sie ist Schlüssel zu einem die räumliche Distanz überwindenden Gespräch.

- ⁶⁵ Vgl. z. B. das Erlebnis vom 5. August 1970, Kapitel s.2. «Glückseligkeit des Vergessens». — Ein Ich, das ständig dem «Lärm des Alltags» ausgesetzt und von seinen eigenen Vorstellungen, Gedanken und Wünschen wie von lästigen Schmeißfliegen umschwirrt wird, beachtet andere Wirklichkeitsbereiche nicht. Es «bellt» allem nach, was sich bewegt — und sei es bloß ein Blatt, das ein schwacher Windstoß hochgewirbelt hat —, in der Meinung, es könnte sonst etwas verpassen. Erst wenn «alle Lichter erlöschen», wird dieses «alte Ich» zur Ruhe kommen und gezwungen, auf die eigenen Ressourcen zurückzugreifen. In der totalen Finsternis und Abgeschiedenheit wird das Seelenfünkeln sichtbar.
- ⁶⁶ Silo, der die Außerkörperlichkeit in seinem Buch *Vom inneren Schauen* aphoristisch abhandelt, schreibt: «Widerstehe den Augenblicken des Schreckens und der Entmutigung» (1973)1980:76. Und Gopi Krishna, der die religiöse Erfahrung eher von einer biologischen Basis aus betrachtet, bemerkt: «Geistige Verwirrung und Psychosen sind im augenblicklichen Zustand unseres Wissens über dieses Nervensystem nicht selten die möglichen Folgen eines plötzlichen Aufstiegs der Kundalini. Diese Möglichkeit wurde schon immer von den in diese Wissenschaft Eingeweihten erkannt. Auf frühen künstlerischen Darstellungen wird die Göttin stets in einer Haltung gezeigt, in der sie mit einer Hand das Zeichen der Furchtaustreibung macht. Angst ist eines der allgemeinsten Symptome für Neurosen und Psychosen. Die Einweihungs-Zeremonien in Indien und Tibet und abstoßende Übungen wie das Sitzen mit gespreizten Beinen auf einem Leichnam — eine Meditations-Übung, zu der man in manchen Fällen greift — sind nichts anderes als grobe Methoden, um den Geist des Eingeweihten gegen die unvorstellbar beängstigenden Phasen des Erwachens zu stärken» (1971: 91). Ist die Angst überwunden, kommt als nächstes oft das Problem von Lust und Unlust. Hänsel z.B. wäre sein mangelnder Bezug zum Lustprinzip beinahe zum Verhängnis geworden, hätte er nicht sein kluges Schwesterlein Gretel bei sich gehabt.

67 «Einmal unterhielt sich der Erhabene (Sri Ramana Maharshi) damit, ein paar Jungen, die höchstens zehn Jahre alt waren, den von ihm verfaßten Sanskrittext <Upadesha-sara> (d. h. <Quintessenz der Lehre>, dreißig Merksprüche zum täglichen Gebrauch für die Schüler der Einsiedelei) vorzusagen und auswendig zu lernen. Ich (Ramananda) mußte heimlich lächeln über die vergebliche Mühe, diesen Kleinen, die kaum das ABC verstanden, diese erhabenen metaphysischen Verse vermitteln zu wollen. Ohne daß ich ein Wort gesagt hatte, drehte sich der Erhabene plötzlich nach mir um und bemerkte, vielleicht verstünden die Kinder den Sinn seiner Verse jetzt noch nicht, aber wenn sie groß wären und in den Nöten des Lebens, würden sie eine unsagbare Hilfe an ihnen finden und sie sich zu Trost und Freude ins Gedächtnis rufen» (Zimmer (1944) 1954: 104— 105]. Es ist also völlig belanglos, ob Verständnis für gewisse Probleme aufgebracht werden kann. Wichtig ist bloß die Bereitschaft zum Zuhören. Später — in einer kritischen Situation — wird die Erinnerung eine Hilfe sein. Deshalb sollte nicht nach dem sofortigen Nutzen z. B. einer Märchenlektüre oder dieses Buches gefragt werden. Die damit verbundenen Kenntnisse kommen erst zum Tragen, wenn das Ich jene Ebene erlebt, von der die zunächst nicht nachvollziehbaren Texte sprechen. Aus diesem Grunde wundert es nicht, wenn der Bergsteiger Klaus Mohrmann im Zusammenhang mit seinem eigenen Absturzerlebnis und der Protokolle anderer Kletterunfälle der Überzeugung ist, daß «der Wert vorheriger Überlegungen über das Verhalten bei verschiedenen Unfällen» (in: Messner 1978: 85) von ausschlaggebender Bedeutung sein kann. Und Eugen Guido Lammer schreibt über seinen extremen Sturz in eine Gletscherspalte: «Also zum langsamen Tode verurteilt? — Weit, weit von aller Hilfe, fern der Heimat und unauffindbar den Meinen. In etwa fünfzig Jahren wird der Gletscher an seinem unteren Rand ein rätselhaftes Gerippe bloßlegen. Und doch war ich nicht mehr verzweifelt. In meiner Erinnerung war aufgeblitzt, was ich mir schon seit vielen Jahren bis ins Einzelne ausgerechnet, wie ich mich zu benehmen hätte, falls ich in eine Spalte stürzte. Und kaum gedacht, so schoß mir der Plan für das Werk der Befreiung kristallgleich im Geiste zusammen. Ich war voll froher Zuversicht, alle meine Seelenkräfte zielten jetzt nur auf das Eine, was eben not war; für die folgende halbe Stunde wurde mein ganzes Ich gleichsam verwandelt in Tat und Trotz ... Daß man sich so gewöhne, alle Möglichkeiten schon vorher in der Phantasie durchzuträumen, kann ich nicht warm genug empfehlen. Zwar wird man dadurch feiger, aber nur dieser Sitte verdanke ich die blitzartige <Geistesgegenwart>, die mich schon oft gerettet hat» (in *ibid.*: 119 — 120; Auslassung von mir).

68 Die Buddhalegende enthält eine Darstellung des universalen mythischen Themas der Versuchung und Ablenkung: «In der entscheidenden Nacht, da der werdende Buddha unter dem Baum der Erleuchtung, auf der <unbeweglichen Stelle> und an der Schwelle der Erkenntnis in Versenkung sitzt, nähert sich ihm der große Verführer Mara, das ist <der tötet>, <der sterben macht>. Mara trägt die Gestalt eines schönen Jünglings und hält eine Laute in der Hand; Maras anderer Name ist Kama, <Verlangen>, <Lust>.

Er führt drei liebeizende Mädchen — die Legende bezeichnet sie als Maras Töchter — vor Buddhas Auge, um ihn zu bestricken; aber dieser bleibt ungerührt. Da nimmt der Verführer seine wilde Gestalt an, er sammelt sein Dämonenheer und läßt den Held — wie bei der Versuchung Gawans — von den Lockungen des Lebens wie von den Schrecken der Vernichtung aufs Mal überfallen. Teufel in Kriegsrüstungen umringen und bestürmen den einsamen Schweigenden. Und wie Gawan dreimal von der Dame, so wurde der Buddha von den drei Töchtern versucht; wie Gawan dem niedersausenden Beil ausgesetzt war, so Buddha dem Ansturm des Dämonenheeres, das Felsblöcke und brennende Bäume gegen ihn schleudert, um ihn aus der Ruhe seiner Versenkung zu scheuchen, und das ihn mit allen Tier- und Teufelsmasken anbleckt. Doch der Berufene erbebt nicht vor dieser Drohung. Denn er weiß, daß aller Tumult um ihn her, das Toben des Heeres und die Lockung von Maras Töchtern nur die Spiegelung seiner inneren Elementarkräfte, seiner eigenen primitiven Menschennatur sind, die sich noch an die Erscheinungswelt klammert, nach fleischlicher Lust drängt und die Zerstörung der Leibeshülle fürchtet. Durch die Erkenntnis, daß Schrecken wie Lockung nur zwei Verhaltensweisen des einen Meisters der Verführung sind, befreit sich der <Welterlöser> vom kosmischen Bann seines begehrenden und fürchtenden Ichs. Indem er begreift, daß die Gegensätze, wenn auch gegenteilig in ihren Erscheinungsformen, doch nur die zwiefache Manifestation einer einzigen Wirklichkeit sind, bleibt er standhaft zwischen beiden» [Zimmer (1948) 1961: 87 — 88].

69 Bleuler ¹¹1969: 30.

70 Cf. 69 S. 29.

71 Worüber man wohl nur lachen kann! Aber nur der lachende Mensch «taucht für kurze Zeit aus dem Ozean von Angst, Elend, Selbstsucht auf, in den ihn sein Schicksal geworfen hat und wo er gewöhnlich von den <Wahrheiten> seiner Erzieher festgehalten wird: *Das Scherzen, die Unterhaltung, die Illusion, nicht <die Wahrheit> macht uns frei*» (Feyerabend 1979:214).

72 Cysarz 1974:62.

73 Müller (1976) 1981:49.

74 «Eine Kluft besteht aus einem allseits abgeschlossenen Hohlraum, der durch gebirgsbildende Vorgänge im Gestein aufriß. Eine scharfe Abgrenzung zwischen Klüften und den etwas anders gearteten Drusen ist aber kaum möglich ... Typische Klüfte haben eine mehr oder weniger abgeplattete Form senkrecht zur Schieferung des Gesteins ... Viele Klüfte sind mit zähem Chloritsand oder Lehm gefüllt, was den Kristallen einen guten mechanischen Schutz verleiht. Die Kristalle von Quarz und anderen

Mineralien können fest mit den Kluftwänden verwachsen sein, aber auch im Kluftlehm lose ruhen. In ändern Klüften fehlt der Lehm, und nicht selten liegen dann einzelne Quarze beschädigt am Boden. Schöne Kristalle findet man eher an der Kluftdecke, ... seltene ... sind manchmal in den äußersten Spalten einer Kluft versteckt. Nicht alle Klüfte führen Mineralien, und viele enthalten ausschließlich Quarz. Rund um eine Kluft zeigt das Muttergestein einige charakteristische Veränderungen, die unter Umständen auf ein verborgenes Vorkommen hinweisen könnten. Klüfte sind manchmal, wenn auch nicht immer, mit einer Quarzader (Quarzband) verbunden» (Weibel 1966:12—13; Auslassungen von mir). — Sogar geologisch-mineralogische Kenntnisse ermöglichen es einem luziden Ich, differenzierter zu reagieren.

- 75 Die Nische im Fels könnte also eine sehr große Druse gewesen sein, deren Kristalle über längere Zeit der Witterung ausgesetzt waren.
- 76 Der Opal besteht aus Kieselsäuregallerte, die eingetrocknet ist. Beim Schrumpfen des Kieselgels entstehen Luftlamellen, an denen sich das Licht beugt und bricht, so daß ein mannigfaltiges Farbenspiel entsteht. — Die einzelligen Strahlentierchen (Radiolarien) bauen ihr Skelett aus Opal (SiO_2 plus Zusätze) auf und formen die erstaunlichsten Gebilde! — Der schlechte Ruf dieses Edelsteines (vgl. Lange 1969:23) hängt wohl mit seiner Trübung zusammen. Sie verleiht ihm einen ambivalenten, undurchsichtigen Charakter. Das schillernde Spiel der Farben verstärkt diesen Eindruck noch. Der Stein kann also sowohl Ausdruck versteckter, ehrgeiziger Wünsche sein, als auch die Hinwendung zum Du anzeigen und Unterpfand des schöpferischen Ausströmens werden. Irgendwie erinnert das Farbenspiel des Opals an die Iris, die Regenbogenhaut. Und sind es nicht die Augen, die zum Prüfstein eines Menschen werden können?
- 77 Um die mythischen Zusammenhänge sichtbar zu machen, ist der Eber-Bärenzahn zu amplifizieren. Dabei geht es nicht um eine analytisch-interpretative Einordnung, sondern um die Herausarbeitung von Hinweisen, durch welche die Komplexität der Beziehungen erkennbar wird. Der Besitz des Hauers kann — wie der Ritt auf dem Pegasus — als Zeichen des erfolgreich bestandenen <Drachenkampfes> verstanden werden. Eber und Bär sind — mythologisch gesehen — Tiere der Großen Mutter. Der Jäger kennt sie als *Schwarzwild*. Die Jagd ist nicht ungefährlich, denn diese Tiere sind unberechenbar und durchaus zur Selbstverteidigung fähig. Um so wichtiger ist ihr freiwilliges Opfer (die Bären in der 10. Welt!). Tötung und Opferung sind die beiden Seiten einer Medaille, zu der auch die Thematik von Jäger und Gejagtem gehört. Im Falle der Tierschlachtung wird die Tötung nicht an einem Menschen vollzogen, was vor allem im Zusammenhang mit der Gottesfurcht von außerordentlicher Bedeutung ist. Ein Tier tritt an die Stelle des <Menschensohnes>, der sonst in einem kannibalistischen Akt verspeist wird. Der Mensch tötet und <entmannt> seinesgleichen

nicht mehr, um einem Gott gefällig zu sein oder sonst einer Vorstellung einen absoluten Charakter zu verleihen. Die Fülle der Probleme, die sich hieraus ergeben, haben den Menschen schon seit jeher beschäftigt. — Nun ist «der Eber ein typisches Symbol des untergehenden und geopfertem Sohngeliebten und die Ebertötung die mythologische Darstellung der Opferung des Sohnes durch die Große Mutter» (Neumann (1949) o.J.: 72]. Die Untersuchung Klaus Speckenbachs über den Eber in der deutschen Literatur des Mittelalters zeigt eindrücklich, «daß der Eber als Zerstörer oder auch in der Bedeutung von Mut und Kampftüchtigkeit ...Verwendung findet» (1975:468; Auslassung von mir). Speckenbach hat eine Fülle von Belegen zusammengetragen und ausgewertet — auch einige Eberträume. Kein Zweifel, das Tragen eines Eberzahnes ist mehr als bloß ein persönliches Relikt, es ist eine Reminiszenz an die Menschheit und ihre Traditionen. «In zahlreichen frühen Kulturen spielte der Eber eine wichtige Rolle. Eine 40000 Jahre alte Felsenzeichnung bei Altamira in Spanien stellt einen Eber dar, in Persien galt der Eber nicht nur als königliches Jagdtier, sondern auch als Herrschaftszeichen und als eine Verkörperung des Kriegs- und Sonnengottes Verethraghna, selbst in Ägypten, wo in späterer Zeit der Schweinekult verboten war, sind Eberzahnarmulette gefunden worden. In indischer Tradition werden Kämpfe der Götter, z. B. Indras, mit wilden Ebern überliefert, und in der griechischen Mythologie, oft durch die Römer dem Mittelalter vermittelt, spielen Eber eine wichtige Rolle, man denke an den Adoniskult, wonach der Eber Leben und Tod gibt, an die erymanthische Eberjagd des Herakles und an die kalydonische Meleagers. Schließlich hat der Eber eine bedeutende Stellung im Keltischen wie auch besonders im Mythos der Germanen als Tier der Götter Freyr und Freyja. Sowohl für Griechen und Römer wie auch für die Germanen ist überliefert, daß Eidbekräftigungen mit Hilfe eines Ebers geleistet wurden» (Speckenbach 1975: 444; hier sind auch die weiterführenden Literaturhinweise zu finden). Beachtenswert ist auch die Tatsache, daß «etwa in Fabeln, Tierepos und Emblematis andere Ebervorstellungen tradiert sind als in den geistlichen Kommentaren und Enzyklopädien» (ibid.: 449). In der jüdisch-christlichen Tradition wird der Eber eher negativ bewertet, in der germanischen eher positiv. Ob dies mit der Bewertung des Weiblichen zu tun haben könnte?

78 In den griechischen Mythen wird von den Gorgonen gesagt, daß sie schreckliche Eberhauer haben. Perseus muß ständig vor diesen Schwestern der Medusa fliehen. Er hatte bei der Tötung der Medusa nicht bedacht, daß die androgyne Frau möglicherweise nur «entmannt» werden wollte, um sich als weibliches Wesen entfalten zu können. Wer allerdings einer Frau den Kopf abschlägt, wo nur ein Zahn zu ziehen wäre, wird zum Gejagten. Auch der Heilige Georg glaubte, der Frau mit der Vernichtung des Drachen einen Dienst zu tun. Vielleicht sollte der Mann seinen Verstand einmal dazu benutzen, sich Gedanken darüber zu machen, ob die Emanzipation der Frau von ihm nicht viel mehr verlangt als ein wildes Drauflosschlagen. Das Weibliche möchte sich wie das Männliche verwirklichen — und dazu

braucht es Partnerschaft. Diese Gemeinsamkeit ist im Bild des chinesischen Drachenpaares <Yang und Yin> wunderbar dargestellt. Im spielerischen Kampf um die Kugel ergänzen sie sich gegenseitig!

- 79 Vgl. van der Leeuw (1956)³1970: 512, der auch auf Rudolf Otto hinweist: «OTTO vergleicht die schrecklichen Götterfratzen mit den harten, fürchterlichen byzantinischen Madonnen- und Christusbildern» (ibid.: 512 — 513). Die verborgene Göttlichkeit verlangt vom Menschen, daß er seine Furcht überwinde.
- 80 Nach Rudolf Otto ist das Numinose «in Begriffen nicht explizibel» [(1936) 1963: 13], dafür aber angebbar «durch die besondere Gefühls-reaktion die es im erlebenden Gemüte auslöst» (ibid.). Unter diesen Gefühlen ist das des «*mysterium tremendum*, des schauervollen Geheimnisses. Das Gefühl davon kann mit milder Flut das Gemüt durchziehen in der Form schwebender ruhender Stimmung versunkener Andacht: es kann so übergehen in eine stetig fließende Gestimmtheit der Seele die lange fortwährt und nachzittert bis sie endlich abklingt und die Seele wieder im Profanen läßt. Es kann auch mit Stößen und Zuckungen plötzlich aus der Seele hervorbrennen. Es kann zu seltsamen Aufgeregtheiten, zu Rausch, Verzückung und Ekstase führen. Es hat seine wilden und dämonischen Formen. Es kann zu fast gespenstischem Grausen und Schauer herabsinken. Es hat seine rohen und barbarischen Vorstufen und Äußerungen. Und es hat seine Entwicklung ins Feine Geläuterte und Verklärte. Es kann zu dem stillen demütigen Erzittern und Verstummen der Kreatur werden» (ibid.: 13-14).
- 81 Rücksichtsloses Verhalten gegenüber Frauen, Aufdrängen des eigenen Willens und brutale Gewaltanwendung sind für ein faschistoid-patriarchales Selbstverständnis kennzeichnend. Macht und Gewalt sind ein Faszinosum. Es gelang mir nicht immer, auf diese für die Durchsetzung der eigenen Wünsche scheinbar höchst geeigneten Mittel zu verzichten. Aber die Durchschlagskraft des Männlichen scheitert an der eigenen Stärke, weil sie starr und deshalb brüchig ist.
- 82 Evokation ist Bemächtigung, Behändigung und bestimmt kein <normaler> Gesprächsanfang — nur Ausdruck des Verfügbarkeitswahnes des Mannes.
- 83 Es dürften die tiefenpsychologischen Kenntnisse gewesen sein, die mich daran gehindert haben, die Frage nach dem Leiden der Frau zu stellen. Ich interpretierte und ging die Angelegenheit mit meinem Wissen an. Darauf reagierte die Frau mit einem Angriff. Ich wich einen Schritt zurück und gab damit meinen Standpunkt auf. Diese Aufgabe des männlichen Rollenverhaltens veranlaßte die Gegenseite dazu, mir gegenüber eine differenziertere Haltung einzunehmen. Sie verzichtete darauf, mich zu töten und damit die Kontinuität des Ich-Bewußtseins zu zerstören. Dafür hätte ich

sie von ihrem aggressiv-verschlingenden Wesen, ihrer Phallusbesessenheit und ihrem Bemächtigungswahn befreien müssen. Ihre Befreiung wäre meine Erlösung gewesen, denn wir beide schienen mit Dingen behaftet und mit ihnen identisch zu sein, die keineswegs als absoluter Wesensbestandteil unseres Seins aufgefaßt werden mußten. Dieses — meines Erachtens uralte — Menschheitsproblem überstieg meine Kräfte und Fähigkeiten. Hier handelte es sich nämlich um einen extrem <tabuisierten> Bereich, der bei mir sofort stärksten Ekel auslöste. Verstümmelung, Schmerz, Kastration, Vagina dentata — ich hatte mich noch zu wenig mit dem Eber-Bärenzahn beschäftigt, um mir der tatsächlichen Zusammenhänge bewußt zu sein. Immerhin hätte mich die Verschmelzung der beiden Frauengestalten daran erinnern müssen, daß hier etliche Probleme ineinander verschachtelt waren — persönliche und kollektive.

84 Jung 1951: 158. Der Steinquader hängt mit dem bereits erwähnten Djed-Pfeiler zusammen, womit wieder eine Brücke zur Außerkörperlichkeit geschlagen wäre. Wenn einem diese Dinge klar sind, wird man meine Unwissenheit nur belächeln können. Bezüglich des nächtlichen Bereiches hatte ich jedenfalls ein beträchtliches Bildungsdefizit aufzuweisen. — Zum Djed-Pfeiler vgl. auch Neumann (1949) o. J.: 185 ff. Beim Lesen dieser Seiten werden einige verblüffende Zusammenhänge greifbar, vor allem, wenn man dabei daran denkt, daß den Ägyptern der außerkörperliche Zustand nicht unbekannt gewesen sein dürfte.

85 «Die spätere, hauptsächlich kabbalistische Tradition kennt zwei Messiasse, den *Messias ben Joseph* (oder ben Ephraim) und den *Messias ben David*. Sie werden mit Moses und Aaron, sowie mit zwei Rehen verglichen und zwar auf Grund von Cant. IV, 5: <Deine Brüste sind gleich zwei Böcklein, Zwillinge der Gazelle.> Der Messias ben Joseph ist, nach Deut. XXXIII, 17, der <Erstgeborene seines Stieres-, und Messias ben David reitet auf einem Esel. Messias ben Joseph ist der erste, Messias ben David der zweite. Messias ben Joseph muß sterben, um durch sein Blut <das Volk Jehovas zu versöhnen>. Er wird im Kampfe gegen Gog und Magog fallen, und zwar wird ihn *Aimilus* töten. Armilus ist der Antimessias, der vom Satan mit einem Marmorsteine gezeugt wurde. Er wird seinerseits von Messias ben David getötet werden. Letzterer läßt hernach das neue Jerusalem vom Himmel herunter und erweckt den getöteten Messias ben Joseph wieder. Letzterer erscheint in der späteren Tradition in einer merkwürdigen Rolle. Schon Tabar 1, der Korankommentator, erwähnt, daß der Antichrist ein König der Juden sein werde, und in Abarbanel's Maschia Jeschua ist Messias ben Joseph geradezu der Antichrist. Er ist also nicht nur als leidender Messias gegenüber dem siegreichen charakterisiert, sondern schließlich sogar als gegensätzlich zu ihm gedacht. Wie diese Überlieferungen andeuten, besteht die oben erwähnte Schwäche des messianischen Elementes in einer Spaltung desselben, die sich bis zur Gegensätzlichkeit steigert. Einerseits entspricht diese Entwicklung dem in der persischen religiösen Literatur schon vorchristlich vorhandenen Gedanken von der

Enantiodromie der großen Zeitperioden, nämlich der Verschlechterung des Guten ... Andererseits ist die Spaltung der Messiasgestalt Ausdruck einer inneren Beunruhigung in bezug auf den Charakter Jahwes, dessen Ungerechtigkeit und Unzuverlässigkeit seit Hiob jedem denkenden Gläubigen Anstoß geben mußte. Hiob stellt das Problem unzweideutig, und das Christentum hat darauf eine ebenso deutliche Antwort gegeben. Die jüdische Mystik dagegen ging ihre eigenen Wege, und ihre Spekulation kreist um Tiefen, welche das christliche Denken mit größter Anstrengung zuzudecken sich bemühte» (Jung 1951: 157 — 158; Auslassung von mir; Angabe der Quellen vgl. die Anmerkungen Jungs S. 157 f.).

- ⁸⁶ Die «karmischen Bedingtheiten» wirken sich nicht erst im Nachtodeszustand, sondern bereits im Schlafzustand aus!
- ⁸⁷ Wer vom Postulat ausgeht, daß es verschiedene Verdichtungsgrade von Schwingungen gibt, die zu parallel nebeneinander existierenden Universen zusammengefaßt sind, kann sagen: Ein Körper ist mehr als bloß ein materielles oder feinstoffliches Gebilde. Er ist Ausdruck eines lebendigen Wesens im umfassendsten Sinne des Wortes, eines Wesens mit bestimmten Vorstellungen und Gefühlen, Wünschen und Hoffnungen. Ein lebendiger Körper — egal auf welcher Ebene — ist demnach ein verdichtetes, relativ deutlich abgegrenztes, sich selbst organisierendes, hochkomplexes System, in dem all das zusammenfließt, was eine Entität auf der betreffenden Ebene auszudrücken vermag. Durch die Inkarnation bzw. durch die Ausformung eines Wesens in einem Körper wird eine für die Wechselwirkung notwendige Grundlage geschaffen. Im materiellen Körper hat der Verdichtungsgrad eines Wesens wahrscheinlich seinen Höhepunkt erreicht. Die Entität ist maximal fokussiert, ziemlich stabil und neigt zu starken, aber begrenzten Wechselwirkungen. In den Bereichen des Feinstoffes sind die Körper instabiler und überaus wandlungsfähig — und deshalb für raum- und zeitstabile Wechselwirkungen nicht besonders geeignet, es sei denn, die Kontinuität des Ich-Bewußtseins würde als Stabilisierungsfaktor zur Verfügung stehen.
- ⁸⁸ Das skelettlose, stark wandlungsfähige Wesen erinnert z.B. an eine Geschichte, die bei den Völkern des Inka-Reiches erzählt wurde: »Im Anbeginn der Welt kam vom Norden her ein Mensch namens Con. Er hatte keine Knochen und strich weit und behende umher; um seine Wege abzukürzen, erniedrigte er die Berge und erhöhte die Täler, allein durch seinen Willen und sein Wort, denn er rühmte sich, ein Sohn der Sonne zu sein» [Krickeberg (Hg.) (1928) 1968:213]. Ein unstrukturiertes, sonnenhaftes Wesen verändert seine Umgebung, ohne an Raum und Zeit gebunden zu sein. Dies entspricht den Möglichkeiten eines nichtmateriellen Wesens bzw. eines Ichs, das außerkörperlich ist. Der knochenlose Con verkörpert also ein Schöpfungsprinzip, das wegen seiner Instabilität für die materielle Ebene ungeeignet ist, weil es als «Bewußtseinsplasma» zu viele Potenzen

besitzt und diese allzu ungehemmt und ohne Bezug auf ein Du auslebt. Ein derartiges Ich bedarf der Stabilisierung, um etwas von Bestand erschaffen zu können. Cons Schöpfung war nämlich nicht von Dauer und wurde durch die Kreationen von Pachacamac ersetzt. Meines Erachtens entspricht ein Ich in der Gestalt Cons einer Entität, die starken Stimmungsschwankungen unterworfen ist und deshalb stets die eigenen Kreationen bedroht und sogar vernichtet. Ichs in dieser Form sind weit verbreitet. Sie zerstören nicht nur die materiellen Wechselwirkungsprodukte, sondern sie gefährden auch ihre eigene außerkörperliche Existenz. — Nun hängt der Name *Con* «wahrscheinlich mit dem Quechuwort für Sonnenwärme (K'oni) zusammen» (ibid.: 330). *Con* ist nach anderer Auffassung ein Windwesen, nämlich «der Sanddünen aufschüttende, Täler verwehende und das Land mit seinem Gluthauch ausdörrende Wind der regenlosen peruanischen Küste» (ibid.). Es gibt eben auch auf der materiellen Ebene Veränderungen, die nicht unbedingt Ausgangspunkt für neue Gestaltungen sind. Aber dies gilt für jedes Ich, das conartig ist! Das Bewußtseinslicht kann auch zu stark aufleuchten und seine Wirkungen zu heftig entfalten. Dann wirkt es einebnend und ausdörrend — es zerstört andere Lebensformen. Ist es außerdem zu flatterhaft, zu unstet und ändert es ständig seine Richtung, verunmöglicht es die Entfaltung einer stabilen Beziehung. — Ich weiß nicht, ob die Begegnung mit jenem krakenartigen, unstrukturierten Wesen im Unterseeboot diese Überlegungen rechtfertigt. Es scheint mir jedoch, daß jenes Lebensprinzip, das durch das strukturlose Etwas verkörpert wurde, mit den in dieser Anmerkung angeführten Dingen zu tun hat.

In vielen Fällen dürfte es bei der Erstbegegnung mit diesem Schöpfungsprinzip zur Katastrophe kommen, weil es abgewehrt, verjagt und wenn möglich vernichtet wird — wenn man es nicht vorziehen sollte, die Flucht zu ergreifen. Es ist eben zu weit vom Normalbewußtsein des Alltags entfernt und zu instabil, um ohne Kontinuität des Ich-Bewußtseins direkt angegangen werden zu können. Gerät das Ich in den Sog dieses fluktuierenden Wesens, verliert es unter Umständen seine menschliche Gestalt, d. h., sein spezifisches Ich-Bewußtsein wird aufgelöst. Zu schnelle Veränderungen sind gefährlich — und zu solchen kommt es vor allem im außerkörperlichen Zustand. Obwohl innerkörperlich durch irgendwelche Katastrophen sofortige und umfassende Änderungen möglich sind, überwiegen hier doch die stabilisierenden Faktoren — und es gibt dank der Kontinuität des Ich-Bewußtseins in vielen Fällen Möglichkeiten, allzu starke Fluktuationen auszugleichen und eingetretene Un-Fälle in ihren Folgen zu mildern. Außerkörperlich muß aber hierfür zuerst einmal ein kontinuierliches Ich-Bewußtsein vorhanden sein!

⁸⁹ Jung (⁵1942) 1971: 32.

⁹⁰ Jung(1921)⁹1960: 174.

- ⁹¹ Vgl. z.B. die Ausführungen von Jacobi (1959)⁹1967:168 — 176, die ganz im Sinne C.G. Jungs gehalten sind.
- ⁹² Die mit der Schattenbewußtwerdung verbundenen Einsichten erschüttern den Menschen bis in seinen innersten Kern, weshalb der Schatten mit der gebotenen Vorsicht anzugehen ist. Der schreckliche Aspekt des Dunklen erklärt bis zu einem gewissen Grade die Geheimhaltung bestimmter Meditationstechniken, die vor allem diese Seite der Erkenntnis in den Mittelpunkt stellen und sie mit dem Unbekannten im allgemeinen verbinden. Es geht nämlich nicht darum, anderen etwas vorenthalten zu wollen oder zu verhindern, daß die Techniken mißbraucht werden. Es ist vielmehr die Begegnung mit der Finsternis und dem Destruktiven als solche, die diese Zurückhaltung angebracht erscheinen läßt — obwohl erst durch das Schauen des Grauenhaften eine Sichtweise möglich wird, die das Dunkle aufhellen und mildern kann. Nicht alle ertragen es, mit der Finsternis und ihren Gestalten konfrontiert zu werden. Ohne Mitleid und Barmherzigkeit ist eine Auseinandersetzung mit diesen Dingen nicht zu überstehen. — Zum <Splitter> vgl. Mt 7,3 und Lk 6,41.
- ⁹³ Persönlichkeitsfragmente mischen sich leicht mit subjektfremden Komponenten, die eine gewisse Affinität zum abgespaltenen Teil haben. Diese verdichten sich dann im feinstofflichen Bereich zu *Larvae* und *Tulpas* mit einem geringen Fremdanteil oder zu *Tulkus*, die eine maximale Selbständigkeit besitzen. Jede dieser Gestaltungen kann von ihrem Schöpfer unabhängig werden und ein unter Umständen gefährliches Eigenleben entwickeln. Im außerkörperlichen Zustand kann man ihnen begegnen. Auch die alchemistische Homunculus-Erschaffung gehört unter diese Rubrik. Zu *Larvae* vgl. Walter F. Otto »Die Manen oder von den Urformen des Totenglaubens«, zu *Tulpa* und *Tulku* David-Neel (1931) 1965:113 — 130, 288 — 320. — Offensichtlich hängt dies alles mit der *Doppelgänger*-Problematik, der *Multiplicatio* und prinzipiell mit der Außerkörperlichkeit zusammen.
- Wer sich mit den verschiedenen Verdichtungsformen beschäftigt, wird auch das Konzept der Persönlichkeitsfragmente bzw. -Wahrscheinlichkeiten! vgl. z.B. Roberts 1977:44- 52 (Session 680)] oder die Möglichkeit der Bewußtseinsübertragung kennen und wissen, daß ohne Kontinuität des Ich-Bewußtseins nur magische Operationen möglich sind, deren Produkte ihrem Schöpfer entgleiten und die für ihn selbst oft nur negative Auswirkungen haben.
- ⁹⁴ Wenn Eltern eines Tages merken, daß ihre Kinder erwachsen geworden sind, können sie den Schöpfungs- und Gestaltungsprozeß nicht mehr rückgängig machen. Es ist unmöglich, Töchter und Söhne in die subjektiven Bestandteile von Vater und Mutter zu zerlegen. Obwohl Kinder <nur> aus der Vereinigung zweier Geschlechtszellen — und unter <Aus-schluß der Reinkarnationsproblematik> — entstehen, d. h. der Verschmel-

zung sehr persönlicher Produkte des Elternpaares, werden sie zu selbständigen Wesen! Weshalb sollte die Entstehung des Schattens und anderer «Personifikationen des Unbewußten» nicht auf ähnlichen Bildungsprozessen beruhen? Mit dieser Auffassung kommt ein luzides Ich im außerkörperlichen Zustand denjenigen, die ihm begegnen, einen Schritt entgegen. Es kann sie aber auch fragen, was sie davon halten, Personifikationen zu sein! Es wird sich daraus eine interessante erkenntnistheoretische Diskussion entwickeln — im besten Falle. Nicht alle reagieren auf derartige Fragen gleichermaßen freundlich. Die Position des Solipsismus ist außerkörperlich ebensowenig durchzustehen wie im Alltag.

- ⁹⁵ Jung (1954) 1976:29 — 30 (Auslassungen von mir). — «Selbst die negativen Aspekte, ... unsere Leidenschaften, Aversionen, unser Anhängen und unsere Täuschungen müssen der Wahrheit gemäß erkannt und schmerzlich erfahren werden, bevor sie zu Hilfsmitteln unseres Fortschrittes auf dem Befreiungswege werden, bevor sie in das Licht höherer Weisheit verwandelt werden können» [Govinda (1976) 1977: 85; Auslassung von mir]. Was «Einsicht in die eigene Wahrheit vermittelt, Einsicht in den eigenen Schatten, stärkt... die Widerstandskraft in inneren und die Festigkeit in äußeren Stürmen» (Brunner 1975: 69 —70; Auslassung von mir). Das erinnernde Sich-Finden führt zuerst zur schmerzlichen Begegnung mit den eigenen Schwächen und Unterlassungen. Hildegard von Bingen spricht von der Erinnerung an die eigenen Sünden, die Kern der Buße und Voraussetzung der Rettung durch Gott ist. Ansonsten würde Gott den Menschen allmählich vergessen (vgl. Meier 1975: 143 — 194)! — Ohne Integration und Fixierung der persönlichen Schattenanteile zerfällt die Kontinuität des Ich-Bewußtseins, und der Kontakt mit dem Ganz-Anderen geht verloren. Außerdem ist der Mensch ohne Schatten erinnerungslos, ohne Konturen und deshalb körperlos. Die Weigerung, dem Schatten standzuhalten, erklärt unter anderem, weshalb so viele außerkörperliche Erfahrungen nur kurz dauern, stets im gewohnten Rahmen ablaufen oder gerade an der wichtigsten Stelle abbrechen.
- ⁹⁶ Diese Dimension wird von Jung als das «kollektive Unbewußte» bezeichnet.
- ⁹⁷ Um im außerkörperlichen Zustand die Kontinuität des Ich-Bewußtseins beibehalten zu können, braucht es eine umfassende Selbsterkenntnis, welche die Schattenbewußtwerdung miteinschließt! Die *Dauer* der Außerkörperlichkeit ist somit ein Gradmesser dieser Bewußtwerdung. Flucht aus der Wirklichkeit ist stets eine Flucht in den unbewußten Zustand. Ein luzides Ich muß immer wieder fähig sein, in den Spiegel zu blicken — und dem Anblick standzuhalten. Wie so etwas ohne andauernde Aufmerksamkeit, Skepsis und Offenheit gehen soll, ist mir schleierhaft. Wer also meint, daß der Wunsch, auch außerkörperlich Erfahrungen zu machen, mit einer Abkehr von den gesellschaftlichen Belangen bzw. mit einer Flucht aus dem

Alltag verbunden sei, weiß schlicht nicht, von was er spricht. Versuche er doch einmal selbst, durch den Spiegel hindurchzugehen — ohne dabei die Kontinuität seines Ich-Bewußtseins zu verlieren!

- 98 Dazu bin ich nicht in der Lage, weil in dieser Gerümpelkammer noch Verstaubtes und Vergessenes aus dem familiären und kollektiven Bereich liegt, das mit den persönlichen Dingen vermischt ist. Dies wird immer dann der Fall sein, wenn die persönlichen Schattenaspekte noch zu wenig von den familiären und kollektiven unterschieden sind. Allerdings ist eine vollständige Trennung der Anteile wegen der Unmöglichkeit, das Subjektive absolut vom Objektiven abzugrenzen, nicht zu bewerkstelligen.
- 99 Druden sind weibliche Nachtgeister, die Alpträume verursachen. Mit dem <Drudenfuß> soll dies verhindert werden.
- 100 Den zweiten Ort habe ich vergessen — doch liegt er ebenfalls im Raum zwischen Euphrat und Tigris.
- 101 Selbstverständlich ist die Frage berechtigt, ob die Dinge bei einer anderen Deutung einen anderen Verlauf genommen hätten. Eine Antwort darauf wird jedoch nur zu erhalten sein, wenn die Fragesteller selbst in eine ähnliche Situation hineingehen und dabei luzid bleiben. Jedes Subjekt beeinflusst seine Umgebung auf seine Art und Weise — und die Umwelt wird mehr oder weniger subjektkonform reagieren. Mehr oder weniger! Es liegt dann am Subjekt, herauszufinden, an welchen Stellen es zu einer *unerwarteten* Reaktion gekommen ist, wie es sich auch dessen bewußt sein sollte, was erwartungsgemäß abgelaufen ist. Zu einem Bruch zwischen Erwartungshaltung und Reaktion wird es dort kommen, wo die subjektiven Vorstellungen zu stark von den objektiven Sachverhalten abweichen.
- 102 Trungpa (1966) 1970.
- 103 Für das Lebendigwerden der inneren Welten, d. h. der nicht-alltäglichen Wirklichkeiten, sind folgende Punkte ausschlaggebend: 1. eine zurückhaltende Einstellung, 2. Luzidität und 3. die Bewußtwerdung des <persönlichen Unbewußten> und des Schattens. — Die kleine babylonische Figur hängt mit der zarathustrischen Religionsform zusammen. Ich hatte nämlich tags zuvor in einer religionsgeschichtlichen Vorlesung etwas über Zarathustra gehört. Der Begründer des Mazdaismus lebte um ca. 900 v. Chr. Seine Lehre mußte sich aber schon frühzeitig «erhebliche Umwandlungen mannigfacher Art» [Bartholomae (1924) 1970: 3] gefallen lassen. «Die neue Lehre war, soweit sie das Reinreligiöse betraf, viel zu verstandesmäßig und begrifflich, als daß sie eine Religion für das Volk hätte werden können» (ibid.). Deshalb mußten Zugeständnisse gemacht werden, bis schließlich «manches als Glaubenssatz galt, was seinerzeit die Urlehre nicht nur nicht enthalten oder vorgeschrieben, sondern auch was sie

durchaus verworfen und bekämpft hatte» (ibid.: 4). — Heute gibt es kaum mehr Zarathustrier. In Bombay und in der Region nördlich davon leben noch etwa 100000, die sogenannten Parsen, «die nach 700 n. Chr. vor dem Islam ausgewichen sind und aus Persien nach Indien emigrierten. Sie bilden eine wohlhabende und stark europäisierte Gruppe. Daneben gibt es noch etwa 10000 Zarathustrier (Gabr) in Persien in der Gegend von Yazd und Kerman» (Schlerath 1970: VII). «Aus den Liedern des Zarathustra spricht den, der sich ein unbefangenes Gespür für Religion und Dichtung bewahrt hat, über die Jahrtausende hinweg, über alle sprachlichen Schwierigkeiten hinweg ein großer Mensch an. Zarathustra war ... ein scharfer Denker, ein strenger Moralist, ein leidenschaftlicher Verfechter seiner Erkenntnis von der Welt» (ibid.: X; Auslassung von mir).

- 104 Mit Hilfe der Familie und aufgrund der stabilen Verhältnisse am Arbeitsplatz und in der Schweiz im allgemeinen war es nicht besonders schwierig, in den Alltag jene Ruhe und Gleichförmigkeit hineinzubringen, die es mir erlaubten, mich mit den Problemen des nächtlichen Erfahrungsbereiches zu beschäftigen. Mit den Jahren pendelte ich mich sogar in ein Gleichgewicht zwischen Tag und Nacht ein, d.h., ich arbeitete einerseits als Biologielehrer mit einem etwa zwanzigstündigen Wochenpensum an einem Privatschulwesen und setzte mich andererseits etwa zwanzig Stunden pro Woche mit meinen nächtlichen Erlebnissen auseinander. Diese Zeiteinteilung erforderte zu ihrer Realisierung eine eheliche Partnerschaft, die sich auch auf das finanzielle und nicht nur auf die Kindererziehung und den Haushalt bezog. Mann und Frau hatten sich also an der Beschaffung der materiellen Mittel zu beteiligen. Vor allem in der Zeit, als unsere Kinder noch klein waren, ergaben sich aus der vormittäglichen Abwesenheit beider Elternteile gewisse organisatorische Schwierigkeiten, die sich aber dank der aktiven Mithilfe seitens der Großmütter und Großväter lösen ließen.
- 105 Wer der Meinung ist, wegen der Luzidität würden sich so oder so nur die eigenen Erwartungen bestätigen, der nehme doch einmal bei Gelegenheit einen Spiegel vor. Und dann einfach sehr genau hinschauen! Gibt es tatsächlich keinen Unterschied zwischen den Erwartungen und dem, was man sieht? Wirklich nicht?
- 106 Rudolf Steiner läßt den «kleineren Hüter der Schwelle» am Schluß seiner Ausführungen sagen: «Du konntest mich schaffen; aber du hast damit zugleich die Pflicht übernommen, mich umzuschaffen» [(1904/5) 1975: 197]. Diese Stelle sollte nicht einfach überlesen werden!
- 107 Dazu braucht es die Geisteshaltung des «Kriegers», der durch andauerndes Üben eine innere und äußere Stärke gewonnen hat, die weit über seine körperliche Scheinbegrenztheit hinausgeht. Der Krieger kämpft mit Übersicht. Er spürt, welche raum-zeitlichen Veränderungen geschehen müs-

sen, damit die gestörte Harmonie wieder frei fließen kann. — Krieger, die ihre Gegner töten, sind weit davon entfernt, eine *Kampfkunst* auszuüben. Sie müssen sich von Krishna sagen lassen: «Töte den aus Unwissenheit geborenen Zweifel in deinem Herzen mit dem Schwert der Weisheit» [Bhagavad-Gita 4,42 in: Capra (1975) 1977: 87; in der Übertragung von Leopold von Schröder: «Zerschneide mit des Wissens Schwert den Zweifel, der aus der Torheit stammt» (Bhagavadgita (1922) 1965: 44)]. Von diesem «Schwert der Weisheit und des Wissens» spricht Mt. 10,34! Jede andere Form der Tötung ist eines Kriegers unwürdig, denn das Selbst «ist unzerstörbar, nicht meßbar ... Nie wurde es geboren, noch stirbt es, nie entstand es, noch wird es je wieder entstehen: ungeboren, ewig, immerwährend ist dieses (Selbst) — ursprünglich. Es wird nicht erschlagen, wenn der Körper erschlagen wird. Wenn ein Mensch es als unzerstörbar, ewig, ungeboren, nie vergehend kennt, wie und wen kann er veranlassen, erschlagen zu werden oder zu erschlagen?» [Bhagavad-Gita 2,20 — 21 in: Zaehner (1970) 1980: 241; vgl. auch die Übersetzung in: Zimmer (1944) 1954:106]. Wer könnte also einen Krieger jemals dazu veranlassen, einen Mitmenschen zu töten?

Für einen Krieger ist die Vergegenwärtigung des Todes und des eigenen Sterbens eine standesgemäße Selbstverständlichkeit. Dasselbe gilt für die Furchtlosigkeit. Deshalb handelt der Krieger aufmerksam, verantwortlich und absichtslos, ohne Rücksicht auf eigene Bedürfnisse, diszipliniert und stets bereit, in die Welt des Ungeheuerlichen hineinzugehen. Diese Eigenschaften sollten meines Erachtens als Vorstufe der Außerkörperlichkeit gelten — und nicht dazu mißbraucht werden, Machtansprüche durchzusetzen. Heino Gehrts (1980: 89) bezeichnet den aufbruchbereiten Soldaten als «Vorstufe des Zauberers» und betont, daß «eben jener Krieger, der die Weihen *seines* Standes bereits empfangen hatte», die geforderten Fähigkeiten in ausreichendem Maße besaß, um «Schüler des Brahmanen, des Druiden, des thulr» zu werden. Dieser Wechsel vom mit «eisernen Waffen kämpfenden Soldaten zum Krieger des geistigen Schwertes» verlangt eine Verabschiedung vom Militär, eine Quittierung des Dienstes oder sogar ein Desertieren — «nicht in die hausbackene Welt am heimischen Küchenherd, ... sondern in die Allwelt jenseits des Zerhacktwerdens, jenseits des Todes» (Gehrts 1980:90). Auch hier sind es wieder die Märchen, die diesen Sachverhalt sehr präzise erzählen: In «Des Teufels rußiger Bruder» begegnet ein abgedankter Soldat dem Teufel und tritt in seine Dienste — ohne die Dreckarbeit zu scheuen, die ihm aufgetragen wird; ähnlich in «Der Bärenhäuter». Diese Geschichte berichtet von einem jungen Soldaten, der nach dem Friedensschluß seinen Abschied erhielt und mit dem Grünrock einen Handel tätigte. Von drei desertierten Soldaten handelt «Der Teufel und seine Großmutter», und in «Die zertanzten Schuhe» gelingt es einem kriegsversehrten Soldaten, *die Nacht zu durchwachen* und das Geheimnis der zwölf Prinzessinnen zu ergründen. (Vgl. Grimms Märchen!)

- ¹⁰⁸ Dam-pa wurde im südlichen Indien geboren und wanderte nach Tibet aus. Hier wirkte er vor allem in Ding-ri, wo er auch Milarepa getroffen haben soll. Es wird gesagt, er sei Schüler von Dharmakirti gewesen und habe Nagarjuna, Asanga und andere große Meister sprechen gehört. Saraha-pāda initiierte ihn in die mahamudra. Dam-pa war eine außerordentliche Persönlichkeit, dessen Wirken in Tibet allgemein bekannt wurde. Er galt nicht nur als vorzüglicher Lehrer, sondern er wurde auch als Arzt hochgeschätzt, denn er führte eine besondere Methode zur Heilung psychosomatischer Erkrankungen ein — die meditative Psychotherapie. Dam-pa verließ die irdische Ebene im Jahre 1117. (Vgl. Rao 1979:101-106.)
- ¹⁰⁹ Rao 1979:103; Übersetzung aus dem Englischen von mir. Original: sKam: «Master, whom should I ask when I am in doubt, when you have gone?» Dampa: «The best friend-and-guide (*Kalyanamitra*) is your own mind. The teacher that can remove your doubts will surely emerge from your own mind! The second aid is the scripture. Read, therefore, *Prajnaparamita* diligently. The lowest kind of friend-and-guide is a human being who offers to teach you!»
- ¹¹⁰ Die Hesperiden sind die Töchter des Atlas und der Hesperie oder der Nyx. Nyx ist das griechische Wort für «Nacht», während Hesperie die Herrscherin eines weit im Westen, am Rande der Welt gelegenen Landes ist. Dieses Westland ist ein Grenzland und zugleich ein Stück jenseits, das die Griechen in der Nähe des Atlasgebirges lokalisiert haben. Die Iren bezeichnen das Westland als Mag Mell, als Paradies. Es besteht sogar die Auffassung, daß Irland selbst das letzte Stück Paradies auf Erden sei, die Insel des Abel (vgl. Gsänger 1969). — Zur Mythologie der Hesperiden und der goldenen Äpfel vgl. Hunger (1959) 1974: 182 — 183; Schwab o.J.: 129—130 und Kerfenyi:(1951) 1966: 230.
- Zit. nach: Moltmann-Wendel (1980) *1982: 26.
- ¹¹² Moltmann-Wendel (1980)³1982: 30.
- ¹¹³ Vgl. Joh 11,1 —44.
- ¹¹⁴ Cf. 112 S. 53.

Ein letztes Wort zu den Anmerkungen

Sieh! das flatternde Blatt!
Auf einem Grabhügel
bleibt es jetzt liegen!

Rantetsu

Glossar

Außerkörperlichkeit

Außerkörperlichkeit meint einen Seinszustand, in dem das Ich das durch nichts zu erschütternde Gefühl und die Gewißheit hat, außerhalb des eigenen physischen Körpers zu sein. Dabei fühlt sich das Ich genau gleich wie innerhalb des physischen Körpers. Das Ich bleibt kontinuierlich bestehen und verfügt über die normale Stabilität und Koordination und über alle emotionalen und kognitiven Funktionen. Normalerweise besitzt das Ich im außerkörperlichen Zustand einen Zweitkörper. Es kann aber auch körperlos sein und existiert dann als ›Bewußtseinspunkt‹.

Verwandte Bezeichnungen: Astralexistenz, Ausgetretensein, Bilokation, disembodiment, Exkursion, Exteriorisation, Externalisation, Himmelsreise, Mantelfahrt, Nachtfahrt, out-of-the-body experience (OOBE), Seelenflug, vigiler Somnambulismus, Statuovismus, Theta-Aspekt, traveling clairvoyance, Zweites Gesicht bzw. Zweites Leben.

Ferner besteht ein Zusammenhang mit der Problematik der altered states of consciousness, Ekstase, Hypnose, Schlaflosigkeit und Trance.

Außerkörperlichkeit - Fähigkeiten

Im außerkörperlichen Zustand verfügt das Ich über Fähigkeiten, von denen vor allem die Märchen zu berichten wissen. In «Die sechs Diener» (einem Grimmschen Märchen) ist eine ganze Sammlung solcher Eigenschaften zusammengestellt, zu denen z.B. noch die Unsichtbarkeit mittels Tarnmantel und -kappe oder mit Hilfe eines Wunschringes zu zählen wäre. Ferner kennen die Märchen verschiedene Arten der hüpfenden und fliegenden Fortbewegung z. B. mittels Siebenmeilenstiefeln, Teppichen und Tieren - und sogar den blitzartigen Orts- und Ebenenwechsel. Märchen sind also eine Fundgrube für alle Belange, die mit der Außerkörperlichkeit in Verbindung stehen, und ganz besonders dafür geeignet, dem Ich Verhaltensweisen aufzuzeigen, die in der außerkörperlichen Seinswirklichkeit von ausschlaggebender Bedeutung sind.

Außerkörperlichkeit bei Sigmund Freud

Das Thema des außerkörperlichen Seinszustandes wird von Sigmund Freud nicht direkt angesprochen. Allerdings *anerkennt* der Begründer der Psychoanalyse prinzipiell die Möglichkeit, daß der Mensch *ohne Traumentstellung*, d.h. unzensuriert träumen kann! Hierzu vgl. das Kapitel 3.5. «Vorbereitung des Paradigmenwechsels».

Freud kannte außerdem das Buch des Marquis d'Hervey de Saint-Dcnys «Les Réves et les moyens de les diriger» und sagt: «Der Marquis d'Hervey behauptete, eine solche Macht über seine Träume gewonnen zu haben, daß er ihren Ablauf nach Belieben beschleunigen und ihnen eine ihm beliebige Richtung geben konnte. Es scheint, daß bei ihm der Wunsch zu schlafen einem anderen vorbewußten Wunsch Raum gegönnt hatte, dem, seine Träume zu beobachten und sich an ihnen zu ergötzen. Mit einem solchen Wunschvorsatz ist der Schlaf ebensowohl verträglich wie mit einem Vorbehalt als Bedingung des Erwachens (Ammenschlaf). Es ist auch bekannt, daß das Interesse am Traum bei allen Menschen die Anzahl der nach dem Erwachen erinnerten Träume erheblich steigert» [(1900/01) 1968: 578].

Außerkörperlichkeit bei Carl Gustav Jung

Im Gegensatz zu Sigmund Freud kannte C. G. Jung die Möglichkeit der Traumkontrolle nicht, hatte jedoch ein paarmal den außerkörperlichen Zustand selbst erlebt und in seiner Autobiographie beschrieben. Hierzu vgl. z. B. Kapitel 4.2. «Schweigen und Schauen».

Für den Begründer der Analytischen Psychologie ist die Kontinuität des Ich-Bewußtseins eine ethische Verpflichtung. Dieser Forderung wird im Zusammenhang mit der Technik der aktiven Imagination Ausdruck verliehen. Es scheint also bei C. G. Jung keine prinzipiellen Einwände gegen die Außerkörperlichkeit zu geben. Aber in der Praxis stehen - wie bei Sigmund Freud - der Realisierung des außerkörperlichen Zustandes gewisse Hindernisse entgegen. Zur Hauptsache sind es theoretische Vorentscheidungen, die das Ich beim Einschlafen zu einem Bewußtseinsverlust veranlassen.

Außerkörperlichkeit bei Rudolf Steiner

Rudolf Steiner hat eingehend über die Probleme im Zusammenhang mit dem außerkörperlichen Seinszustand geschrieben. Um so erstaunlicher ist es, daß in anthroposophischen Kreisen kaum darüber gespro-

chen wird. Auch in seinen Vorträgen hat der Begründer der Anthroposophie auf die Kontinuität des Ich-Bewußtseins, die Außerkörperlichkeit und die soziale Relevanz dieser Erfahrungen hingewiesen - manchmal vielleicht in einer Sprache, die nur für diejenigen verständlich ist, welche Derartiges selbst erlebt haben. Hierzu vgl. z.B. den ersten Vortrag des Zyklus «Die Apokalypse des Johannes» [(1908) 1979: 42-49), ferner «Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen» (1912), «Die Schwelle der geistigen Welt» (1913) und «Exakte Erkenntnis der übersinnlichen Welten» (1922). Hier sind Themen angesprochen wie «Erübung des vollbesonnenen, willentlich leeren Bewußtseins», «Kontinuität der Erinnerung im Wachen und Schlafen» und «Einfluß des Weltbildes auf das Erleben außerhalb des Sinnenleibes» usw.

Austritt

Der Austritt ist die beim Wechsel in den außerkörperlichen Zustand geschehende Ablösung des Zweitkörpers vom physischen Leib. Dieser Vorgang geschieht spontan oder willentlich und kann von den verschiedenartigsten Phänomenen begleitet sein. Verwandte Bezeichnungen sind: Abrollen, Astralprojektion, Ausklinken, Austreten, élévation astrale, Hochfliegen, Levitation, petite mort, mystischer Tod, Oszillation und Separatio.

«Das Gefühl, außerhalb seines Sinnenleibes zu sein, hat man beim Erleben innerhalb des astralischen Leibes stärker als beim Erleben im elementarischen Leibe. Bei diesem fühlt man sich außer dem Gebiete, in welchem der Sinnenleib ist; aber man fühlt diesen mit. Im astralischen Leibe aber fühlt man den Sinnenleib selbst als etwas Äußeres. Beim Übergang in den elementarischen Leib empfindet man etwas wie eine Erweiterung der eigenen Wesenheit, beim Einleben in den astralischen Leib dagegen eine Art Überspringen in eine andre Wesenheit» [Steiner (1912) 1972:44).

Axiom

Ein Axiom ist ein Grundsatz, der als allgemeingültig anerkannt wird und als Grundannahme nicht bewiesen werden kann. Das Axiom der *Kontinuität des Ich-Bewußtseins* ist Ausgangspunkt sämtlicher Aussagen, die in diesem Buch gemacht werden. Eine der logischen Schlußfolgerungen und praktischen Konsequenzen, die sich aus der axiomatischen Festsetzung der Kontinuität des Ich-Bewußtseins ergeben, ist die der *Außerkörperlichkeit*, eine weitere die der *Multidimensionalität der*

Erfahrungsebenen. Diese Folgerungen können ihrerseits wiederum als nur axiomatisch begründbar angesehen werden. Sie lassen sich nämlich innerhalb des von den Naturwissenschaften vorgegebenen theoretischen Rahmens nicht beweisen. *Sie müssen vom Subjekt erlebt werden.* Aus der persönlichen Erfahrung heraus ergibt sich dann eine spezifische Gewißheit, die als Ausgangspunkt für das weitere Vorgehen dient. Außerkörperlichkeit und Multidimensionalität können auch als *Postulate* bezeichnet werden, denn sie ergeben sich als sachlich und logisch begründete Notwendigkeit aus der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Beide Postulate sind experimentell überprüfbar - aber nur mittels des eigenen Erlebens! Dadurch ergibt sich deren Bestätigung (Verifikation) oder deren Widerlegung (Falsifikation).

Bewußtseins-Kontinuität

Ein kontinuierliches Ich-Bewußtsein ist sich des ununterbrochenen und gleichmäßigen Fortganges seiner eigenen Ich-Identität gewiß. Das Ich reagiert besonnen, ist in seinem Sein lückenlos und stetig, und es verfügt über die gewohnte Stabilität und Koordination. Sämtliche emotionalen und kognitiven Funktionen sind intakt.

In vielen Märchen ist der Übergang von der Alltags- zur <Märchen-ebene> als Einschlafen und Wiedererwachen beschrieben, etwa in «Der Trommler», in dem auch sonst von verschiedenen Besonderheiten des außerkörperlichen Zustandes erzählt wird. Oft wird das Gelingen einer zu erfüllenden Aufgabe oder das Erlangen einer Erkenntnis vom Wachbleiben abhängig gemacht und gefordert, daß die Ich-Bewußtseins-Kontinuität erhalten bleibt. Z. B. in «Die Wichtelmänner»: Die Frau des Schusters «steckte ein Licht an: darauf verbargen sie sich in den Stubenecken, hinter den Kleidern, die da aufgehängt waren, und gaben acht.» Oder in «Der goldene Vogel»: «Der Jüngling legte sich also unter den Baum, wachte und ließ den Schlaf nicht Herr werden.»

Bewußtseinskontrolle

Eine Kontrolle des Ich-Bewußtseins umfaßt die Prüfung aller emotionalen (wie fühle ich mich im Vergleich zu früher und zu meiner normalen Stimmungslage) und kognitiven Funktionen. Während sich die ersteren im außerkörperlichen Zustand kaum oder überhaupt nicht vom innerkörperlichen unterscheiden, gibt es bei den letzteren zum Teil erhebliche Unterschiede, die sich zur Bestimmung des Zustandes vorzüglich eignen.

Wahrnehmungsvermögen: Kann ich sehen, hören, tasten, riechen, schmecken, den Körper spüren? Ist alles wie gewohnt, oder gibt es Unterschiede? Welche? Sehe ich z. B. schärfer, weiter, farbiger usw.

Gedächtnisleistungen: Bei der «Lischka-Methode» vergegenwärtigt man sich außerkörperlich Datum, Wochentag, ungefähre Uhrzeit, das Geschehen des Vortages und die Absichten für morgen. Man kann auch seine Hände oder sonst einen Körperteil betrachten, Experimente durchführen und sich auf verschiedene Arten fortbewegen (Laufen, Schweben, Fliegen). Auch hier sind Überschneidungen mit der Zustandskontrolle unvermeidlich und wünschbar.

Denkstil: Wenn die oben angegebenen Kontrollen durchgeführt worden sind, hat sich der übliche Denkstil bereits ausgedrückt. Durch das kritische Überprüfen der Ereignisse im außerkörperlichen Zustand wird sich das Denken immer wieder selbst in seiner Kontinuität zu bestätigen haben.

Vorstellungs- und Urteilsfähigkeit: Auch diese kognitiven Funktionen sind fortlaufend an der Kontinuität des Ich-Bewußtseins mitbeteiligt und können «unterwegs» nicht einfach beiseite geschoben werden. Sie machen sich sogar manchmal eher hindernd bemerkbar, weil sie das Verhalten des Ichs wesentlich mitbestimmen.

Beherrschung der Sprache: Läßt sich z. B. dadurch kontrollieren, daß man (außerkörperlich und im luziden Traum!) laut und deutlich seinen eigenen Namen ausspricht.

Ebenenüberlappung

Eine Vermischung der Erfahrungsebenen geschieht manchmal beim Hinüberwechseln vom außer- in den innerkörperlichen Zustand. Plötzlich sitzen Zwerge und Feen neben dem Bett, die aufmerksam zuschauen, wie Notizen geschrieben werden. Beunruhigend wirkt oft die raum-zeitliche Überlappung zweier Welten, wobei z. B. in die materielle Welt Geschehnisse einer anderen hineinspielen, die eindeutig nicht-materiell sind. So etwas wird als «Spukerscheinungen» bezeichnet.

Zusätzliche Probleme entstehen aufgrund einer starken Überlagerungstendenz einander sehr nahestehender Wirklichkeitsebenen. Diese scheinen sich gegenseitig anzupassen und ineinanderzufließen. White-man nennt diesen Effekt *mergence* (Verschmelzung) (1956: 260). Der Einfluß ideoplastischer Vorstellungen kompliziert die Angelegenheit um einen weiteren Faktor (einige Beispiele hierzu bringt Fischer 1975) - Auch die Comic-Zeichner haben sich dieser Fragen angenommen und Lesens- und Schauenswertes produziert, z. B. Derib/Job (1978)1979 und Roos 1978 ff.

Der von Guido Huber und seiner Frau in der Sylvesternacht 1918/19 erlebte Spuk zeigt die typischen Merkmale eines lokal und zeitlich begrenzten Einbruches einer <Parallelwelt> in die materielle. Dabei handelte es sich um eine Prozession, die mit ununterbrochenem Trauerge- sang in Höhe des ersten Stockes an jenem Tessinerhaus vorbeizog, in welchem das Ehepaar Huber aus einem Fenster im zweiten Stockwerk hinuntersah (vgl. Huber 1957: 206-208).

Die Engländerinnen Moberly und Jourdain fanden sich bei einem Spaziergang in den Gärten des Petit-Trianon völlig übergangslos mitten im Hofleben der Marie-Antoinette. Dieses Erlebnis ist unter der Bezeichnung <Versailler-Fall> in die Annalen der Parapsychologen einge- gangen (vgl. *ibid.*: 112-114, 206).

Vgl. auch den Sidgwick-Fall in: Huber 1957: 115 und C.G. Jungs Erlebnis im Vorfrühling des Jahres 1924 in: Jung (1961) 1962: 233. - Solche und andere Berichte, die an die Erscheinungen des <Wilden Heeres> erinnern, lassen die Festgefüghtheit unserer Welt etwas lockerer erscheinen. Vermutlich sind diese Erlebnisse durch eine Lockerung und teilweise Abspaltung des Zweitkörpers möglich geworden. Das Ich sieht dann gleichzeitig in zwei Welten hinein. Bei einer totalen Verlagerung des Bewußtseins auf den Zweitkörper kommt es zu einem Ebenenwech- sel.

Ebenenwechsel

Nicht nur beim Austritt wird eine Erfahrungsebene mit einer ande- ren vertauscht, sondern auch im außerkörperlichen Zustand können die Erlebniswelten gewechselt werden. Vor allem beim Wechsel vom innerphysischen in den außerkörperlichen Zustand kommt es zur Ausbildung von Tunnelvorstellungen, während die anderen Wechsel oft wesentlich dramatischer ablaufen, denn das Ich passiert beim Über- gang von der einen zur anderen Welt Zwischenzonen, die ein Höchst- maß an Ich-Stabilität verlangen.

Oft ist der Wechsel von einer Welt in eine andere mit einem <Ineinan- dergreifen> (Ebenenüberlappung) der verschiedenen Wirklichkeits- räume gekoppelt. Unter Umständen führt dieser Effekt zu Schwierigkei- ten bei der Identifizierung der Zustandsebene, in der man sich befindet. Es ist dann kaum möglich, die betreffende Realität zu erkennen, auf bzw. in der man sich bewegt - vor allem wenn die charakteristischen Eigenschaften des Aufenthaltsbereiches zu wenig bekannt sind. Gerade weil die Ich-Identität kontinuierlich bestehen bleibt, kommt es zu Fehleinschätzungen - es sei denn, das Ich hat gelernt, auf subtile Unterschiede zu achten. Und wenn ein Ich die Möglichkeit, andere

Welten zu betreten, nicht kennt oder sogar abstreitet, wird es sich selbst in Schwierigkeiten bringen. Simak (1977) 1979: 84-128 hat diese Probleme in Form zweier Science-Fiction-Stories beschrieben.

Ebenenwechsel und Ebenenvermischung sind unerschöpfliche Themen, die in den Märchen und in den Science-Fiction-Romanen immer wieder Verwendung finden. Letztere stehen durch die Leugnung anderer Wirklichkeiten, durch Rationalisierungsversuche und Pseudoerklärungen oft weit hinter den Aussagen der Märchen zurück. Viele Science-Fiction-Romane wirken deshalb naiv, regressiv und banal, weil die erkenntnistheoretischen und allgemeinmenschlichen Aspekte in einem actiongeladenen Handlungsverlauf untergehen, obwohl zu Beginn der Geschichten manchmal vielversprechende Ansätze entwickelt werden. Vgl. z.B. Bradbury (1951) 1962, Norman (1966) 1973 und Zelazny (1970) 1977.

Emotionale Funktionen

Aufgrund der emotionalen Funktionen ist eine gefühlsmäßige Bewertung der Erlebnisinhalte möglich. Die dabei entstehenden Gefühle lassen sich nur umschreiben, nämlich als Erlebniszustände des Ichs, die nicht an spezifische Reize und Sinnesorgane gebunden sind. In ihnen manifestiert sich die persönliche Stellungnahme des Individuums zu den Inhalten des Erlebens. Im außerkörperlichen Zustand bleibt die Ansprechbarkeit der Gefühle erhalten, so daß der Leichtigkeitsgrad, mit dem die Gefühle - unter Berücksichtigung des Anlasses - erregt werden können, als Beurteilungskategorie verfügbar bleibt. Das kontinuierliche Ich erlebt seine Gefühlslage bewußt und kann sie mit der Gesamtstimmung im Alltag vergleichen. Zu Gefühl vgl. Dorsch 1963: 128-130, Eisler Bd. 1 1927: 466-477 (zu Gemüt S. 501-502), Hoffmeister 1955: 244-245.

Fragestellung

Die Fragen, die gestellt werden können, hängen vom Weltbild bzw. den Paradigmen ab, denen man sich verpflichtet fühlt - und von der Situation, in der man sich befindet. Weil es für die Erkenntnis keine vorgegebenen Ziele und keine abschließenden Fragestellungen gibt, ist das Infragestellen der eigenen Verhaltensweisen mit all ihren Abhängigkeiten von den kollektiven Normen eine Notwendigkeit. Sonst kommt es niemals zu einem freiwilligen Opfer, bei dem die alten Gewohnheiten abgelegt werden, um neuen Dimensionen des Erlebens Raum zu geben.

Wird die <Beschreibung der Welt> in jedem Falle aufrechterhalten, bleibt der Normcharakter des Weltbildes bestehen, und der Wächter vor dem Tor zur <Ewigkeit> behält seine abweisende Macht. Die Frage nach dem, was jenseits des Tores liegt, läßt sich aber nur mit einem mutigen Schritt in das Dunkle hinaus beantworten. Und nach der Rückkehr wird man über die Erweiterung des bisherigen Rahmens diskutieren müssen - vor allem, wenn es nicht gelingt, gewisse Ereignisse in das allgemein anerkannte Theoriegefüge einzugliedern. - Wer angesichts von Tod und Leben, Sinnfindung und Liebe *nur* jene Tatsachen gelten läßt, die theoretisch konform und wirtschaftlich brauchbar sind, wird weder sich selbst noch irgendeinem anderen Wesen begegnen. Menschen bauen gemeinsam an einer Ummauerung, sie setzen sich selbst Grenzen. Fragt sich nur, ob es sinnvoll ist, immer nur diesseits der Grenze zu bleiben.

Eine oft gestellte Frage ist die nach der *Beweisbarkeit des Lebens nach dem Tode*. Gerade bei dieser Fragestellung zeigt es sich, daß sie von Voraussetzungen ausgeht, die von einem naturwissenschaftlichen Rahmen bestimmt sind. Wer nach einem derartigen Beweis fragt, steht innerhalb der Mauern und sieht nicht, was auf der anderen Seite ist. Es sind drei Prämissen, die ihn dazu zwingen, bei der Mauer stehenzubleiben, drei Meinungen, die ihn daran hindern, die Mauer zu überfliegen oder zu durchdringen:

1. Zwischen Tod und Leben besteht ein Gegensatz.
2. Es gibt eine lineare Zeit, ein <Vorher> und ein <Nachher>.
3. Gewißheit ist nur durch einen Beweis zu erbringen, der den Anforderungen einer bestimmten Theorie genügt.

Gelassenheit

Eine gelassene Haltung des Ichs ist die Voraussetzung für jede Erkenntnis. Sie entspricht einer Einstellung, die weder von elitärem Denken geprägt ist noch sich von Emotionen überwältigen läßt. Unberechenbarkeit, Überspanntheit, Egoismus, starre Meinungen und gewollte Unkonventionalität sind ihr fremd. Gelassenheit geht einher mit Demut, Sanftmut, Geduld und Bescheidenheit, aber auch mit Gerechtigkeit, Ausdauer, Furchtlosigkeit und Klugheit. Sie ist mit dem chinesischen Wu-Wei verwandt und eine der wichtigsten Tugenden im inner- wie im außerkörperlichen Zustand.

Gewalt

Die *strukturelle Gewalt* besteht aus einem Gewaltverbund, bei dem gesellschaftliche und individuelle Faktoren nahtlos ineinandergreifen. Der Mensch wird in ein System von Sachzwängen und Gewohnheiten eingebettet, aus dem es (scheinbar) kein Entrinnen gibt. Die ökonomischen Realitäten, die wissenschaftlichen Meinungen und die familiären und persönlichen Bedürfnisse lasten schwer auf dem Individuum. Jeder Ausbruchversuch bedeutet Vernichtung und Tod, Verlust der Geborgenheit und Agonie der Vereinzelung. Doch auch diese Befürchtungen und realen Folgen sind nur wieder Bestandteile des strukturellen Gewaltverbundes, letzte Bastionen eines Grenzsystèmes, das dem Wandel entgegensteht.

Gewißheit

Sich einer Sache gewiß sein bedeutet, mit aller Entschiedenheit von ihr überzeugt sein. Gewißheit wurzelt sowohl im Denken wie in der Anschauung bzw. Erfahrung und im Gefühl. Dies sind die drei wichtigsten Quellen. Das unmittelbare Wissen des luziden Ichs genügt, um sich seiner eigenen Existenz gewiß zu sein. Darüber hinaus besteht aber kein absoluter Gewißheitsanspruch. Streng genommen muß sogar die eigene Ich-Identität stets ein bißchen angezweifelt werden, weil sonst die Kontinuität des Ichs verlorengehen könnte. Gewißheit bedarf also des Zweifels, des ständigen In-Frage-Stellens. Nur so läßt es sich vermeiden, daß Meinungen und Ansichten vorherrschen.

Während Skepsis und Kritik den Absolutheitsanspruch der Gewißheit brechen, wird durch das Staunen die Vorherrschaft des einen über das andere verhindert. Staunen, Zweifel und Gewißheit gehören ebenso zusammen wie Weisheit, Wissenschaftlichkeit und Unvoreingenommenheit. Mit Staunen allein bleibt der Mensch unwissend, als Zweifler tendenziös, und in seiner Gewißheit wirkt er elitär.

Hypnagogischer Zustand

Als hypnagogisch wird derjenige Zustand bezeichnet, der zum Schlaf (hypnos) führt (gogein). In dieser Phase wechselt der *physische Körper* beim Einschlafen vom Wach- in den Schlafzustand und beim Aufwachen vom Schlaf- in den Wachzustand hinüber. Vor allem in der Einschlafphase treten die verschiedensten optischen, akustischen und taktilen Empfindungen auf - auch Schmerz und geruchlich-geschmack-

liche Sensationen. Der hypnagogische Zustand eignet sich zu Schulung der Aufrechterhaltung des kontinuierlichen Ich-Bewußtseins, wobei ein natürlich gegebener Umstand genutzt wird, in dem keinerlei künstliche Hilfsmittel benötigt werden.

Ich-Verlust

Bei einem Ich-Verlust geht die *Kontinuität* des Ich-Bewußtseins aus irgendeinem Grunde verloren.

Die *eigentliche Bewußtlosigkeit* (Koma) ist der extremste Fall. Bei diesem Black-out erinnert sich das Ich nach dem Aufwachen an überhaupt nichts mehr! - Bei allen anderen Formen des Ich-Verlustes verliert das Ich seine Kontinuität und Identität nur teilweise.

Das *Traum-Ich* hat einen gewissen Teil der Erinnerungen an den Alltag verloren. Vor allem kennt es seinen Zustand nicht und weiß nichts von seiner anderen Existenz. In diesem Falle liegt eine Ich-Spaltung, eine Dissoziation, vor. Es bestehen keine assoziativen Verbindungen zum Alltag. Das Traum-Ich ist in einem Verwirrtheits-, Dämmer- und Trübungszustand, eventuell benommen, somnolent - oder sogar im Torpor (Sopor), in dem nur noch stärkste Reize eine Reaktion auslösen.

Das *praeluzide Ich* hat eine vage Ahnung von seinem Zustand, ohne sich aber vollständig darüber klarzuwerden. Es hat eher das Gefühl, depersonalisiert und sich selbst entfremdet zu sein. Das Persönlichkeitsbewußtsein ist stark beeinträchtigt. Das eigene Ich und die Umwelt erscheinen traumhaft unwirklich.

Die Beurteilung des Ich-Zustandes durch einen *Beobachter* ist nicht in allen Fällen zutreffend. Ein Außenstehender kann beispielsweise eine Ohnmacht diagnostizieren, während das betreffende Ich durchaus das Gefühl hat, bewußtseinskontinuierlich zu sein. Von einer Bewußtlosigkeit kann also keine Rede sein, denn die Ohnmacht betrifft in diesem Falle nur den physischen Körper.

Ideoplastie

Menschen sind Lebewesen, die in extremem Maße die Fähigkeit haben, ihre Vorstellungen und Ideen zu verwirklichen. Dazu bedienen sie sich der Umwelt, ihrer Körper und der Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Diese Kontinuität erlaubt es dem Menschen zum Beispiel, Mittel und Wege für die Realisierung seiner Pläne zu finden. Zur Verwirklichung der vorgegebenen Ziele braucht es insbesondere die Möglichkeit,

mit dem Bestehenden in Wechselwirkung zu treten. Dabei wird das Vorhandene nach eigenem Gutdünken so lange umgestaltet und umgeformt, bis es in genügendem Ausmaße den vorgefaßten Ideen entspricht. Bei diesem Prozeß wird aber oft gerade dasjenige zerstört, mißachtet und beiseite geschoben, was nicht in den vorgegebenen Rahmen hineinpaßt. Ideen haben die Tendenz, das hochkomplizierte Gleichgewicht der Lebensformen und Ereignisebenen zu verdrängen und sich selbst ein Denkmal zu setzen. Sie lassen vom vorhergehenden Zustand nur gerade das bestehen, was den Leitlinien nicht widerspricht. Beispiele hierfür sind Autobahnen und Flugplätze, Gärten, Wohnungen und Städte, Nachrichten und Lehrbücher, Hochleistungskühe und interferonproduzierende Bakterienstämme.

Auf der irdischen Ebene gibt es zwischen Idee und Verwirklichung einen unter Umständen ziemlich großen <raum-zeitlichen> Abstand. Die Trägheit der Materie erlaubt keine sofortige Umsetzung eines Gedankens. In anderen Seinsbereichen ist oft das Gegenteil der Fall. Hier verwirklichen sich Gedanken gleichzeitig mit ihrer Entstehung. Die sich hierbei ausformenden Gebilde sind aber auch nicht so stabil wie die materiellen Formen. Häuser aus Stein zerfallen nicht so schnell wie Hütten aus Holz. Hütten aus Holz bestehen länger als <Luftschlösser>. Unter Umständen kann es gerade umgekehrt sein! - Wie dem auch sei, wichtig ist allein das Bewußtsein, daß sich die eigenen Vorstellungen und Ideen überall irgendwie auswirken und die Wirklichkeit mitbestimmen. Deshalb muß der eigene Standpunkt kritisch bedacht werden.

Es sind diese ideoplastischen Eigenschaften des Menschen und die Wechselwirkungsmöglichkeiten mit der Umwelt, welche die <Mystiker> dazu veranlaßt haben, das Bewußtsein von allen Inhalten zu befreien und das Ich leer werden zu lassen. Die ständige Beeinflussung und Umwandlung der Wirklichkeit durch schöpferische Impulse des Menschen ist ein spezieller Ausdruck der allgemeinen Wechselwirkung in allen Seinsbereichen. Sämtliche Gestaltungen sind Wechselwirkungsprodukte. Verfügt der eine Partner in einem Wechselwirkungsgeschehen über ein kontinuierliches Ich-Bewußtsein, so ist er auch fähig, erkenntnistheoretische Überlegungen anzustellen. Von dieser Möglichkeit sollte er in ausgiebigem Maße Gebrauch machen. Ideoplastie wird nur dann zu einem prinzipiellen Hindernis, wenn sie ausschließlich der Verwirklichung der eigenen Ideen und der totalen Unterdrückung der anderen Wechselwirkungspartner dient.

Kognitive Funktionen

Zu den kognitiven Funktionen gehören das Wahrnehmungsvermögen, die Gedächtnisleistungen, der Denkstil, die Vorstellungs- und Urteilsfähigkeit sowie die Beherrschung der Sprache.

Macht

Macht bedeutet Überlegenheit. Sie ist die Fähigkeit, andere Wesen unter den eigenen Willen zu beugen und zu diesem Zweck zu manipulieren. Dazu bedient sie sich oft der Gewalt. Macht ist aber auch die Fähigkeit der Selbstbeherrschung, Zurückhaltung und Demut. Diese Art der Macht handelt, indem sie nicht handelt, d. h., sie berücksichtigt alle an einer Wechselwirkung Beteiligten!

Machtmißbrauch

Mißbrauch der Macht ist - egal auf welcher Wirklichkeitsebene - die rücksichtslose Durchsetzung der eigenen Vorstellungen. Anderslautende Äußerungen der Umgebung werden nicht beachtet. Für ein Ich, das den theoretischen Egoismus, den Solipsismus, vertritt, gibt es keine *Wechselwirkungen*, sondern nur Auswirkungen, die im eigenen Ich begründet sind. Während im Alltag dem Machtmißbrauch meistens gewisse äußere Beschränkungen auferlegt sind, gibt es im luziden Traum und bei der Außerkörperlichkeit meistens keine Behinderungen von außen, sondern nur die freiwillige Selbstbeschränkung.

Paradigma

Paradigmata sind modellhafte, verbindliche, theoretische Anschauungsmuster, denen man sich oft unhinterfragt verschrieben hat. Paradigmen bestimmen nicht nur die Art der Fragestellung, sondern auch die Arbeits- und Forschungsrichtung und die verwendeten und erlaubten Methoden. Für eine gewisse Zeit umgrenzen sie den allgemein anerkannten wissenschaftlichen Leistungsrahmen, innerhalb dessen Probleme aufgeworfen und Lösungen geliefert werden dürfen. Setzungen dieser Art haben die Tendenz, sich zu verabsolutieren und prinzipiell keine Beobachtungen mehr zuzulassen, die nicht in das paradigmatische Konzept und das ihm zugrundeliegende Weltbild hineinpassen.

Selektiver Subjektivismus

Mit dem Ausdruck <selektiver Subjektivismus> bezeichnet A. S. Eddington den unauflösbaren Zusammenhang zwischen dem Subjektiven und dem Objektiven. Das physikalische Universum ist weder gänzlich subjektiv noch gänzlich objektiv, aber auch keine einfache Mischung von subjektiven und objektiven Wesenheiten oder Merkmalen. Dasselbe gilt meines Erachtens für jeden Wirklichkeitsbereich!

Solipsismus

Der Solipsismus oder theoretische Egoismus ist eine rein ich-bezogene Anschauung, für die alles Seiende im eigenen Ich beschlossen ist und nur Inhalt des Ichs sein kann. Außerhalb des eigenen Ichs gibt es demnach keine Objektwelt und auch keine selbständigen Subjekte. Der Solipsismus in dieser extremen Form ist im Alltag praktisch nicht anwendbar und wird hier auch nicht verwendet. Manche Menschen tun allerdings so, als würde alles auf Gedeih und Verderb einzig und allein von ihnen abhängen (Machtmißbrauch). Träume und andere Schlaf Erfahrungen dagegen werden als bloße Konstruktionen des Subjekts bezeichnet. Hier findet also der extrem-subjektivistische Idealismus, der theoretische Solipsismus, ein weites Betätigungsfeld. Der solipsistische Standpunkt wird in bezug auf die nächtlichen Ereignisse nicht angezweifelt, sondern wird sogar in vielen Psychotherapien konsequent verwendet.

Solipsismus kann aber auch die Ansicht heißen, daß die selbständige Realität der Objektwelt nicht beweisbar sei. Diese Position, die mit dem selektiven Subjektivismus verwandt ist, scheint mir - in bezug auf sämtliche Erfahrungen rund um die Uhr - passender zu sein. - Historisch-quellenmäßige Angaben zum Solipsismus in: Eisler Bd. 3 1930: 104-106.

Traum, luzider

Luzidus heißt <lichtvoll, unzweideutig klar>. In einem luziden Traum erkennen die Träumer, daß sie sich im Traumzustand befinden bzw. außerkörperlich sind. Sie sind sich dieser Tatsache voll bewußt. Um keiner Täuschung zu unterliegen, sollte in jedem Falle eine Bewußtseinskontrolle durchgeführt werden.

Traum, normaler

In einem normalen Traum ist nur ein Traum-Ich vorhanden, das sich seines Zustandes *nicht* bewußt ist. Ein normaler Traum kann zu einem luziden Traum werden, wenn das Traum-Ich erwacht - ohne deshalb in den schlafenden Körper zurückzukehren bzw. die Ereignisebene zu wechseln.

Traum, praeluzider

Der praeluzide Traum ist die meines Erachtens am häufigsten auftretende Art des Träumens. Denn in einem Traum hat man meistens eine vage Ahnung von seinem Zustand. Man erinnert sich auch an gewisse Dinge, ist aber unfähig, sie in einen Gesamtzusammenhang einzuordnen. Man bleibt irgendwie sich selbst, ohne sich seiner Identität ganz gewiß zu sein. Es ist ein Schweben zwischen den Welten, eine Heimatlosigkeit ohne feste Anhaltspunkte, ein blindes Herumtasten in einer fremden Wirklichkeit. Die Antwort scheint auf der Zunge zu liegen, aber die Worte sind unauffindbar. Das praeluzide Ich sucht, aber es weiß nicht, wonach. Es ist unzufrieden - und weiß nicht, weshalb. Das geringste Aha-Erlebnis würde genügen, um die Wende zur Luzidität herbeizuführen.

Tunnel

Die Durchquerung eines tunnelartigen Gebildes, z. B. in Form eines Erdloches, Ganges oder einer Höhle, kann eine bildliche Umsetzung der Ablösung und des Ebenenwechsels sein. Ideoplastische Vorstellungen wirken sich besonders stark bei der Überschreitung von Zustandsgrenzen aus. Im Moment des Hinüberwechsels (z. B. vom innerkörperlichen in den außerkörperlichen Zustand) geschieht etwas Objektives. Dieses Ereignis wird vom erlebenden Subjekt bildlich ausgeformt. Dabei kommen gesellschaftliche und individuelle Ideen zum Ausdruck, die mit jenem Erfahrungsfeld verbunden sind, in dem der Wechsel in irgendeiner Form eine Rolle spielt. Ein blitzartiger Zustands- oder Ebenenwechsel ist für das Ich - vor allem das unerfahrene - «unvorstellbar». Es kann sich nicht mehr orientieren und wird bewußtlos. Tunnelvorstellungen sind in solchen Fällen ein Selbstschutz, der den Zerfall der Bewußtseins-Kontinuität verhindern hilft. Sie haben insofern einen Objektcharakter, als sie ebenso unentbehrlich sind wie Türrahmen, Röhren oder Glasfaserkabel. Die Konkretisierung des Überganges hängt

nur von der Zustands- und Vorstellungsform ab, die das Ich einnimmt, um einen Ebenenwechsel zu vollziehen. Das Ich als Bewußtseinspunkt braucht keinen äußeren Rahmen, um irgendwelche Leerstellen zwischen den Wirklichkeitsbereichen auszufüllen. Für das Ich in einem Zweitkörper müssen körperliche Gestaltungen vorhanden sein, die nicht im Widerspruch zur Zustandsform stehen. Um <leibhaftig> von einem Hier zu einem Dort zu gelangen, braucht es <handfeste> Übergänge. Derartige Konstruktionen sind aber durchaus entbehrlich - allerdings braucht es zur Verwirklichung der Formlosigkeit ein extrem stabiles Ich und einen Geisteszustand, der auf dem langen Weg der Gelassenheit schon ein gutes Stück vorwärtsgekommen ist. Formen können aber hilfreich sein, wenn es darum geht, einen horizontalen oder einen vertikalen Ebenenwechsel zu vollziehen.

Bei einer horizontalen Verlagerung kommt es meistens zu einer momentanen Überlagerung der Ebenen, zu einer Vermischung der Welten. Dabei überblendet dann die eine Wirklichkeit die andere. Dämmerung, Nebel, einsetzender Regen und landschaftliche Übergangsformen (lockerer Baumbestand, verstreut herumliegende Felsen usw.) eignen sich gut zur Darstellung des horizontalen Wechsels. Es gibt auch markante Grenzlinien und -zonen: Felsabsturz, Schlucht, Waldrand, Fluß, Gebirge, Meer, Wüste. Zu erwähnen sind ferner: Zaun, Mauer, Tür, Fenster und Spiegel. In beinahe jedem Märchen wird von diesen Dingen erzählt. Auch die vertikalen Übergangsformen spielen eine wichtige Rolle. In «Frau Holle» ist es ein Brunnenschacht, in einem anderen Märchen die Treppe in den Keller (vgl. z. B. «Der Räuberbräutigam»). Bei Michael Harner sind es tunnelartige Felsengänge, die dem Schamanen den Weg in einen anderen Wirklichkeitsbereich eröffnen. Hexen fliegen durch den Kamin, Jack klettert an einer Bohnenranke hoch, Jakob sieht Engel eine Leiter hinuntersteigen und im Zauberer von Oz trägt ein Wirbelsturm die Heldin ins Märchenreich hinüber.

Weltbild

Ein Weltbild beruht auf einer Reihe von sehr erfahrungsfernen Voraussetzungen, die weder ausdrücklich ausgewiesen noch in Frage gestellt werden. Diese als selbstverständlich aufgefaßten Grundlagen der persönlichen Anschauung werden einfach verwendet und als Bestandteil des gesunden Menschenverstandes betrachtet. Sie bilden eine Art Grundgefühl, das als emotionaler Hintergrund die eigene und die allgemein verbindliche Lebensweise und Lebensauffassung bestimmt. Dieser Hintergrund gilt als unerschütterlich, unveränderbar und ewig. (Formulierung unter Verwendung von Kanitscheider 1979:9-11.)

Zustandskontrolle

Um sich seines Zustandes gewiß zu sein, wird außer- oder innerkörperlich eine Kontrolle durchgeführt. Dabei werden die jeweils möglichen Handlungs- und Wahrnehmungsweisen mittels verschiedener Techniken geprüft - z. B. versucht man, mit der Hand einen bestimmten Gegenstand zu durchdringen, eine Gedankenform zur Manifestation zu bringen oder zu fliegen. Dieses Vorgehen erlaubt eine optimale Anpassung an die Gesetzmäßigkeiten der verschiedenen Zustände.

Zweitkörper

Der Zweitkörper ist der bei einem Austritt sich vom physischen Leib ablösende Körper, den das Ich während seines außerkörperlichen Zustandes als Vehikel benutzt.

Verwandte Bezeichnungen: ame vital, Astralkörper, Auferstehungsleib, Ba, Bardo-Körper, body of electricity, body of formative forces, Diamantkörper, Doppelgänger, Eidolon, etheric body, etheric double, fantômes des vivants, feinstofflicher Körper, fließender Körper, Flimmerkörper, four-dimensional body, Geistkörper, health body, Ka, Kama Rupa, kesdjun body, Larva, Leuchtkörper, Lichtkörper, linga sharira, Mentalkörper, Nervengeist, parasomatic body, pranamayakosha, Phantom, Phönix, Plasmamasse, Pneuma, somatic double, spirit body, spiritual body, strahlender Körper, Tulpa, Tulku, vehicle of cosmic vitality, vital body, Wunschkörper, Yid Lus, Zwilling.

Man kann den Zweitkörper als <feinstofflich> bezeichnen, weil das Ich im außerkörperlichen Zustand eine Durchdringung von Gegenständen *erlebt*, die der Alltagswelt zugehörig zu sein scheinen. Damit ist nichts über die physikalische Meßbarkeit des Zweitkörpers und der durchdrungenen Materie ausgesagt, sondern bloß etwas über die Erfahrungsgewißheit. Burkhard Heim hat einen theoretischen Lösungsansatz für die physikalische Meßbarkeit des Zweitkörpers in Form einer einheitlichen Feldtheorie der Materie und Gravitation geliefert. Hierzu vgl. Heim 1975, 1976 und Brand 1976.

Auch in der Literatur begegnet man zuweilen der Problematik des Zweitkörpers, vor allem im Zusammenhang mit dem Schatten. Z.B.: Adalbert Chamisso, *Peter Schlemihl*-, Robert Louis Stevenson, *Dr. Jekyll and Mr. Hyde*-, Oscar Wilde, *Das Bildnis des Dorian Gray*; George du Maurier, *Peter Ibbetson*. Über Verdoppelungserscheinungen und Seelenexkursionen vgl. auch Jaffé 1958:179-213.

Bibliographie

- Aeppli, Emst. *Lebenskonflikte: Eine psychologische Beratung*. Erlenbach-Zürich: Rentsch, 1942.
- Afheldt, Horst. *Verteidigung und Frieden: Politik mit militärischen Mitteln*. München,²1977.
- Alpers, Hans-Joachim [et al.]. *Lexikon der Science Fiction-Literatur*, 1. München: Heyne, 1980. (Heyne TB Nr. 7111.)
- Ammann, Adolf N. *Aktive Imagination: Darstellung einer Methode*. Olten: Walter, 1978.
- Arnold-Forster, Mary. *Studies in Dreams*. London: Allan & Unwin, 1921.
- Avalon, Arthur. *Die Girlande der Buchstaben: Varnamala, Studien über das Mantra-Shāstra*. Weilheim/Obb.: Barth, (1922?) 1968.
- Baraduc, H. «La Dualité humaine.» *Congres International de Psychologie*, 4 (1901): 284-286.
- Bareau, Andre. «Der indische Buddhismus.» *Die Religionen Indiens*. Stuttgart: Kohlhammer, 1964:1-215. (Die Religionen der Menschheit Bd. 13.)
- Bartholomae, Christian. «Zarathustras Leben und Lehre.» *Zarathustra*. Hg. Bernfried Schlerath. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, (1918) 1970:1—19.
- Bateson, Gregory. «Von den Strukturen hinter den Strukturen.» *Psychologie Heute*, November 1978:57-64.
- Battegay, Raymond. «Diktatur der Normen.» *Basler Zeitung*, Nr. 153, 4. Juli 1981:2.
- Beckh, Hermann. «Aetherische Bildekräfte und Hieroglyphen.» *Gäa Sophia*, 1 (1926): 383-393.
- Beit, Hedwig von. *Symbolik des Märchens: Versuch einer Deutung*. Bern: Francke, (1952) ⁴ 1971.
- . *Gegensatz und Erneuerung im Märchen*. 2. Band von «Symbolik des Märchens». Bern: Francke, (1957) ³1972.
- Benninghoff, Alfred und Kurt Goerttler. *Lehrbuch der Anatomie des Menschen, III: Nervensystem, Haut und Sinnesorgane*. München: Urban & Schwarzenberg, *1967.
- Berthelot, M. *Collection des anciens alchimistes grecs*. 2 Vols. Paris: Steinheil, 1887/88.
- Bhagavadgita: Des Erhabenen Sang*. Übertragen von Leopold von Schroeder. Düsseldorf: Diederichs, (1922) 1965.
- Bharati, Aghananda. *The Tantric Tradition*. Revised american paperback edition. 1st published 1965. New York: Weiser 1975.

- Bichsel, Peter. -Das Ende der Schweizer Unschuld.» *Eine Stadt in Bewegung*. Hg. Sozialdemokratische Partei der Stadt Zürich. Zürich: SP Stadt Zürich, 1980: 232-235.
- Bieder, Werner. *Fernöstliches Tagebuch - Lehren eines Koreaaufenthaltes*. Unveröffentlichtes Vorlesungsmanuskript. Basel, 1972/73.
- Billerbeck, Ewald. »Trip ins Jenseits.« *Basler Zeitung*, Nr. 279, 28. November 1981:43.
- Birkhäuser, Peter. *Licht aus dem Dunkel: Die Malerei von Peter Birkhäuser*. Basel: Birkhäuser, 1980.
- Bleeschmidt, Erich. *Wie beginnt das menschliche Leben!* 4., völlig neu bearbeitete Auflage von »Vom Ei zum Embryo«. Stein am Rhein: Christiana, 1976.
- Bleuler, Eugen. *Lehrbuch der Psychiatrie*. 11. Auflage, umgearbeitet von Manfred Bleuler. Berlin: Springer, 1969.
- Blum, Ernst. »Die Freudsche Psychoanalyse.« *Die Psychotherapie in der Gegenwart*. Hg. Erich Stern. Zürich: Rascher, 1958: 17-67.
- Bohm, Werner. *Chakras: Lebenskräfte und Bewußtseinszentren im Menschen*. Weilheim/Obb.: Barth, M966.
- Boyes, Dennis. *Autogenes Yoga: Tiefenentspannung im Liegen*. Bern: Scherz, (1973) 1976.
- Bradbury, Raymond D. *Der illustrierte Mann*. Zürich: Diogenes, (1951) 1962.
- Brand, Illo. »Neuere Theorien der Gravitation und die qualitative Erklärung für einige physikalische Wirkungen der UFOs.« *Ungewöhnliche Gravitationsphänomene: Empirische Erfassung und theoretische Untersuchungen beobachteter Schwerkraft-Störungen im atmosphärischen Umfeld unidentifizierter Flugkörper*. Hg. Illo Brand, MUFON-CES. München: Schneider (Konrad-Celtisstraße 38), 1976:148-220.
- Brumagne, Marie-Magdeleine, Hg. *Die Reise der Seele: Die Lebensgeschichte der Marie Metrailler*. Zürich: Ex Libris, (1980) 1982.
- Brunner, Cornelia. *Die innere Welt: Visionen von Giulia*. Zürich: Classen, 1975.
- Burdach, Konrad. *Der Gral: Forschungen über seinen Ursprung und seinen Zusammenhang mit der Longinuslegende*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, (1938) 1974.
- Campbell, Joseph. *Der Heros in tausend Gestalten*. Frankfurt a.M.: Fischer, (1949) 1953.
- Canetti, Elias. *Die Provinz des Menschen: Aufzeichnungen 1942-1972*. Zürich: Ex Libris, (1973) 1975-
- Capra, Fritjof. *Der kosmische Reigen: Physik und östliche Mystik - ein zeitgemäßes Weltbild*. Bern: Scherz, (1975) 1977.
- Carrington, Hereward. Einführung zu *Die Aussendung des Astralkörpers* von Sylvan J. Muldoon. Freiburg i. Br.: Bauer, (1929) ²1973:17-50.
- Carter, Lin. *Der grüne Stern*. München: Heyne, (1972) 1974. (Heyne SF 3388.)
- Cassirer, Ernst. *Zur Logik der Kulturwissenschaften: Fünf Studien*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, (1942) 1971.
- Castaneda, Carlos. *Reise nach Ixtlan: Die Lehre des Don Juan*. Frankfurt a. M.: Fischer, (1972) 1975.
- Challoner, H. K. *Das Rad der Wiedergeburt*. München: Hirthinger, (o. J.) 1976.

- Chamisso, Adalbert. *Peter Schlemihl*. 1814.
- Coerper, Hellmut. *Der Zugang zum Wissen: Tiefenpsychologische Deutung der Literatur Castanedas*. Fellbach: Bonz, 1981.
- Compart, Martin. «Vom Traum zum Alptraum: Ein historischer Überblick über die amerikanischen SF-Comics.» *Comixene*, Nr. 30, Mai/Juni 1980: 5-14.
- Crookall, Robert. *The Study and Practice of Astral Projection: The Definitive Survey on Out-of-the-Body Experiences*. Secaucus, New Jersey: Citadel, (1960)^{2pb} 1977.
- . *The Techniques of Astral Protection. Dénouement after fifty Years*. New York: Weiser, (1964) '1977.
- . *Intimations of Immortality: -Seeing- that Led to «Beheving»*. London: Clarke, 1965.
- . *Out-of-the-Body Experiences: A fourth Analysis*. New York: University Books, 1970.
- . *The Jung-Jaffé View of Out-of-the-Body Experiences*. Plymouth: Latimer Trend, 1970.
- . *Case-Book of Astral Projection*, 545-746. Secaucus, New Jersey: University Books, 1972.
- Custance, John. *Weisheit und Wahn*. Zürich: Rascher, 1954.
- Cysarz, Herbert. «Die Polarität der menschlichen Gewißeiten: Zur Problematik der Gewißeiten.» *Polarität als Weltgesetz und Lebensprinzip*. Hg. Gudrun Höhl und Herbert Kessler. Mannheim: Humboldt-Gesellschaft, 1974:53-82-
- David-Neel, Alexandra. *Der Weg zur Erleuchtung: Geheimlehren, Zeremonien und Riten in Tibet*. Stuttgart: Günther, (o. J.) 1960.
- . *Magic and Mystery in Tibet*. New Hyde Park, New York: University Books, (1931) ⁴1965.
- Davis, Hadland F. *Myths and Legends of Japan*. London: Harrap, 1912.
- Deglin, Wadim L. «Unsere zwei Gehirne.» *Unesco-Kurier*, Nr. 1, 17 (1976): 4-16, 31-32. (Abdruck des 1975 in Varna gehaltenen Vortrages.)
- Deloria, Vine. «Eine fiebrige Lust.» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*, 2. Hg. Hans Peter Duerr, Frankfurt a. M.: Syndikat, 1981:514-540.
- Derib und Job. *Yakari und Nanaboso*. Reinbek bei Hamburg: Carlsen, (1978) 1979-
- Dieckmann, Hans. *Methoden der analytischen Psychologie*. Olten: Walter, 1979-
- Döbert, Rainer. ««Was mir am wenigsten weh tut, dafür entscheid ich mich dann auch»: Normen, Einsichten und Handeln.» *Kursbuch*, Nr. 60, 1980: 43—59
- Dobkin de Rios, Marlene und Robert Schroeder. «Holt die Wissenschaft die Magie ein?» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*, 2. Hg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a.M.: Syndikat, 1981: 541-556.
- Donahoe, James J. *Die Kunst des Träumens*. Basel: Sphinx, (1974) 1980.
- Dorsch, Friedrich. *Psychologisches Wörterbuch*. 7. umgearb. u. erw. Aufl. Bern: Huber, 1963.
- Duden: *Wörterbuch der medizinischen Fachausdrücke*. Mannheim: Bibliographisches Institut, 1968.

- Duerr, Hans Peter. *Traumzeit: Über die Grenze zwischen Wildnis und Zivilisation*. Frankfurt a. M.: Syndikat 1978.
- . «Die Angst vor dem Leben und die Sehnsucht nach dem Tode.» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*, 1. Flg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a. M.: Syndikat, 1981:621-647.
- Du Maurier, George. *Peter Ibbetson*. London: Cape, 1931.
- Eastman, Margaret. «Out-of-the-Body Experiences.» *Proceedings of the Society for Psychological Research*, 53 (1962): 287-309.
- Easwaran, Eknath. *Dialogue with Death: The Spiritual Psychology of the Katha Upanishad*. Petaluma, California: Nilgiri Press, 1981.
- Ebon, Martin. «Ein Kätzchen namens <Spirit>.» *Esotera*, 28 (1977): 392-396.
- Eddington, Arthur Stanley. *Philosophie der Naturwissenschaft*. Bern: Francke, (1939) 1949.
- Eichhorn, Werner. *Die Religionen Chinas*. Berlin: Kohlhammer, 1973. (Die Religionen der Menschheit Bd. 21.)
- Einstein, Albert. «Physik und Realität.» *Journal of the Franklin Institute*, No. 3, 221 (1936): 313-347-
- Eisler, Rudolf. *Wörterbuch der philosophischen Begriffe*. 4., völlig neu bearb. Aufl. Berlin: Mittler, Bd. 1:1927; Bd. 2:1929,- Bd. 3:1930.
- Eliade, Mircea. «Der magische Flug.» *Antaios*, 1 (i960): 1-12.
- . *Yoga: Unsterblichkeit und Freiheit*. Zürich: Rascher, i960.
- Ende, Michael und Annegert Fuchshuber. *Das Traumfresserchen*. Stuttgart, Thienemann, 1978.
- Enzensberger, Hans Magnus, Flg. *Las Casas: Bericht von der Verwüstung der Westindischen Lander*. Frankfurt a. M.: Insel, (1552)1981. (Insel TB Nr. 553.)
- Fabircius, Johannes. *Alchemy: The Medieval Alchemists and their Royal Art*. Copenhagen: Rosenkilde & Bagger, 1976.
- Fahnestock, William Baker. *Statuovism or, Artificial Somnambulism, hitherto called Mesmerism; or Animal Magnetism*. Chicago: Jones, 1871.
- Ferrera, Leo. «Mathematische Verfahren zur Analyse theoretisch nicht voraus-sagbarer Phänomene.» *Ungewöhnliche Gravitationsphänomene*. Hg. Illo Brand, MUFON-CES. München: Schneider (Konrad-Celtisstraße 38), 1976:55-68.
- Feyerabend, Paul. *Erkenntnis für freie Menschen*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 1979.
- Fischer, Reinhard. *Raumfahrt der Seele: Erlebnisse im Umkreis der Mentalprojektion*. Freiburg i. Br.: Bauer, 1975.
- Fischer, Susanne. *Blätter von Bäumen*. München: Hugendubel, *1982.
- Fischer-Barnicol, Hans A., Hg. *Carl Albrecht: Das mystische Wort, Erleben und Sprechen in Versunkenheit*. Mainz: Grünewald, 1974.
- Fraenger, Wilhelm. *Hieronymus Bosch:Das Tausendjährige Reich*. Amsterdam: Castrum Peregrini, 1969.
- Franz, Marie-Louise von. «Die aktive Imagination in der Psychologie C.G. Jungs.» *Meditation in Religion und Psychotherapie*. Hg. Wilhelm Bitter. München: Kindler, o.J.: 124-134. (Kindler TB Nr. 2025/26.)
- . *Zahl und Zeit: Psychologische Überlegungen zu einer Annäherung von Tiefenpsychologie und Physik*. Stuttgart: Klett, 1970.

- . *C.G. Jung: Sein Mythos in unserer Zeit*. Frauenfeld: Huber, 1972.
- . *Das Weibliche im Märchen*. Stuttgart: Bonz, (1974) 1977.
- . „Archetypische Erfahrungen in der Nähe des Todes.“ *Im Umkreis des Todes*. Hg. L. Fischli und R. Hinshaw. Zürich: Daimon, (1978) 1980: 97-135-
- Freud, Sigmund. *Die Traumdeutung. Über den Traum*. GW 2/3. Frankfurt a. M.: Fischer, (1900/01) 1968).
- . *Zur Psychopathologie des Alltagslebens: Über Vergessen, Versprechen, Vergreifen, Aberglaube und Irrtum*. Frankfurt a.M.: Fischer, (1901) 1954. (Fischer TB Nr. 68.)
- . «Josef Popper-Lynkeus und die Theorie des Traumes.» *Gesammelte Werke*, 13. London: Imago Publishing, (1923) 1940: 357—359.
- . «Meine Berührung mit Josef Popper-Lynkeus.» *Gesammelte Werke*, 16. London: Imago Publishing, (1932) o. J.: 261-266.
- . *Gesammelte Werke*, 17. Frankfurt a.M.: Fischer, ⁵1972.
- Frey-Rohn, Liliane. «Sterbeerfahrungen psychologisch beleuchtet.» *Im Umkreis des Todes*. Flg. L. Fischli und R. Hinshaw. Zürich: Daimon, (1979) 1980: 29-95.
- Fritz, Fr. *Khajuraho: Die Tempel (Bd. 1); Die Götter (Bd. 2)*. Codex Kultur-Atlas, Bd. 24/791, ü. Böblingen: Codex, 1971.
- Garfield, Patricia L. *Kreativ träumen*. Schwarzenburg: Ansata, (1974) 1980.
- Gauger, Wilhelm. «Schwierigkeiten bei der Verständigung.» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*, 2. Hg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a. M.: Syndikat, 1981: 385-415-
- Geerk, Frank. «Ein roter Mann im Weißen Haus?» *Basler Zeitung (BaZ-Magazin)*, Nr. 29, 19. Juli 1980: 1-3, 15.
- Gehrts, Heino. «Schamanenweihe in einem niedersächsischen Volksmärchen.» *Vom Menschenbild im Märchen*. Kassel, 1980: 72-90, 151-152.
- Geschwind, Norman. «Die Großhirnrinde.» *Spektrum der Wissenschaft*, November 1979: 126-135.
- Gill, Derek. *Elisabeth Kübler-Ross: Wie sie wurde, wer sie ist*. Stuttgart: Kreuz, (1980) 1981.
- Goleman, Daniel. «Grenzerfahrung Tod.» *Psychologie Heute*, Juni 1977: 44-47.
- Gordon, Antoinette K. *The Iconography of Tibetan Lamaism*. Rev. ed. New York: Paragon, 1972.
- Gottschalk, Herbert. *Lexikon der Mythologie*. München: Heyne, (1973) 1979. (Heyne TB Nr. 7096.)
- Govinda, Anagarika Lama. *Grundlagen tibetischer Mystik*. Zürich: Rascher, 1956.
- . *Die psychologische Haltung der frühbuddhistischen Philosophie*. Zürich: Rascher, 1962.
- . *Schöpferische Meditation und multidimensionales Bewußtsein*. Freiburg i. Br.: Aurum, (1976) 1977.
- Green, Celia. «Lucid Dreams.» *Proceedings of the Institute of Psychophysical Research*, Vol. 1. London: Hamish Hamilton, 1968.
- . «Out-of-the Body Experiences.» *Proceedings of the Institute of Psychophysical Research*, Vol. 2. London: Hamish Hamilton, 1968.

- Grimm, Jakob. *Deutsche Mythologie*. 3 Bände. Graz: Akademische Druck- u. Verlagsanstalt, (4 1875—78) 1968.
- Grimms Märchen*. Hg. Carl Helbling. Zürich: Manesse, o. J.
- Grof, Stanislav und Joan Halifax. *Die Begegnung mit dem Tod*. Stuttgart: Klett-Cotta, (1978) 1980.
- Gruber, Elmar R. «Der Parapsychologe vor dem Fremden: Skizzen über die skandalöse Unordnung des Paranormalen.» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*, 2. Flg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a. M., 1981.
- Grunenberg, Angelika. «Die Konjunktur des Phantastischen.» *Psychologie Heute*, Oktober 1981: 74-80.
- Gsänger, Hans, *Sizilien - Insel des Kain*. Freiburg i. Br.: Die Kommenden, 1968.
- . *Irland - Insel des Abel: Das heidnische Irland*. Freiburg i. Br.: Die Kommenden, 1969.
- Guenther, Herbert V. *Yuganaddha: The Tantric View of Life*. 3rd rev. ed. Varanasi: Chowkhamba Sanskrit Series Office, 1976. (Deutsche Ausgabe des 1952 erstmals erschienenen Buches unter dem Titel *Tan tra als Lebensanschauung*. Bern: Scherz, 1974.)
- Haller, Hans Rudolf. «Spielbergs Spiele.» *Tele Radio 7*, Nr. 3 s, 1982:10-11.
- Hampe, J. C. *Sterben ist doch ganz anders*. Stuttgart: Kreuz, 1975.
- Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens*. Hg. H. Bächtold-Stäubli. Berlin u. Leipzig, 1927-1942. (Bd. 5, 1932/33.)
- Harner, Michael. *Der Weg des Schamanen: Ein praktischer Führer zu innerer Heilkraft*. Interlaken: Ansata, (1980) 1982.
- Hearn, Lafcadio. *Gespenstergeschichten aus Japan*. Fig. Gustav Meyrink. Frankfurt a.M.: Fischer, (1922) 1978. (Fischer TB Nr. 2807.)
- Hegi, Gustav. *Illustrierte Flora von Mittel-Europa*, V/1. München: Lehmann, 1925.
- Heim, Burkhard. «Der kosmische Erlebnisraum des Menschen.» *Imago Mundi*, 5.Hg. Andreas Resch. Innsbruck: Resch, 1975: 13—59-
- . *Grundgedanken einer einheitlichen Feldtheorie der Materie und Gravitation*. Vortrag, gehalten am 25. November 1976 bei MBB, Ottobrunn.
- Heinlein, Robert A. *Ein Mann in einer fremden Welt*. München: Heyne, (1961) 1970. (Heyne SF Nr. 3170-72.)
- Heisenberg, Werner. *Physik und Philosophie*. Frankfurt a.M.: Ullstein, (1959) 1970. (Ullstein TB Nr. 249.)
- . *Der Teil und das Ganze: Gespräche im Umkreis der Atomphysik*. München: Piper, 1969.
- Hembus, Joe. *Western Geschichte 1540-1894*. München: Heyne, (1979) 1981. (Heyne TB Nr. 7143.)
- Herbert, Frank. *Der Wüstenplanet*. München: Heyne, (1965) 1967. (Heyne SF Nr. 3108/09.)
- Herrigel, Eugen. *Zen in der Kunst des Bogenschießens*. Weilheim/Obb.: Barth, 1978.
- Hervé-de-Saint-Denys, Marie-Jean Léon. *Les Rêves et les moyens de les diriger*. Paris: Tchou, (1867) 1964.
- Hesse, Hermann. *Demian*. 1919.
- . *Die Morgenlandfahrt*. 1932.

- Hoffmeister, Johannes. *Wörterbuch der philosophischen Begriffe*. Hamburg: Meiner, 1955.
- Hofmann, Albert. «Planung und Zufall in der pharmazeutisch-chemischen Forschung.» *Sandoz-Bulletin*, Nr. 50, 1979:4-17.
- . *LSD-Mein Sorgenkind*. Stuttgart: Klett, 1979b.
- Hoppe, Thomas. «Sicherheit durch Selbstmord-Drohung? Zur Frage der Glaubwürdigkeit des westlichen Verteidigungskonzepts und zu möglichen Alternativen.» *Orientierung*, 45 (1981): 155-160.
- Huber, Guido. *Das Fortleben nach dem Tode*. Hg. Peter Ringger. Zürich: Origo, 1957-
- Hunger, Herbert. *Lexikon der griechischen und römischen Mythologie*. Reinbeck bei Hamburg: Rororo, (1959) 1974. (Rororo Handbuch Nr. 6178.)
- Ital, Gerta. *Der Meister, die Mönche und ich: Im Zen-buddhistischen Kloster*. Weilheim/Obb.: Barth, 1966.
- . *Auf dem Wege zu Satori: Übersinnliche Erfahrungen und das Erlebnis der Erleuchtung*. München: Goldmann, (1971) 1980. (Goldmann TB Nr. 11701.)
- Jacobi, Jolande. *Die Psychologie von C. G. Jung: Eine Einführung in das Gesamtwerk*. 5., rev. u. erg. Aufl. Zürich: Rascher, (1959) 1967.
- Jacoby, Russel. *Soziale Amnesie: Eine Kritik der konformistischen Psychologie von Adler bis Laing*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, (1975) 1978. (Suhrkamp TB Nr. 859.)
- Jaffé, Aniela. *Geistererscheinungen und Vorzeichen: Eine psychologische Deutung*. Zürich: Rascher, 1958.
- . «Der Tod in der Sicht von C.G. Jung.» *Im Umkreis des Todes*. Hg. L. Fischli und R. Hinshaw. Zürich: Daimon, (1973) 1980: n-27.
- Jantsch, Erich. *Die Selbstorganisation des Universums: Vom Urknall zum menschlichen Geist*. München: Hanser, 1979.
- Jarvie, Ian C. «Die Anthropologen und das Irrationale.» *Der Wissenschaftler und das Irrationale*. Hg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a.M.: Syndikat, 1981: 213-244.
- Jayatileke, K. N. *Early Buddhist Theory of Knowledge*. London: Allan & Unwin, 1963.
- Johannes vom Kreuz. *Lebendige Liebesflamme*. Werke Bd. 3. Hg. P. Aloysius ab Immac. Conceptione. München: Theatiner, (1584)1924.
- Joly, Henri L. *Legend in Japanese Art*. London: Lane, 1908.
- Jones, Ernest. *Das Leben und Werk von Sigmund Freud*. Bern: Huber, 1960/62.
- Jung, Carl Gustav. »Über die Psychologie der Dementia praecox: Ein Versuch.« *Psychogenese der Geisteskrankheiten*. GW 3. Olten: Walter, (1907) 1971: 1-170.
- . «Die Struktur des Unbewußten.» *Zwei Schriften über Analytische Psychologie*. GW 7. Olten: Walter, (1916) 1971: 292-337.
- . *Psychologische Typen*. GW 6. Zürich: Rascher, (1921) 1960.
- . «Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten.» *Zwei Schriften über Analytische Psychologie*. GW 7. Olten: Walter, (1928) 1971: 131-264.
- . «Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse.» *Praxis der Psychotherapie*. GW 16. Zürich: Rascher, (1934/47) 1958:148-171.

- . «Psychologie und Religion.» *Zur Psychologie westlicher und östlicher Religion.* GW 11. Zürich: Rascher, (1940) 1963:1-117.
- . «Über die Psychologie des Unbewußten.» *Zwei Schriften zur Analytischen Psychologie.* GW 7. Olten: Walter, (⁵1942) 1971:1-130.
- . «Vom Wesen der Träume.» *Die Dynamik des Unbewußten.* GW 8. Olten: Walter, (1948) 1971: 319-338.
- . *Aion: Untersuchungen zur Symbolgeschichte.* Zürich: Rascher, 1951.
- . *Psychologie und Alchemie.* GW 12. Olten: Walter, (² 1952) 1972.
- . «Über die Archetypen des kollektiven Unbewußten.» *Die Archetypen und das kollektive Unbewußte.* GW 9/1. Olten: Walter, (1954) 1976: 13-51.
- . *Mysterium Coniunctionis: Untersuchung über die Trennung und Zusammensetzung der seelischen Gegensätze in der Alchemie.* 2. Zürich: Rascher, 1956.
- . «Die transzendente Funktion.» *Die Dynamik des Unbewußten.* GW 8. Olten: Walter, (1958) 1971: 75-104.
- . *Erinnerungen, Träume, Gedanken.* Zürich: Rascher, (1961) 1962.
- . *Briefe 1906-1945.* Olten: Walter, 1972.
- . *Briefe 1956-1961.* Olten: Walter, 1973.
- Jung, Carl Gustav [et al.]. *Der Mensch und seine Symbole.* Olten: Walter, (1964) 1968.
- Jung, Carl Gustav, Karl Kerfenyi und Paul Radin. *Der göttliche Schelm: Ein indianischer Mythen-Zyklus.* Zürich: Rhein, 1954.
- Jung, Emma und Marie-Louise von Franz. *Die Graalslegende in psychologischer Sicht.* Zürich: Rascher, 1960.
- Kafka, Franz. *Die Verwandlung.* 1915.
- . *Vor dem Gesetz.* 1919.
- . *Brief an den Vater.* Mit einem Nachwort von Wilhelm Emrich. Frankfurt a.M.: Fischer, (1919) 1980. (Fischer TB Nr. 1629.)
- Kanitscheider, Bernulf. *Philosophie und moderne Physik: Systeme, Strukturen. Synthesen.* Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1979.
- Katz, Richard. «Feilung durch Ekstase.» *Psychologie Heute*, August 1977: 54-59.
- Kayser, Hans. *Lehrbuch der Harmonik.* Zürich: Occident, 1950.
- Kerfenyi, Karl. *Die Mythologie der Griechen: Die Götter und Menschheitsgeschichten.* München: dtV, (1951) ²1968. (DtV TB Nr. 392.)
- . *Die Mythologie der Griechen: Die Heroen-Geschichten.* München: dtV, (1958) 1966. (DtV TB Nr. 397.)
- Klaus, Georg. *Wörterbuch der Kybernetik*, 1 u. 2. Frankfurt a.M.: Fischer, 1969. (Fischer Handbuch Nr. 1073/74.)
- Knoll, M. [et al.]. «Effects of Chemical Stimulation of Electrically-Induced Phosphenes on their Bandwidth, Shape, Number and Intensity.» *Confin. Neurol.*, Np. 23, 1963: 201-226.
- Krickeberg, Walter, Hg. *Märchen der Azteken und Inkaperuaner.* Düsseldorf: Diederichs, (1928) 1968.
- Krishna, Gopi. *Kundalini: Erweckung der geistigen Kraft im Menschen.* Weilheim/Obb.: Barth, (1967) 1968.

- Krishna, Gopi und C. F. von Weizsäcker. *Biologische Basis religiöser Erfahrung*. Weilheim/Obb.: Barth, 1971.
- Kübler-Ross, Elisabeth. *Interviews mit Sterbenden*. Stuttgart: Kreuz, 1977.
- Kuhn, Thomas S. *Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen*. 2., rev. und um das Postskriptum von 1969 ergänzte Aufl. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 1978.
- Künzle, Johannes. *Das große KräuterHeilbuch*. Olten: Walter, (1945) 1982.
- Lange, Christiane. *Lebendige Edelsteine*. Bopfingen: Rohm, 1969.
- Las Casas. Vgl. Enzensberger.
- LeShan, Lawrence. «Physicists and Mystics: Similarities in World View.» *Journal of Transpersonal Psychology*, 1:2 (1969): 1-20.
- Lilly, John C. *Das Zentrum des Zyklons*. Frankfurt a.M.: Fischer, (1972) 1976. (Fischer TB Nr. 1768.)
- Lips, Eva. «Vom Traumrealismus der Indianer.» *Wissenschaftliche Zeitschrift der Karl-Marx-Universität Leipzig: Gesellschafts- und sprachwissenschaftliche Reihe*, Heft 3/4,4 (1954/55): 291-302.
- Lischka, Alfred. *Erlebnisse jenseits der Schwelle: Paranormale Erfahrungen im Wachzustand und im luziden Traum, bei Astralprojektion und auf Seelenreisen*. Sch warzenburg: Ansata, 1979.
- Lorenz, Konrad. «Über Gott und die Welt.» *Natur*, Nr. 6, Juni 1981: 24-31.
- Luegs, Sev. *Biblische Realkonkordanz*, Bd. 2.5., rev. u. von Bernhard Mairhofer verb. Aufl. Regensburg: Verlagsanstalt, 1900.
- Lu K'uan Yü. *Geheimnisse der chinesischen Meditation*. Zürich: Rascher, (1964) 1967.
- Maass, Hermann. *Der Therapeut in uns: Heilung durch aktive Imagination*. Olten: Walter, 1981.
- Macciocchi, Maria-Antonietta. «Pasolini: Die Ermordung eines Dissidenten.» *Freibeuterschriften*. Pier Paolo Pasolini. Berlin: Wagenbach, (1975) 1980: 7-16.
- Mach, Ernst. *Erkenntnis und Irrtum*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, (1926) 1968.
- Malten, L. «Philemon und Baucis.» *Hermes*, 74. 1939:176-206.
- Mangoldt, Ursula von. *Kleines Wörterbuch zum Verständnis asiatischer Weltanschauung*. Weilheim/Obb.: Barth, 1966.
- Marti, Ernst. *Die vier Aether: Zu Rudolf Steiners Aetherlehre*. Stuttgart: Freies Geistesleben, 1974.
- Maurer, Friedrich. «Parzivals Sünden: Erwägungen zur Frage nach Parzivals <Schuld>.» *Wolfram von Eschenbach*. Hg. Heinz Rupp. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, (1950) 1966.
- Mau-Tsai, Liu. «Die Traumdeutung im alten China.» *Asiatische Studien*, 16. 1963:35-65.
- Meier, Christel. «Vergessen, Erinnern, Gedächtnis im Gott-Mensch-Bezug.» *Verbum et Signum*, Bd. 1. Hg. Hans Fromm [et al.]. München: Fink, 1975: 143-194.
- Meier, C. A. *Die Empirie des Unbewußten: Mit besonderer Berücksichtigung des Assoziationsexperimentes von C. G. Jung*. Zürich: Rascher, 1968.
- Messner, Reinhold. *Grenzbereich Todeszone*. Köln: Kiepenheuer & Witsch, 1978.

- Moltmann-Wendel, Elisabeth. *Ein eigener Mensch werden: Frauen um Jesus*. Gütersloh: Mohn, (1980) ³1982. (GTB Siebenstern TB Nr. 1006.)
- Monroe, Robert A. *Der Mann mit den zwei Leben: Reisen außerhalb des Körpers*. Interlaken: Ansata, (1971) 1981.
- Moody, Raymond A. *Leben nach dem Tod: Die Erforschung einer unerklärten Erfahrung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, (1975) 1977.
- Mookerjee, Ajit. *Tantra-Kunst: Ihre Philosophie und Naturwissenschaft*. Basel: Basilius, 1967.
- . *Tantra Asana: Ein Weg zur Selbstverwirklichung*. Basel: Basilius, 1971.
- Mookerjee, Ajit und Madhu Khanna. *Die Welt des Tantra in Bild und Deutung*. Bern: Scherz, (1977) 1978.
- Mrsic, Wilhelm. *Die Himmelsleiter: Der geheime Aufstieg zur chymischen Hochzeit*. Gelnhausen-Gettenbach: Lebensweiser, 1961.
- Mrsic, Wilhelm. «Erfahrungen mit Hexen und Hexensalbe." *Unter dem Pflaster liegt der Strand: Zeitschrift für Kraut und Rüben*, Bd. 5. Hg. Hans Peter Duerr. Berlin: Kramer, (1957) 1978:109-119.
- Muldoon, Sylvan J. *Die Aussendung des Astralkörpers*. Freiburg i. Br.: Bauer, (1929)²1973.
- Müller, Hanspeter. «Der Krieg der Generationen.» *Basler Zeitung* (BaZ-Magazin), Nr. 32, 8. August 1981:1-2,15.
- Müller, Werner. *Indianische Welterfahrung*. Frankfurt a.M.: Ullstein, (1976) 1981. (Ullstein TB Nr. 39016.)
- . *Neue Sonne - Neues Licht: Aufsätze zur Geschichte, Kultur und Sprache der Indianer Nordamerikas*. Berlin: Reimer, 1981.
- Naranjo, Claudio. *Die Reise zum Ich: Psychotherapie mit heilenden Drogen, Behandlungsprotokolle*. Frankfurt a.M.: Fischer, (1973) 1979. (Fischer TB.)
- Neumann, Erich. *Ursprungsgeschichte des Bewußtseins*. München: Kindler, (1949)0.[. (KindlerTB Nr. 2042/43.)
- Nghi, Nguyen van. *Pathogenese und Pathologie der Energetik in der chinesischen Medizin: Behandlung durch Akupunktur und Massage*. Uelzen, ML Verlag, 1974/75.
- Nigg, Walter. *Glanz der Legende*. Zürich: Artemis, 1964.
- Norman, John. *Gor - die Gegenerde*. München, Heyne, (1966) 1973. (Heyne SF Nr. 3355-)
- Ornstein, Robert E. *Die Psychologie des Bewußtseins*. Frankfurt a. M.: Fischer, (1972) 1976. (Fischer TB Nr. 6317.)
- Otto, Rudolf. *Das Heilige: Über das Irrationale in der Idee des Göttlichen und sein Verhältnis zum Rationalen*. München: Beck, (1936) 1963.
- Otto, Walter F. *Die Manen oder von den Urformen des Totenglaubens*. Darmstadt: Wissenschaft liehe Buchgesellschaft, (ca. 1925) ³1976.
- Pabst, Manfred. *Kung Fu: Theorie und Praxis klassischer und moderner Stile*. Wiesbaden: Falken, 1976.
- Parin, Paul. «Psychologische Analyse der polizeilichen Brutalität.» *Eine Stadt in Bewegung*. Hg. Sozialdemokratische Partei der Stadt Zürich. Zürich: SP Stadt Zürich, 1980:162-165.
- Perger, K. Ritter von. *Deutsche Pflanzensagen*. Leipzig: Zentralantiquariat der DDR, (1864) o. J.

- Poenicke, Klaus und Ilse Wodke-Repplinger. *Wie verfaßt man wissenschaftliche Arbeiten!* Mannheim: Bibliographisches Institut, 1977- (Duden-TB Bd. 21.)
- Popper-Lynkeus, Josef. *Phantasien eines Realisten*. Düsseldorf: Erb, (1899,1909) 1980.
- Prigogine, Uya. *Vom Sein zum Werden: Zeit und Komplexität in den Naturwissenschaften*. München: Piper, ²1980.
- Prigogine, Ilya und Isabelle Stengers. *Dialog mit der Natur: Neue Wege naturwissenschaftlichen Denkens*. München: Piper, (1980) 1981.
- Ranke-Graves, Robert von. *Die weiße Göttin*. Berlin: Medusa, (1948) 1981.
- Rao, S. K. Ramachandra. *Tibetan Meditation: Theory and Practice*. New Delhi: Arnold-Heinemann, 1979.
- Riess, Curt. *Bestseller: Wie Bücher zu Welterfolgen wurden*. München: Heyne, (i960) 1964. (Heyne Sachbuch Nr. 5.)
- Roberts, Jane. *Gespräche mit Seth: Von der ewigen Gültigkeit der Seele*. Genf: Ariston, (1972) 1979.
- . *The «Unknown» Reality: A Seth Book*, Vol. 1. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1977.
- Roos, Christoph. *Shayawaya: Fantastische Comics zwischen Traum und Wirklichkeit*, Bd. 1-5. Bremen: Stellmann, 1977-81.
- Rougemont, Denis de. *Die Zukunft ist unsere Sache*. Stuttgart: Klett-Cotta, (1977) 1980.
- Scaramelli, Giovanni Battista. *Anleitung in der mystischen Theologie*. Hildesheim: Olms, (1855) 1973.
- Schlerath, Bernfried, Hg. *Zarathustra*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1970.
- Schnädelbach, H. *Reflexion und Diskurs*. Frankfurt a.M.: 1977.
- Schneider, Adolf. «Physiologische und psychosomatische Wirkungen der Strahlen unbekannter Himmelserscheinungen.» *Kosmopathie* (Imago Mundi Bd. 8). Flg. Andreas Resch. Innsbruck: Resch, 1981:167-221.
- Schumacher, E. F. «Viel Wissen und kein bißchen weise.» *Psychologie Heute*, Januar 1979: 23-29.
- Schürfe, Eduard. *Die großen Eingeweihten: Geheimlehren der Religionen*. Weilheim/Obb.: Barth, (o.J.)1965.
- Schwab, Else. «Fascinosum und Mystik bei Immanuel Kant und Sigmund Freud.» *Mystik* (Imago Mundi Bd. 5). Flg. Andreas Resch. Innsbruck: Resch, 1975:207-233.
- Schwab, Gustav. *Die schönsten Sagen des klassischen Altertums*. München: Droemer, o. J.
- Sedir. *Esoterisches Christentum: Eine Sedit-Anthologie*. Remagen: Reichl, 1964.
- Seifert, Josef. *Das Leib-Seele-Problem in der gegenwärtigen philosophischen Diskussion: Eine kritische Analyse*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1979.
- Shah, Idries. *Die verblüffenden Weisheiten und Späße des unübertrefflichen Mullah Nasreddin*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1975.
- Sharon, Douglas. *Magier der vier Winde: Der Weg eines peruanischen Schamanen*. Freiburg i. Br.: Bauer, (1978) 1980.

- Sheils, Dean. «A Cross-Cultural Study of Beliefs in Out-of-the-Body Experiences, Waking and Sleeping.» *Journal of the Society for Psychical Research*, 49. 1978:697-741.
- Shuttle, Penelope und Peter Redgrove. *Die weise Wunde Menstruation*. Frankfurt a.M.: Fischer, (1978] 1982. (Fischer TB Nr. 3728.)
- Siegel, Ronald K. «Der Blick ins Jenseits - eine Halluzination.» *Psychologie Heute*, April 1981:22-33.
- Silo. *Vom inneren Schauen*. Schwarzenburg: Ansata, (1973) 1980.
- Simak, Clifford D. «Ewiger Herbst.» *Invasionen: SF Stories*. München: Goldmann, (1971)1979:84-110.
- . «Reise in die Vergangenheit.» *Invasionen: SF Stories*. München: Goldmann,(1975) 1979:111-128.
- . *Invasionen: SF Stories*. München: Goldmann, (1977) 1979. (Goldmann SFNr. 23310.)
- Simpson, George G. *Biologie und Mensch*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, (1964) 1972. (Suhrkamp TB Nr. 36.)
- Simpson, P. «Reisen in die Welt des Geistes.» *Esotera*, 25. 1974:792-795.
- Speckenbach, Klaus.«Der Eber in der deutschen Literatur des Mittelalters.» *Verbum et Signum*, Bd. 1. Hg. Hans Fromm [et al.]. München: Fink, 1975: 425-476.
- Stapel, Wilhelm. *Parzival von Wolfram von Eschenbach*. Luzern: Schweizer Volksbuchgemeinde, (1950) o.J.
- Steiner, Rudolf. *Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten*. Dörsnach: Rudolf Steiner-Nachlaßverwaltung, (1904/05) ²²1975. (Gesamtausgabe Nr. 10.)
- . *Die Apokalypse des Johannes*. Dörsnach: Rudolf Steiner-Nachlaßverwaltung, (1908) 1979. (Gesamtausgabe Nr. 104.)
- . *Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen*. Dörsnach: Rudolf Steiner-Nachlaßverwaltung, (1912) 1972: 9-70. (Gesamtausgabe Nr. 16; Taschenbuchausgabe Nr. 602.)
- . *Die Schwelle der geistigen Welt*. Dörsnach: Rudolf Steiner-Nachlaßverwaltung, (1913) 1972: 71-143. (Gesamtausgabe Nr. 17; Taschenbuchausgabe Nr. 602.)
- . *Exakte Erkenntnis der übersinnlichen Welten*. Dörsnach: Rudolf Steiner-Nachlaßverwaltung, (1922) 1976:5-26. (Sonderdruck aus der Gesamtausgabe Nr. 218.)
- Stern, Erich, Hg. *Die Psychotherapie in der Gegenwart: Richtungen, Aufgaben, Probleme, Anwendungen*. (Handbuch der klinischen Psychologie Bd. 2.) Zürich: Rascher, 1958.
- Stevenson, Robert Louis. *Dr. Jekyll and Mr. Hyde*. 1886.
- Stumm, Reinhard. «Die Unzufriedenen suchen ihre Sprache.» *Eine Stadt in Bewegung*. Hg. Sozialdemokratische Partei der Stadt Zürich. Zürich: SP Stadt Zürich, 1980:41-44.
- Tart, Charles, T., Hg. *Transpersonale Psychologie*. Olten: Walter, (1975) 1978.
- Ten Houten, Warren D. und Charles D. Kaplan. *Science and its Minor Image*. New York: 1973.
- Thangka-Kalender* 1978 ff. Haldenwang: Irisiana.

- Theweleit, Klaus. *Männerphantasien, Bd. 2: Männerkörper. Zur Psychoanalyse des weißen Terrors*. Frankfurt a. M.: Roter Stern, 1978.
- Thomae, H. «Die Bedeutung einer kognitiven Persönlichkeitstheorie für die Theorie des Alterns.» *Zeitschrift für Gerontologie*, 4 (1), (1971): 8-18.
- Thomsen, Christian W. und Jens Malte Fischer, Hg. *Phantastik in Literatur und Kunst*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1980.
- Thum, Eberhard. «Die Seele - unser unbekannter Herrscher: Eine Welt, die Sigmund Freud entdeckte.» *Die Weltwoche*, Nr. 50, 11. Dez. 1970: 50-51.
- Tolkien, J. R.R. *Der Herr der Ringe*, Bd. 1-3. Stuttgart: Klett, [1966] 1972.
- Trungpa, Tschögyam. *Ich komme aus Tibet*. Olten: Walter, (1966] 1970.
- Tucci, Giuseppe. *Tibetan Painted Scrolls*. Roma: La Libreria dello Stato, 1949.
- Tucci, Giuseppe und Walther Heissig. *Die Religionen Tibets und der Mongolei*. Stuttgart Kohlhammer, 1970. (Die Religionen der Menschheit Bd. 20.)
- Twitchell, Paul. *The Tiger's Fang*. San Diego, Cal.: Illuminated Way Press, (1967) ⁵1975.
- . *Eckankar: Der Schlüssel zu geheimen Welten*. San Diego, Cal.: Illuminated Way Press, (1969) 1976.
- . *Eckankar: Compiled Writings*, Vol. 1. San Diego, Cal.: Illuminated Way Press, 1975.
- Van der Leeuw, G. *Phänomenologie der Religion*. Tübingen: Mohr, (1956) ³1970.
- Van Eeden, Frederik. *Der kleine Johannes*. Halle a. d. S.: Hendel, (1885) 1892.
- . «A Study of Dreams.» *Proceedings of the Society for Psychical Research*, 26. 1913: 431-461. (Abgedruckt in: *Altered States of Consciousness*. Ed. Charles T. Tart. New York: Wiley, 1969:145-158.
- Van Lysebeth, André. *Die große Kraft des Atems: Die Atem-Schule des Pranayama*. Bern: Scherz, (1971) ²1975.
- Wannall, Willard Layton. «*Wheels within Wheels*» and *Points Beyond*. Manuscript edition. Honolulu, Hawaii 96816: Litronics, 3702-A Waiialae Avenue, (1967) M975.
- Watt, James. «Zitat.» *Natur*, Nr. 2, Februar 1982:64.
- Watzlawick, Paul. *Wie wirklich ist die Wirklichkeit? Wahn-Täuschung-Verstehen*. München: Piper, 1976.
- Watzlawick, Paul, John H. Weakland und Richard Fisch. *Lösungen: Zur Theorie und Praxis menschlichen Wandels*. Bern: Huber, (1974) 1975.
- Weber, Gottfried, Hg. *Parzival: Text, Nacherzählung, Worterklärungen*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, ⁴1981.
- Wehr, Hartmut. «Über Irreversibilität, Naturprozesse und Zeitstruktur.» *Offene Systeme*, 1. Hg. Ernst von Weizsäcker. Stuttgart: Klett, 1974: 114-199.
- Weibel, Max. *Die Mineralien der Schweiz*. Basel: Birkhäuser, 1966.
- Weizsäcker, Ernst von. *Offene Systeme, I: Beiträge zur Zeitstruktur von Information, Entropie und Evolution*. Stuttgart: Klett, 1974.
- Weizsäcker, Carl Friedrich von. *Die Geschichte der Natur*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, (1948)⁶1964.
- Whiteman, J. H. M. «The Process of Separation and Return in Experiences Fully «Out-of-the-Body».» *Proceedings of the Society for Psychical Research*, 50. 1953-1956:240-274.

- Wichmann, Yrjö. «Syrjänische Volksdichtung.» *Mémoires de la Société Finno-Ougrienne*, 38. 1916.
- Wickland, Carl. *Dreißig Jahre unter den Toten*. Remagen: Reichl, (1924) ³1957.
- Wiener, Norbert. *Kybernetik: Regelung und Nachrichtenübertragung in Lebewesen und Maschine*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, (1963) 1968. (Rowohlts deutsche Enzyklopädie TB Nr. 294/5.)
- Wilde, Oscar. *Das Bildnis des Dorian Gray*. 1891.
- Wilhelm Richard. *Weisheit des Ostens*. Düsseldorf: Diederichs, 1951.
- Williams, Strephon Kaplan. *Jungian-Senoi Dreamwork Manual*. New rev. exp. ed. Berkeley: Journey Press, (1980) ⁵1981.
- Winkler, Theodor. «Unterwegs zum Atomkrieg?» *Basler Zeitung*, Nr. 36, 12.Februar 1981: 5.
- Wittkowski, Joachim. *Tod und Sterben: Ergebnisse der Thanatopsychologie*. Heidelberg: Quelle & Meyer, 1978.
- Wolf-Heidegger, Gerhard. *Atlas der Systematischen Anatomie des Menschen, Bd. 3: Systema nervosum - Systema vasorum (Angiologia)*. Basel: Karger, 1962.
- Wolfram von Eschenbach. *Parzival*. In Prosa übertragen von Wilhelm Stapel. Luzern: Schweizer Volks-Buchgemeinde, (1950) o. J.
- . *Parzival: Text, Nacherzählung, Worterklärungen*. Hg. Gottfried Weber. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, ⁴1981.
- Wollschläger, Hans. *Karl May - Grundriß eines beschädigten Lebens*. Zürich: Diogenes, 1976.
- Woodroffe, John. Vgl. Arthur Avalon.
- Yram. *Practical Astral Projection*. New York, Weiser, (o. J.) ³i977.
- Yüan-Wu. *Bi-Yän-Lu: Meister Yüan-wu's Niederschrift von der Smaragdenen Felswand*. Hg. Wilhelm Gundert. München: Hanser, (1111-1115) 1964.
- Zaehner, R. C. *Mystik: Harmonie und Dissonanz*. Olten: Walter, (1970) 1980.
- Zelazny, Roger. *Corwin von Amber*. München: Heyne, (1970) 1977. (Heyne SF Nr. 3539.)
- Zimmer, Heinrich. *Der Weg zum Selbst: Lehre und Leben des indischen Heiligen Shri Ramana Maharshi aus Tiruvannamalai*. Hg. Carl Gustav Jung. Zürich: Rascher, (1944) 1954.
- . *Abenteuer und Fahrten der Seele: Der König mit dem Leichnam und andere Mythen, Märchen und Sagen aus keltischen und östlichen Kulturbereichen*. Zürich: Rascher, (1948) 1961.
- . *Philosophie und Religion Indiens*. Zürich: Rhein, (1951) 1961.
- Zurfluh, Werner. «Nachwort zu Alfred Lischka.» *Erlebnisse Jenseits der Schwel- le*. Alfred Lischka. Schwarzenburg: Ansata, 1979:187-227.
- . «Außerkörperlich durch die Löcher des Netzes fliegen.» *Der Wissen- schaftler und das Irrationale*. Hg. Hans Peter Duerr. Frankfurt a.M.: Syndikat, 1981:473-504.
- Zutt, Jürg, Hg. *Ergriffenheit und Besessenheit*. Bern: Francke, 1972.

Chronologische Reihenfolge der erzählten Erfahrungen

1	20.10.1965	Loch in der Felswand	203-205
2	7. 2.1968	Tod der Anima	21
3	15. 4-	Filme	205
4	25. 4-	Schwarzes Wasser	206
5	S. 8.	Tollwütige Tiere	207-208
6	24.12.	Quelle im Dschungel	210
7	12. 2.1969	Kampf mit dem Riesen	208-209
8	27. 4.	Transformation des Bleis	117-118
9	28. 4.	Die Sprache als Viertes	118
10	26. 5.	Invasion der Quader	226-228
11	19. 3.1970	Hexe	228-229
12	1. 6.	Knacken	25
13	26. 7.	Sternenhimmel	26- 27
14	5. 8.	1 Manöver	188
		2 Flucht vor der Frau	189
		3 Der Lindenbaum	191-193
15	9. 8.	Ablösung des Zweitkörpers	29
16	10. 8.	Gespräch mit der Großmutter	119
17	24. 8.	Through the Looking Glass	30
18	28. 8.	Rational-irrational	130
19	13. 9.	Transparenz	130
20	24.11.	1 Blockhütten	145
		2 Das Grab	148-149
		3 Der Häuptling	152-153
		4 Schlafen gehen	156
		5 Wachen oder Träumen	157-158
		6 Ein geheimer Mechanismus	159-160
		7 Die Mumie	160-161
		8 Gefangen	164
		9 Ausbruchsversuche	165-166
		10 Im Lichtmeer aufgelöst	167-168
		11 Zum Kind werden	170-171
		12 Probezeit	172
21	20. 3.1971	1 Die Zimmer	179-180
		2 Über die Schwelle	181
		3 Fremde Moralbegriffe	183-184
22	24. 3.	Der Bauchschoß	224
23	4. 5.	Der schwebende Spiegel	233
24	11. 8.	Das Opfer	211-213
25	6. 9.	Psychoenergetisches Feld	215

26	28.11.	Verlagerung der Aufmerksamkeit	30- 31
27	1. 12.	Verwirrung	32
28	15.12.	1 Die Evokation	215-216
		2 Der Bärenzahn	218-221
29	10. 7.1972	Akzeptierung	33- 34
30	31. 7.	Die Schatulle mit dem Ring	119
31	2. 10.	Kastration	22s
32	3.12.	Der Brief aus Utrecht	120
33	8. 7.1973	Die Schwalbe mit dem Pyrit	120-121
34	10. 7.	Die Tunnelkatastrophe	121-122
35	15.12.	1 Glockenschläge	234-236
		2 Das Loch zur vierten Dimension	237-238
36	6. 1.1974	I Der Ritt auf dem Pegasus	66- 67
37		II Wegweiser zum Ziel	58- 59
38		III Gerüst und Amöbe	64
39	7. 1.	1 Austritt und Sprache	82
		2 Der Schädel	83- 84
		3 Der leuchtende Baum	84
		4 Der Flug in die Baumkrone	92- 93
		5 Der Psychopompos	94
		6 Die Feuerwelt	95- 97
		7 Die Wasser- und die Schneewelt	98-100
40	18. 1.	1 Schlange und Vajra	132
		2 Schall und Rauch	133
41	8. 3.	Die Leiche	226
42	12. 6.	Die Märchenerzähler	123
43	12. 6.	Der Ausflug	38- 39
44	25. 6.	Geräusche	39- 42
45	1. 7.	Das Krakenwesen	230-231
46	11. 7.	Schwankende Haltung	42
47	22. 7.	Blockierung	43
48	30. 7.	Der Schattenbruder	239-241
49	7. 8.	1 Vibration	139-140
		2 Das schmutzige Bauernhaus	141-143
		3 Eingeladen	143-144
50	11. 3.1975	Der Fußmarsch	43- 45
51	28.12.	Dämonen	45- 46
52	30.12.	Täuschungen	46- 47
53	2. 1.1976	Zweifel	48
54	4. 1.	Falsches Aufwachen	49
55	14. 1.	Problemlose Ablösung	50
56	19. 1.	Schönheit	50- 53
57	3. 5.	Hieros Gamos	194-199
58	27. 7.	Flugversuche	54- 55
59	31. 7.	Was tun?	55- 56
60	6. 8.	Die Litfaßsäule	56- 57
61	8. 8.	Diesseits und Jenseits von Gut und Böse	244-251

Verzeichnis der Bibelstellen

Lev (3 Mos) 19,17	286
1 Kön 8,27	259
Tob 4,15	286
Ps 22,2	268
Ps 38,22	268
Mt 7,3	352
Mt 10,34	356
Mt 16,24-26	272
Mt 22,39-40	286
Mk 15,34	268
Lk 6,41	352
Lk 10,27	286
Lk 14,26	272
Joh 11,1-44	357
Joh 13,34-35	286
1 Kor 7,29-31	272
1 Kor 15,39-58	336
2 Kor 5,1	336
2 Kor 5,7	336

Personenverzeichnis

- Aaron 349
Abarbanel 349
Abel 335-336
Adam 242, 282
Adonis 347
Aeppli, Ernst 339
Afheldt, Horst 311
Albrecht, Carl 200
Alpers, Hans-Joachim 294
Amfortas 74,79
Amitabha 72
Ammann, A.N. 287
Aphrodite 333
Apollon 275
Arduinna 334
Aristoteles 332
Armilus 228, 349
Arnold-Forster, Mary 257
Artemis 334
Artus 74
Asanga 357
Ashra'heri 225
Athene 84, 275
Atlas 357
Atreides, Paul 339
Avalon, Arthur 298

Baraduc, H. 263
Bartholomae, Christian 354
Bateson, Gregory 268
Battagay, Raymond 322
Baucis 332
Bauggae 127
Beckh, Hermann 274
Beit, Hedwig von 285, 322-323
Bellerophon 275, 285
Belleros 275
Benninghoff, Alfred 273
Bertalanffy, Ludwig von 325
Berthelot, M. 337
Bhagwan Shree Rajneesh 272, 276
Bharati, Agehananda 298, 301, 336

Bichsel, Peter 280
Bieder, Werner 300
Bilbo 116, 296
Billerbeck, Ewald 296
Birkhäuser, Peter 103, 291
Blechtschmidt, Erich 319
Bleuler, Eugen 292, 345
Blum, Ernst 323
Boardman, Peter 281
Bodhidharma 127
Bohm, Werner 273
Bosch, Hieronymus 298
Boyes, Dennis 342
Bradbury, Raymond D. 365
Brand, Illo 374
Brok 334
Brumagne, Marie-Magdeleine 297
Brunner, Cornelia 353
Buddha 91, 344-345
Burdach, Konrad 284
Burke, Mike 281
Burroughs, Edgar Rice 293

Campbell, Joseph 276
Canetti, Elias 338
Cannon, W. B. 325
Capra, Fritjof 300, 329, 356
Carrington, Hereward 256
Carter, Lin 288
Cassirer, Ernst 300
Castaneda, Carlos 52, 90, 271, 287, 296,
314
Challoner, H. K. 268
Chamisso, Adalbert 374
Christophorus 266
Christus s. Jesus
Chrysaor 67, 275, 285
ChuangChou 258
Coerper, Hellmut 90,257, 260, 278,280,
287
Compart, Martin 294
Con 350-351

Crookall, Robert 256, 260, 302
 Crow Dog, Leonard 313
 Curtis, A. M. 273
 Custance, John 302
 Cysarz, Herbert 345

Dakini 333
 Dampa 241, 357
 David-Neel, Alexandra 288, 352
 Davis, Hadland F. 285
 Deglin, Wadim L. 263
 Deloria, Vine 314
 Derib 363
 Descartes 261
 Dharmakara 72
 Dharmakirti 357
 Diana 334
 Dieckmann, Hans 286
 Döbert, Rainer 339
 Dobkin de Rios, Marlene 262
 Donahoe, James 310
 Don Juan 90, 272, 287, 314
 Dorsch, Friedrich 365
 Druden 354
 Duerr, Hans Peter 266, 268, 269, 272, 276,
 278, 286, 300, 341
 Du Maurier, George 374

Eastman, Margaret 256
 Easwaran, Eknath 320
 Ebon, Martin 271
 Eddington, Arthur Stanley 280, 371
 Einherier 334
 Einstein, Albert 257, 267, 287
 Eisler, Rudolf 365, 371
 Eliade, Mircea 262, 322, 336
 Emerson, Ralph Waldo 72
 Ende, Michael 285
 Enzensberger, Hans Magnus 312
 Essen, Gerd-Wolfgang 301
 E.T. 339
 Etana 276
 Eva 242, 278
 Evans-Wentz, W. Y. 286

Fa 337
 Fabricius 337
 Fafnir 333
 Fahnestock, William Baker 257
 Ferenczi, S. 294
 Ferrera, Leo 267
 Feyerabend, Paul 306, 318, 345

Firmpate 19
 Fischer, Jens Malte 295
 Fischer, Reinhard 269, 363
 Fischer, Susanne 332
 Fischer-Barnicol, Hans A. 337
 Fluri, Christian 338
 Fraenger, Wilhelm 298
 Franz, Marie-Louise von 284, 287, 305,
 307, 308, 309, 321, 337-338, 342
 Frei, Marcel 254, 259
 Frei, Peter 120
 Freud, Sigmund 19, 22, 87-89, 90, 116,
 257, 172, 287, 293, 307, 323, 360
 Frey-Rohn, Liliane 321
 Freyja 333, 334, 347
 Freyr 334, 347
 Frigga 333
 Fritz, Fr. 336

Gahmuret 74
 Garfield, Patricia 254, 257, 291
 Gauger, Wilhelm 296
 Gawan 126, 345
 Geerk, Frank 313
 Gehrts, Heino 356
 Georg der Drachentöter 242, 347
 Geschwind, Norman 263
 Gill, Derek 297
 Giuliani, Luca 254
 Giuliani, Regula 254
 Goerttler, Kurt 273
 Goleman, Daniel 256
 Gollum 116, 296
 Gordon, Antoinette 336
 Gorgonen 347
 Gottschalk, Herbert 341
 Govinda, Anagarika 265, 273, 322, 326,
 327, 329, 336, 338, 353
 Green, Celia 256, 260
 Gregor 320
 Gretel 343
 Grimm, Jakob 333
 Grof, Stanislav 254
 Gross, Darwin 261
 Großeltern 355
 Großmutter 119
 Grotowski, Jerzy 319
 Gruber, Elmar 271
 Grunenberg, Angelika 288
 Gsänger, Hans 335-336, 357
 Guenther, Herbert 336
 Gurdijeff 329

- Gumemanz 75
 Gyatso, Ngawang 301
- Halifax, Joan 254
 Haller, H. R. 339
 Hampe, J. C. 254
 Hansel 343
 Han Shan 261, 272
 Harner, Michael 373
 Hearn, Lafcadio 285
 Hegi, Gustav 333
 Heiliger Geist 242
 Heim, Burkhard 374
 Heinlein, Robert A. 279
 Heisenberg, Werner 257, 287, 300
 Heissig, Walther 301
 Helena 297
 Hembus, Joe 320
 Herakles 347
 Herbert, Frank 339
 Herrigel, Eugen 317
 Hervey de Saint-Denys, Marie-Jean 257, 360
 Herzeloide 74
 Hesperiden 242
 Hesperie 357
 Hesse, Hermann 254, 338
 Hildegard von Bingen 353
 Hiob 349
 Hippolytus 282
 Hoffmeister, Johannes 365
 Hofmann, Albert 260
 Hoppe, Thomas 311
 Hopper, Tornas 339
 Horaz 256
 HuangPo 261
 Huber, Guido 364
 Hunger, Herbert 333, 357
 Hypnos 9
- Ikaros 276
 Indra 347
 Ital, Gerta 102, 290, 324
- Jakobi, Jolande 291, 352
 Jacoby, Rüssel 257
 Jaffe, Aniela 321, 374
 Jahwe 349
 Janet, Pierre 287
 Jantsch, Erich 317,319
 Jarvie, Ian 257, 260
 Jayatilleke, K. N. 292
- Jesus (Christus) 97,98, 242
 Job 363
 Johannes vom Kreuz 334-335, 336
 Joly, Henri 285
 Jones, Ernest 294
 Jourdain, E. F. 364
 Jung, Emma 284
 Jung, C. G. 19,11, 22, 23, 61, 81, 82, 85-87, 89-90,93,102,107-108,116, 117-118,120,136,137-139,166,222, 228, 229, 234, 264, 267, 271, 272, 273, 279, 282, 285, 286, 287, 290, 291, 293, 297, 302, 306, 307-308, 310, 321, 324, 327, 334, 337,338-339, 340, 349-350, 351,353,360,364
- Kafka, Franz 259,279
 Kain 335
 sKam 241
 Kanitscheider, Bernulf 259, 373
 Kant, Immanuel 294
 Kaplan, Charles 262
 Katz, Richard 256
 Kayser, Hans 266
 Kerényi, Karl 275, 276, 324, 357
 Khanna, Madhu 336
 Khunrath, Heinrich Conrad 337
 Klaus, Georg 325
 Kleopatra 201
 Klingsor 335
 Knoll, M. 274
 Komarios 201
 König von Lykien 275
 Krasogani 333
 Krickeberg, Walter 350
 Krishna, Gopi 116,297, 343, 356
 Kübler-Ross, Elisabeth 254, 297
 Kuhn, Thomas 259
 Künzle, Johann 333
- Lammer, Eugen Guido 344
 Lange, Christiane 346
 Las Casas, Bartolome de 312
 Lazarus 242
 LeShan, Lawrence 334
 Lilly, John 277, 305
 Lips, Eva 305
 Lischka, Alfred 255, 259, 272, 274, 286, 363
 Lorenz, Konrad 322
 Lohengrin 284
 Luegs, Sev. 286

- Lukas 338
 Lu K'uan Yü, Charles 261, 281
 Luther, Martin 242
- Maass, Hermann 257, 287, 323
 Macciocchi, Maria-Antonietta 321, 329
 Mach, Ernst 266
 Mad Bear 313
 Maharshi, Ramana 144-145, 255, 288, 305, 324, 344
 Malten, L. 332-333
 Malthus, Thomas Robert 91
 Mangoldt, Ursula von 281
 Mara 344-345
 Martha 242
 Marti, Emst 274
 Matoaka 320
 Matus, Juan s. Don Juan
 Maurer, Friedrich 322
 Mau-Tsai, Liu 258
 May, Karl 112, 292, 294
 Medusa 67, 273, 347
 Meier, C. A. 290, 291
 Meier, Christel 353
 Meleager 347
 Merlin 284
 Messias ben David 349
 Messias ben Joseph 349
 Messner, Reinhold 281-282, 299, 344
 Metrailler, Marie 297
 Milarepa 357
 Moberly, C. A. E. 364
 Mohrmann, Klaus 344
 Moltmann-Wendel, Elisabeth 357
 Monroe, Robert 38, 39, 186, 329-330, 342
 Moody, Raymond 254
 Mookerjee, Ajit 336
 Moses 349
 Mrsic, Wilhelm 256
 Mrsich, Wilhelm 187, 330
 Muldoon, Sylvan 52, 256
 Mulla Nasrudin 160
 Müller, Hanspeter 309
 Müller, Werner 306, 307, 309, 345
- Nagarjuna 357
 Naranjo, Claudio 267
 Neumann, Erich 276, 340, 342, 347, 349
 Nghi, Nguyen van 319
 Nigg, Walter 266
 Norman, John 365
 Nyx 357
- Odin 333, 334
 Oineus 341
 Ornstein, Robert 262, 310, 317, 323
 Ostara 333
 Otto, Rudolf 348
 Otto, Walter 352
 Ovid 332
- Pabst, Manfred 318
 Pachacamac 351
 Palomino, Eduardo 296
 Parin, Paul 279
 Parzival 73-76, 283, 284, 322
 Pasolini, Pier Paolo 309, 316, 321, 330
 Pasteur, Louis 260
 Pawlow, Iwan P. 263
 Penalosa, Anna de 335
 Perger, K. 332
 Perikies 84
 Perseus 67, 273, 347
 Pertemba 281
 Pfister, Peter 254
 Philemon 332
 Pocahontas 320
 Poenicke, Klaus 253
 Popper-Lynkeus, Josef 88-89, 287
 Poseidon 67-68, 275
 Prigogine, Ilya 317
 Proitos von Tiryns 275
 Prometheus 276
- Radin, Paul 324
 Ramananda 344
 Ranke-Graves, Robert von 333
 Rantetsu 253, 357
 Rao, S. K. Ramachandra 357
 Redgrove, Peter 297
 Repanse de schoye 75
 Reprobis 266
 Riess, Curt 293
 Roberts, Jane 261, 352
 Roos, Christoph 254, 272, 287, 295, 312, 363
 Rougemont, Denis de 323
- Sarahapada 357
 Scaramelli, Giovanni Battista 320
 Schlerath, Bernfried 355
 Schnädelbach, H. 269
 Schneider, Adolf 274
 Schröder, Leopold von 356

- Schroeder, Robert 262
 Schumacher, E. F. 268
 Schürfe, Eduard 300
 Schwab, Else 293
 Schwab, Gustav 357
 Sfedir 258
 Seifert, Josef 261
 Seth 261
 Shah, Idries 317
 Shakti 281, 336
 Sharon, Douglas 296
 Sheils, Dean 267
 Shiva 281
 Shuttle, Penelope 297
 Sidgwick, H. 364
 Siegel, Ronald 257
 Siegfried 333
 Silo 343
 Simak, Clifford 294, 365
 Simmel, Richard 274
 Simon 297
 Simpson, George 288
 Simpson, P. 261
 Sindri 334
 Smith, John 320
 Speckenbach, Klaus 347
 Spielberg, Steven 339
 Stapel, Wilhelm 283
 Steiner, Rudolf 116, 274, 338, 340, 355, 360
 Stengers, Isabelle 317
 Stern, Erich 323
 Stevenson, Robert Louis 374
 Stumm, Reinhard 280
 Sturdy, Mr. 286

 Tabari 349
 Tacitus 333
 Taeger, Hans Hinrich 30:
 Tante 119
 Tart, Charles 269, 300
 Tarzan 293
 Tauber, Ignaz 285
 Ten Houten, Warren 262
 Thanatos 9
 Theseus 276
 Theweleit, Klaus 260
 Thingö, Tashi 301
 Thomae, H. 266
 Thomsen, Christian 29 s
 Thum, Eberhard 324
 Titanen 276

 Tolkien, J. R. R. 116, 296
 Trungpa, Tschögyam 236, 301, 354
 Tsau 256
 Tucci, Guiseppe 301
 Twitchell, Paul 261

 Urgroßmutter 119

 Van der Leeuw 348
 Van Eeden 257, 258
 Van Lysebeth, Andrfe 342
 Venus 333
 Verethraghna 347
 Vishnu 108
 Voltaire 89

 Wahunsonacock 320
 Waldvogel, William 285
 Walpole, Horace 260
 Wannall, Willard Layton 261
 Watt, James 290
 Watzlawick, Paul 302, 318, 319, 332
 Weber, Gottfried 283
 Wehrt, Hartmut 283
 Weibel, Max 346
 Weiss, Eduardo 294
 Weizsäcker, Carl F. von 283
 Weizsäcker, Ernst von 283
 Whiteman, J. H. M. 363
 Wichmann, Yrjö 324
 Wickland, Carl 258
 Wiener, Norbert 325
 Wilde, Oscar 374
 Wilhelm, Richard 337-338
 Williams, Strephon Kaplan 103, 254, 257, 271, 291
 Winkler, Theodor 258
 Wittkowski, Joachim 254, 255, 266, 339
 Wodke-Repplinger, Ilse 253
 Wolf-Heidegger, Gerhard 273
 Wolfram von Eschenbach 73, 75, 283, 284, 322
 Wollschläger, Hans 292, 294
 Wu-Di von Liang 127

 Yram 261
 YUan-Wu 300

 Zaehner, Robert C. 328, 356
 Zarathustra 354—355
 Zelazny, Roger 365
 Zemp, Paul A. 254

Zeus 340

Zimmer, Heinrich 144,254,255, 270, 288,
300, 304, 318, 324, 341, 344, 345, 356

Zurfluh, Werner 255, 258, 259, 26s, 272,
280

Zutt, Jürg 300

Stichwortverzeichnis

A

- abaissement du niveau mental 90, 287
- Abhäutung 100
- Ablenkung 216, 344
- Ablösung s. Austritt
- Abscheu s. Ekel
- absichtliche Absichtslosigkeit s. Wu-Wei
- Absichtslosigkeit 59
- Abstieg 72,161,190, 208, 282
- Abstoßung 226
- Abstraktion 265, 269, 289
- Absturz 198, 344
- Abwehr 48,175, 203, 215, 228, 254, 260, 327, 328
- Abwertung 68
- Adam, alter 200
- Adler 197
 - Falkengewand 333
- Aggression 278
 - Aggressivität 111
 - vgl. Angriff
 - vgl. Verfolgung
- Agonie 122
- Aha-Erlebnis 372
- Ahnen 119, 284, 314
- aktiv-passiv 161
- aktive Passivität s. Wu-Wei
- Aktualisierung 272
- Akzeptierung 62, 82,107, 222, 232, 233, 305, 306
- Alchemie 137, 264, 297
- alchemistische Arbeit 337
 - vgl. opus magnum
- Alkohol 298
- Alles oder Nichts 269
- Alltag 35-36,104,131,137,166,194, 206,237,257, 280, 295,314,355
 - Abkehr 289
 - Ausbruch 112
 - Ausrichtung 9
 - Berücksichtigung 181
 - Bestandsaufnahme 14
 - Bewußtsein 323
 - Beziehung zum 292
 - Dominanz 202, 307
 - Eindimensionalität 12
 - Einfluß der Vorstellungen 60
 - Flucht 354
 - Gewalt 331
 - Groß-Klein 341
 - Handeln 312
 - Lärm 30-31, 343
 - Luzidität 15 5
 - Macht(mißbrauch) 370
 - und Nacht 14, 80, 82
 - und nächtliche Erfahrung 174,189
 - Prägung 155
 - Relativierung 101
 - Rückkehr 222
 - und Traum 16, 107, 203
 - Verhältnisse 238-239
 - Wirklichkeit 29,125
 - Zwangsjacke 173
- Alptraum 77, 79, 183,191,204,330,354
 - böser Traum 76
 - gräßlicher Traum 65
- Ambivalenz 293, 307, 346
- amöboid 80, 231, 248
 - formlose Masse 78
 - vgl. Ganz-Andere
 - vgl. Monster
 - skelettloses Wesen 350
 - strukturlose Masse 64
- amokläufig 266
- Amphore 67,68, 79
 - vgl. Gral
- Amplifikation 61, 69,132-133,346
- Analogie 310
- Analyse 63
- anarchisch 318
- Androgynie 198, 347
 - vgl. Mann-Frau
- Angriff 134, 207,208, 227, 231, 348

- vgl. Aggression
- Angst 6s, 66, 78, 116, 127,147, 159, 165, 167, 202, 203-215, 223, 232, 240, 254, 290,328,339,343
- annehmen 205
- und Furcht 209
- Schlüssel 331
- Überwindung 205-215
- vor dem Verlust der Ich-Grenzen 61
- Anima 22, 216-223, 331, 333
- Auseinandersetzung 334
- Ewig-Weibliche 336
- vgl. Frau
- Provokation 219
- Tod 21, 340
- Verlust 22
- Anmerkungen 15, 253
- Annäherung 60, 239, 246
- der Ebenen 331
- Quantität 268
- sukzessive 210
- Vermeidung 271
- Anpassung 65, 77, 125, 215, 217, 279, 308
- Fähigkeit 171
- Anrufung 153
- vgl. Evokation
- Anthropos 97, 98, 246
- Antichrist 349 - 350
- Antiquität 119
- Antlitz
- vgl. Gesicht
- Götterfratzen 348
- Antwort 128-129,152, 249
- finden 171
- schuldig bleiben 220
- anything goes 182
- Apathie 142,152,154, 313
- Apfel 242, 357
- Aphrodisiakum 298
- Arbeitshypothese 136
- vgl. Hypothese
- Archetyp 163, 280, 306, 330, 333, 340
- archetypisch 108, 219
- Architektur, mythische 309
- Archiv 299
- Ärger 165
- Armut 138
- ars moriendi s. Sterben
- Asche 176, 319
- Assoziation 61, 97, 247, 310
- Assoziationsexperiment 291
- ästhetisch 214
- Kriterien 288
- Ästhetisierung 116, 131, 147,269, 307
- Astralreisender 80
- Asymmetrie 263, 281
- funktionelle 266,310
- Atmen 132,198, 212, 273, 342
- Atombombenabwurf 227
- Atomisierung 167
- Fragmentarisierung 178
- vgl. Mosaik
- Sand 351
- vgl. Staub
- Sublimation 96
- vgl. Vielfalt
- Aufbau und Abbau s. status nascendi et status moriendi
- Aufbruch 159
- Auferstehung 200-202, 336, 337
- Auferstehungsleib 202
- Aufgabe 94,108, 226, 362
- Aufklärung 75, 111, 172
- Anti-Aufklärung 294
- Auflösung 203, 216, 257
- des Ichs 10
- vgl. Ich-Verlust
- Projektion 249
- Selbstauflösung 319
- verhindern 167
- und Wiedergeburt 161
- Aufmerksamkeit 50, 91, 190, 260, 287, 308-309,353
- Absorbierung 181
- freiflottierende 319
- Notwendigkeit 14
- schwebende 221, 320
- schweifen lassen 44
- Verlagerung 30, 55, 317, 329
- vgl. wach
- Aufrüstung 150
- Aufstieg 73, 190, 282, 343
- Aufwachen, falsches 49, 213
- Augen 196, 229, 346
- Aura 51
- vgl. Leuchten
- Ausbildung s. Erziehung
- Ausbruch 168, 341
- Auschwitz 315
- Ausdauer 68
- Auseinandersetzung 81, 240, 338-339
- bewußte 163
- faire 341
- mit der Nacht 228

- Auserwähltheit 68, 101, 102
 - vgl. Elitarismus
- Ausschließlichkeitsanspruch 90
- Ausschluß 256, 331
- Außen-Innen 271, 308
- Außerkörperlichkeit 359
 - Aktionsradius 19, 34
- Alchemie 137
- Anhängen des Körpers 78
- archetypisch 260
- vgl. Aufwachen (falsches)
- vgl. Austritt
- Authentizität 101
- Axiom 80, 361
- Bedeutungslosigkeit 90
- Bedingungen 114
- Bestätigung 144
- vgl. Betrachten des eigenen physischen Körpers
- Beweis 114, 244
- Bewertung 139, 307
- Bewußtseinsverlust 33
- Bildungsdefizit 349
- Bindeglied verschiedener Erlebniswelten 49
- Con 350-351
- Dauer 41, 353
- «Definition» 16
- Deutung 320
- Doppelgänger 225, 352
- vgl. Durchdringen von Gegenständen
- vgl. Durchsichtigkeit
- einmalige Erfahrung 36, 336
- Einübung in Sterben und Nachtod 337-338
- Empfindung des physischen Körpers 258
 - als Erfahrungsmöglichkeit 17
- Erkenntnistheorie 64, 112
- Erleben 241-242
- erste eigene Erlebnisse 16-18
- Experiment 52, 115
- Fähigkeiten 359
- Flucht 353-354
- vgl. Fortbewegung
- Freud (Sigmund) 360
- Gefährdung 3 51
- Gefühl 365
- Gemeinsamkeiten 260
- Genußsteigerung 316
- Geräuschzuordnung 40
- Gesellschaft 101
- als gesellschaftskritisches Ereignis 331
- Gleichgültigkeit 43
- Halluzination 217
- Handlungsfreiheit 56, 66, 140, 141, 194
- Handlungsmotivation 86
- Häufigkeit 20, 119
- Herausforderung 117
- Identifizierung 157
- und Imagination (aktive) 89
- institutionalisierte Auseinandersetzung 245
- Interesse 139
- Jung (Carl Gustav) 137-139, 302, 360
- Kastration 342
- Kind 264-265
- Konsequenzen 80
- vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins
- Kriterien 243
- kritische Aufmerksamkeit 308
- Kryptomnesie 292
- vgl. Leuchten
- Leugnung 314
- Literatur 289
- Luzidität 309
- Märchen 323
- Mißbrauch 39
- Multiplicatio 259, 317
- partnerschaftliche 51
- phantastische Literatur 288
- Protokollierung 30
- und Psychologie 22-23
- rechtshemisphärisch 263
- Reise in die Vergangenheit 315
- vgl. Rückkehr
- Schatten 353
- Schizophrenie 33
- vgl. Sehen des eigenen physischen Körpers
- Seltenheit 80
- Sexualität 187
- sexuelles Verhalten 330-331
- Sichtbarkeit für andere 195
- Silo 343
- spontane 80-81, 175
- Steiner (Rudolf) 360
- subjektiv-objektiv 185
- Thematisierung 138
- therapeutische Verwendung 39
- Tod und Verwesung 336
- Tradition 58
- Traum-Ich Beobachtung 291
- Überlieferung 238

- Unbeschwertheit 44
- vgl. Unsichtbarkeit 359
- Unterschied zum Alltag 335
- Verbreitung 267
- Verhaltensänderung 267
- Verifizierung 80-81
- Verständnis 126
- verwandte Bezeichnungen 359
- Voraussetzungen 135
- „Vorstufen“ 308, 356
- Wahrheit 129
- vgl. Wahrnehmung
- und Weltbild 34
- Wesensbestandteil des Menschen 173
- Widernatürlichkeit 217
- Widerspruch zum Weltbild 27
- Widerstände 48
- Wiedergeburt Adams 283
- Wiederholbarkeit 17, 42, 114, 136
- Wirklichkeit 340
- Wissensquelle 110
- Wunschvorstellungen 141
- Zweiter Zustand 330
- Aussteigen 170, 203, 223, 227
- Austritt 19, 25-69, 82, 83, 202, 211, 256, 317
- Ablösungstechnik 308
- Auferstehung 337
- Ideoplastie (bildliche Umsetzung) 372-373
- Impuls 43
- Klick-Effekt 25-26, 256
- Lage des physischen Körpers 51
- Leichtigkeit 50
- Nebeneffekt der Luzidität 42
- Wahrnehmung (optische) 46
- partiell 46
- Phänomene 26
- Reaktion 53
- Schwierigkeiten 39-40
- vgl. Sog
- spontaner 53
- Täuschung 50
- Technik 45-46
- als Traum 54
- vgl. Tunnel
- verwandte Bezeichnungen 361
- Vibration 43, 139
- Vorstellungsschema 29-30, 43
- Wiederholbarkeit 50
- willkürlicher 54
- Auswendiglernen 123, 212-213, 343/ 344
- Auto 58-59, 61, 216
- fahren 64
- Autonomie des Unbewußten 83, 86
- Autosuggestion 229, 247
- Axiom 63, 80, 90, 129, 291, 302, 361
- Axiomatik 80-81, 110, 135
- B**
- Babylon 236
- Baku 77-79, 285
- Balken 266
- Ball 120
- Bär 334, 346
- vgl. Eisbär
- Zahn 221-222
- Bardo 249, 337
- Barmherzigkeit 352
- Bauernhof 141 -144, 2 27
- Baum 84-85, 93, 184, 191, 193, 345
- der Erkenntnis 71
- der Erleuchtung 344
- Verwandlung in 332
- Beben 165
- Bedürfnisse 12, 273
- gesellschaftliche 109
- materielle 336
- Beeinflussung 133
- vgl. magisch
- telekinetische 53
- Befreiung 120, 166, 167, 344, 349
- frei machen 345
- Begehrde 127, 265
- Begehren 270, 302
- sexuelle 330
- Begriff 22, 265, 306
- Begrifflichkeit 209
- Begriffsbildung 306
- Begrüßung 183
- Beharrlichkeit 182
- Beharrungsvermögen 278
- Bemächtigung 348-349
- Beobachter 296
- vgl. Handeln und Beobachten
- Beobachtung 91, 135, 157, 160, 184, 219, 236, 247, 257, 266, 290, 339, 370
- des Ichs 103
- des Traum-Ichs 291
- Zuschauen 206
- zufällige 260
- Bequemlichkeit 130
- Berg Helikon 68

Berührung 197, 231, 328
 Streicheln 207
 Bescheidenheit 68
 Beschränkung 128
 vgl. Verzicht
 Besitz 3 11
 materieller 335
 Besonnenheit 133
 Bestätigung 60, 80, 167
 vgl. Verifizierung
 Betrachten des eigenen physischen Körpers 51
 Betroffenheit 212
 Betrug 261
 Beweglichkeit, geistige 270
 Bewegung 60
 Beweis 95, 114-115, 128, 148, 220, 267, 362
 empirisch belegbar 266
 der Ich-Existenz 81
 -material 195
 Bewertung
 Loslösung 302
 vgl. Wert
 Bewußtlosigkeit 176, 240, 250, 327, 368
 Blackout 54
 vgl. Ich-Identitätsverlust
 Bewußtsein 177, 218, 326
 Entwicklung 85
 Inhalt 186, 323, 325, 326-327, 329
 inner- und außerkörperlich 17
 vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins
 Kontrolle 18, 32, 55, 255, 362-363, 371
 Achtsamkeit 45
 Hände betrachten 5 2
 Kontinuitätsüberprüfung 325
 Minderung 30
 Modus 262-264
 Punkt 359, 373
 Übertragung 308, 317, 352
 Verlust 44, 83, 90, 126, 175, 217, 248, 310
 Bewußtwerdung 173, 177, 326
 Beziehung 131
 Beziehungslosigkeit 282
 Biafra 339
 Biene 256
 Futter 333
 Big Bang 339
 Bilder
 Flut 288
 Sehen 46-47, 258

Nachwirken 54
 Bindung 269
 biogenetisches Grundgesetz
 Haeckelsche Vorstellung 319
 Biß 132
 Blackout s. Bewußtlosigkeit
 Blatt 40, 253, 255, 333, 343, 357
 Ablösen wie ein Blatt 30
 Blei 117
 blind 206
 Blockierung 202, 323
 vgl. Hindernis
 durch Theorie 90
 Böse 242, 248, 249
 Bösartigkeit 247
 Bosheit 248
 Brief 120
 Brücke 266, 274
 Buch 172, 289
 Makulatur 15
 Bücherwissen 289, 322
 Buchstabe 200, 298
 ABC 343, 344
 Girlande 121
 Wortfolge 25
 Bunker 164
 Buße 322, 353

C

Caltabellota 335
 Chakra 274
 Chaos 73, 277, 282
 Chaoten 282
 Chimäre 275, 285
 China 119, 146
 circulus vitiosus
 Alltagsbelange 73
 bewegungstherapeutisch 72
 Im-Reise-Herumfahren 61
 Karussell 61
 Kreislauf der Wiedergeburten 281
 Produktion und Konsum 278-279
 vgl. rotatio
 Teufelskreis 91
 Unwissenheit 322
 Vermarktung 123
 Weg-Ziel 60
 Wiederholung 179
 Zirkelschluß 248
 Comic 288, 295, 324
 conditio humana 257

coniunctio 197-200, 302

vgl. Vereinigung

tonsensus 273

torpus callosum 266

D

Dachau 315

Dämonen 46, 248

-heer 216, 345

Dankbarkeit 98

Darm 224

Darstellungsgrenze 246

Definition 209, 265

deformation professionelle 279

Dekadenz 182,330

Demut 68, 74, 250

Denken 10, 59, 82,118, 176,194, 240,

247, 262, 310, 312, 363

archaisches 146

begriffliches 265

bildhaft und abstrakt 263

Gedankengang 247

Harmonie mit dem Gefühl 88

vgl. Ideoplastie

kausales 309

Konflikt mit dem Gefühl 88

kybernetisches 325

normgemäßes 10

schnell, rasch 44

Schwachstelle 247

Theorie 17

Theorie und Praxis des rationalen Denkens 311

Depersonalisation 33

Depression 71, 273, 278

descensus ad inferos 208

Desertieren 356

Desillusionierung 125

deus ex machina 291

Deutschland 226

Deuten (Deutung) 21-22,23,65,69, 86,

88, 103,115,132-135, 137,147,151,

163,166,176,184, 194,198, 203, 205,

214, 234, 259, 271, 284, 296, 304, 30s,

310, 321, 331, 354

und Auseinandersetzung 338-339

Bedürftigkeit 10

von eigenen Erfahrungen 28

Fessel 322

als Hilfe 12

vgl. Ideoplastie

zwecks Integration 91

Invarianz 12, 312-313

Jung, C. G. 338-339

Methoden 77, 310

reduktiv 126

subjekt-objektstufig 164, 321

im Traum 312

unbefriedigend 61

als Verdrängungsmechanismus 29

Zurückhaltung 34

Dialektik (dialektisch) 89, 230, 263

Diamant 132, 301

-körper 202, 336

Dienen 284

Diesseits-Jenseits 295, 338

Diffamierung 123

Differenzierung 319, 327, 346

Dimensionswechsel 251

vgl. Ebenenwechsel

Ding an sich 129, 280

diskontinuierlich 190

Diskussion 309

Dissoziation 33, 96,176, 287, 368

Distanzierung 76,130, 203, 20\$, 206, 226, 228

Disziplin(ierung) 30,50,120,130-131, 243, 298, 299

Djed-Pfeiler 202, 349

vgl. Quader

Dogma 269, 293, 310

Dorje 301

Drache 66, 79, 81, 232, 242, 275, 285, 333
Kampf 346-348

Dramatisierung 68,121,176, 182

Aufbauschen 15 5

Dritte s. Tertium

Dresden 315

Drogen 82, 286

Druide 356

Druse 345, 346

Du 192,198,199, 200, 226, 346, 351

Dualismus (Dualität) 193, 250, 251, 263, 265,319

Dunkelheit s. Schwärze

Durchbruch 204-205, 238, 247, 248

Verhinderung 13

Durchdringen

von Gegenständen 18-19, 3°, 33, 39, 40, 44, 46, 50, 52, 57, 93, 140, 194, 197, 201, 374

Hindurchfahren 216

Durchsichtigkeit 48

vgl. Glas
vgl. Transparenz
Dynamik, dämonische 232

E

Ebenen

Paralleluniversum 350
-Vermischung 32, 363-364, 373
-Überlappung 363-365
-unterschiede 41
-Wechsel 33, 39,40,4s, 54,93,140,142,
184,186,190, 233, 327, 364-365, 373
abrupter 32
vgl. Dimensionswechsel
durch Interpretation 3 31

Eber 108, 222, 334, 341, 346-347
vgl. Baku
-hauer 347
-zahn 221-222

Eckankar 261

Edelstein 220-222

Effizienz 335

Egoismus, theoretischer 370, 371

Egotrip 86, 234

Ehe 355
-bruch 330

Ehre 73

Ehrfurcht 206

Ehrgeiz 346

Ehrlichkeit 185, 233, 234
offenes Wort 322
vgl. Offenheit

Eiche 332

Eid 347

Eine 282

Einheit 93, 192,199, 200, 246, 280, 281,
297, 340
absolute 325
Einswerdung 202
vgl. Unio mystica
vgl. Verschmelzung

Einigung 246

Einsamkeit 72,101,179, 198

Einschlafen 156, 201, 223, 258
vgl. hypnagogischer Zustand
und Ich-Verlust 10
Kontinuität des Ich-Bewußtseins 12
Sprachregelung 33
als Tor zur Nacht 9
Verwandschaft mit dem Sterben 9,10
Einsicht, rationale 311 - 312

Einstellung 229

„Axiomatik- 80
gegenüber der seelischen
Wirklichkeit 58

Wandel 240

vgl. Weltbild

Einweihung s. Initiation

Einzigkeit s. Auserwähltheit

Eisbär 100,108, 222

vgl. Bär

Eisenbahn 121

Ekel 62, 78, 79,120, 142, 207, 223-231,
232, 236, 247, 349
-Problematik, Schlüssel 331
-Überwindung 229

Ekstase 72

Wesensbestandteil des Menschen 173

Ekstatiker 65

Elend 147, 306

Elitarismus 37,90
vgl. Auserwähltheit

Elixier 201
des Lebens 201

Emanzipation, Anspruch 314

Embryonalentwicklung 319

Emotion(alität) 122, 213
vgl. Funktion, emotionale

Empfängnisverhütung 332

Empfindung 310

Endgültigkeit 85
vgl. Ziel

Energie 165,167,174, 215, 338
«innere» 165
-ström 256
-Überschuß 188
-Zustrom 250

Entdeckung der Neuen Welt 312

Entelechie 338
vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins

Entemotionalisierung 116

Entfremdung 20, 58, 61, 71, 272, 279,
314-315

Entmythologisierung 36,116

Entropie 276, 283

Entscheidungskriterium 212

Entsetzen 247
vgl. Ekel

Entspannung 48, 54, 211, 342
Blockierung 46

Enttäuschung 142,178

Entweder-Oder 182

Entwicklungshilfe 166, 314

- Erbarmen s. Mitleid
 Erbe (Erbschaft) 119,143, 314
 karmisches 270
 vgl. Tradition
 Erdbeben 64,121 -122
 vgl. Beben
 vgl. Erschütterung
 Ereignishorizont 320
 Erfahrung 134, 294
 Ähnlichkeit 107
 Austausch 107,109
 Auswahl 14
 Auswirkung 14
 Bewertung 193, 290
 Diskussionsbasis 118
 Dramatisierung 68
 eigene (persönliche) 68,257, 269,278,
 296, 301, 311, 314
 Ausschluß 126
 Berücksichtigung 22
 Bestätigung 80
 Bewertung 28, 37,112-115, 33s
 Einbettung in Bestehendes
 Erleben 339
 Erschließung 12
 Notwendigkeit 271
 Vergessen 289
 Verhaltensänderung 267
 Weltbild 244
 Wiederholbarkeit 129, 33s
 Wirklichkeit 177
 ekstatische 262
 als Er-Fahren 59
 und Erziehung 35
 Gewißheit 241, 250, 251,316, 317
 Hunger nach 174, 203
 Möglichkeiten 9-11, 91, 95, 339
 mystische 102
 des Reisens 60
 Schatz 222
 Schock 172
 spirituelle 300
 Standard 261
 Strom 259
 und Theoriebildung 87
 Vergleich 102
 Wechselwirkung mit dem Gelesenen
 173
 Wissen 198
 vgl. Zimmer (als Erfahrungsraum)
 Erfolg 3 35
 Grundlage 336
- Erfüllung 200
 Erinnern (Erinnerung) 14,67,77,171,171,
 177,187,191-19*, 213, 216, 246, 314,
 315,326,353
 «nach Bedarf» 318
 als Entscheidungshilfe 175, 344
 Herz 11
 Kristall 97, 344
 Orientierung 73
 Verblassen 192
 Vermögen (Fähigkeit) 254, 329, 340
 Erkenne dich selbst 103, 104, 279
 Erkennen (Erkenntnis) 150,187,188,192,
 198, 200, 301, 303, 315, 320, 362
 Begrenzung 109
 objektiv 302
 Unterschied zwischen faktischen und
 potentiellen Erlebnis- und Wissens-
 möglichkeiten 174
 Erkenntnistheoretiker 334
 Erkenntnistheorie 34, 37, 58,109,113,
 134,166,194, 206,251,293
 Erklärung 36, 76
 Erleuchtung 72, 127, 176, 188, 197,199,
 246, 265,281,336,344
 Erlösung 75, 127, 242, 270, 284, 322, 349
 Eros 213
 Erschütterung 122, 223, 230, 234, 240
 vgl. Erdbeben
 Erstarrung 227
 Ertrinken 212
 Erwachen 215, 230, 337, 343
 vgl. Aufwachen, falsches
 Erwachsener 322
 vgl. Kind-Erwachsener
 Erwartung 91, 354
 Bestätigung 355
 Erzählen 95,100-102,107,109,172,188,
 261, 267, 298, 299
 Bedürfnis 120
 Begründung 335
 Bestandsaufnahme 14
 Kunst 267, 322
 Legitimation 116
 von Märchen 123
 als Methode 296
 Mitteilen 314
 Reaktion 119
 Rückkehr zum 13
 Verbot 102
 Voraussetzungen 118
 Widerstreben 199

- und Wirklichkeit 112-115
- Erziehung 75, 174, 188, 224, 295, 310
- Ausbildung 36
 - als Eingliederungsversuch 13
- Grenzen 35
- vgl. Schulsystem
- Zwang 37
- Esel 349
- Eskimo 100
- Esoterik(er) 79, 292
- Ethik (ethisch)
 - Auseinandersetzung 307
 - Begründung 158
 - Forderung 82
 - Normen 86
 - Problem 331
 - Standpunkt 239
 - Verpflichtung 62, 68, 145, 154, 272, 310
 - Vorstellung 312
- Evokation 348
 - der Anima 216, 225
 - vgl. Anrufung
 - magische Zitation 330
 - des Unbewußten 215
- Evolution 129, 159
- Experiment 114, 128, 135, 140, 244, 249
 - Überprüfung durch 362
- Explosion 121, 191, 200, 227
- extractio animae 200

F

- Fachbuch 289
- Faden 326
- Fahren 58-59
- Fährmann 266
- Fallen 212
- Falsifikation 90, 268, 272, 362
- Familie 119
- Fantasy 294, 324
- Farben 56, 195, 210, 219
 - der Augen 229
 - der Edelsteine 220
 - vgl. Glitzern
 - der Seele 200
 - als Sinnentzug 218
 - spiel 228, 346
 - vgl. Vielfalt
- faschistoid 348
- Faszination 121, 226
 - Faszinosum 348
- Fata Morgana 257

- Fegefeuer 266
- Fehleinschätzung 76
- Fehler 133, 225
 - vermeiden 315
- Feigheit 344
- Feinstoff(lich) 350, 374
- Feldforschung 257
- Feuer 201, 241
 - weit 96
 - werk 121, 200
- filius philosophorum 282
- Film 205, 228, 339
- Filter 31, 136
 - dämpfen 279
 - Traum-Ich 368
 - vgl. Trübung
 - Verfinsterung 201
 - verschwommene Aufmerksamkeit 270
 - vgl. Verzerrung
- Finden 92
- Finsternis s. Schwärze
- Fisch 298
 - Zeitalter 97
- Fixierung 34, 59, 190, 321, 329, 353
- Fleisch 298
- Flexibilität 178
- Fliegen 17, 19, 26, 38, 45, 53, 55, 56, 57, 66, 93, 95, 197, 212, 255, 320
- Fließen 96
- Fließgleichgewicht s. steady state
- Flucht 100, 112, 132, 147, 159, 175, 188, 208, 228, 229, 234, 280, 294, 351, 353-354
 - impuls 207
 - ins Vergessen 223
 - Verfolgung (räger-Gejagter) 346
 - versuch 86
- Flugscheibe s. UFO
- Fluktuation 178, 280, 318, 351
 - fließende Logik 310
- Fluß 184
- Folter 227
- Form 265
- Formlosigkeit s. amöboid
- Forschung 199, 260
- Fortbewegung im außerkörperlichen
 - Zustand 17, 359
 - vgl. Fliegen
 - märchenhafte 59
 - Mittel 59, 60
 - vgl. Ortswechsel
 - vgl. Schweben

vgl. Zu-Fuß-Gehen
 Fortschritt 59, 129, 148, 186
 Frage(n) 96, 221, 246
 Antwort 128, 354
 Art der 79
 nach der Außerkörperlichkeit 261
 nach dem Leiden 226
 nach Motivation und ethischer Norm 86
 nicht stellen 75
 um Rat 241
 richtige 284
 Suche nach der passenden 75
 -verbot 79, 134, 284
 Fragestellung |In-Frage-Stellen) 53, 63, 71, 73, 77, 98, 119, 128, 145, 162, 186, 195, 195, Jio, 348, 365-366, 370
 Anstoß 102
 irrelevant 217
 Problematik der Formulierung 12
 Scheu 172
 sich selbst 166
 Suggestivkraft 267
 Frau 189, 213, 297, 341, 348
 vgl. Anima
 Bewertung 148, 149, 347
 Emanzipation 310, 347
 «Eroberung» 126
 Folterung 227
 Forderung 150
 vgl. Mann-Frau
 Negation der Weiblichkeit 307
 Verfolgung 224
 Wahrnehmung 150
 Wiedererlangung der Weiblichkeit 225
 Freiheit 109, 159, 167, 290, 318
 Beschränkung 154, 321
 Unterdrückung 167
 Freizeit 188
 Fremde s. Ganz-Andere
 Freude 52, 246
 Frevel 42, 101, 160, 161, 212
 Friede 21, 192, 246, 283, 315
 Frustration 278
 Fühlen s. Gefühl
 Führer s. Guru
 Führung 82
 Funke s. scintilla
 Funktion(en)
 emotionale 16, 362, 365
 kognitive 255, 362-363, 370
 transzendente 89

Furcht 71
 und Angst 209
 Litanei 339
 -losigkeit 68, 127
 -Überwindung 348
 Unerschrockenheit 127
 Furie 341
 Fuß 237

G

Gabr 355
 Ganz-Andere 52-53, 63, 76, 77, 131, 146, 166, 198, 223, 229, 231, 248, 256
 vgl. amöboid
 Fremdartigkeit 219, 226
 und Psychologie 28
 Spielraum 174
 Widerspruch zum Normalen 11
 Ganzheit 130, 198-200
 vgl. Einheit
 Gas 227, 283
 Gebet 319
 Gebirge 31, 219
 Geborgenheit 94, 162, 246, 278, 327
 Ausschluß 64
 Geburt
 des Ichs 166
 vgl. status nascendi et status moriendi
 Gedächtnis 67, 213, 218, 270, 316, 328
 vgl. Erinnern
 Gedanken 44
 vgl. Denken
 Geduld 68, 126, 278, 311
 Gefahr 121, 122, 151, 167, 215, 248, 298, 299, 303, 351
 Gefangener 164
 Gefangenschaft 321
 Gefängnis 167, 169, 238, 276
 Gefühl 58, 60, 61, 115, 117, 118, 131, 148, 150, 164, 185, 199, 240, 241, 262, 288, 307, 309, 310, 312, 322
 Beziehung 49
 Harmonie mit dem Denken 88
 Konflikt mit dem Denken 88
 Kontakt 315
 Schock 22
 Gegensatz 176, 199, 200, 223, 249, 261, 280, 297, 318-319, 320, 345, 349
 Ausgleich 116-117
 Integrierung 131
 Vereinigung 126, 340

- Gegenstand, besonderer s. Kostbarkeit
 Gegenwart 59, 329, 342
 Geheimhaltung 352
 Geheimnis 128,15s, 161, 201, 229, 284, 297, 302,314,348
 Gehen, zu Fuß s. Zu-Fuß-Gehen
 Gehirn 262-264
 Geilheit 340
 vgl. Begierde
 Geister 62, 77,82,333,339
 Geistesgegenwart 344
 Gelassenheit 48,68, 72, 97, 223, 281, 318, 366
 Geld 102
 vgl. Kostbarkeit
 Genügsamkeit 91,130
 Geräusch 26, 230, 256
 vgl. Wahrnehmung, akustische
 Gerechtigkeit 68
 Geruch 226
 Geschenk 75
 Geschichte
 eigene 94
 persönliche 111
 Gesellschaft
 Abkehr 169
 Bedürfnisse 109, 114
 Wertmaßstab 180
 Zielsetzung 273
 Gesetz 151
 Gesicht 219, 227, 229, 231, 233, 239, 240
 vgl. Antlitz
 Götterfratzen 348
 Gespräch 38, 102, 162,184,191, 225, 233, 299, 343
 Rahmenbedingungen 328
 Unterhaltung 345
 Gewalt 181,182, 348, 370
 strukturelle 315, 321, 367
 Verbund 314
 Verzicht 209
 Gewißheit 36, 37, 53, 81, 94, 110, 115, 135,250,257,336,367
 absolute 268
 Bedeutung 27
 und eigene Erfahrung 15
 vgl. Erfahrungsgewißheit
 als Kriterium der Außerkörperlichkeit 16
 Sterben zu müssen 10
 als Theoriebegründung 90
 trägerische 87
 Gewohnheit 367
 zerschlagen 79
 Gipfel 281
 Girlande 141
 vgl. Buchstabe
 Glas 18, 50, 52, 57,93, 195, 229
 vgl. Durchdringen von Gegenständen
 vgl. Spiegel
 Glauben 91, 336
 Gleichgewicht 81, 281
 dynamisches 186, 325
 harmonisches 264
 statisches 186
 Gleichgültigkeit 48, 165, 254
 Glitzern s. Leuchten
 Glocken
 -geläut 236
 vgl. Klang
 -schlag 39, 40
 Glück 102
 -Seligkeit 84, 281, 283, 336
 Gnade 335
 Gold 118, 333
 und Silber 298
 Gottesfurcht 346
 Gottheit, zornvolle 249
 Grab 145,148,153,162, 201,202, 315, 357
 Gral 75, 76, 79, 284
 Gefäß 289
 Grenze 19,80,86,161,170,185, 204,247, 248, 366
 Durchlässigkeit 102
 der individuellen Fähigkeiten 238
 Intaktheit 248
 willkürliche 87
 Grenzland 357
 groß-klein 209, 246, 328, 341-342
 Große Mutter 222, 231, 342, 346-347
 Guatemala 339
 Gullinborsti 334
 Gummi 120
 vgl. amöboid
 Guru
 erleuchteter Meister 261
 Führer 91, 241
 vgl. Führung
 Glaube 37
 vgl. Psychopompos
 Rufen nach 27
 gut-böse 249, 250
 Gute, Verschlechterung 350

H

- Haar 298
- Haben-Sein-Werden 177
- Halluzination 29, 58, 6i, 217, 257, 271
- Handeln 163, 304, 312, 314, 339
 - und Beobachten 205, 230, 30s
- Handlungsfreiheit 87
 - vgl. Außerkörperlichkeit
- Handlungsweise 60
- handelnd Nichthandeln vgl. Wu-Wei
- vgl. Verhalten
- Harmonie 72, 88, 95, 117, 356
 - dialektische 262
- Häßlichkeit 228
- Häuptling 108,149,152,163, 314
 - vgl. Wilder
- Hausfrau 242
- Haustier 340
- Haut 248
- Hedonismus 316,322
- Heer, wildes s. Wildes Heer
- Heidekraut 333
- Heilig 128
- Heimweh 270
- Held 276
- Heldenkampf 232
- Hemisphären 262-264
- Herausforderung 75, 106, 316
 - durch das Fremde 11
- Hermeneutik 304
 - hermeneutisch 307
- Herrschaftsanspruch 36
- Herz 22,112, 315, 318, 328, 356
 - steinernes 328
 - Weg des Herzens 11
 - Wohnstätte des Hl. Geistes 242
- Hexe 228, 333
- hierarchischer Aufbau 245
- Hieros Gamos s. Hochzeit
- Hildiswin 334
- Hilfe 208
 - Erinnerung 344
 - hilfreicher Einfall 234
- Hilflosigkeit 194, 233
- Hilfsbereitschaft 229
- Hilfsmittel 353
- Himmel 199, 245
- Hindernis 19, 116,131,163,179-182,
186,187, 243, 321, 360
 - vgl. Blockierung
- Sexualität 303, 329-330
- Hingabe 342
- Hinken 275, 281
- Hiroshima 315
- Hirsch 334
- Hitze, innere 200
- Hochzeit
 - chymische 340
 - Heilige 188
 - Hieros Gamos 199, 340
 - vgl. unio mystica
- Hoffnung 116,143,169, 171, 182, 214,
245,278, 313, 320
- Höhle 204, 205, 225
 - vgl. Tunnel
- Hölle 247
- homogen 282
- Homöostase 325
- homosexuell 330
- Homunculus 352
- Horizontale-Vertikale 64
- Horror 228
- Humor 147, 243
- Hund 207, 340
- Hüter der Schwelle 259, 355
 - vgl. Schatten
- Hybris 276, 294
- hypnagogischer Zustand 274,367-368
 - vgl. Einschlafen
- Hypothese 267
 - vgl. Arbeitshypothese
 - der multidimensionalen Wirklichkeit
63

I

- Ich 163,177-178, 313/ 325-326
 - Alltags-11
 - altes 174, 201, 343
 - altes und wahres 176, 178
 - Auflösung 46, 96,138, 167-170,171,
175,215
 - vgl. Außerkörperlichkeit
 - beobachten 103
 - Bestand 96
 - Definition 223
 - beim Einschlafen 29
 - Existenzbeweis 81
 - grenzen, Auflockerung 286
 - identität 115, 200, 328-329
 - komplex 291
 - vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins
und Körperzustand 190

- leeres 289
 - luzides 12
 - minderung 168, 176
 - Panzer 272
 - Panzerung 77
 - praeluzides 368
 - Rest 168
 - und Selbst 246
 - Stabilisierung 170, 351
 - Stabilität 215
 - tod 317
 - vgl. Traum-Ich
 - Überschätzung 276
 - Unstetigkeit 46
 - Verlust 9,10,41,225, 368
 - Vernichtung 167,176
 - zerfall 177
 - zustand 104
 - Ida 256
 - Ideal 283
 - Idealisierung 269
 - Idealismus 371
 - Idee 369
 - Identifikation (Identifizierung! 33, 90, 279, 289, 291, 301, 310, 327, 340, 343
 - Identität 122,152,176, 202, 291, 313
 - als Extrem 326
 - mit der kollektiven Norm 186
 - von Nirvana und Samsara 336
 - Ideoplastie 363, 368-369, 372
 - Ausgestaltungen 147
 - vgl. Denken
 - vgl. Deuten
 - Gedanke und Form 274
 - Formtendenzen 274
 - Verformbarkeit 272
 - vgl. Vorstellung
 - Illusion 218, 245, 34\$
 - Imagination 154
 - aktive 89, 90, 106, 145, 236, 287, 293, 307, 308-309, 360
 - Imitatio 92
 - Indianer 145, 156, 305, 306, 313, 314, 320
 - Individualismus 327
 - Individualität 101,111,116,200,279,289
 - Individuation 302, 327, 340
 - vgl. opus magnus
 - Individuum 326
 - Rechte 89
 - Induktion 311
 - Inflation 261
 - vgl. Hybris
 - Informationsangebot 109,174,188, 322
 - Initiation 77, 92,169
 - Einweihungszeremonie 343
 - Inkarnation 350
 - Inkubation 275, 286
 - Instabilität 350
 - Instinkt 340-341
 - reaktion 226
 - Institution 189, 207, 208, 211, 245, 261, 279, 331-332
 - Integration 199, 256, 297, 299, 326, 336, 353
 - Integrität 62,239
 - Intellekt 22,115,117,131
 - Ausschließlichkeitsanspruch 146
 - Intellektualität 257
 - Interpretation s. Deuten (Deutung)
 - Introspektion 336
 - Intuition 115, 143,148, 262, 265, 270, 307,309,310,312,317
 - vgl. Wissen, intuitives
 - Invalidität 3 3
 - Invasion 226-228
 - Inzest 330
 - Irrationalität] 262, 309, 31s, 330, 339
 - vgl. Ganz-Andere
 - Iris 346
 - Irland 335 — 336
 - Irrtum 303
 - Isolierung 299
- ## J
- (a-Sagen zum Sein 303
 - Fagd 346
 - Jenseits 357
 - vgl. Diesseits-Jenseits
 - Jerusalem 349
 - Jetzt 289
 - Jugenderlebnisse 255
 - Jugendliche 282, 309
 - Jugendunruhen 309
- ## K
- Kabbala 349
 - Käfig 164
 - vgl. Gefängnis
 - Kampf 208, 341, 348
 - vgl. Krieg
 - kunst 318, 356
 - tüchtigkeit 347

- Kannibalismus 346
 Kapazitätsauslastung 335
 Karma 326, 350
 Karriere 331
 Kastration 213,225, 273, 342, 349
 Entmannung 346-347
 vgl. Köpfen
 Katalysator 299
 Katastrophe 121,153,168,169,237, 313,
 351
 vgl. Untergang
 Zusammenbruch 176
 Kausalität 168
 Kerker s. Gefängnis
 Kernenergie 174
 Kessel 224
 vgl. Gral
 Khajuraho 336
 Kind 171,227, 272, 304
 und Eltern 150,196, 224, 273,
 341-342, 352-353
 und Erwachsene is, 171,258,264-265,
 295
 Werden 171
 Kindheit
 Bewahren 171
 Erlebnisse 16
 Verlust 129
 Kino 203, 205, 228
 Kirche 33 s
 Kitsch 100
 Klang 298
 vgl. Wahrnehmung, akustische
 Klarheit 128, 301
 Kleiner-Werden 208
 Klick-Effekt s. Austritt
 Klitoris 226
 Kluft 345-346
 Klugheit 68, 220, 343
 vgl. List
 kognitive Funktionen s. Funktionen, kog-
 nitive
 Koinzidenz 248
 Koitus s. Sexualität
 Kokon
 Hülle der Identitäten 202
 Kolonialisierung 314
 Kommerzialisierung s. Vermarktung
 Kommunikationsformen 184
 Kommunion 198
 Kompensation (kompensatorisch] 136,
 271,273,280
 Komplex 141, 290, 3 28
 Bewußtwerdung 103
 Komplexität 327
 Kompromiß 193
 Konditionierung 186, 330
 Konflikt 60, 71, 135, 262, 271, 280, »09,
 315
 zwischen Denken und Gefühl 88
 Gewissenskonflikt 77
 Konformität 73, 109, 322
 König
 und Königin 297
 -tum 284
 Konkretisierung 107,185, 213, 247
 Mitleben im Alltag 119 -120
 Konkurrenzdenken 290
 Konsequenz 129,150,188, 214, 235, 250,
 283
 des Ausbruchs 168
 Schlußfolgerung 118
 der seelischen Wirklichkeit 203
 theoretische und praktische 312
 Konservatismus 159
 Konstanz 174,186, 304, 327
 und Kontinuität 328
 unveränderliche Ego-Entität 178
 Konsum 170
 -gesellschaft 316
 Kontext 61,318
 Kontinuität 53, 177, 325, 329
 Kontinuität des Ich-Bewußtseins 362
 und Ablösung (Austritt) 42, 45-46
 im Alltag 151
 Anfälligkeit 47
 vgl. Außerkörperlichkeit
 als Axiom 80, 361
 Beachtung 39
 Bedrohung 216
 Beibehaltung 310
 Beobachtung des Ichs 103
 als beunruhigender Faktor 251
 bewußtseinsfähiges Drittes 337
 und Bewußtseinsinhalt 301
 und Bewußtseinskontrolle 18
 Brauchbarkeit 206
 conditio sine qua non 284
 und Deuten 305
 Disziplin 298
 dormiens vigila 337
 und Ebenen Wechsel 34
 beim Einschlafen 11,12
 Einstellung 163

als Entscheidungskriterium 302
 und Erinnerung 85
 Erkenntnistheorie 369
 und Erleben einer fremden Welt 5 3
 als ethische Verpflichtung 360
 Fluktuation 351
 Forderung 163
 und Funktionen (emotionale und kognitive) 133
 und Gedächtnis 67, 213
 Gelassenheit 281
 und Gewalt 181
 vgl. Handeln
 und Held 276
 Hypothesen 63
 und Ich 177-178
 und Ich-Geschichte 327
 Integration des Schattens 353
 Intuition 152
 bei C. G. Jung 138
 als Kennzeichen 92
 und Kind 264
 Klarheit 57
 Konsequenz 211
 und Körperzustand 33,115,191,324
 als Kostbarkeit 222
 als Kriterium 111
 als Lebensprinzip Ye 337
 sich dem Licht ergeben 202
 und luzider Traum 48
 vgl. Luzidität
 Methode 58
 Mißbrauch 83
 die Nacht durchwachen 356
 im Nachtodzustand 337
 Polarität 117
 als Prüfstein 217
 und Psychotherapie 273, 308, 342
 Schulung 368
 Schwierigkeiten 223
 und Selbsterkenntnis 353
 und Sexualität 303
 Stabilisierung 55,140,190
 als Stabilisierungsfaktor 3 50
 und Störung 324
 Subjektivität und Objektivität 185
 und Tantrik 134
 als These 137
 und Traumbeeinflussung 87
 und Trauminhalt 304
 und Traumkontrolle 82, 286
 und das Unbewußte 303

Unerwartetes 236
 Unmöglichkeit 80
 und Unwissenheit 154
 und Verdrängung 175
 Verhinderung des Zerfalls 372
 Verlust 13,19,179,237
 Verunmöglichung 90
 Verzicht auf Zerstörung 348-349
 und Vielfalt 182
 Voraussetzungen 237, 243
 wachbewußt werden 62
 und Weltbildkonformität 313
 und Wille 157
 und Wu-Wei 161
 Zweifel an der Wirklichkeit 95
 Kontrolle 214
 Konzentration (konzentrieren) 31, 44, 47,
 54, 83,165,174, 206, 216, 270, 337
 Köpfen 67, 273, 347
 Abtrennung des Ichs 33
 vgl. Kastration
 Körper 231, 316, 350, 356
 vgl. Außerkörperlichkeit
 -empfindungen 38, 48
 -losigkeit 251
 -starre 41, 43
 Veränderungen 250
 Verschachtelung 157
 vgl. Verwandlung
 Kostbarkeit 222, 284
 besonderer Gegenstand 49, 220
 vgl. Geld
 Kleinod 284
 vgl. Schatz
 Krake 56, 231
 Krankheit 33
 Kreativität 109, 231, 322
 Kreisen des Lichtes s. rotatio
 Krieg 227, 283
 vgl. Kampf
 Krieger 355-356
 Kristall 283, 345
 des Sinnes 246
 Kristallisierung 318
 Kristallisationszentrum 98
 kritische Einstellung s. Zweifel
 Kryptomnesie 292, 295, 342
 Kugel 84, 98
 Kuh 141,184
 Kulturschock 174
 Kundalini 343
 Kürbis-Siegel 261, 272

Kuß 231

L

Lächeln 209

Lachen 179, 289, 345

Landkarte 58

Landschaft 31, 39, 45, 52-53, «3», «32,
140,154, 181,204,212,214,218,274

lapis philosophorum s. Stein der Weisen

Larva 352

Leben 127, 159, 161

Anima 22

Augenblick 289

Dimension 168

Einheit mit dem Tod 10

Frucht 242

Standard 306

Sinn 246

Strom 169

und Tod 11

Unvollständigkeit 10

Verflochtenheit 116

verlieren 73

Vollständigkeit 303

Wechselwirkung 167

Leben nach dem Tod 200,243

Beweis 317, 366

Lebendigwerden 354

Lebenserfahrung 37

Leere 168, 212, 276, 291, 369

Sunyata 301

Legende 192

Legitimation 220

Leib-Seele-Problem 261

Leiche (Leichnam) 21, 78, 226, 343

Leichenstellung 342

Leiden 62, 74, 95, 147, 172, 178, 226, 227,
315, 316, 322, 329, 348

Leidensdruck 293

Leistung 113

Lemming 316

lesbisch 330

Lesen 57,120,172,212, 323

vgl. Wort

Leuchten 26, 52, 83, 92, 157, 195, 210, 232

vgl. Aura

Erhellen 334

Erstrahlen 85

Glimmen 158

Glitzern 132

Leuchtkraft 56

vgl. Licht

Lichtfilm 51

Lichtschimmer 84

Strahlen 246, 336

Leviathan 108

Libanon 339

Libelle 186, 258

Liberalität 155

Licht 26, 167, 201

Erlöschen 343

Finsternis 170

Fülle 168

vgl. Leuchten

-quelle 222

vgl. scintilla

Liebe 72, 79, 82, 147,187,197, 199, 286,
298, 302, 303

Linde 332-333

linear 310

Linearisierung 246

Linearität 97,168, 309

des Denkens 59

Geradlinigkeit 315

links-rechts 263

linkshemisphärisch 37,112, 149, 262-
264, 266, 274, 288

List 133, 151

vgl. Klugheit

literarischer Gesichtspunkt 288

Literatur 289

-kritik 112

Loch 157, 204, 212, 214, 224, 226, 237,
247,251

Logik 110,152,168, 265, 315

der Intuition 310

Lösung 123,186, 199, 228, 249

erstaunliche 241

nicht-alltägliche 14

verblüffende 332

zweiter Ordnung 190, 214, 341

LSD 260, 274, 286

Lust 122, 343

-gewinn 303, 316

Kama 344

Luxus 147

Luzidität (lucidus) 65, 87,158, 227, 255,

354, 37i

und Alltag 15 5

Ausflucht 15 8

vgl. Austritt

Bedeutung 211

Handlungsfreiheit 86

- vgl. Ich
- vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins
- Wert 309

- M**

- M 120, 298
- Macht 96, 131,169, 174, 298, 308, 348, 370
 - anspruch 356
 - mißbrauch 39, 298, 370, 371
- Magie (magisch) 133,166,352
 - vgl. Beeinflussung
 - vgl. Traumkontrolle
- Mag Mell 357
- Magnet 98
 - feld 153, 230
- Mahamudra 336, 357
- Mahlzeit 75, 108,144, 334
- Mandala 98
- Manipulation 128,133,185, 209, 370
 - Verdacht 268
- Manipulierbarkeit 267
 - vgl. Magie
- Mann 148-150, 341
 - und Frau 150,199, 222-223, 3°5, 336, 347,348,355
 - vgl. Androgynie
 - Eiche-Linde 332
 - vgl. vir rubeus et mulier candida
- Männlichkeitsmythos 307
- Mantra S2, 298
- Märchen 65, 81, 82,123,133, 166,172, 173, 264, 267, 306, 322-323, 324, 332, 344, 356, 359,362, 365, 373
 - als Argument 173
 - authentisches Erleben 11
 - Bedeutung 175
 - Fortbewegungsweisen 59
 - haft 181
 - land 53
 - mann 195
 - Schlußformel 323
- Marienkult 211
- Marxismus 330
- Maske 71
- massa confusa 282
- Mäßigung 99
- Matur, eidgenössische 264
- Mauer 164-169,174, 180,197, 206, 207, 321
 - Felswand 203
- Maya 180, 328
 - Bindung 269
 - Schleier 200, 336
 - Trugbilder 216
- Mazdaismus 354
- meditatio mortis 83-84
 - Sitzen auf Leichnam 343
- Meditation 84,134, 249, 265, 322
 - Aufbau des Geistleibes 338
 - introspektive 331
 - sanfte 336
 - taoistische 308
 - Technik 352
- Mensch
 - Geschichte 14
 - natürlicher 211
- Menschlichkeit 147, 254
- Menstruation 297
- Messer 100, 221, 225
 - Skalpell 227
- Metaphysik 110
- Methode 60, 91, 131,161,162,257, 370
 - altbewährte 63
 - aus dem Alltag 65
 - Erzählen 296
 - Prägung 163
 - Verfahren 221
- Methodologie 296
- Militär 188, 356
 - Einsatz 311
- Missionierung 314
- Mißtrauen 13, 38,49,191, 247, 268
- Mißverständnis 23, 94, 97,102,112,184, 191,245,266,293
- Mitleid 72,131, 207, 284, 298, 352
 - Erbarmen 300, 336
 - Mitgefühl 240
- Mithuna-Skulpturen 336
- Mitte 246, 281, 326
 - vgl. Zentrum
- Mond 222
- Monogamie 213
- Monopol 63, 299
- Monster 133, 230
 - vgl. amöboid
 - monströse Form 35
 - Ungetüm 248
- Moral 62,117,185,186, 213-214, 330-331
- Mosaik 144
 - vgl. Atomisierung
 - Einzelteile 315

Fragment 325
 vgl. Komplex
 Persönlichkeitsfragment 352
 Zettel 212
 Motivation 86,162, 309, 33s
 Müdigkeit 51, 57,156
 im außerkörperlichen Zustand 16

 «Schlafsog» 40
 mulier candida s. vir rubeus
 Multidimensionalität 63,125
 äquivalente Ebenen 137
 Axiom 361-362
 vieldimensionale Logik 310
 Multiplicatio 259, 316, 337, 352
 Mumie 160, 320, 321
 Musen 67-68
 Musik 258
 Mut 53, 69, 94, 160, 162, 171, 243/ 347
 -losigkeit 203
 -probe 169, 233
 Mutation 14
 vgl. Wandel
 Mutter
 -archetyp 229
 -imago 229
 und Vater 341-342
 Mysterium 202
 coniunctio 264
 vgl. Geheimnis
 Mystik 58,194
 jüdische 350
 Nachvollzug 11
 Mystiker 6s, 80, 334
 mythologein 267
 vgl. Erzählen
 Mythen |Mythos) 166, 264, 267, 306

 authentisches Erleben 11

N

Nacht 210, 256, 357
 Einfluß auf den Tag 9
 Einheit mit dem Tag 10, 22
 Erfahrungsmöglichkeiten 9,10
 Fragwürdigkeit 15
 Ganzheit des Menschen 14
 -leben 9, 278
 Sprache 10
 Unterschied zum Alltag 14
 Wirklichkeit der Mythen 333
 Zusammenhang mit dem Tag 334
 Nachtod s. Bardo

Nacktheit 176
 Nagasaki 315
 Nagual 280
 Name 222, 363
 Narzißmus (narzistisch) 116, 331
 Natur 256, 314
 -gesetz 266
 -Wissenschaft 144, 268
 und Psychologie 300
 Studium 20
 Nebel 38, 71, 8s, 218, 281
 vgl. Trübung
 nekrophil 331
 Netz 61, 63, 98, 157, 193, 245,255,291
 der Gewohnheiten 28
 klassifikatorisches 41
 Leitungsdrähte 66
 Neugier 75, 78,161
 Neurose 228, 343
 Nichts 212
 Nichtsein 96
 Nichtwissen 289
 sokratisches 242
 Nirvana 72, 281, 283, 336
 Nondualität 336
 Nonne 227
 Norm 125, 318
 -Setzung 327
 Numinose 348
 Nymphe 186

O

Objekt
 Außenwelt 338
 vgl. Subjekt-Objekt
 Objektivierung 89, 193, 340
 Objektivität 36,110,185, 265, 302
 Offenbarung 60, 246, 298
 Offenheit 3s, 59,101,128, 178, 272, 301,
 353
 vgl. Ehrlichkeit
 Offensichtlichkeit 268
 Okkultismus 293, 307
 Ökologie 89
 Ontogenese 319
 Opal 220, 222, 346
 Opfer 71,100, 109,131,175, 212, 213-
 214, 225,342-343, 346,365
 Opportunismus 340
 Opposition 89
 opus magnum 282

vgl. alchemistische Arbeit
 vgl. Individuation
 Ordnung 60, 88, 159, 161, 283, 309
 Ordnungslosigkeit 168
 Ordnungsprinzip 29
 Ordnungswidrigkeit 248
 orgiastisch (Orgie) 187, 214, 227, 341
 Orientierung 10, 28-29, 80, 85, 93, 152,
 163,170,171, 174, 201,238, 251
 Originalität 101
 Ortswechsel 31-32
 vgl. Ebenenwechsel
 Ost-West 149,152, 309

P

Pandorabüchse 169
 Panik 121,164
 Paradies 242,272, 278, 357
 vgl. Landschaft
 Paradigma 34-35, 71, 73, 259, 370
 Paradigmenwechsel 68,87,89,110,154,
 259
 Paradox 99,198, 200, 221, 240
 Parallelwelt 94
 vgl. Ebenen
 paranormal 11,17,102,126,176, 244,
 271,293,295
 außerordentlich 53, 292
 Parapsychologie 13,58, 244-245,267,
 271
 Parsen 355
 Paß 219
 passiv 203, 307
 pathologisch 176
 Patriarchat 341, 348
 Pegasus 41, 66-69,79, 81, 82, 108, 275,
 346
 Penis 183, 184, 225
 vgl. phallisch
 Pentagramm 235
 Persona 72,233,279
 Personenkult 261
 Personifikation 154,155, 353
 Figur aus dem Unbewußten 232
 Persönlichkeitsdimension 266
 Pferd 66,108
 Pflicht 188, 341
 -erfüllung 13-14, 340
 phallisch 213-214
 Kultstätte 334
 vgl. Penis

Phallusbesessenheit 349
 Phantasie 112,185, 306, 313
 -produkt 154
 Phantastik 288, 295
 Philosophie 22
 des Als Ob 135
 Phoenix 176, 319
 Phosphorene 274
 Photopsie 274
 Physiker 334
 Physiognomik 240
 Pingala 256
 Planung 260
 Polarität 199, 200, 223, 263
 positiv-negativ 106
 Postulat 362
 Potenz 350
 Prägung 152
 Prajnaparamita 241
 präluzid 155, 313, 368, 372
 Preya 320
 Priester 211,213,342-343
 kirchlicher Würdenträger 210
 prima materia 282
 primitiv 305
 vgl. Wilder
 principia explicandi 256
 principium individuationis 178
 Privatsphäre 101
 Privilegien 208
 Probezeit 172,173
 Profitdenken 335
 Projektion 249, 278, 302
 Objektanteil 250
 Hypothese 249
 Protokollierung 340
 Prüfstein 346
 Psychoanalyse 89
 Psychologie 12, 19, 22, 58, 63,66, 75, 85,
 134,136,186, 206, 245, 300
 Abstützung 82
 Analytische 90
 axiomatische Grundlagen 63
 und das Ganz-Andere 28
 Nutzen 103
 als Rahmen 22-23
 Relativierung 27
 Schlüssel 287-288
 Sprache 267
 des Traumes 61
 und Traumvermarktung 123
 Psychopompos 94, 95, 96, 99, 241

vgl. Guru
 vgl. Stimme
 Psychose 228, 343
 psychosomatisch 357
 Psychotherapie 61,273,291, 293, 314, 342
 meditative 357
 Solipsismus 371
 Punkt 251
 vgl. Bewußtsein
 Brennpunkt 326
 schwarzer 46
 Puzzle 179
 vgl. Mosaik
 Pyrit 120

Q

Quader 227, 349
 Quantität (quantitativ! 268, 335
 und qualitativ 102
 Quelle 67, 210, 333
 dritte m, 117, 206, 222
 Fassung 174
 Göttinnen 334
 kulturelle 313
 der Nacht 11, 74, 169, 279
 Peirene 275
 Umsetzungsform 113
 des Wissens 109-112
 Zugang 211
 Quintessenz 97

R

Rache 228
 Rassismus 320
 rational (Rationalität! 310, 312
 Bedrohung 64
 Fähigkeit 117
 und irrational 116,130, 151, 31 o
 Rationalisierung 272
 Ratlosigkeit 171, 250
 Ratschlag 209, 241
 Raum, innerer 238
 Raupe 186
 Rausch 71,187
 Realist 111
 Realität s. Wirklichkeit
 Realitätsprinzip 307
 Rechtfertigung 60
 rechtshemisphärisch 112, 150, 262-264,
 266,274, 288, 293, 295, 331

und linkshemisphärisch 115-116
 rechtshirnig 60
 rechtsläufig 189
 Reduktion (reduktiv! 61, 116,272
 Regel s. Norm
 Regression (regressiv) 116, 146, 171, 305
 Reich der Mütter 208
 Reinkarnation s. Wiedergeburt
 Reinkarnationserinnerung 315
 Reinkarnationstherapie 284
 Reise 27, 82,193, 241
 Erfahrung 60
 im Jenseits 94
 zielgerichtete 59
 Relativierung 36,101,157, 164, 167, 202,
 236, 280, 281, 319, 326
 religio 210
 Religionsgeschichte 58
 Religiosität 96
 Repression 189, 309, 331
 Resignation 63, 139, 142,182
 Respekt 259
 Reue 214, 322
 Revolution 174
 Rezeptionsproblematik 267
 Riese 208-209, 341
 Koloß 237
 Rind 141
 Ring 119
 Risiko 158, 160, 249
 -bereitschaft 130, 207
 Riß 166,167, 248
 Spalt 192
 im Weltbild 63
 Rivalität 123
 Rollenverhalten 279
 Rom 226
 rot 119
 und weiß 297
 rotatio 280, 320
 vgl. circulus vitiosus
 Kreisen des Lichtes 280
 Rückerinnerung 270
 Rückkehr 27, 44, 47, 52, «oo, 173,179,
 213,221,235,237, 239, 249,366
 vgl. Aufwachen, falsches
 vgl. Außerkörperlichkeit
 als Flucht 225
 in die Heimat 171
 in den schlafenden Körper 86
 Schnelligkeit 16
 vgl. Sog

Verzicht 227
ins gewohnte Weltbild
Wunsch 219
Zwang 29, 31
Rufen 27, 52, 220
vgl. Evokation
Ruhe 343
innere 172
RUstungswahn 341

S

Sachzwang 11, 33, 35, 123, 150, 159, 273,
307, 315, 321, 336, 367
Sackgasse 72, 131, 146
sado-masochistisch 331
Sährimnir 334
Sakrileg 150
Sammlung 299
Samsara 72, 281, 336
Sanftmut 68
Schädel 83, 84, 118
Schaf 207, 340
Schamane (Schamanismus) 39, 65, 80, 238
Schastel marveil 33s
Schatten 57, 131, 232-241, 316, 352, 353,
354
-bewußtwerdung 352
-bruder 240
-losigkeit 78
Schatz 26, 142, 333
vgl. Kostbarkeit
Schauen 134
Schichten 245
vgl. Ebenen
Schicksal 165
Schießen 224
Schlachten (Schlachtung) 108, 222, 346
Schlaf (schlafen) 32-33, 156, 175, 243,
327, 333, 342
Bewertung 9
Beziehung zum Tod 9 -11
traumloser 254
Schlange 108, 132-133, 210, 242
Schlußfolgerung s. Konsequenz
Schlüssel 127, 160, 163, 222, 282, 287
Schmerz 138, 166, 172, 174, 192, 198, 227,
322, 349, 353
Schmetterling 186, 258
Schmutz 142, 269
Dreckarbeit 356
Schnee 99, 301

Schock 22, 192, 198, 246
Schönheit 52, 57
Schöpfung 200
Prinzip 350
Schrei (schreien) 31, 121-122, 132, 170,
203, 227, 284
Schuld 62, 74, 9s, 111, 131, 147, 148, 186,
278, 316, 322
Schulsystem 264
vgl. Erziehung
vgl. Waldorfschule
Schulung 169, 259, 263
der Kontinuität des Ich-Bewußtseins 11
vgl. Meditation
Üben 355
Schutz 236
Schwalbe 120-121
schwarz (Schwärze) 120, 206, 212, 214, 247
Dunkelheit 215
Finsternis 246, 352
Schwarzwild 346
Schweben 26, 94, 250, 289
vgl. Fliegen
Schweigen 72, 102, 112, 134, 170, 188, 192
Pflicht 9
Schwelle 238
Schwert 75, 275, 356
Schwimmen 206
Schwindel (gefühl) 67, 237
Science Fiction 294, 324, 365
scintilla
Funke 193
Lichtfunken 167, 251, 336
Seelenfünkeln 343
Seelenreise 307
vgl. Außerkörperlichkeit
Sehen des eigenen physischen Körpers s.
Wahrnehmung, optische
Sehfähigkeit s. Wahrnehmung, optische
Sehnsucht 166
Sein 326
und Nichtsein 246, 249, 250
Sekten 261
Selbst 84, 85-86, 163, 338, 356
Vernichtung des alten Ichs 79
Selbstbeschränkung s. Verzicht
Selbsterkenntnis 188, 242
und Nachtod 337
Selbstfindung 299
Selbstlosigkeit 169
Selbstorganisation 159, 170, 319
anarch.-dissipative Strukturierung 261

- geordnete Struktur 317
- Neustrukturierung 170,171
- vgl. Wu-Wei
- Selbstverwirklichung 279, 336
- Selbstwertgefühl 167,168
- Sensation 42,121
- Sensibilisierung 315
- Sensibilität 319
- Serendipity 36,260
- vgl. Zufall
- Sexualität (sexuell) 19,41,111,140,141, 197-200, 303-304, 329-330
- Bedürfnis 199
- Bewertung 186
- körperliche Liebe 336
- Nonnen 186
- Obsession 211
- Phantasien 83
- und Polarität 336
- Problem 45, 331
- Spannung 39
- Theorie 293
- triebhafter 213
- vgl. Vereinigung
- Verlangen 83
- Versuchung 345
- Shirokina Kami s. Baku
- Shreya 320
- Sicherheit 96
- Sicherheitsbedürfnis 35
- Silber 222
- Sinn 13, 85, 88,101,127,166, 169, 198, 245-246, 300,311
- beraubung 299
- findung 278
- frage 109
- gebung 198
- Suche 35
- Sinnesdeprivation 258
- Sizilien 334, 33s
- Skelett 81,84,148,157,160, 163, 283, 320, 346
- Gerippe 344
- Knochenlosigkeit 350
- Skepsis s. Zweifel
- Skrupel 187
- sodomistisch 331
- Sog 18, 31, 40, 44, 47, 50, 51, 54, 57, 122, 140,167,196, 230, 237, 248, 251, 351
- vgl. Austritt
- vgl. Rückkehr
- Sohn 342, 347
- geliebter 214
- Soldat 356
- Solipsismus 141, 353, 370, 371
- Sonne 9 s
- und Mond 284
- Sol-Luna 297
- sozialer Ansatz 257
- soziale Relevanz 299
- Speicherung 177
- vgl. Erinnerung
- Spezialisierung 262
- Spezialist 7 5
- Spiegel 57, 71, 353-354, 355
- bild 232-241
- Eitelkeit 331
- vgl. Glas
- Spiegelung 247, 345
- Spielregel 188-189
- Spinne 210
- Spirale 91
- Spontaneität 171, 178,185, 289
- Geistesgegenwart 344
- Sport 341
- Sprache 97, 118,199, 200, 231, 267, 274
- objektive Bedeutung 12s
- Unzulänglichkeit 335
- weibliche 297
- vgl. Wort
- Zwang 113
- Sprachgewohnheit 33, 83, 92
- Sprachlosigkeit 58,150, 273
- Spuk 363
- Spur60,76, in, 147,148,152,162,193, 204, 311
- spurlos 261
- Stabilisierung 217
- Stabilität 31,76, 239, 326-327
- Standfestigkeit 216
- Standhaftigkeit 126, 345
- Standpunkt 13,122, 130,131,15s, 156, 185,186,250,292,311,341,348
- vgl. Weltbild
- Statistik 36-37, 266-268
- Statue 201, 202, 236
- status nascendi et status moriendi 182-183
- Aufbau- und Abbauprozesse 325
- Selbsterneuerung und Selbstzerstörung 177
- vgl. Wu-Wei
- Staub 167,170,176
- vgl. Atomisierung

Staunen 16, 27-28, 36, 75, 129, 154, 367
 steady state (Fließgleichgewicht) 32s
 Stehenbleiben s. Welt anhalten
 Stein 119, 349
 der Weisen 202, 221
 -wesen 227
 Sterbeerfahrung 9, 254, 320
 Nachvollzug 11
 Sterben 175, 183, 186, 266, 339, 344
 ars moriendi 10
 Bewertung 9
 und Einschlafen 9, 10
 Lichter erlöschen 343
 Sternenhimmel 26
 Stier 184, 334, 349
 Stil 112, 288
 Stille 72, 95, 97, 132, 230
 Stillschweigen 320
 Stimme 82
 des Herzens 60, 65, 73, 149-150, 151
 innere 15, 21, 25, 40-41, 185, 199, *45
 der Musen 68-69
 vgl. Psychopompos
 vgl. Wissen, intuitives
 Stolz 168
 Störung 282, 308
 Ausgleich 327
 und Endzustand 325
 Straße 59, 60
 vgl. Linearität
 Strom 169
 der Erfahrung 259
 strukturelle Gewalt s. Gewalt
 Studentenunruhen 22
 Studienreform 22, 192-193
 Studium 20
 Stufe 91, 190
 Sturm 237
 Subjekt-Objekt (subjektiv-objektiv) 128,
 248, 265, 280, 326, 340, 354, 371
 Deutung 321
 Spannung 200
 Trennung als dialektischer Schein 125
 Subjektivismus, selektiver 154, 280, 291,
 340, 371
 Subjektivität 36, 185, 265
 Sublimation 96, 112
 Suchen 92, 128, 160
 und Finden 29, 220-221
 Suggestion 87
 Sühne 212-214
 Summen 256

Sumpf 151, 282, 334
 Sünde (sündhaft) 74, 186, 187, 214, 3 5 3
 Sunyata 336
 Sushumna 256
 Syllogismus 248
 Symbol 12, 29, 61, 69, 114, 134, 136, 137,
 164, 189, 214, 272, 284, 307, 308
 Synchronizität 35, 107
 System
 abgeschlossenes 178, 185, 283
 offenes 178, 325

T

Tabu 187, 330, 349
 Tag
 Dauer 10
 und Nacht 284
 -träum 112
 Takt 259
 Tantra (Tantrik) 132-134, 256, 298, 301,
 336
 Taoismus 60
 Tatsache 91
 Täuschung 50, 53, 56, 217
 vgl. Aufwachen, falsches
 vgl. Filter
 technologisch 123
 Telekinese 53
 Telepathie 94, 229
 Teppich 235
 Terminologie 28, 63, 322
 Terror 226, 260
 Tertium 262, 280
 das bewußtseinsfähige Dritte 337
 Dritte 306
 vgl. Unio
 Teufel 66, 248, 285, 333, 345, 356
 Satan 349
 Thanatopsychologie 267
 Thangka 259, 301
 Theologie 335
 Theorie 92, 110, 162, 257, 268, 275, 290
 Anspruch 90
 Begründung 90
 Beruhigung des Denkens 17
 und Erfahrung 87
 Möglichkeiten 287
 als Rahmen 335
 als Spezialfall 89
 Subjektunabhängigkeit 36
 Überprüfung 126

- Therapie 28
- thermodynamischer Hauptsatz 283
- Tief schlaf 254, 270
- Tier, sprechendes 120,141
- Tod 174,202,214, 243, 249,266, 327,336
 - absoluter 283
 - Bewertung 9
 - Beziehung zum Schlaf 9 -11
 - freiwilliger 100
 - Heiligtum 127
 - und Leben 183, 347
 - vgl. Leben nach dem Tod
 - vgl. meditatio mortis
 - Notwendigkeit 131
 - psychologische Sicht 321
 - sozialer 64, 273
 - und Sterben 214, 356
 - Vorbereitung 9
 - Zeitpunkt 10
- Todesgefahr 121
- Todesnähe 254
- Toleranz 15s, 309
 - permissive 322
- Tollwut 207
- Tonal 280
- Totenbuch
 - Aussagebestätigung 11
 - Schulung der Bewußtseinskontinuität 11
 - Thematik 10
 - tibetanisches 249
- Totenliturgie, ägyptische 201
- Tötung 207,231, 242, 337, 341,346-347, 356
 - Vernichtung 320
 - verweigern 225
 - Verzicht 229
- Tradition 109,136,169, 238, 241, 251, 263,318, 329,347
 - vgl. Erbe
 - phylogenetische Rekapitulation 319
 - Überlieferung 284, 314
- Trägheit 369
- Trance 307
- Transformation s. Wandel
- Transparenz 130, 245, 331
 - vgl. Durchsichtigkeit
- Transzendenz 257
- Trauer (Traurigkeit) 21,192,198
 - Klagen 74
- Traum 60,158, 203,214,272, 306, 371
 - und Alltag 145,313
- artig 218
- auffassung Jungs 86
- vom Austritt 54
- beeinflussung 87
- beenden 11
- Bewertung 10
- einstellung 254
- entstellung 87, 88
- fragment 10,102
- fresserchen 285
- Ich 10,11,59, 62, 63,286, 368, 372
 - beobachten 103-107
 - und Ich-Zustand 104
 - und Imagination (aktiv) 89
 - und kontinuierliches Ich 312
- kontrolle 17,19, 86, 286, 360
 - Beherrschung 81
 - vgl. magisch
- luzider 12, 48, 90, 25s, 371
- als Naturprodukt 62
- normaler 12, 102-103, 372
- präluzider 372
- realismus 305
- theoretisches Wissen und praktisches Erleben 15
- Verhaltensschulung 264
- Vermarktung 123
- Widerspruch zum Alltag 88
- und Wirklichkeit 271
- Träumen oder Wachen 158
- Träumer 255
- Tremendum 223, 348
- Trennung 192, 198, 200, 201, 278, 299
- Treppe 189-191, 373
- Tresor 299, 336, 340
 - vgl. Geld
- Trick s. List
- Trieb 213, 340
 - domestizierung 341
 - Verzögerung 329
- Trivalliteratur 112
- Trübung 199, 346
 - vgl. Filter
 - vgl. Nebel
- Tugend 68
- Tulku 352
 - vgl. Hüter der Schwelle
- Tulpa 352
- Tunnel 121 -123, 204, 205, 237, 364, 372-373
- Tür(Öffnung) 142,159-161,179-181, 195,230,234-236, 240

Durchgang 337
 geschlossenes Tor 35
 -hüter 259
 offene 237
 Turbulenz 215
 Turm 65
 Typologie 310

U

Überleben 71,159,174, 258, 314
 Übertragung 63
 UFO 261
 Flugscheibe 96
 nichtidentifiziertes Objekt 230
 Umarmung 191, 201
 Umgangssprache 28
 vgl. Sprache
 Umkehr 169,183,186
 Umdrehen 204, 239
 Unbewußte 171, 20s, 215, 291, 303, 338-
 339
 familiäres 237
 kollektives 237, 306, 353
 persönliches 234, 237
 Unfreiheit 302
 Ungewißheit 38, 204, 205, 212, 215
 Uniformierung 188
 Unio 198-200
 mystica 187, 304
 vgl. Einheit
 vgl. Hochzeit
 vgl. Tertium
 vgl. Vereinigung
 Universität 20,21,117,119,192,194,321,
 331
 Unlust 343
 Unordnung 159, 283
 unrein 187
 Unschuld 278
 Unsterblichkeit 202
 Untergang 81, 179, 182
 vgl. Katastrophe
 Unterseeboot 230
 Unus Mundus 337-338
 Unwissenheit 95, 218, 322, 356
 vgl. Nichtwissen
 Uran 118
 Utilitarismus 335
 Brauchbarkeit 109
 von Wissen 173
 Frage nach dem Nutzen 344

zweckrational 169
 Utrecht 120

V

Vagina dentata 349
 Vajra(yana) 132, 301,337
 Vater
 -figur 154
 -mord 77, 341
 und Mutter 341-342
 Vehikel 59
 vgl. Körper
 Veränderung s. Wandel
 Verantwortung 62, 86, 87,158,163,177,
 22s, 272, 278, 303, 308
 Verantwortungslosigkeit 182
 Verbitterung 193
 Verdienst 73
 verdrängen (Verdrängung) 9,10,14, 29,
 62,71,79,82, 87,88,92,102, 126,131,
 141, 158-159,175,182, 203,272, 316,
 320,323,327,331,340
 Vereinigung 51,160,188,191,198-200,
 201,223, 228, 298, 301,334
 vgl. Coniunctio
 der Gegensätze 340
 vgl. Sexualität
 vgl. Unio
 Yuganaddha 336
 Verfolgung 188, 203-204, 229
 vgl. Aggression
 Vergangenheit 315, 329
 Vergessen 11,77,79,83,121,167-168,
 170,176,180,182,187, 223, 246, 260,
 282, 289, 317-318, 327, 342, 353
 Hunger nach 203
 intentionales 323
 Verhalten 86,103-107,134, 135,149,
 152,157,166,171,175,185, 221, 226,
 229,259, 305,310,316
 Änderung 22, 267
 Formen 77
 vgl. Handeln
 Kritik 284
 Norm 279
 Prägung durch den Alltag 155
 situationsadäquates 217
 in Traum und Alltag 103-104
 Verifizierung (Verifikation) 80-81, 268,
 362
 vgl. Bestätigung

- Verletzung (verletzen, Verwundung) 120,
131,168, 199, 207, 214, 224, 273, 297
des Gefühls 2 2
vgl. Hinken
Verletzlichkeit 101
Verstümmelung 349
- Verlust 159
- Vermählung 200
- Vermarktung 123, 335
Verkauf 293
- Vermeidung 60
- Vermischung 217,226
- Vernichtung 242
- Vernunft 265
und Herz 11
Vernünftigkeit 309
- Verpflichtung s. Ethik
- Verrat 101,154
- Versagen 204
- Verschmelzung 198-200, 225, 331, 349/
352,363
Durchdringen 187,191
vgl. Einheit
Ineinanderfließen 51
- Verselbständigung 240
unabhängig werden 352—353
- Versöhnung 282
- Versteck (verstecken) 143,160, 219
- Verstehen, intellektuelles 339
- Versuchsperson 244
- Versuchung 344
- Verteidigung 159
Bedürfnis 209
- Vertrauen 65, 82, 96,106,119,159,161,
170,172, 206, 250, 290
in das Gefühl 61
Mißbrauch 197
- Vervielfältigung 259
vgl. Multiplicatio
- Verwandlung 183,191,197, 209, 231
vgl. Körper
vgl. Wandel
- Verweigerung 187, 203
- Verwesung 336
- Verzauberung 173, 289
- Verzerrung 186
vgl. Filter
- Verzicht 58,65,92,116, 223,330-331
Beeinflussung 45
Beherrschung 81-82, 86
vgl. Beschränkung
Einsicht 162
- Ekstase 72
- Erklärung 36
- Formung 289
- Gewalt 86,181
vgl. Opfer
Rückkehr 227
Selbstbeschränkung 82,123,170,175,
213,223,298,370
Tötung 209, 348
unbewußt zu werden 243
Verdrängung 77
- Verzweiflung 178
- Vibration s. Austritt
Schwingen 54
- Vieldeutigkeit 115
- Vielfalt 128,169,182,188,191,223, 267,
281, 305, 327
vgl. Atomisierung
vgl. Farben
Fülle 318
Ganzheit 200
Mannigfaltigkeit 232
- Vierte 118,254
- virrubeus et mulier candida 119, 284, 297
vgl. Mann und Frau
- Vision 246, 288, 306
bewußtes Handeln 307
- Vissuddha Chakra 273
- Visualisation 301
- Völkermord 315
- Vorentscheidung, theoretische 90
- Vorsicht 17, 50,182,235,238, 250, 294
- Vorstellung 27, 32, 59, 94, 114
vgl. Ideoplastie
vgl. Weltbild
- Vorurteil 15,163
- W
- wach 32-33, 63, 83, 93, 191, 202, 217,
324, 327
bleiben 337, 362
vgl. Kontinuität des Ich-Bewußtseins
-sein 271
Wortgebrauch 27
- Wachheit (Wachsamkeit) 157,199
vgl. Aufmerksamkeit
- wachsen (Wachstum) 117,236,246
Begrenzung 325
größer werden 236
- Wächter 366
vgl. Hüter der Schwelle

- Waffe 224, 356
 - Einsatzoption 311 - 312
- Wahn (Wahnsinn) 127,169,170-171, 212, 237, 238, 249, 266, 276
- Wahrheit 38,94,113,116,127,177-178, 239, 267, 268,278, 292,345
 - an sich 280
- Wahrnehmung 117,135,158,162,185, 194, 200,211,217,310,317
 - akustische 256, 258
 - vgl. Geräusch
 - vgl. Glocken
- Astralsinnesorgane 265
 - vgl. Außerkörperlichkeit
- der Erkenntnisquellen 268
- Körperempfindungen
 - vgl. Austritt
- Prickeln 46, 256
- Modus 262-264, 317
- optische 39,40,44,47, 52, 57,194, 218, 251,258, 265
 - Photopsie 274
- Sehen des Körpers 18,78
- Sehschärfe 195
- Vorurteile 296
- Wald 205, 323
 - Dschungel 204, 210
- Waldorfschule 264
- Wandel (Wandlung) 102, 113, 127, 129, 167,168, 174, 183,186, 236, 250, 279, 327, 367
 - erster Ordnung 190
- Fest-Stellbarkeit 329
- Formen 281
- des Negativen 79
- Transformieren 121
- Unfähigkeit 283
- Veränderung 122, 208, 250
 - von Bewußtsein und Unbewußtem 298
 - geordnete 283
 - vgl. Verwandlung
- zweiter Ordnung 191, 332
- Wanderschaft 73, 243
- Wärmetod 73, 276, 283, 325
- Warnung 75,121,150, 286, 341
- Wasser 206, 212
 - Meer 230
 - offene See 206
 - Ozean 198
 - trinken 210
- Wassermannzeitalter 67, 79
- Wasserwelt 97
- Wechselwirkung 34, 95,114,128-129, 176,178, 200, 283, 302, 306, 319, 369, 370
 - Chaos 282
 - Fähigkeit 282
 - Gefüge 280
 - Grundlage 350
 - und Individuation 327
 - Interaktion der Gehirnhälften 264
 - Integrität der Beteiligten 62
 - und Körper 202
 - Scheu 304
 - Tradition 329
 - Unfähigkeit 73
 - Verhinderung 13
 - Wärmetod 276
 - Zweifel 292
- Weg 59-61,63,91,131
 - des Herzens 72, 92
 - intuitiver 311
 - zur dritten Quelle 111
 - sanfter 182
 - sicherer 303
 - spiritueller 314
 - weiser 59, 63,148
 - zum Wissen 109
- Wehrbereitschaft 341
- Weigerung 99
- Weinen 21, 179,193, 227
- Weisheit 127, 301, 315, 356
- weiß 119, 120, 301
- Welt 94
 - anhalten 72, 332
 - stehen bleiben 189-191
 - Stillstand 87
 - neue 206
- Weltbild 35, 71,112,130,144,147,152, 156,159,162,177-178, 185, 201, 259, 366,373
 - und Abnormes 273
- Absolutheitsanspruch 13 5
- aufbrechen 174
- Ausschließüchkeitsanspruch 216
- und Außerkörperlichkeit 27
- Bedeutungsveränderung 11
- Bruch 126
- dualistisches 249
- und Eigenerfahrung 36
- vgl. Einstellung
- Flexibilität 157
- als Gefängnis 164

- Halt 171
- Handungsleitfaden 3 16
- als Hindernis 54
- Identität mit 291
- vgl. Ideoplastie
- indianisches 305, 306
- als Maßstab 28
- Nischen 273
- Risse im 6 3
- Rucksack 175
- Stabilität 76
- vgl. Standpunkt
- und Träumer 313
- Untergang 81
- Urteil 292
- Vereinbarkeit 267
- vgl. Vorstellung
- Wandel 84
- Widerspruch zur Erfahrung 217
- Zweckentfremdung 151
- Weltraum 237
- Weltuntergang 122
- Wer bin ich? 115, 145,146,163,167,176,
J°5
- Werden 326
- Wert 315
 - beständigkeit 174
 - vgl. Bewertung
 - neutralität 163
 - Setzung 290
 - skala 184
- Widerspruch 80, 91, 92,157,183
- Widerspruchsfreiheit 129
- Widerspruchslosigkeit 310
- Widerstand 63,168
- Wiederbelebte 80
- Wiedergeburt 161, 281, 282
 - Wiederverkörperung 251
- Wiederholung 17,190, 216, 327
 - Verbot 135
- Wiederholbarkeit 114,129,13s, 335
- Wilder 210, 211, 341
 - vgl. Häuptling
 - vgl. primitiv
- Wildes Heer 364
 - vgl. Dämonen
- Wildnis 111,148
 - und Zivilisation 171
- Willensanstrengung 167
- Willkür 269
- Wind 238, 247, 351
- Wirbel 215
- Wirklichkeit 53, 69, 82,97,109, 129,135,
138,158, 203,222,234, 300,319
- Akzeptierung 113,155
- andere 280
- annehmen 34
- an sich 114
- Aufbau 13 5
- Begründung 250
- Beschreibung 114,12 5
- eigene 242
- eigentliche 280
- einzig 29
- Erwartung 287
- erweiterte 101
- und Halluzination 217
- indianisches Weltverständnis 146
- jenseits des Alltäglichen 245
- multidimensionale 63
- Nenner 13
- Netz 41-42
- nicht-alltägliche 219
- Realitätsverfälschung 248
- Reduktion 133
- Schlüssel 287-288
- seelische 58
- des Traumes 60, 158
- Überprüfbarkeit 114
- Verantwortung 86
- Vielfalt 305
- Zweifel 95
- Wirkungsgrad 325
- Wissen 96, 108, 127-129, 198, 246, 301
 - absolutes 73
 - Art 20
 - besonderes 65
 - Bücher- 214
 - dritter Grad 266
 - der Ekstatiker 238
 - aus der Erfahrung 188, 214
 - Erwerb 109,112, 292
 - existentielles 37
 - geheimes 119
 - geschichtliches 315
 - vgl. Gewißheit
 - Grade 265, 292
 - Identität mit einem bestimmten 289
 - intellektuelles 37, 265
 - intuitives 179,185, 194, 220, 239, 265
 - vgl. Stimme
 - Überzeugung 314
 - der Nacht 297
 - Quelle 109

- Verlust 171
 - weibliches 297
 - Zugang 230
 - Wissenschaft 68,162, 267, 33s
 - Rationalität 318
 - Wissenschaftler 61
 - Wissenschaftlichkeit 193
 - Wissensschatz 194
 - vgl. Erfahrung
 - Wohnung, himmlische 199, 201
 - Wort 200
 - Bedeutung 125
 - vgl. Buchstabe
 - fassen in 97,113,119-120,130, 240
 - Bildsprache 246
 - Unzulänglichkeit der Sprache 335
 - fehlen 261
 - Gebrauch 125
 - und Handlung 198
 - vgl. Lesen
 - vgl. Sprache
 - Wunde 192, 224
 - vgl. Verletzung
 - Wunsch 141,161
 - erfüllung 154, 22s
 - hemmung 316
 - Vorstellung 212
 - Wüste 22,111, 246
 - Wut s. Zorn
 - Wu-Wei 161, 317-319, 366
 - absichtliche Absichtslosigkeit 161
 - aktive Passivität 319
 - handelndes Nichthandeln 161
 - vgl. Selbstorganisation
 - vgl. status nascendi et status moriendi
- Y**
- Yab-Yum 336
 - Yin-Yang 319, 340, 348
 - Yuganaddha 336
- Z**
- Zahl 212, 268
 - Ziffernfolge 343
 - Zahn 221, 346-347, 349
 - Zarathustrier 355
 - Zauberer 356
 - Zauberlehrling 166
 - Zaum 275
 - Zaun 210, 211
 - Zeit, subjektive 97, 156, 192
 - Zeitproblematik 82
 - Zensur 19,61, 87, 303
 - Zentrum 32s
 - vgl. Mitte
 - Zerlegung 100
 - Zerstörung 181,186, 272, 316, 351
 - Zerstreuung 270
 - Zerstückelung 108, 315
 - Zerfleischen 207
 - Ziege 207,275, 340
 - Ziegenbock 340
 - Ziel 58-60, 63, 85, 87, 91,178, 273, 281, 290
 - vgl. Endgültigkeit
 - Gefährdung 21
 - gerichtetheit 260
 - setzung 174
 - Vorstellung 37,89,91,175
 - Zimmer 179-182, 234, 328
 - Zivilisation 148,169, 314
 - formale Ausprägung 180
 - Zivilisierte 341
 - Zölibat 213
 - Zorn 165,193, 301
 - Wut 63, 165
 - Zufall 35, 260
 - vgl. Serendipity
 - Zu-Fuß-Gehen 45, 121
 - vgl. Fortbewegung
 - Zuhören 123,172, 299, 319, 344
 - Zukunft 213, 329, 342
 - Zurückhaltung 76, 311, 3 54
 - vgl. Verzicht
 - zurück zur Natur 147
 - Zusammenbruch 260
 - Zustandskontrolle 17,18, 30-32,44, 48-50, 53,56, 323, 374
 - Zwang 302
 - paradigmatischer 58
 - Zwangshandlung 19
 - zweckrational 311
 - Zwei-Einheit 198
 - Zweifel 48, 74, 202, 241, 245, 247, 256, 269, 291,356, 367
 - Antwort 49
 - ersticken 37
 - kritische Einstellung 82
 - sich selbst bezweifeln 167
 - Skepsis 37,110,243, 247,250,256,298, 353
 - an der Wirklichkeit 95

Zweitkörper 201, 359, 361, 364, 373, 374

Aussehen 38,19s

Erstarrung 43

geistiger Leib 336

Gleichgewicht mit dem physischen

Körper 44

Hypothese 17

Lockerung 5 5

Phänomene beim Austritt 25-69

pneumatischer Leib 336

Sichtbarkeit für Tiere 52

Starre 43

subtlebody 337-338

als Vehikel 59

Vereinigung 51

verwandte Bezeichnungen 374

vgl. Wohnung, himmlische

Zwerg 209, 334

Däumling 339

Über den Autor

Werner Zurfluh, 1945 in Basel geboren, studierte an der dortigen Universität Biologie, Chemie, Physik, Ethnologie und Religionsgeschichte und am C. G. Jung-Institut in Zürich Tiefenpsychologie. Danach war er als Biologielehrer an einem Gymnasium in Basel tätig. Seit 1968 betreibt er eigene Forschungen im «nächtlichen Bereich». Die Aufzeichnungen seiner Träume, luziden Traumerlebnisse und außerkörperlichen Erfahrungen umfassen über 7000 Seiten, die Spezialkartei über 40000 Karten - inzwischen selbstverständlich schon teilweise auf Computerdisketten übertragen. Werner Zurfluh lebt heute zurückgezogen mit seiner Frau in der Bergwelt der Bündner Alpen.

Der Autor freut sich über Zuschriften zu seinem Buch.

Email: werner.zurfluh.@surselva.ch

Homepage <http://www.surselva.ch/6obe/index.htm>

oder über den Verlag:

Ansata-Verlag Postfach 4 CH-3 800 Interlaken

Das Ungewöhnlichste, was ein Mensch je erfahren und beschreiben durfte

Robert A. Monroe

DER ZWEITE KÖRPER

Expeditionen jenseits der Schwelle

Astral- und Seelenreisen in ferne Sphären der geistigen Welt

Broschiert

336 Seiten mit Tabellen

ISBN 3-7157-0201-X

Robert A. Monroe ist einer breiten Leserschaft schon durch sein erstes Buch «Der Mann mit den zwei Leben» bekannt. Im vorliegenden Buch berichtet der Autor über sein revolutionäres System zur Synchronisation der rechten und linken Gehirnhemisphäre (Hemi-Sync), bei dem gewöhnliche Testpersonen mittels bestimmter Tonfrequenzen in transpersonale Bewußtseinsräume Vordringen konnten und oft einzigartige Begegnungen mit heilenden Lichtwesen hatten.

Monroes eigene erstaunliche Erfahrungsberichte bilden den Hauptteil des Buches. Auf seinen bewußt gesteuerten Reisen außerhalb des Körpers erforscht und beweist er die Existenz von anderen übergreifenden Universen jenseits der Materie. Er beschreibt die unaussprechliche, beglückende Gegenwart und Berührung von hohen geistigen Wesen: wie er in ihr Licht und ihre Liebe eintaucht, mit ihnen wortlos kommunizieren kann und an ihrem Wissen über unergründliche Schöpfungsgeheimnisse teilhaben darf.

Der Autor schildert fesselnd, was noch nie jemand aus eigenem Erleben beschreiben konnte: wie ein Wesen aus anderen Galaxien sich zum erstenmal als Mensch inkarniert. So erfährt der Leser ungeahnte und wertvolle Einzelheiten über den Zyklus der menschlichen Existenz — vor und nach dem Leben.

Die tief menschliche Schilderung über Herkunft, Erdenschicksal und Ziel einer jeden Menschenseele gehören zum Schönsten und Ergreifendsten, was ein Buch heute zu bieten vermag. Wie der Autor in nonverbaler Kommunikation die erlebten Geschehnisse und das Wissen aus anderen Dimensionen in unsere menschliche Sprache zu übertragen vermochte, zeugt bereits vom evolutionären Wachstum des menschlichen Geistes und läßt auf eine nicht mehr allzu ferne spirituelle Evolution des Menschen und seiner Erdenwelt hoffen.

Herbert Engel

DER SPHÄRENWANDERER

**Reisen, Begegnungen und Offenbarungen in anderen
Dimensionen**

252 Seiten, broschiert

ISBN 3-7157-0047-5

Dies ist der wahre Lebensbericht eines Suchers nach Weltenerkenntnis. Er wurde vom Verfasser ursprünglich als ein spirituelles Testament für seine Kinder und Enkel geschrieben. Die große geistige Not der heutigen Zeit veranlaßte ihn jedoch, seine Aufzeichnungen schon jetzt zugänglich zu machen.

Herbert Engel beschreibt im ersten Teil des Buches seine Erlebnisse und Erfahrungen während seiner Jenseitswanderungen. Er erzählt, wie er meist nachts, aber bei vollem und klarem Bewußtsein, aus seinem Körper geholt und von erhabenen Botschaftern aus höheren Welten durch die jenseitigen Sphären geleitet wurde. Er begegnete unzähligen bekannten und unbekannten Jenseitsbewohnern und erfuhr dabei alles über das neue Leben der Abgeschiedenen: von ihrer unermüdlichen Arbeit zur geistigen Vervollkommenung, ihrem Aufstieg in die höheren Sphären der Reinigung und Vorbereitung - bis zu ihrer späteren Reinkarnation in unserer Erdenwelt.

Im zweiten Teil des Buches bringt Engel Aufzeichnungen von bisher ungeahnten Offenbarungen und Belehrungen, die er bei seinen Sphärenwanderungen von seinen Geistführern erhielt. Diese Begleiter aus den universellen Welten des Lichts und der Liebe ließen ihn an den großen Geheimnissen des kosmischen Wirkens teilhaben.

Die lebensnahen Schilderungen der verschiedensten Jenseitsbereiche und des Lebens ihrer Bewohner, aber auch die unglaublich präzise beschriebenen Sphärenlandschaften sowie die überraschenden Wendungen im Astralgeschehen - fern aller bekannten Naturgesetze! - machen seinen authentischen Bericht zu einem einmaligen Vermächtnis echten Wissens.

Träume als Quelle der schöpferischen Kraft

Patricia Garfield

KREATIV TRÄUMEN

274 Seiten, broschiert

ISBN 3-7157-0165-X

Übungen mit dem Ziel des vollbewußten und vollerinnerten Träumens gehören seit Jahrtausenden zum spirituellen Training der in die Geheimlehren Eingeweihten. In diesem Klassiker der Traumarbeit werden die berühmtesten Methoden gelehrt, so u.a. die heilenden Traumrituale der alten Völker, die Techniken des Klarträumens der tibetischen Meister, die Traumeinweihungen der Indianer sowie die durch dieses Buch erstmals bekanntgewordenen kreativen Traumanalysen des malayischen Senoi-Volkes.

Patricia Garfield, Doktor für klinische Psychologie, erläutert detailliert und leicht verständlich die Techniken, mit denen jeder zu einem glücklicheren, sinnerfüllteren und von Ängsten befreiten Leben finden kann.

Wenn Sie heute nacht schlafen, können Sie:

- den unermeßlichen Reichtum Ihrer inneren schöpferischen Kraft erschließen
- Ihre schrecklichen Alpträume bewältigen
- herrliche Abenteuer und wunderbare Geistesflüge unternehmen
- Lösungen und Hilfe für alle Alltagsprobleme finden
- Ihre Persönlichkeit besser kennenlernen
- Ihre Traumzeit bewußt und direkt miterleben
- die höchsten erotischen Empfindungen mit dem Partner Ihrer geheimen Wünsche genießen
- in verborgenes Wissen alter und neuer Zeiten eindringen.

Die Nacht beschenkt Sie wieder mit ihren verborgenen Schätzen: Aktivität, schöpferische Ideen, neue Empfindungen und Abenteuer!

Die Jung-Senoi-Methode: Sich der Stimme der Träume öffnen

Strephon Williams

DURCH TRAUMARBEIT

ZUM EIGENEN SELBST

Kreative Nutzung der Träume

392 Seiten mit Abbildungen, broschiert

ISBN 3-7157-0106-4

Dieses zur Zeit umfangreichste, praktische Handbuch zur kreativen Nutzung der Träume bringt detailliert beschriebene Methoden, wie man die innere Dynamik und die heilende Kraft des Traumgeschehens aktiv für den Alltag anwenden kann. Jede einzelne Traumtechnik wird in einem eigenen Kapitel anhand eines ausführlichen Beispiels erläutert und ist mit Verständnis- und Übungsfragen versehen.

Strephon K. Williams, ein praktizierender Therapeut und Dozent für Transpersonale Traumarbeit und Jungsche Psychologie, hat seine Jung-Senoi-Traumarbeitmethode in einem langjährigen Prozeß erarbeitet. Es ist eine überaus schöpferische Kombination der Psychologie C. G. Jungs mit dem kreativsozialen Traumleben des malayischen Senoi-Volkes, eines Volkes, bei dem es weder Verbrechen noch Geisteskrankheiten gibt.

Williams vermittelt Wissen und Methoden, wie man in einen intensiveren Kontakt mit den eigenen Träumen kommen und lernen kann, sich der Stimme der Träume zu öffnen, um sich von ihnen verändern zu lassen, statt ihnen eigene (und fremde) intellektuelle Konzepte aufzuzwingen. Er zeigt leichtverständlich, wie man erfolgreich mit seinen Träumen arbeiten und einen echten Bezug zwischen Tag und Nacht schaffen kann, zu Gunsten einer kreativen Bewältigung des alltäglichen Lebens.

Aus dem Inhalt: Umwandlung von Alpträumen/Konfliktlösung im Traumzustand / Zwiegespräch mit Traumbildern / Wiedererleben und Weiterentwickeln eines Traums / Bewußtes Wiedereintreten in den Traumzustand / Künstlerische Traumarbeit / Symbolvertiefung / Steigerung des Traumerinnerungsvermögens / Träume als Entscheidungshilfe / Traumweisheit und ihre Nutzung / Überpersönliche und geistige Kräfte im Traum / Sexuelle Träume / Visionäre Träume.

Ein eindrucksvolles Zeugnis der Selbsterfahrung in neuen Erlebnisdimensionen

Dies ist ein eindrucksvolles Dokument der Selbsterfahrung in neuen Bewußtseins- und Erlebnisdimensionen. Werner Zurfluh beschreibt hier seinen Weg zur Kontinuität des Ich-Bewußtseins. Dieses kontinuierliche Ich-Bewußtsein ist die wichtigste Voraussetzung für das luzide (klar bewußte) Träumen und für die außerkörperliche Existenz, denn nur das vollkommen erhalten gebliebene Wachbewußtsein erlaubt es, rigorose Bewußtseins- und Zustandskontrollen durchzuführen.

Eine an phantastischen Abenteuern und Begegnungen reiche Erfahrungswelt tut sich auf, wenn -der Autor anhand von Dutzenden präzise geschilderter Beispiele das bewußte Austreten aus dem physischen Körper erläutert. Die genau beobachteten Begleitphänomene im Zusammenhang mit dem Austritt und den Reisen außerhalb des Körpers wurden noch nirgends so vielfältig dokumentiert. Die überaus packenden Erlebnisse und Erkenntnisse in bisher unbekannten Parallelwelten lassen uns etwas von der Urgewalt des Jenseitigen erahnen. Zurfluh schildert phantastische Reisen, bizarre Konfrontationen und beglückende Begegnungen. Bei den Welten, die er besucht, handelt es sich um Realitätsebenen, die der unsrigen Alltagswelt als absolut gleichwertig entgegensetzen sind. Ihre Bewohner lernt der Autor nicht als Traumfiguren kennen, sondern als wirkliche Lebewesen der jeweiligen Ebene, mit denen sich auf verschiedenste Art und Weise kommunizieren läßt.

Ein umfangreicher Anmerkungsteil erschließt die Beschreibungen noch zusätzlich, gibt wertvolle Anregungen und berücksichtigt die verschiedenen Wissensgebiete: Psychologie, Philosophie, Religionsgeschichte und Völkerkunde bis hin zum Ägyptischen und Tibetischen Totenbuch.