

# Selbstrealisation (III)

## Die Intelligenz der Liebe

VON CHRISTINA KESSLER

*In der Selbstrealisation geht es um die Befreiung von allen geistigen Begrenzungen, die Rückverbindung mit unserem eigentlichen Wesenskern und um die volle Entfaltung des individuellen Potenzials.*

Selbstrealisation bedeutet, sich nach innen zu wenden und sich dort – in der Mitte, im Zentrum, im Herzen – zu verankern. Dort begegnen wir unserer „wahren Natur“, einer stetig präsenten Quelle von Inspiration, Genialität, Freude und Schönheit, die unaufhörlich in uns sprudelt und nur darauf wartet, entdeckt und erfahren zu werden. Dort begegnen wir der inneren Stimme, die von der Wahrheit spricht. Dort findet Erleuchtung statt: wir erfahren uns selbst als GEIST, der sich in Liebe verströmt. Wir erkennen Liebe als das Prinzip der Verbindung, als die Wurzel des Großen Zusammenhangs, als die Grundstruktur des Universums, aus der alle Existenz durch Bildung immer neuer Verbindungen hervorgeht. Wir erleben, wie unser kleines persönliches Ich hinein schmilzt in ein unendlich viel größeres Ich-Bin, das, jenseits von Raum und Zeit, allumfassend und unvergänglich – ewig – ist.



Selbstrealisation bedeutet aber auch, das, was wir im Inneren entdecken, nach Außen zu bringen, zum Wohl des Ganzen. Es geht nicht um das Erwachen allein, sondern vor allem darum, den Zustand der Erleuchtung in der Wirklichkeit zu

manifestieren; mit anderen Worten: anstelle des Ego den *göttlichen Wesenskern* zu inkarnieren.

Erst dieses kontinuierliche Einfallen und Entfallen macht den Prozess der Selbstrealisation aus. Indem wir nach innen gehen, uns rückverbinden mit dem wahren Selbst und dann die Wahrheit nach außen bringen – in die Wirklichkeit, die wir gestalten –, werden Involution und Evolution aufs engste verknüpft; Selbstrealisation wird zur Weltrealisation.

Der Quantenphysiker David Bohm nennt dieses kontinuierliche Einfallen und Entfallen die *Eine Bewegung*. Bohm sieht darin die Grundbewegung der Schöpfung: einfallen in den Urgrund der ewig gültigen Wahrheit und seiner impliziten Ordnung; entfalten in die Wirklichkeit hinaus, wobei die implizite Ordnung in die Vielfalt der Erscheinungen fließt. Die Eine Bewegung ist nur eine andere Beschreibung für Liebe. Durch ihre verbindende Dynamik wird ein Kraftfeld geschaffen – das Kraftfeld von Wahrheit und Wirklichkeit. In ihm walten die schöpferischen Prinzipien, allen voran das Prinzip der Selbstregulation und das Prinzip der Selbsttranszendenz.

Wenn wir dieses Kraftfeld *bewusst* betreten, schließen wir uns an die Intelligenz der Liebe an.

### Rationale Intelligenz – Trennung und Kontrolle

Will man erkennen, was das Besondere an der Intelligenz der Liebe ist, muss man zunächst verstehen lernen, welche Art von Intelligenz wir normalerweise benutzen.

Seit mehr als 3000 Jahren wird unser Denken vom patriarchalen Paradigma geprägt, das die Überlegenheit der Ratio und des Intellekts betont. Der Intellekt ist die Welt der Gedanken, das trennende Element des menschlichen Geistes. Mit seiner Hilfe zerlegen wir das Kontinuum des Ganzen, das nur in der *unio mystica* als solches erfahrbar ist, in einzelne Teile, damit diese durch die Sinne erfasst – begriffen – werden können. Der Intellekt ist unbestreitbar eine große Hilfe, um in einer komplexen Welt bestehen zu können.



Dualität schaffend, geht seine Bewegungsrichtung automatisch nach außen, in die Vielfalt, in die Welt der Form, der Materie. Auf diese Weise erzeugt das rationale Denken eine künstliche Struktur, charakterisiert durch Linearität und Hierarchien, die einerseits Kategorisierung und Kontrolle, andererseits die Erforschung immer kleinerer Details ermöglicht. Die positiven Seiten dieser Entwicklung sind uns allen bekannt. Sie führte zur Blüte von Wissenschaft und Technik und zur Anhäufung eines enormen Schatzes an Wissen über die Beschaffenheit der äußeren Welt, der Natur und des Menschen.

Sie ermöglichte es auch, dass der Mensch sich seiner Ichheit bewusst wurde. Erst auf der Basis dieser Erkenntnis konnte sich Individualität überhaupt entwickeln. „La pensée fait la grandeur de l'homme“ lautete der Wahlspruch des christlichen Mystikers Blaise Pascal; und Descartes' *cogito ergo sum* – Ich denke also bin ich – wurde zum Motto des materialistisch-mechanistischen Weltbilds, das unsere Wahrnehmung, unser Denken, unsere Ethik und damit unser Verhalten bis auf den heutigen Tag beherrscht.

Wenn auch die Fähigkeit, sich seines Zustandes rational bewusst zu sein, den Menschen von allen übrigen Geschöpfen unterscheidet, so besitzt der Gedanke an sich noch nicht die Kraft der Wahrheit.

Der Gedanke vermag göttlicher, verbindender, aber auch trennender, zerstörerischer Natur zu sein. Alle Überzeugungen, die auf Trennung beruhen, ohne durch das Gegengewicht des Einheitsbewusstseins ausbalanciert zu werden, sind bloße Konstrukte des menschlichen Intellekts, Illusion. Und nicht nur das: Sie sind wider die Wahrheit, wider das innerste Wesen des Menschen, wider das Wohl des Ganzen und daher negativ. Sie bringen Fehler, Schwächen und Untugenden hervor und führen zu Leid und Schmerz. Diese Trennungs- und Spaltungsmuster sind es, die unsere geistigen Begrenzungen darstellen und von denen es sich folglich zu befreien gilt.

Hier werden also auch die Nachteile einer einseitigen Ausrichtung auf die Ratio deutlich. Wir verloren den Bezug zu den inneren Welten und behinderten den Impuls der Involution. Die Folge war die Entstehung eines verzerrten Bildes von Wahrheit und Wirklichkeit, das sich gegenwärtig selbst ad absurdum führt, nachdem es die Menschheit in einen endlosen Kreislauf von Macht und Ohnmacht, Manipulation und Ausbeutung, Beherrschung und Angst verstrickt hat.

Die Erkenntnis, dass alles mit allem verbunden ist und sich gegenseitig bedingt, dass wir alle aus einem gemeinsamen geistigen Urgrund hervorgehen, blieb nur wenigen Privilegierten vorbehalten. Hätten wir *alle* den Weg nach innen gleichermaßen entwickeln dürfen wie den Weg nach außen, gäbe es weder absichtliche Negativität noch mutwillige Zerstörung. Die rationalistische Entwicklung steigert die Gedankenakrobatik des Menschen, in keinem Falle aber sein Einfühlungsvermögen, seinen Sinn für Zusammenhänge, seinen ethischen Wert oder seine Weisheit. „Die einseitige intellektualistische Einstellung der letzten Jahrzehnte hat die Phantasie getötet, unser Leben verödet und die Beziehungen von Mensch zu Mensch bis zur Notdurft herabgewürdigt“, schreibt die Lettin Zenta Maurina (*Zenta Maurina, Mosaik des Herzens, 1947, Maximilian Dietrich-Verlag Memmingen/Allgäu, S. 23*). Mephisto drückt es in Goethes „Faust“ ähnlich aus, wenn er sagt, dass der Mensch die Vernunft brauche, um tierischer als jedes Tier zu sein.

## Liebesintelligenz – Verbindung und



### Rückverbindung

Ist die Kraft der Gedanken verantwortlich für die Bewegung nach außen, so ist Liebe zunächst der geheime Code, der den Zugang nach innen ermöglicht.

Die Betonung liegt auf „zunächst“. Die Formulierung soll nicht zur Annahme verleiten, Liebe sei einfach nur das *Gegenteil* des rationalen Denkens. Das wäre ein Trugschluss, ein Entweder-oder. Typisch am Bewusstseinszustand der Liebe ist das Sowohl-als-auch. Dieser Zustand schließt nicht aus. Er integriert. Er ist integral. „Zunächst“ bedeutet hier einfach nur, dass die Bewegungsrichtung der Liebe zuallererst nach innen weist.

In meinem Buch *Amo ergo sum* habe ich Liebe definiert als „Bewusstseinszustand, der zur Erkenntnis der Wahrheit führt, – nach innen, in das tiefste, wahre Selbst.“ Der Weg nach innen ist auf jeden Fall der Weg der Liebe. Und da der innerste Kern immer in der Liebe schwingt, ist dieser Weg vorgezeichnet.

Im Gegensatz zur rationalen Intelligenz



genz ist die Intelligenz der Liebe also eine *potentielle* Intelligenz, die nichts mit dem mühseligem Aneignen und Speichern von Wissen zu tun hat, sondern Allgemeingut des menschlichen Wesens ist. Sie entspringt der inneren Stimme, die in einem jeden von uns spricht, selbst wenn wir diese nicht wahrnehmen, ja sogar dann, wenn wir uns gänzlich von ihr abgeschnitten fühlen.

In ihrer Urform ist diese Intelligenz gleichzusetzen mit dem „Ge-Wissen“, das schon Kinder in sich tragen und diese durch das Leben navigiert, indem es sie spüren lässt, was richtig und falsch ist. Als richtig wird befunden, was sich gut anfühlt und Freude macht; als falsch erscheint alles, was ein Gefühl der Verlassenheit, der Trennung und des Nicht-Angenommen-Seins erzeugt.

Der Faktor *Stimmigkeit* ist das uranfängliche Unterscheidungskriterium für Ordnung oder Unordnung, Harmonie oder Chaos, und unser eingebautes Glücksbarometer verrät uns, ob wir uns im Zentrum der Wahrheit oder bloß an der Peripherie bewegen.

Woher aber weiß das Gewissen all das?

Das Gewissen wird gespeist aus dem Hohen Selbst eines Menschen, jener Instanz, durch die wir als Individuen in das Ganze eingebunden und gleichermaßen mit dem Urgrund verbunden sind. Das Hohe Selbst ist persönlich und unpersönlich zugleich. Persönlich in dem Sinne, als es die individuellen Wesensmerkmale, Eigenschaften und Talente beherbergt – das Potenzial eines bestimmten Menschen. Unpersönlich, überpersönlich oder transpersonal dadurch, dass die Information der Schöpfungsprinzipien, der „impliziten Ordnung“ in sich trägt, den göttlichen GEIST, der in ALLEM waltet und der nicht nur den Makrokosmos „Universum“ sondern auch den Mikrokosmos „Mensch“ in jedem Augenblick koordiniert und aufrechterhält.

Das Netz von persönlichen und transpersonalen Koordinaten gibt also einen individuellen Lebensplan vor, der, könnte man ihn befolgen, schnellstmöglich zur Selbstrealisation führen würde.

Der Unterschied zwischen Gewissen und Weisheit liegt im Bewusst-Sein. Weisheit entsteht aus einem unschuldigen, klaren Geist, der frei ist von Trennung und Begrenzung und deshalb die

Intelligenz der Liebe ungehindert spiegelt. Es obliegt der Verantwortung des reifen Menschen, bewusst in diesen Geist zu gelangen und ebenso bewusst aus ihm heraus Wirklichkeit zu erschaffen. Anders ausgedrückt: Im Prozess der Selbstrealisation geht es darum, die *Potentialität* des unschuldigen Geistes in *Realität* zu verwandeln.

Liebe ist der Weg und das Ziel, die Verbindung von Innen und Außen. Wir finden sie, indem wir sie leben. Wir leben sie, indem wir uns, noch *bevor* wir nach außen gehen, d.h. *bevor* wir rational abwägen, entscheiden und handeln, in ihr verankern. Auf diese Weise bleibt unsere Absicht klar. Wir werden zu einem Spiegel der Wahrheit und der Freude und setzen dadurch eine Intelligenz frei, die weit über die rationale Intelligenz hinausgeht. Die Intelligenz der Liebe ist in der Tat eine potentielle Intelligenz. Um aus ihr eine *potenzierte* Intelligenz – Genialität –



entstehen zu lassen, gilt es jedoch, stets in der Einen Bewegung zu bleiben. Dies ist der Tribut, den wir zu leisten haben, – die nie endende Aufgabe, alle Formen der Trennung, Spaltung und Angst, wo immer sie uns begegnen mögen, zu überwinden, indem wir unsere geistige Essenz mit der materiellen Existenz verbinden. Hier und jetzt.

### Herzensqualitäten – Tugenden

Es gibt eine Reihe von Eigenschaften, die uns befähigen, genau diese Aufgabe zu bewältigen: das Leben, uns selbst und die Anderen liebevoll anzunehmen, aus Leid zu lernen, unter allen Umständen zu wachsen, Negatives in Positives zu transformieren und Schmerz in Freude zu verwandeln. Diese Eigenschaften reflektieren das Wahre, Gute und Schöne und führen aus der Trennung in die Ganzheit. Es sind

jene Eigenschaften, durch die sich die Liebe ausdrückt und die gleichzeitig in den Bewusstseinszustand der Liebe führen. Daher können wir sie Herzensqualitäten nennen. Meist jedoch werden sie als Tugenden bezeichnet.

Tugenden sind Tore zum Herzen. Jedes Tor, das bewusst durchschritten wird, eröffnet einen neuen Raum des Seins und des Bewusstseins. Mit jeder Integration weitet sich das Gefäß unseres Ich, um immer mehr Lebensenergie, immer mehr Liebe und Freude aufnehmen und verströmen zu können. Jede integrierte Herzensqualität führt zur Integration einer weiteren. In ihrer Gesamtheit gesehen, offenbaren sich die Tugenden als *guideline* nach innen, zum wahren Selbst. Gleichzeitig erschaffen wir durch sie eine Wirklichkeit, die von Wahrheit, Liebe und Freude geprägt ist.

Und nicht zuletzt sind Herzensqualitäten verbindende *Werte*, universale Werte, die nicht nur zur Selbstrealisation führen, sondern auch eine Richtschnur für die Entstehung einer integralen Welt-Kultur vorgeben können. Im Gegensatz zu den bisherigen Wertesystemen, die dem Menschen von außen übergestülpt wurden, nimmt ein auf der Liebe basierendes Wertesystem Bezug auf unsere natürlichen Bedürfnisse und Anlagen; seine Quelle entspringt innen – aus dem Gewissen, aus dem Bewusst-Sein des unschuldigen Geistes. „Der unschuldige Geist umfasst jenes Ganze, das den Menschen ausmacht, den Körper, das Herz, das Gehirn und den Ver-

stand. Dieser unschuldige Geist kann sehen, was Wahrheit ist, was Wirklichkeit ist; er kann sehen, ob es etwas jenseits des Messbaren gibt. Um zu dieser außergewöhnlichen Schönheit der Wahrheit mit ihrer Ekstase zu finden, müssen Sie zuerst das Fundament legen. Und das Fundament besteht darin, die Struktur des Denkens, welches Angst erzeugt und Lust aufrecht erhält, zu durchschauen und zu verstehen, was Ordnung und daher Tugend ist, so dass daraus eine Freiheit von allen Konflikten, von jeglicher Aggression, Brutalität und Gewalttätigkeit erwächst. Wenn man dieses Fundament der Freiheit einmal gelegt hat, verfügt man über eine Sensibilität, eine Empfänglichkeit, die höchste Intelligenz darstellt, und das ganze Leben verändert sich total.“ (Jiddu Krishnamurti, *Wandel durch Einsicht*, O.W. Barth Verlag, 1995)

Durch Tugendhaftigkeit also entfaltet sich die Intelligenz der Liebe. Wir werden



zum Lotus des Herzens geführt und entdecken das reine Juwel, das wir immer waren. Wir werden eins mit dem großen Mysterium und gewinnen die Klarheit, die wir sind. Die innere Stimme beginnt zu sprechen und enthüllt uns die bisher verborgenen Geheimnisse von Wahrheit und Wirklichkeit. Macht wird verwandelt in Mut und tiefste Demut, Eigenschaften, aus denen *wahre* Stärke resultiert.

Wir erleben die Einheit in der Vielfalt, fühlen uns mit allem verbunden und bewahren dennoch unsere Einzigartigkeit. Wir handeln zum Wohle des Ganzen und verwirklichen trotzdem unsere persönlichen Träume und Visionen. Wir leben im Bewusstsein der Verbindung anstelle von Trennung, in einem Gefühl des Geborgenseins anstelle von Angst. Nun sind wir angeschlossen an den „Atem Gottes“ und erleben die Kraft der Inspiration.

Wir sind inspiriert.

Im nächsten Heft geht es um die „Rückkehr zur Mitte – Zur Universalität der mystischen Erfahrung“

Dr. phil. Christina Kessler ist Kulturanthropologin und Autorin des Buches *Amo ergo sum. Ich liebe, also bin ich. Selbstrealisation – Der Weg in eine neue Wirklichkeit* (Arbor-Verlag, Freiamt 2002), das die Entwicklung des integralen Bewusstseins zum Inhalt hat.

Ihr Seminarangebot umfasst Workshops zur Selbstrealisation und eine 2-jährige Ausbildung zum „Consultant for Integral Development“.

Die nächsten Veranstaltungen:  
Die Sehnsucht nach Vollkommenheit – Zur inneren Stimme finden.

6.-9. November 2004 im ZIST / Penzberg bei München.

Amo ergo sum Intensiv Workshop  
18.-21. November 2004 im Haus Lindenhöhe, Titisee-Neustadt/ Hochschwarzwald  
Info und Buchverkauf: <<http://www.christina-kessler.com>>  
oder Tel.: 089-12710578 (Mo-Do von 10-11 Uhr)

© NOVALIS 2004