

DIE VIER DISZIPLINEN



VORLÄUFER

Seit Alters her hat es Verfahren gegeben, die es den Menschen ermöglichten, außergewöhnliche Bewusstseinszustände zu erreichen, in denen die größte geistige Erweiterung und Inspiration und die Störung der gewöhnlichen Fähigkeiten nebeneinander in Erscheinung traten. Diese veränderten Zustände ähnelten den Träumen, der Berauschtigkeit, einigen Arten der Vergiftung und dem Wahnsinn. Die Erzeugung dieser Anomalien wurde häufig mit menschlichen und tierischen „Wesen“ oder mit natürlichen „Kräften“ in Verbindung gebracht, die gerade in diesen besonderen geistigen Landschaften zum Ausdruck kamen. In dem Maße, in dem man die Bedeutung dieser Erscheinungen zu verstehen begann, wurden Erklärungen und Techniken mit der Absicht verfeinert, den ursprünglich unkontrollierten Prozessen eine Richtung zu geben. Bereits zu historischen Zeiten haben sich in verschiedenen Kulturen (und häufig im Schatten der Religionen) mystische Schulen entwickelt, die ihre Zugangsmöglichkeiten zum tiefsten Inneren ausübten. Noch heute findet man in den materiellen Erzeugnissen, in den Mythen, Legenden und literarischen Produktionen Fragmente von Auffassungen sowie von individuellen und kollektiven Praktiken, die zu der Zeit, als diese Menschen lebten, sehr fortschrittlich waren¹.

VORBEREITUNG

Die Handwerke bereiten auf den Einstieg in die Arbeit mit den Disziplinen vor. Ein Handwerk lehrt, innerliche Ausgewogenheit zu erreichen und ausgeglichen zu handeln. **Die Schwierigkeiten bei der Genauigkeit und den Details, die bei dieser äußeren Arbeit auftauchen, lassen uns nach und nach an innerer Ausgewogenheit gewinnen.** Es gibt einen Spannungszustand, der innere Zustände mit äußeren Vorgängen verknüpft. Eine Disziplin dagegen zeigt einen Weg der inneren Umwandlung auf. Beim Handwerk arbeitet man daran, Sorgfalt, Ausgewogenheit und Ordnung zu erlangen, während man gleichzeitig an Ausdauer gewinnt². In den Disziplinen findet ein Prozess statt, der auf die innere

¹ Zum tiefsten Inneren gelangte man auf dem Weg der Anomalien und auch indem man andere Zustände beabsichtigte, wie im Fall von einigen Religionen, die Anwandlungen von Inspirationen hatten. Sie hatten ihre Vorgehensweisen, um Kontakt mit dem tiefsten Inneren aufzunehmen, manchmal sogar ohne die Wirkung von äußeren Hilfsmitteln, die sie nicht kontrollieren konnten, wie z.B. die Wirkung der Drogen.

Wir finden Überreste der Suche nach dem tiefsten Inneren in der Alchemie und bei einigen dauerhaften Praktiken des Buddhismus, die, soweit uns bekannt ist, einen soliden Prozess aufzeigen: die persönliche Umwandlung wird anhand eines geistigen Weges angestrebt.

Ebenso finden wir Überreste tiefgehender Praktiken energetischer Art in den Dionysoskulten, die vom siegreichen Christentum abgeschafft wurden (auch wenn dies nicht völlig gewiss ist, da der Dionysoskult das Etablierte oftmals bekämpfte und infolge dessen auch schon im antiken Griechenland verfolgt wurde).

Wenn wir einen Sprung machen, stoßen wir in Indien auf den Shivaismus, der nichts mit dem Dionysoskult zu tun hat, jedoch über ähnliche Linien der Erfahrung verfügt. Wenn die gleichen Sachen an verschiedenen Orten auftreten, gehen einige Anthropologen davon aus, dass diese Entdeckungen und kulturellen Regeln von einem Ort zu einem anderen gebracht wurden. Es ist aber in der Tat möglich, dass verschiedene Kulturen zu ähnlichen Empfindungen kamen. Diese Gleichzeitigkeit der Empfindungen ohne einen direkten Einfluss aufeinander kann aufgrund des direkten Kontaktes mit gewissen gemeinsamen Bereichen des tiefsten Inneren erklärt werden; eine Empfindung, die sich in ähnliche Bilder übersetzt.

² Man lernt dabei, ausgeglichen zu arbeiten. Diese Handwerke können sich mit verschiedenen Gegenständen beschäftigen, wie materielle, plastische oder auch Parfümerie, usw. Die Handwerke haben ihre Regeln, ihre Tricks und ihre Geheimnisse. Das einzige, womit

Umwandlung abzielt und nicht auf Sorgfalt, Ausgewogenheit oder innerliche Ordnung. Die Arbeit in einer Disziplin ist ruhig und wird ohne Festlegung von Fristen aufgenommen; sie ist vielmehr ein Weg, den man sein ganzes Leben lang beschreitet.

Für den Einstieg in die Disziplinen muss man in die ihr eigene Sprache vordringen. Dies ist ein wichtiger Punkt. Man kann nicht ins Thema einsteigen, ohne eine ähnliche geistige Haltung einzunehmen wie die, die zur Entwicklung dieser Aktivitäten führte. Man kann nicht in die Welt der Poesie oder der Mystik vordringen, indem man einfach Sprachen überträgt oder Erklärungen abgibt, die nicht mit den diesen Welten eigenen Erfahrungen übereinstimmen.

In der Materiellen Disziplin arbeiten wir sowohl mit äußeren Gegenständen wie auch mit der Materie des eigenen Körpers und versuchen beide zu destabilisieren³. Wenn wir von der Energetischen Disziplin sprechen, beziehen wir uns auf die psychophysische Energie: ihre Erzeugung, Verlagerung und Umwandlung. Wenn wir von der Geistigen Disziplin sprechen, beziehen wir uns auf die Arbeit mit den verschiedenen geistigen Akten, die sich auf geistige Objekte beziehen. Wenn wir von der Morphologischen Disziplin sprechen, beziehen wir uns auf den Prozess der Formen, deren Bildung und Umwandlung im Inneren des Praktizierenden bearbeitet wird.

DIE DISZIPLINEN

Die uns heute bekannten Wege stützen sich auf Entdeckungen, die von verschiedenen Völkern innerhalb eines Zeitraums von nicht mehr als 7000 Jahren gemacht wurden. Die Vielfalt der Fragmente und Quellen ist so groß, dass es unmöglich erscheint, das gesamte Wissen und die Praxis der Zugänge zum tiefsten Inneren vollständig umfassen zu wollen. Unsere Vier Disziplinen arbeiten mit der Handhabung äußerer materieller Gegenstände (Materielle Disziplin), mit der psychophysischen Energie (Energetische Disziplin)⁴, mit den geistigen Objekten (Geistige Disziplin) und mit den geistigen Formen (Morphologische Disziplin). Es versteht sich, dass diese Disziplinen andere mögliche Wege nicht erschöpfen⁵.

wir gearbeitet haben sind die Töpferei, die Metall- und schließlich die Glasverarbeitung. Dies ist ein Arbeitsbereich, der mit den Öfen zu tun hat und der sich auf Stoffe bezieht, die umgewandelt werden. Die Parfümerie, dagegen, geht andere Wege: das Feuer kommt hier selten zum Einsatz. Das Feuer wird nur benutzt, wenn man Essenzen und Parfüms durch Destillation herstellt. In der gesamten Parfümerie aber, mit Ausnahme der synthetischen Parfümerie, wird das Feuer nicht benutzt. In den Handwerken, mit denen wir vertrauter sind, benutzt man das Feuer. In der Keramik ist das Feuer unentbehrlich. Auf jeden Fall ist dieses materielle Handwerk eine interessante Arbeit, ebenso wie die einleitende Arbeit, nämlich die Arbeit um das Feuer, die es uns erlaubt nachzuvollziehen, wie es entstand und wie es hergestellt wurde. Es wurde erst sehr lange Zeit nach Erlernen seiner Erhaltung erfunden. Es ging nicht darum, das Feuer zu stehlen und zu erhalten, sondern es herzustellen. Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Formen seiner Erhaltung, aber es ist die Herstellung, die mehr Sorgfalt erfordert. Wenn ein Bürger versucht, heute Feuer herzustellen, hat er es gar nicht einfach. Die Arbeit mit dem Feuer und mit den Öfen ist wichtig. Das Thema der Handwerke ist sehr breit und wir haben gerade erst mit ihnen angefangen. Während man lernt, gewinnt man an Ausgewogenheit dank dieser äußeren Arbeiten.

Im Allgemeinen sagen wir, dass die Leute, die sich einer Disziplin annähern, eines der Handwerke minimal beherrschen müssen.

Es wird sinnvoll sein, in den Parks, Studien- und Arbeitszentren über Werkstätten zu verfügen, damit die Leute in ihnen arbeiten können. Auf diese Weise werden sie das, was im Kopf passiert, mit dieser Art von Arbeiten verbinden. Die gleichen Werkstätten, mit kleineren Änderungen, werden auch der Materiellen Disziplin dienen.

³ Wir betonen, dass es eine Instabilität geben muss, damit es zu Veränderungen kommt. Darum geht es, ob zum Guten oder zum Schlechten, in den statischen Situationen gibt es keine Veränderungen: in den dauerhaften Gesellschaften gibt es keine Veränderungen. Die Institutionen werden aufgebaut, um die Instabilität zu vermeiden. Wir sprechen von der Destabilisierung im eigenen Körper in Verbindung mit Veränderungen der materiellen Gegenstände, mit denen wir arbeiten.

⁴ Wir nennen diese Energie „psychophysisch“, weil die psychischen Phänomene eine physische und keine metaphysische Verankerung haben. Schon in der experimentellen Psychologie in der Zeit von Wundt wurde die Beziehung zwischen den psychischen Phänomenen und dem Körper ernsthaft studiert. Sie maßen z.B. Veränderungen der Körpertemperatur in Verbindung mit gewissen Bildern, die Widerstandsfähigkeit gegen den Schmerz, usw. Die spätere Psychologie dagegen verzichtet weitgehend auf die experimentelle Grundlage.

⁵ Wir beschäftigen uns mit den vier Wegen, die wir kennen und entwickeln konnten, obschon es andere geben kann, die uns nicht bekannt sind.

Die verschiedenen Yoga-Systeme, die Praktiken vom Berg Athos sowie gewisse Praktiken der Sufis weisen auf diese Möglichkeit hin, obwohl sie über eine angemessene Systematik und Tiefe verfügen müssten, um sie als Disziplinen zu betrachten. Unser Modell ist also kein geschlossenes und hochheiliges Modell, sondern erlaubt andere Varianten.

Die Materielle Disziplin stützt sich auf die Arbeiten der chinesischen Buddhisten und Taoisten, ebenso wie auf die der Babylonier, Alexandriner, Byzantiner, Araber und des Abendlandes. Diese Ansammlung von Arbeiten, die fortlaufenden Verwandlungen und Entstellungen unterworfen war, wurde unter der Bezeichnung „Alchemie“ bekannt. Gegen Ende des 18. Jahrhunderts ging die Alchemie unwiderruflich ihrem Ende zu und viele ihrer Entdeckungen, Verfahren und Instrumente wurden von der im Entstehen begriffenen Chemie übernommen.

Die Energetische Disziplin hat ihre Wurzeln in Kleinasien, von wo aus sich der Orphismus und der Dionysoskult bis nach Kreta und Griechenland verbreiteten und bedeutende Veränderungen erlitten, bis sie schließlich vom siegreichen Christentum verboten wurden. Weitere Fragmente einer außerordentlich reichen Erfahrung können in einigen Strömungen des Shivaismus und des Tantrismus gefunden werden.

Die Geistige Disziplin findet ihre wichtigste Erkenntnisquelle im Buddhismus. Zur Verdeutlichung der Unterscheidung zwischen geistigen Akten und Objekten verwendet sie die strenge Sprache einer zeitgenössischen philosophischen Strömung.

Die Morphologische Disziplin erkennt bedeutende Vorläufer in einigen hellenistischen Denkströmungen an, die unter dem „orientalischen“ Einfluss Ägyptens, Kleinasiens und Mesopotamiens blühten. Die pythagoräische Schule stellt einen solchen Fall dar.

Die Disziplinen arbeiten mit Routinen, die in jedem Prozessmoment (Schritt) solange wiederholt werden, bis der Praktizierende zur angegebenen Empfindung gelangt. Der gesamte Prozess umfasst zweckmäßig zwölf Schritte, die in drei Quaternen unterteilt sind. So wie jeder Schritt eine Bezeichnung trägt, die sich der angestrebten Empfindung annähert, kennzeichnet jede Quaterne einen bedeutenden Etappenwechsel.

Die Disziplinen führen den Praktizierenden in die Richtung der tiefen inneren Räume⁶. Nachdem der Prozess der jeweiligen Disziplin abgeschlossen ist, ist man in der Lage, eine Askese frei von Schritten, Quaternen oder Routinen zu gestalten⁷.

Wir haben uns an den vier Ursachentypen von Aristoteles inspiriert: Causa Formalis (Formursache), Causa Materialis (stoffliche Ursache), Causa Efficiens (Wirk- oder Bewegungursache) und Causa Finalis (Ziel- oder Zweckursache), dies wurde schon 300 Jahre vor Beginn unserer Zeitrechnung erklärt.

⁶ Es sind verschiedene Schnitte, die wir anhand jeder Disziplin machen. Man arbeitet auf der Grundlage von Absichten, stets mit einem Zweck und auf verschiedenen Wegen. Der Einstieg anhand von materiellen Gegenständen unterscheidet sich sehr vom Einstieg anhand von Akten und Objekten, aber man arbeitet mit der gleichen psychophysischen Energie, auch wenn die Einstiege verschieden sind.

⁷ Wenn man innerhalb einer Kulturart aufwächst, gibt es Dinge, die sich einem entziehen und in die man nicht eindringen kann. Dies liegt an der gesellschaftlichen Wertschätzung und den Codes, über die man selbst verfügt. Dies hat mit einem Gedächtnis zu tun, das wirkt; mit dem, an was man sich erinnert. Es gibt ein tiefes Gedächtnis, das die Art und Weise bestimmt, die Welt zu sehen: dieses Gedächtnis ist die „Prägungslandschaft“. Das Individuum wird sich diesen Themen nicht einfach mit dem Willen annähern können, sondern es wird vom jeweiligen geschichtlichen Zeitpunkt abhängen, in dem es sich befindet. Früher sprach man auf den öffentlichen Plätzen davon, wie viele Engel in den Kopf einer Stecknadel passen, heute spricht man von den Geschäften. 1970 wussten wir, wo es lang ging (als geschichtlicher Spannungszustand), heute weiß niemand, wohin es geht. Es ist das wirkende Gedächtnis, es fließt überall ein, es hat mit unseren Wertvorstellungen zu tun und mit dem, was wir suchen und es ist nicht einfach „flach“. Wenn wir von tiefgreifenden Umwandlungen sprechen, dann ersetzen wir in gewisser Weise die Prägungslandschaft durch etwas Bewussteres. Man ist sich der Welt, in der man geprägt wurde, nicht bewusst und dennoch hat diese Landschaft ihre Wirkung auf einen selbst, sie ist die Vergangenheit, die uns von hinten voranschickt. Aber wenn wir sie ersetzen, ersetzen wir diese Welt, um uns aufgrund der Zwecke zu bewegen, die wir selbst gestalten. Dies ist eine lange Arbeit der Gestaltung von Zwecken, die mit den Wertvorstellungen, dem gefühlsmäßigen Spannungszustand und den Suchen zu tun hat. Dies ist eine ernsthafte Sache, die bedeutet, aus der gegebenen Prägungslandschaft herauszutreten und in eine von einem selbst gestaltete Landschaft einzutreten. Einen „Zweck“ zu gestalten bedeutet, eine andere Prägungslandschaft zu gestalten.

Ebenso werden große Veränderungen der Prägungslandschaft durch gesellschaftliche Ereignisse, die unvorhersehbar waren, hervorgerufen. Manchmal verändert sie sich und eine ganze Haltung gegenüber der Welt bricht zusammen, weil plötzlich eine andere Landschaft auftaucht, die mit dem Etablierten zusammenstößt. Man sollte sich zum Beispiel die Veränderungen anschauen, die das Hereinbrechen der großen Religionen hervorrief: dort gab es eine große Veränderung der Landschaften. Entweder verändert man sich durch eine beabsichtigte Handlung oder man verändert sich durch ein unvorhergesehenes Ereignis. Es gibt einen Konflikt zwischen dem, woran man sich erinnert und dem, was man heute erlebt und es sind die gefühlsmäßigen Ladungen, die den Unterschied machen. Ohne die gefühlsmäßige Ladung ändert sich nichts, weil sie in der tiefen Synästhesie wirkt und wenn mit den tiefen Sinnen gearbeitet wird, dann sind auch ihre Vorstellungen tief.

DIE MATERIELLE DISZIPLIN¹



Dies ist eine Disziplin, die mit einem stark allegorisch und assoziativ ausgerichtetem geistigen System arbeitet. Der „Körper“, der einen Verwandlungsprozess erfährt, ist die Vorstellung des Praktizierenden. Deshalb reicht es nicht aus, Vorgänge mit Stoffen durchzuführen, sondern es ist notwendig, dass sich der Praktizierende mit ihnen in einer verwandelnden Handlung in Resonanz versetzt. Es handelt sich um die Richtung eines Prozesses, in dem der Praktizierende nach und nach Schritte vollzieht, von denen er präzise Empfindungen (Indikatoren) haben muss.

Im Unterschied zu den alltäglichen Situationen, in denen man sich nicht in Resonanz mit den Gegenständen befindet, sondern sie lediglich benutzt, ist es in der Disziplin notwendig, dass sich der Praktizierende mit den Substanzen auf einer bestimmten geistigen Frequenz „in Gleichklang setzt“. Der Praktizierende folgt einem Prozess, der durch Schritte festgelegt ist, von denen er präzise Indikatoren, präzise Empfindungen haben muss. Wenn ihm der Indikator nicht gelingt, muss er nachsinnen und die bis zu diesem Punkt gemachten Schritte wiederholen.

All dies hat eine lange Vorgeschichte. Die Alchemisten arbeiteten mit Indikatoren. Um zum Beispiel zu beschreiben, wie Salpetersäure auf Schwefel wirkte, schufen sie die ganze Allegorie des grünen Drachens, der die Sonne verschlingt. In den Produktionen der antiken Alchemisten wimmelt es von diesen Indikatoren, oder eben „Empfindungen“, wie wir sagen. Nur, wenn man die Säure in den Schwefel gibt, wird man diese Indikatoren erhalten, auf keine andere Art und Weise. Es überrascht nicht, bei ihnen diesbezüglich umfangreiche Vorläufer anzutreffen.

Dies waren keine gewöhnlichen Arbeitsformen. Die alchemistischen Praktiken sind sehr vielfältig und unterscheiden sich voneinander. Sie begannen in verschiedenen Kulturen und mit unterschiedlichen Interessen und dauerten bis Ende des 18. Jahrhunderts. Die Alchemisten verschiedener Epochen stützten sich auf die Idee des Prozesses. Schon die babylonischen Alchemie versuchte, die Phänomene des Ackerbaus, der Überschwemmungen, der Fruchtbarkeit und der Ernten zu verstehen, in denen sie gewisse Konstanten und Wiederholungen sahen. „Der Sommer ist vorbei, aber er kommt wieder“; es sind die zyklischen Gegebenheiten des Ackerbaus, die bei diesen Formulierungen bedeutsam sind. Als wirkende Elemente dieser Veränderungen betrachteten sie den Tag, die Nacht, den Sommer, den Winter. Sie stellten Verbindungen her zu dem, was im Kosmos passierte, zu gewissen Momenten der Sonne, des Mondes, der Wohnstätten der Götter, ihres Horoskops. Diese Alchemie steht in Verbindung mit dem, was wir später als Astrologie voll mit einem System von Allegorien und Indikatoren, dem Vorläufer der Astronomie, kennen.

Man kam gleichzeitig und an verschiedenen Orten zu ähnlichen Schlussfolgerungen, ohne eine Beziehung von Ursache und Wirkung. Zum Beispiel: In Ägypten trat eine andere Alchemie auf, mehr mit dem Stofflichen verbunden und nicht so abstrakt wie bei den Babyloniern. Die Ägypter

¹ Die Materielle Disziplin wird gewöhnlich in einer als „Werkstatt“ bekannten Umgebung praktiziert, die über ein gutes Lüftungssystem verfügen muss, da mit Säuren und giftigen Dämpfen gearbeitet wird. Außerdem sollte man den Feuer- und Verbrennungsgefahren Aufmerksamkeit schenken, die sich durch den Umgang mit Gas- und Bunsenbrennern und kochend heißen Säuren sowie durch die Explosion der Glasinstrumente ergeben können. Man sollte auch den Hautkontakt mit giftigen Substanzen wie Quecksilber vermeiden.

waren eher an den Gegenständen interessiert und arbeiten mit den verschiedenen Arten des Feuers, den Steinen, den Metallen, und sie sind es, die das Glas entdecken. In verschiedenen Völkern treten Ausdrucksformen dieses Denkens auf, aber stets haben sie ihren Ursprung im Ackerbau. Die Domestizierung der Pflanzen, der Ackerbau, ist ein sehr bedeutender Meilenstein in der Geschichte der Menschheit und entwickelt sich selbst heute noch fort.

Ebenso kommt es zur Domestizierung der Tiere, wir befinden uns nicht mehr im Zeitalter der Jagd. Die Tiere mussten domestiziert werden und sie vermehrten sich von selbst. Die „Domestizierung“ wurde selbst auf andere Menschen ausgedehnt. Verglichen mit vorherigen Etappen der Konfrontation und der massiven Tötung von anderen Menschengruppen stellt die Sklaverei paradoxerweise eine Weiterentwicklung in der menschlichen Organisation dar. Man lenkt Prozesse, die bereits in der Natur vorhanden sind; es sind zeitlich verzögerte Akte, die es erlauben, ein Überschuss anzuhäufen und Möglichkeiten zu erweitern. Dieses Herumhantieren in der Natur begann mit der Beherrschung des Wassers, der Hydraulik und der Bewässerung. Die Domestizierung der Elemente taucht auf. Dies ist ein Moment mit bedeutenden Folgen. Wie können wir Dinge, Pflanzen und Minerale verwandeln, damit sie der Evolution dienlich sind? Wir befinden uns schon in Gegenwart des alchemistischen Denkens, das stets evolutionistisch ist, das stets versucht, noch weiter zu gehen. Es taucht in unterschiedlichen Varianten, in verschiedenen Kulturen auf und gelegentlich werden diese Entdeckungen von einem Volk an ein anderes weitergegeben.

Die zugrundeliegende Idee ist die Natur zu domestizieren, indem man sich den elementarsten Dingen zuwendet, um ihre Weiterentwicklung zu erreichen, bis man wertvollere Dinge wie das Gold erhält. Der Wert des Goldes beruhte auf seiner Seltenheit. Das Gold ersetzte das Salz als Tauschwert, da es einfach zu transportieren war. Wie können wir etwas herzustellen beginnen, das es nicht überall gibt? Man stellte sich vor, dass das Gold von vorhergehenden, gröberen Metallen abstammte, die heranreifen und sich weiterentwickeln. Dem misst die Alchemie zu ihrer Zeit Bedeutung bei, aber sie hat nichts mit den inneren Umwandlungen zu tun, obwohl es zweifelsohne Umwandlungen gab. Aber es ist nicht die Alchemie, sondern der historische Prozess, der die Auffassung von der Natur verändert hat. Und so gelangt man zu der alchemistischen Auffassung und den verschiedenen Arten des Feuers als verwandelndes Element.

Die Eisenzeit ist die letzte Epoche der Arbeit mit den Metallen. Paradoxerweise ist das Eisen jedoch das erste Metall, das bearbeitet wurde. Das Eisen, das vom Himmel her erscheint, nämlich durch die siderischen Meteoriten (daher stammt auch das Wort „Siderurgie“), wird für Haushalts- und Kultgegenstände benutzt. Es wurde mit der der Steinzeit eigenen Technologie bearbeitet. Dies geschieht vor der Epoche der Metalle, dank einer kleinen himmlischen Hilfe. Erst später taucht die Idee der Metallverarbeitung auf. Es handelt sich um eine Domestizierung auf einer anderen Ebene. Ohne die weit verbreitete Domestizierung wäre man nicht auf den Gedanken an diese Art von Umwandlungen gekommen.

In der chinesischen Alchemie verwendet man die Metalle, die Pille der ewigen Jugend, um Umwandlungen in den Personen zu erreichen. Die chinesischen Alchemisten sind Teil des Apparates des Imperiums, sie stehen im Dienst des Staates. Sie suchen nach der ewigen Jugend oder nach der Verlängerung des Lebens. Innerhalb dieser Richtung wird die Alchemie zu einer „zweckbezogenen“ Alchemie. Tatsächlich nähert man sich hier einer Medizin an. Man sucht nicht nach dem Gold - die Kaiser besitzen schon Reichtümer -, jetzt brauchen sie die Jugend und sie nehmen gewisse Präparate ein, um das Leben zu erhalten, oftmals mit tödlichen Folgen für den Kaiser (und sicherlich auch für die Alchemisten, die daran arbeiteten). All dies half bei der Bildung von Mythen, die diese Eigenschaften übersetzen: der Jungbrunnen, die Pillen der Unsterblichkeit. Oftmals führten diese Mythen zu territorialen Ausbreitungen, weil man diese Elemente an immer weiter entfernten Orten suchte.

Selbst noch in jüngsten Zeiten beziehen sich Ärzte auf gewisse Krankheiten mittels Allegorien von Metallen. In Bezug auf die Syphilis sagen sie: (aus dem Spanischen) „Für einige kurze Venusaugenblicke viele Jahre Merkur“ (wobei sie sich auf die Behandlung mit Quecksilber bezogen, das zur Heilung der Krankheit verordnet wurde). Aber die Vorstellung der Umwandlung des Praktizierenden ist nicht vorhanden. Die Veränderung des Praktizierenden anhand der Arbeit mit den Substanzen stammt aus jüngerer Zeit.

Man arbeitet an der Herstellung der Materia Prima, dieses Androgyns, dieser Zusammensetzung aus Quecksilber und Schwefel. Bei dieser Arbeit mit verschiedenen Arten von Feuer und Säuren, kann der Künstler möglicherweise die neurotoxischen Dämpfe mit Quecksilbergehalt eingeatmet haben, die mit Halluzinationen und außergewöhnlichen Phänomenen verbunden sind. Der Quecksilberdampf wird nicht wahrgenommen und ist extrem giftig, er gelangt direkt ins Nervensystem. Diese Gefahr ist im Hintergrund stets vorhanden und sie wird intuitiv wahrgenommen. Sie haben diese Dämpfe nicht absichtlich eingeatmet, aber sie spürten die Wirkungen dieser Art von Arbeit.² Der Schwefel ist eine andere Sache; sein Dampf erzeugt Atemnot, ist aber nicht giftig. Möglicherweise entsteht die Idee, dass die Kombination von gewissen Metallen zu inneren Veränderungen des Praktizierenden führt, eben bei diesen gefährlichen Praktiken, bei diesen Geheimwissenschaften.

Die Materia Prima besteht nicht aus einem Bestandteil, sondern aus zwei, die im Moment ihrer Kombination den Beginn des Prozesses darstellen: Quecksilber und Schwefel. Das Thema des Androgyns taucht schon im Jungsteinzeitalter auf. Das hat einen biologischen Hintergrund, eine großartige Eingebung hinsichtlich der Ei- und der Samenzelle.

Sie arbeiteten viel mit den Metallen und ihren Umwandlungen. Damals bestand ein großes Interesse daran, die Bestandteile der Materia Prima zu entdecken. Für viele bestand sie aus minderwertigen Resten, die sich aus dem Abfall ergeben; Materialien, die sie dem Urin entnahmen. Bei ihrer Verarbeitung stießen sie auf die Herstellung des weißen Phosphors, der Licht erzeugte. Die Suche nach der Materia Prima führte zu vielen Versuchen, und mittels Erfolg und Fehler stießen sie auf viele Entdeckungen wie Säuren und Basen. Um all das zu machen haben sie ausgeklügelte Instrumente entwickelt, welche die heutige Welt erreichten, als auf die Chemie übertragene Instrumente. Das sanfte Marienbad, (das zur Erhitzung einer Substanz verwendet wird, ohne sie direkt dem Feuer auszusetzen), stammt aus einer Vorgehensweise, welche die Alchemistin „Maria, der Jüdin“ benutzte. Viele Entdeckungen ergeben sich zufällig oder durch Intuition.

Als dann die Chemie auftauchte, konnte sie schon auf vieles zurückgreifen. Sie fand sich ausgestattet mit einer ganzen Reihe von Geräten und Substanzen, die zu ihrer Zeit einen großen Fortschritt darstellten. Die Geschichte der Alchemie ist komplex, weil sie sich in verschiedenen Kulturen und Epochen in unterschiedlichen Formen ausdrückt. So gelangen wir zur Alchemie als universelle Wissenschaft, deren Name aus dem Arabischen jener Reisenden übernommen wird, die Information sammelten und Kontakt zu anderen Kulturen aufnahmen.

Im Zeitalter der Renaissance nähert sich die Alchemie schon sehr an die Wissenschaft an. Man benutzt eine Fülle an Geräten, das Labor des 17. Jahrhunderts ist sehr ausgeklügelt. Zu diesem Zeitpunkt verfügt sie, bis zu ihrem Übergang in die Chemie, über eine riesige Erfahrung und umfassende Literatur, und bis zu ihrem Ende hat sie sich auf ihrem innewohnenden geistigen Weg

² In anderen Zusammenhängen und zu anderen Zeitpunkten (schamanische Traditionen, Wahrsagereien, Hexereien, Zaubereien) wurde absichtlich nach jenen giftigen Substanzen gesucht, die bei ihrer Einnahme zu Erfahrungen und Veränderungen des Bewusstseins führten. Man arbeitete mit Salben, Substanzen, die ins Blut gelangten und dort ihre Wirkung taten. Einige dieser magischen heidnischen Praktiken, die alexandrinische Wurzeln haben, führten bei ihrem Kontakt mit der christlichen Kultur zu einem ernsthaften Zusammenprall. Sie behaupteten, dass die Welt nicht so war, wie man sie wahrnahm, sondern unterstrichen das, was versteckt und hinter den Phänomenen lag.

stets weiterentwickelt. In dieser Epoche machte die Alchemie viele Sachen und suchte unter anderem nach der Umwandlung des Praktizierenden. Später wurde sie „psychologisiert“, wobei man an der Umwandlung festhielt, die materiellen Praktiken aber aufgab.

SCHRITTE IN DER MATERIELLEN DISZIPLIN

Die wichtigsten Etappen des Prozesses können wie die Struktur einiger universeller Mythen zusammengefasst werden: Geburt und Leben - Tod und Finsternis - Auferstehung und Aufstieg. Das benutzte Material erfährt all die Veränderungen, auf die die Schritte der Disziplin abzielen, während der Praktizierende gleichzeitig allegorische Begleiterscheinungen wahrnimmt. Das anfängliche Ausgangsmaterial Zinnober (eine Verbindung aus Schwefel und Quecksilber) wird sich nach und nach im Verlauf der gesamten Disziplin verwandeln.

Erste Quaterne: Geburt und Leben

1^o- Reinigung. Hier geht es um die Reinigung zweier Substanzen³. Das Quecksilber wird mit einem Waschleder oder einem feinen Leder gefiltert, bis es frei von Verunreinigungen ist. Der Schwefel wird solange in lauwarmen Wasser gewaschen bis einige Verunreinigungen absinken und andere oben auf schwimmen, um so den reinen Schwefel zu entnehmen. Schließlich werden die gereinigten Substanzen im Verhältnis 1:3 gemischt und man erhält einen schieferschwärzen Körper mit glitzernden Metall-splintern.⁴

2^o- Wachstum. 1 Teil Salzsäure in 2 Teile reines Wasser geben. Der Körper wird in einen Rundkolben aus Glas gegeben und mit der Lösung bedeckt. In der Falle und im Behälter mit reinem Wasser beobachtet man einige wenige Blasen. Der Prozess wird unter Verwendung einer schwachen Flamme begonnen, die nach und nach zunimmt, bis die Blasen als Indikator auftauchen. Der Takt des Auftauchens der Blasen sollte so gleichmässig wie möglich sein; in jedem Fall aber soll er zunehmen und nicht abnehmen. Die Flamme wird erhöht, bis im Kolben Farbspuren erscheinen. An diesem Punkt wird die Temperatur beibehalten und der Schritt endet mit der Entstehung der rotglänzenden Gruppierungen.⁵

3^o- Trennung. Mit dem Auftauchen der roten Gruppierungen wird das Feuer nach und nach verringert, bis sich der Kolben abgekühlt hat. Man beginnt mit der mechanischen Abtrennung der Krusten, unter denen eine rote Substanz zum Vorschein kommt, die einen Gegensatz zur kalzinierten schwarzen Substanz bildet⁶. Die schwarze Substanz wird in der heißen Säurelösung bei einer

³ Wir werden die Materia Prima nicht finden, sie muss hergestellt werden und leitet sich aus zwei Prinzipien ab, die miteinander in Wechselwirkung stehen. Sie entspringt einem gewissen Typ der Alchemie, der sich auf Schwefel und Quecksilber stützt, die zwei gegensätzliche Prinzipien versinnbildlichen, ebenso wie es durch die von den Arabern übermittelte Alchemie des Mittelalters entwickelt wurde. Das in der Natur vorkommende Zinnober setzt sich aus Schwefel und Quecksilber zusammen. Es ist diese Mischung aus zwei Prinzipien, die in mehr als einem Sinn gegensätzlich und komplementär sind, die wir bearbeiten wollen. Das ist die evolutionistische Idee: in kurzer Zeit das zu machen, wozu die Natur enorm viele Jahre braucht. In diesem Schritt reinigen sich die Substanzen und der Praktizierende.

⁴ Die Beschaffenheit der „Materia Prima“ war seit jeher Anlass für Diskussionen. Da es sich aber um ein „Androgyn“ handelt, ist es annehmbar, zwei unterschiedliche Substanzen, den Schwefel und das Quecksilber, als Bestandteile eines einzigen Körpers zu betrachten. Nach der Mischung der Substanz durch Umrühren im „Mörser“ nimmt der Körper eine immer schwärzere Färbung an bis er dem „Rabenflügel“ mit seinen kleinen metallischen Funkeln ähnelt. Dieser Augenblick der „Mortifikation“ wird im nächsten Schritt fortgesetzt, wenn man anhand eines sehr interessanten abgestuften Systems, das als „Radfeuer“ bekannt ist, Temperatur hinzufügt. Der Körper ist „mortifiziert“ worden, verfügt aber noch über „Wachstum“ und andere Eigenschaften. Der „Tod“ findet in der nächsten Quaterne statt.

⁵ In diesem Schritt wird die Substanz zuerst mit einer sanften Säure mortifiziert. Man könnte Zitronensaft oder Essig nehmen, aber in unserem Fall verwenden wir verdünnte Salzsäure („muriatische“ Säure). Danach erscheinen sich verändernde Farben: In diesem Schritt erscheint die prächtige „alchemistische Fahne“ mit ihrer roten, weißen und schwarzen Farbe. Später erscheinen kleine Gruppen rotglänzender Flecken, die sich ausdehnen. Diese rotglänzenden Gruppierungen sind als die „Rubine“ bekannt.

Das als „Falle“ bekannte Gerät erlaubt das Ausströmen von Gasen, was durch das Beobachten der Freisetzung im Wasser verfolgt werden kann. Wenn das Freisetzen durch ein Abkühlen der Umgebung gestoppt wird, zieht sich das Volumen der Gase zusammen und führt zu einem Ansaugen des Wassers bei geringerer Temperatur (was als „Rückschritt“ bezeichnet wurde), was schließlich dazu führt, dass der Kolben explodiert.

⁶ In der Metallurgie wird die Schlacke als Abfall betrachtet. Wir können im Abfall das Wesentliche entdecken, dies ist ein Prinzip (für uns das Rote Salz), das aus der Finsternis des Bergwerks gefördert wird. Es handelt sich um eine instabile rote Substanz.

Temperatur unter dem Siedepunkt durch ständiges, immer in die gleiche Richtung gehendes Umrühren aufgelöst, bis man einen roten Körper erhält, der durch Verdampfen getrocknet wird. Es können mehrere Bäder mit reinem Wasser nötig sein, bis keine säurehaltigen Spuren mehr vorhanden sind.⁷

4^o.- Wiederholung. Perfekte Mischung des roten Körpers mit gereinigtem Quecksilber im Verhältnis 3:1. Unterteilung in drei Gruppen. Eingabe der ersten Gruppe in den Kolben und schrittweise Erhöhung des Feuers bis zum Erhalt der Spiegelung, die am deutlichsten am Kolbenhals erscheint. Man beobachtet wiederum die Blasen, um das Feuer zu kontrollieren. Die Indikatoren sollten sorgfältig überprüft werden, weil die Spiegelung bei Temperaturen zwischen den Schmelzpunkten von Zinn und Blei stattfindet.⁸ Dieser Temperaturbereich wird beibehalten, ohne dass das Blei schmilzt. Nach Erhalt der Spiegelung durch Vermischen und Sublimation der ersten Gruppe (1R oder Erste Wiederholung) wird das Material mechanisch abgelöst, zum Pulver gemahlen und mit der zweiten Gruppe (2R) vermischt. Mittels der vorangegangenen Vorgehensweise wird es erneut gespiegelt, um dann anschließend in der Mischung mit der dritten Gruppe (3R) zu enden. In diesem Schritt kann es zu asch-weißen Bewegungen innerhalb des Kolbens kommen, was als Indikator für den Abschluss dieser Etappe dient. Schließlich erhält man durch Ablösung, Pulverisierung und Waschung einen roten Körper, der beständiger ist als der im 3. Schritt erhaltene Körper. Die höhere Beständigkeit dieses Körpers wird durch die Feuerprobe bestätigt, bei der ein Teilchen des Körpers auf eine Glasplatte gelegt wird, die der Feuerflamme mehrmals ausgesetzt wird, ohne dass eine Veränderung seiner Färbung zu beobachten ist. Die Beständigkeit dieses Körpers wird ebenfalls durch die Anwendung der drei Säuren getestet: Salz-, Schwefel- und Salpetersäure. Die Reaktion mit irgendeiner der drei Säuren deutet auf vorherige Prozessfehler hin. Sollte keine Reaktion stattfinden, fährt man fort. Der erhaltene fixierte rote Körper hat die Färbung vom Samenkorn eines reifen Granatapfels⁹; seine Färbung ist intensiver als die des im 3. Schritt erhaltenen, unfixierten roten Körpers.¹⁰

Zweite Quaterne: Tod und Finsternis¹¹

5^o.- Fermentation. Der fixierte rote Körper wird mit feinem Blei (Bleipulver) vermischt, das schließlich die Mischung bedecken muss. Man badet alles in Schwefelsäure und steigert die Temperatur auf Hauttemperatur. Die Gärung beginnt und der Indikator der Blasen taucht auf. Später wird das Feuer bis zur Erzeugung einer gewaltsamen Reaktion gesteigert. Verminderung des Feuers und Abkühlung. Man fügt der Substanz reines Wasser hinzu, rührt um und lässt absetzen. Das säurehaltige Wasser wird extrahiert. Dies wird mehrmals wiederholt, bis sämtlicher Säuregehalt entfernt ist. Trocknung und Kalzination durch Feuer, bis man den Körper als grau-weißes Pulver erhält.

⁷ Die Stücke des kalzinierten Körpers, die an den Kolben heften und mit äußerster Sorgfalt abgetrennt werden müssen, weisen bei ihrer Zerstückelung in ihrem Innern rote Rillen auf, weshalb sie „Kiemen“ genannt wurden. Man schreitet unverzüglich zum Erhalt des „unfixierten roten Salzes“ fort, das so genannt wird, weil es weder die „Feuerprobe“ noch die „Säurenprobe“ standhält und der „grüne Drache“ (Säure) es „verdauen“ kann.

⁸ Diese Kontrolle wird mit Hilfe der „Zeugen“ gemacht, die an einem „Halsband“ aus Bronze oder Messing hängen, das um den Kolbenhals gelegt wird. Die Zeugen befinden sich in genau entgegengesetzter Lage, so dass sie sehr gut sichtbar sind. Der Zink-Zeuge wird bei 232 °C schmelzen, während der Blei-Zeuge es bei 327 °C tun wird. Diese „Zeugen“ dienen dazu, die Temperaturen zu messen, weil die erwünschte Hitze dann erreicht wurde, wenn das Zink schmilzt, das Blei aber nicht.

⁹ Der am Ende dieses Schrittes erhaltene rote Körper ist wegen seiner Färbung als „fixiertes rotes Salz“ oder „Granatapfel“ bekannt. Die Granatäpfel tauchen im Persephone-Mythos auf. Sie wurde entführt und zu Hades in die Unterwelt gebracht. Bevor Persephone Hades' Welt verließ, gab er ihr einen merkwürdigen Kern eines Granatapfels, damit sie bald zu seinem finsternen Reich zurückkehrte.

¹⁰ Diese Prozedur wurde „REBIS“ (die „Wiederholung der Sache“) oder „3R“ („dreimal wiederholt“) genannt. Der Indikator dieses Schrittes ist eine Verspiegelung des Glases, das das Bild des Praktizierenden widerspiegelt, deshalb wurde er auch „der Spiegel“ genannt.

¹¹ Diese ganze Quaterne beschreibt den Prozess und die Indikatoren (für den Praktizierenden innere „Empfindungen“) von Finsternis und Tod des Körpers.

6°.- Zirkulation. Man bereitet die Nitriersäure-Lösung zu (1 Teil Schwefelsäure auf 2 Teile Salpetersäure). Erhitzen und Verdampfen der Substanz in geschlossenem Kreislauf, das heißt, man gewinnt die Dämpfe zurück, um sie der Substanz erneut zuzuführen. Das hier benutzte Gerät, das seit Alters her als „Schwan“ bekannt ist, wird von dem Praktizierenden aus weißer Keramik hergestellt und nachträglich glasiert¹². Der Prozess ist abgeschlossen, wenn der gesamte Körper angegriffen und auf eine dunkelgraue Paste reduziert wurde.¹³

7°.- Waschung. Waschungen wie im 5. Schritt, Verdampfungen mit Wasser und Trocknungen mit Hitze. Der Prozess wird mehrmals wiederholt bis zum Erhalt eines aus sehr feinem gräulichen Pulver bestehenden Körpers.

8. Agglutination. Der Körper wird mit Antimon, Kupfer und Eisen vermischt. Die Menge an weiß-grauen Pulver sollte größer sein als die (zusammengenommene) Menge an Stoffen. Sie müssen von größeren nach kleineren Mengen geordnet werden. Wenn man ihnen Werte zuteilen würde, würden sie folgendermaßen lauten: Körper 7, Antimon 3, Kupfer 2, Eisen 1¹⁴. Die Mischung wird in den Tiegel eingeführt und einer Temperatur von 1500 °C unterworfen (bei dieser Temperatur werden Tiegel und Mischung „weiß-rot“). Die Substanz wird als vollständig fixiert betrachtet, wenn sie nicht vom Feuer angegriffen wird. Das Feuer wird solange beibehalten, bis alle teilnehmenden Elemente gleichmäßig schmelzen. Beim Abkühlen und Trennen der Schlacke erscheinen die Adern der verschiedenen Stoffe, als ob es sich um einen Miniatur-Berg handeln würde. Der Körper wird in Nitriersäure eingegeben, 1 Teil Schwefelsäure auf 2 Teile Salpetersäure, unter ganz sanftem Erhitzen. Die Temperatur steigt nach und nach an bis zur Erzeugung der gewaltsamen Reaktion und dem Auftauchen der Farben in folgender Reihenfolge: grün, blau, gelb, rot und weiß in Dämpfen und abgesetzten Flüssigkeiten.¹⁵ Die feuchte grünliche Paste, in die sich der Körper letztendlich verwandelt, zeigt die Zeichen des Todes. Die Temperatur wird solange beibehalten, bis sich der kalzinierte Körper in ein gräuliches aschenhaftes Pulver umwandelt, in dem einige glänzende und winzige Kristalle erscheinen.¹⁶

¹² Der „Schwan“ hat mit den ersten uns bekannten Destilliergeräten zu tun, die in Tappa Gaura, Mesopotamien, gefunden wurden und 5500 Jahre alt sind. Man geht davon aus, dass sie zur Herstellung von Parfums benutzt wurden.

¹³ Der Prozess im „Schwan“ zielt darauf ab, den Verlust des „Geistes“ des Körpers zu erzeugen, deshalb die wiederholte Anwendung der kochend heißen Säuren, bis der Körper komplett „verdaut“ wurde. In diesem Schritt geht es nicht darum, den „Geist“ zurückzugewinnen, wie es der Fall bei der herkömmlichen Destillierung sein könnte (aus diesem Grund werden die „Spirituosen“ mit der Destillierung von Alkohol in Verbindung gebracht), sondern ganz im Gegenteil. Es geht darum, den „Körper“ solange zu behalten bis er völlig leblos (ohne „Leben“) zurückbleibt. Es tauchen postmortale Phänomene auf. Unterhalb des Todes besteht der diffuse Lebenstrieb.

In der jüngsten Vergangenheit, im 12. Jahrhundert, benutzte man eine wundervolle Graphik, um Prozesse zu veranschaulichen: Den Lebensbaum der Kabbala. Dort sehen wir, dass Malchuth sich unterhalb des Todes befindet.

Für das Erreichen des leblosen Körpers sind andere Arbeiten nötig, die mit der Bestattung des Körpers im „Berg“ enden. Nach zahlreichen Extraktionen und Kalzinationen wird man in der Lage sein, einen endlich „toten“ Körper zu erhalten (zuerst ohne „Geist“ und später ohne „Seele“). Dabei wird es sich um die Asche dessen handeln, was einst ein Lebewesen war.

¹⁴ Die verschiedenen Proportionen in diesem Schritt haben mit den verschiedenen Schmelz- und Sublimationstemperaturen der zu agglutinierenden Metalle zu tun. Man gibt also eine geringere Menge an Eisen als an Kupfer und Antimon hinzu, da die beiden letzteren einen tieferen Schmelzpunkt haben.

¹⁵ Diese Farbindikatoren, manchmal als „der Pfau“ bekannt, müssen erreicht werden auch auf die Gefahr hin, den Vorgang nicht erfolgreich abschließen zu können. Häufig führt die Ungeduld zum Verlust irgendeines Farbindikators und es ist klar, dass im solchen Fall der Prozess unvollständig ist.

¹⁶ Dieser Schritt ist der des „Berges“ und der „Asche“. Er bringt verschiedene technische Schwierigkeiten mit sich, wenn die Flamme des Acetylen-Sauerstoff-Brenners (der unnötige Verzögerungen erspart) auf 1500 °C gebracht wird. Diese Arbeit muss mit großer Schnelligkeit ausgeführt werden, um die Sublimation oder die Verflüchtigung der Elemente mit einer niedrigen Schmelztemperatur zu vermeiden, damit man nicht die Möglichkeit verliert, sie in den Berg zu integrieren. Selbstverständlich wird die Arbeit mit dem Athanon oder alchemistischen Ofen durch ein anderes Gerät ersetzt.

Dritte Quaterne: Auferstehung und Aufstieg. ¹⁷

9^o.- Belebung. Waschung mit dichtem Wasser. Dies erhält man durch das Destillieren von Wasser, bis 1/10000 des Volumens zurückbleibt, das man sammelt, um die gewünschte Menge zu erhalten. Bad wie im 5. Schritt. Waschungen und Duft des Körpers. ¹⁸

10^o.- Reinigung. Der Körper wird mit reinem Silber bedeckt und man fügt Salpetersäure hinzu (die Temperatur muss unter dem Siedepunkt des Wassers liegen). Danach wird die Temperatur langsam gesteigert, bis der Körper eine grau-grüne Färbung annimmt.

11^o.- Umwandlung. Hinzufügen von reinem Antimon und Steigern der Temperatur, bis der Körper mit dem Antimon verschmilzt. Es entstehen Bedeutsame Blitze. Veränderung der Qualität des Körpers. ¹⁹

12^o.- Multiplikation. Der Kolben hat sich golden gefärbt. Wenn man den Kolben bis zum Erhalt eines sehr feinen Glaspulvers mahlt, hat man einen Körper, der in Gegenwart von Hitze in der Lage ist, in einem Verhältnis von 1/10000 zu färben. ²⁰

¹⁷ Diese gesamte Quaterne beschreibt den Prozess und die Indikatoren (und die für den Praktizierenden inneren „Empfindungen“) der Auferstehung des Körpers.

¹⁸ Hier haben wir es erneut mit einer Methode zu tun, bei der es um die vollständige Verdampfung des dem Wasser innewohnenden oder durch es „geladenen“ Geistes geht. Hier geht es um den Erhalt der schwersten Moleküle des „universellen Lösungsmittels“ (Wasser), die in diesem Fall dazu dienen, die „Reste“ des Körpers aufzulösen und zu agglutinieren, ohne ihm andere im Wasser stets vorhandene Eigenschaften hinzuzufügen. Diese Methode („solve et coagula“) wurde häufig mit verschiedenen Substanzen von abendländischen Alchemisten benutzt. Die Alchemisten gewannen das „leichte Wasser“ oder Morgentau oder auch „Maitau“ der kosmischen Eigenschaften wegen, mit denen es sich Augenblicke vor Sonnenaufgang „lud“. In diesem Fall handelte es sich um „leichtes Wasser“ im Gegensatz zum „dichten Wasser“ dieses mühsamen Schrittes. Ein weiterer Indikator für die korrekte Durchführung des Schrittes ist der des „Duft des Lebens“, der dem Wohlgeruch ähnelt, den die neugeborenen Säuglinge verströmen. Der sanfte Geruch, der bei der Waschung des Körpers mit dichtem Wasser entsteht, ist für die Gestaltung der mystischen Handlung sehr hilfreich.

¹⁹ Dieser Vorgang wurde „der Triumph des Antimon“ genannt, wegen des strahlenden Lichtes, das auf eine etwas überraschende Art und Weise im Kolbeninnern auftaucht. Dieser Schritt und seine Begleiterscheinungen sind sehr wechselhaft und hängen bis zu einem gewissen Grad von der Handhabung des Radfeuers ab. Das Überschreiten der Grenztemperatur führt zur Explosion des Kolbens; das Nicht-Erreichen der minimalen Temperatur verhindert die „Veränderung der Eigenschaft“ des Körpers. Die „Veränderung der Eigenschaft“ wurde auch „Transmutation“ und manchmal auch „Transsubstantiation“ genannt. Diese Verfahren und Bezeichnungen führten zu einem direkten Zusammenprall der Alchemisten mit der offiziellen Religion des Mittelalters, da die Kirche glaubte, dass die „Transsubstantiation“ ein „Mysterium“ war, das der Umwandlung von Brot und Wein in „Körper und Blut“ Christi eigen war. Andererseits erweckt sie lediglich den Anschein einer Nachahmung des christlichen Verfahrens, da ihre Inspiration schon im klassischen Umfeld der Mysterien von Eleusis wurzelt. Schon lange vor dieser Epoche gibt es Indizien von „Veränderungen der Eigenschaften der Substanzen“ in den tektonischen Kulturen (Mysterienkulturen) Kleinasiens, in denen Kybele eine der wichtigsten Gottheiten ist. Selbstverständlich gibt es auch Vorläufer in der chinesischen Alchemie.

²⁰ Dieser als „der Phönix“ bezeichnete Schritt findet in diesem sagenumwobenen Vogel ein Bild, das der Wiederauferstehung durch Feuer entsprach und mit der alchemistischen Devise übereinstimmt: „Igne Natura Renovatur Integra“ (Durch das Feuer wird die Natur komplett erneuert). Auch das Füllhorn war eine angemessene Allegorie. Aus dem Horn des Überflusses flossen endlos Wohltaten aller Art wie die Unsterblichkeit, die Regenerierung und der Reichtum an materiellen und geistigen Gaben. Die Mythen und Legenden (alchemistischen Ursprungs), die zur Zeit der Entdeckung Amerikas umhergingen wie beispielsweise „Eldorado“ oder der „Jungbrunnen“ weckten die Phantasie von nicht wenigen Abenteurern.

In diesem letzten Schritt hat der Kolben (das alchemistische Ei) eine goldene Färbung angenommen und beim Pulverisieren erhält man eine Substanz, die vermehrende Eigenschaften besitzt wie die, andere Körper im Beisein von Feuer zu färben. Dieser Fall, der Fall der „Goldpille“ (eine aus Quecksilber, Schwefel und anderen Substanzen hergestellte goldene Pille) wurde von den chinesischen Alchemisten erzeugt. Sie führte zu nicht wenigen Auswüchsen, da sich einige Kaiser und zahlreiche Funktionäre auf der Suche nach der „Pille der Jugend“ der Einnahme dieser giftigen Substanzen widmeten.

DIE ENERGETISCHE DISZIPLIN



EINLEITUNG

Die Energetische Disziplin arbeitet mit der Erzeugung, der Verlagerung und der Umwandlung der psychophysischen Energie.

Wir werden uns auf zwei energetische Grundsätze stützen:

1. Wenn keine verteilte Energie vorhanden ist, kann nicht über sie verfügt werden. Wenn konzentrierte Energie vorhanden ist, muss sie zuerst verteilt werden, um sie dann später von verschiedenen Punkten des Körpers abzurufen.
2. Um in dieser Disziplin arbeiten zu können, muss man die Fähigkeit schulen, psychophysische Ladungen innerlich zu spüren. Man benutzt die Nervengeflechte, um die Energieerzeugung sowie ihr Strömen durch die einzelnen Geflechte zu überprüfen.

In der Energetischen Disziplin wird mit der psychophysischen Energie gearbeitet und mit keiner anderen Art Energie. Wir können die Arbeitsweise der psychophysischen Energie sehr schnell anhand der Bildfläche unserer Vorstellung sehen, z.B. bei den visuellen Bildern.

Die Beständigkeit des Bildes hat mit der Aufrechterhaltung der psychophysischen Energie zu tun. Wenn man sich auf die Ebene des Schlafes zubewegt, verschwindet die Beständigkeit, und es gilt das Verhältnis: je mehr Müdigkeit, desto weniger Beständigkeit des Bildes. Wenn wir versuchen, das Bild im Verlauf des Tages beizubehalten, stellen wir fest, dass es schwankt, weil die psychophysische Energie schwankt. Und das gleiche, was mit dem Bild geschieht, geschieht mit allen psychophysischen Aktivitäten.

Die Helligkeit des Bildes hat mit der Kanalisierung der Energie zu tun. Wenn man sie übt, kann man Bilder mit guter Helligkeit erreichen. Die Helligkeit des Bildes zeigt uns ein wichtiges Merkmal: die Intensität.

Die Intensität ist wichtig für andere energetische Arbeiten. Wenn nicht genügend Intensität vorhanden ist, werden uns einige in den fortgeschritteneren Schritten der Disziplin vorgesehenen Arbeiten nicht gelingen.

Intensität, Helligkeit und Beständigkeit. Wir sprechen gerade von der psychophysischen Energie und nehmen das Bild als Beispiel.

Wenn wir von der psychophysischen Energie sprechen, sollten wir verstehen, dass alles, was sich als Bild bewegt, dies durch Energiequanten tut. Man sollte jedoch bedenken, dass das Bild nicht nur visuell ist, sondern verschiedenen Sinnen entspricht. Es gibt Leute, die sich sogar auf die verschiedenen Bilder, die verschiedenen Sinnen entsprechen, spezialisiert haben. Auditive Bilder, z.B. Es gibt Leute, die, obwohl sie taub sind, noch eine ganze Symphonie komponieren können. Olfaktorische Bilder, die man anhand des Handwerks der Parfümerie entwickeln kann. Gustative Bilder, wie die Gourmets, die mit ihren Geschmacksdrüsen arbeiten, mit gustativen Bildern arbeiten, an die sie sich erinnern. Diese großen Chefs arbeiten ebenfalls mit Bildern, wie Erinnerungen, die mit der Wahrnehmung verglichen werden. Ein Weinprüfer sucht beim Probieren der verschiedenen Rebstöcke nach dem Erdbeergeschmack, er erkennt den Geschmack fast ohne es zu bemerken. Anhand seiner Proben kann er feststellen, dass es sich nicht um Erdbeeren, sondern um Haselnüsse handelt. All dies geschieht mit den Bildern, die mit der Erinnerung

verglichen werden; im Allgemeinen schätzt man auf der Grundlage des Ausschluss-Verfahrens ein. Man beruft sich auf die Erinnerung als Vorstellung und vergleicht sie mit der Wahrnehmung.

Wir haben über verschiedene Bilder der äußeren Sinne gesprochen. Ebenso gibt es Bilder, die nicht den äußeren Sinnen, sondern den inneren Sinnen entsprechen.

Die Kraft der Vorstellungen der inneren Bilder wird für die Energetische Disziplin von großem Interesse sein. Wir empfinden die Bilder, die von der äußeren Welt stammen innerhalb des eigenen Körpers, aber viele stammen auch aus der inneren Welt. Dies sind die Bilder, die wir als synästhetisch und kinästhetisch einordnen. Die synästhetischen Bilder geben uns eine Empfindung der Veränderungen der inneren Umgebung und die kinästhetischen Bilder geben uns eine Empfindung der Veränderungen der Körperhaltungen.

Dieses Spiel der Bilder zwischen den Wahrnehmungen, den Vorstellungen und den Sinnen gibt uns wichtige Hinweise auf die Arbeitsweise der psychophysischen Energie. Wenn wir über das Thema der inneren Sinne sprechen, ist es schwieriger, die Bilder zu empfinden. Manchmal stören die inneren Sinne die Wahrnehmung. Wir sprechen von den Übersetzungsphänomenen von einem Sinn auf einen anderen. Beim Geschmackssinn ist dies z.B. einfach zu erkennen: „Wie süß du bist“, „was für eine verbitterte oder säuerliche Art zu reden du hast“. Ebenso der Geruchssinn: „Diese Situation stinkt“. In der Poesie finden wir zahlreiche Beispiele dieser Art Übersetzungen.

Übersetzungen, die praktisch mit Lichtgeschwindigkeit stattfinden und die mit dem Nervenstrom zu tun haben. Übersetzungen von einem Sinn auf einen anderen. Impulsabfolgen, die von einem Sinn ausgehen und sich in einen anderen umwandeln. Wir können die Empfindungen und die Übersetzungen auf das kleinste Atom reduzieren, nämlich den Impuls. Wir reduzieren sie auf Impulse und sehen ihre Eigenschaften, wie sie sich umwandeln und stets mit ihren sensorischen Kanälen arbeiten: Hörimpulse, Geschmacksimpulse, usw. Diese Impulse werden durch Nervenfasern weitergeleitet. Schauen wir uns ein Beispiel an: angesichts einer gefährlichen Situation, wird Adrenalin in die Blutbahn ausgeschüttet und dies beschleunigt den Nervenstrom und stimuliert die Muskeln. Der Organismus schüttet verschiedene Substanzen aus, die ihn beschleunigen oder verlangsamen, ebenso wie einige andere Substanzen, die zu einer Blockierung bzw. Verlangsamung der neuronalen Verbindungen führen. Es ist nicht das Denken, das sich verlangsamt, sondern die neuronalen Weiterleitungen. Es entstehen „giftige“ Phänomene, die die Übermittlung beeinträchtigen. Diese Impulsabfolgen haben die Fähigkeit, sich umzuwandeln und sich zu verformen. Bei der Einnahme von Drogen kann dieses Phänomens deutlich beobachtet werden.

Wir sprechen von den inneren Sinnen, bei denen Temperaturschwankungen, Veränderungen der Basen- oder Säurewerte, des Blutdrucks, usw. stattfinden können; all diese Veränderungen wirken, ohne dass man es bemerkt. Diese Schwankungen spielen sich sehr häufig unterschwellig ab, und um sie aufzuspüren, muss man sich in eine unterschwellige Situation, an die Grenze der Wahrnehmungen, begeben. Häufig senden sie Signale, aber übersetzte Signale, und gelegentlich wird der Ursprung dieser Übersetzungen nicht verstanden.

Ein weiteres Thema ist der Kreislauf der Vorstellungen. Die Wahrnehmung und die Empfindung bilden ein Atom, das wir nicht trennen können. Die Wahrnehmung besteht aus Empfindungen und etwas mehr. Die strukturierten Wahrnehmungen bestehen aus strukturierten Impulsabfolgen, und nicht aus isolierten Empfindungen. Und die Übersetzungen haben auch ihre großen Vorteile; sie helfen, die Strukturen der Wahrnehmung festzustellen. Die Strukturen sind sehr wichtig im Haushalt der Psyche. Sie erscheinen stets in Verbindung mit Ladungen von anderen Sinnen, und dies alles ist schrecklich kompliziert. Wenn wir also von der Wirklichkeit sprechen, ist das ein bisschen kompliziert: Strukturierungen der Wahrnehmung, die uns eine Struktur der Vorstellung aufbauen und die uns dazu verleiten, die äußere Welt zu betrachten. Dies ruft in uns eine gewisse Demut hervor, wenn wir das betrachten, was man als Wahrheitskriterien kennt. Was man sieht, ist, was es ist. Gut, dem ist nicht so. Es ist das gleiche, was früher mit dem Sonnenaufgang und –

untergang geschah. Man hatte keine Information über die Himmelskörper, und noch heute sagt man, dass die Sonne untergeht und aufgeht. Diese wissbegierigen Leute sollten also bemerken, dass diese Sache der Wahrheitskriterien über die Welt von irgendwoher, aus irgendeiner Perspektive studiert wird. Man kann sie dank der Strukturierung der Bilder entwickeln, aber man hat einen Standort oder eine Perspektive.

Dieses Thema der Übersetzung und der Strukturierung der Bilder erlaubt es, Eigenschaften in den äußeren Gegenständen zu entdecken, zu denen wir auf elliptische, übersetzte Art und Weise gelangen. Man kann das Gewicht eines Gegenstandes berechnen, ohne ihn zu berühren. Dies sind komplexe und interessante Phänomene, die aufschlussreich sind, wenn man mit dem Aufbau der Psyche arbeiten möchte. Wenn wir das psychologische System destabilisieren wollen, gibt es verschiedene Formen, wie z.B. die Veränderung des Nervensystems. Und diese wird nicht nur durch die Wirkung von äußeren Substanzen hervorgerufen, sondern auch durch bestimmte Drüsen dieses Kreislaufes, die bestimmte Endorphine ausschütten und durch die Wirkung von inneren Substanzen Veränderungen hervorrufen. Und so kommt es zu dem Fall, dass jemand keinen Wein getrunken hat und doch geschehen außergewöhnliche Dinge. Und ebenso wie man bestimmte Fähigkeiten in diesem Bereich trainiert, schult man zweifelsohne Formen, diese Welten zu betreten. Aber man benötigt Momente der Inspiration, man muss sozusagen diesen Zug besteigen, sich in dieses Thema begeben. Andere führen mathematische Operationen aus und begeben sich so in einen synästhetischen Bereich. Es ist ein Thema von inneren Sinnen und Übersetzung von Impulsen. Es ist, als ob es Bereiche gäbe und man sich in die eine oder in die andere Schicht begeben könnte. Wie die Tibeter, die sich in verschiedene „Bardos“ (Zwischenzustände, *Anm. d. Üb.*) begeben. Es gibt andere, deren Leben mit einem Bardo verbunden ist. Einige bemerken nicht einmal, dass es verschiedene Bereiche gibt, und wenn man jemanden aus einem bestimmten Bardo herausholen möchte, muss man ihn destabilisieren.

Mit der Disziplin steigen wir voll in dieses Thema ein. Es ist eine lange Abfolge von Dingen, die man sehr gut erfassen kann und man wird sichtbare Unterschiede im Lernen der Gründe und der Erfahrung machen, und nicht nur der Theorie. Diese vorgeschlagene Form erschien uns angebracht. Zuerst die praktischen Sachen, anstatt sofort mit den Disziplinen loszulegen. Man lernt, man vergleicht und denkt über all dies nach, man arbeitet mit dem Gedächtnis, aber ebenso mit der Erfahrung. Dies sind Sachen, die man nicht alltäglich studiert, sie werden erfahren und verbleiben im „Feld des Merkwürdigen“.

ARBEITSWEISE

In jeder Quaterne und in jedem Schritt reduziert sich die tägliche Arbeit der Energetischen Disziplin auf lediglich zwei Punkte: Bewusstsein seiner selbst, indem man sich auf das Erzeugergeflecht stützt, und Übung zur Vervollkommnung der Schritte an irgendeinem Moment des Tages.

Der erste Punkt: Bewusstsein seiner selbst, indem man sich auf das Erzeugergeflecht, das ein synästhetischer Bezugspunkt und infolgedessen ein Bezugspunkt der inneren Ansiedlung im Körper ist, stützt: Solange, wie es einem bei den täglichen Aktivitäten möglich ist, ohne sich selbst zu vergessen. Wenn es zum Vergessen kommt, kann man jeden beliebigen Reiz ausnutzen, der das Erzeugergeflecht anspricht, um sich an es zu erinnern und zu versuchen, es beizubehalten, aber ohne irgendeine Arbeit mit der Energie zu machen lediglich Selbst-Erinnerung.

Der zweite Punkt: Übung zur Vervollkommnung der Schritte an irgendeinem Moment des Tages.

SCHRITTE IN DER ENERGETISCHEN DISZIPLIN

Erste Quaterne: Erzeugung der Energie

1^o- Vorbereitung. Man schafft eine angemessene geistige Umgebung, indem man sich in eine Art „Isolierglocke“ begibt, welche die äußeren Bedingtheiten außen vor lässt.

Die Schaffung einer angemessenen materiellen Umgebung, frei von jeglichen fremden Einflüssen, ist von großer Bedeutung.

2º.- Ansammlung. Durch Zusammenziehen der Muskeln rund um das vegetativ–sexuelle Nervengeflecht wird die Spannung langsam und mäßig gesteigert.

Von jetzt an wird es als „Erzeugergeflecht“ bezeichnet. Schon bei Beginn des Prozesses sollte man verstehen, dass es nicht die Geflechte sind, die psychophysische Energie erzeugen, sondern dass sie als Quelle von Empfindungen und Bezugspunkte der Aufmerksamkeit benutzt werden. Die Arbeit mit den Geflechten erlaubt die Beweglichkeit der Bilder und Empfindungen (zu Anfang visuell und äußerlich taktil) und später die Beweglichkeit der Empfindungen (von inneren taktilen und synästhetischen Bildern). Herkömmlich folgte man der Praxis, Energie vom Erzeugergeflecht aus „nach oben zu befördern“, und zwar dem Rücken entlang, so dass der Nervenstrom an verschiedenen Höhen des Rückgrats die an der Vorderseite des Körpers gelegenen Geflechte erreichte¹.

Gewisse muskuläre Kontraktionen rufen eine Empfindung hervor, die man im Erzeugergeflecht spürt und die sich als Schauer ausdrückt. Im Erzeugergeflecht wird allgemeine psychophysische Energie des Körpers konzentriert: die Energie wird in dem Bereich konzentriert und die Spannung steigt an dem Punkt.

Aus unserer Warte ist das Erzeugergeflecht eine sehr bemerkenswerte Nervenendigung, die mit lebenswichtigen Funktionen und der Fortdauer der Spezies zu tun hat; auch diese pendelartige Eigenschaft, sich wie ein Kondensator zu laden und zu entladen, ist interessant. Wir verstehen diese Eigenschaften mit Absicht, um die Energie zu einem anderen Zweck zu orientieren, der mit der Energie und nicht nur mit der Fortdauer der Spezies verbunden ist. Dies ist der Ausgangspunkt der Energetischen Disziplin. Wir wissen ebenfalls, dass die Fähigkeit dieser Nervenendigung durch die Wirkung sowohl von äußeren wie auch inneren Substanzen gesteigert wird.

3º.- Abschalten. Einerseits von der physischen Reizquelle, andererseits von anregenden Wahrnehmungen und Bildern. Man beginnt, die anregenden Bilder von den Empfindungen abzukoppeln und behält lediglich die letzteren am betreffenden Punkt bei. Das anregende Bild ist

¹ Im Tantrismus und im tibetischen Buddhismus ist es bekannt, dass die Energie im Erzeugergeflecht entspringt. Dort wurzelt der Ausgangspunkt der psychophysischen Energie mit einer physischen, aber ebenso mit einer spirituellen Ortsbestimmung. Sie beobachten oder stellen sich das Vorhandensein von Chakras vor : Nervenfasern, die von der Wirbelsäule ausgehen. Aber die Energie durchläuft nicht nur die Chakras, sondern steigt und sinkt durch die Nadis, die sie als mystische Kanäle betrachten. Diese Auffassung wird später von der abendländischen Psychologie übernommen, im tibetischen Buddhismus und im Tantrismus ist sie jedoch klarer.

Dies wurde von der experimentellen Psychologie von Wilhelm Wundt festgestellt, die sich den Versuchen und Messungen widmete. Wundt untersuchte die physischen Begleiterscheinungen von gewissen geistigen Experimenten: er bat z.B. ein Subjekt, sich in eine Trage zu begeben, die sich auf einer Achse im Gleichgewicht befand und dort geistige Arbeiten, mathematische Operationen auszuführen und beobachtete, dass das Blut zum Kopf hin floss und das Bett sich in diese Richtung neigte. Ebenso konnte er anhand von sehr empfindlichen Thermometern in den Händen eines Subjekts Nachweise bezüglich Temperaturänderungen erbringen: Ein Subjekt denkt daran, in einer Hand Glut zu halten, die die Hand verbrennt und in der anderen Hand Eisklumpen, die die Hand gefrieren. Tatsächlich zeigten die Thermometer an, dass die Temperatur der einen Hand leicht anstieg, während die der anderen Hand abfiel.

Zur gleichen Zeit begann J. Randall Brown aus den Vereinigten Staaten von Nordamerika, in seinen Vorstellungen etwas zu demonstrieren, von dem er behauptete, es handle sich um Gedankenlesen. Er bewies eine besondere Fähigkeit, versteckte Gegenstände zu finden und führte Demonstrationen dieser Art an Gegenständen durch, die sich sein Publikum vorstellte. Browns Demonstrationen waren möglich dank seiner Fähigkeit, den Takt zu benutzen, um die inneren muskulären Bewegungen zu spüren, die die Subjekte bei der Vorstellung von verschiedenen Szenen verursachten. Die Ladung, die das Bild transportierte, bewegte ihre Körper in die eine oder in die andere Richtung, je nachdem, wo sich das Bild befand.

Befand es sich auf der Achse Z, verschob es sich zum Inneren oder zum Äußeren des Subjekts. Nicht nur der Körper, sondern auch das Körperinnere folgte der Wirkung des Bildes.

Sein Assistent, Washington Irving Bischof, lernte das Geheimnis von Brown, und verwandelte sich zu seinem Rivalen in diesen Dingen des Gedankenlesens.

Mit der Zeit lernten andere Experimentatoren das Geheimnis und diese Art „Gedankenlesen“ wurde unter verschiedenen Bezeichnungen bekannt. Die Cumberland-Strömung (nach Stewart Cumberland, Assistent von Bischof), die Hellstrom-Strömung (nach Alex Hellstrom) usw.. Dies war die Entdeckung des Muskeltonus.

verschwunden und man behält lediglich das synästhetische unterstützende Bild zurück, das die Empfindung verstärkt.

4º.- Aufstieg. Die Empfindungen werden Geflecht um Geflecht nach oben verlagert. Dabei stößt man auf Hindernisse, die aufgelöst werden müssen, um den Gipfel zu erreichen und in ihm das „Licht“ zu erlangen.

Die Arbeit mit den Geflechten ermöglicht die Beweglichkeit der Bilder, da sie Information über die Lage der psychophysischen Energie im Innenraum liefern.

Die folgende könnte eine gute Reihenfolge im Schritt des Aufstiegs sein: **A. Erzeugung der Ladung** vom Erzeugergeflecht aus. Hier geht es darum, eine ausreichend intensive Ladung zu erreichen, um sie zu den verschiedenen Geflechten zu bewegen. **B. Vom Erzeugergeflecht zum epigastrischen Geflecht**, unterhalb des Bauchnabels (wird gewöhnlich als zunehmende Wärme und Ausdehnung der Energie im ganzen Körper empfunden); **C. Vom epigastrischen Geflecht zum Solargeflecht** (wird gewöhnlich als Spannung und Bewegungen im Körper empfunden, da man auf das motorische Zentrum einwirkt); **D. Vom Solargeflecht zum Herzgeflecht** (wird gewöhnlich als Gefühlsregung, als Gefühlswallungen empfunden); **E. Vom Herzgeflecht zum Rachengeflecht**, in der Mitte vom Hals und unterhalb der Kehle (wird gewöhnlich als zunehmende Wärme zum Kopf hin empfunden); **F. Vom Rachengeflecht zum Kopf**, zur Mitte hin, hinter den Augen, die man als Bezugspunkt spürt (wird gewöhnlich als Licht, Farben und Bewegung von Bildern empfunden).

Wenn es einem nicht gelingt, die Energie nach oben zu verlagern, ist dies nicht auf eine Funktionsstörung der Nervengeflechte zurückzuführen, sondern auf eine mangelhafte Beherrschung des Bildes (es ist ein Spiel mit Vorstellungen); es geht darum, das synästhetische Bild, das etwas sehr Abstraktes ist, zu schulen. Der Umfang der Spannung ist anfänglich physisch, aber später gelingt es, das synästhetische Bild von der physischen Spannung abzukoppeln. Man muss über eine minimale Kapazität und Schulung verfügen, um den betreffenden Punkt zu erreichen, sowie Kapazität, die als Glitzern bzw. als Licht übersetzt wird.

Nur durch Vervollkommnung der Übung kann man anfangen, die Unterschiede zwischen den Geflechten zu erkennen. Nach Abschluss dieser Quaterne verwandelt sich das, was die Wiederholungsroutine eines jeden Schrittes war, in die fließende Wiederholung der Quaterne.

Anmerkung. Man empfindet diese Quaterne als ein „Erwachen“ der inneren Empfindungen und der Öffnung zu einer inneren und äußeren Welt hin, die mit mehr Helligkeit, Umfang und Tiefe, sowie anregend und reich an Bedeutungen wahrgenommen wird.

Zweite Quaterne: Verstärkung der Energie

5º.- Schwinden. Die Empfindungen verwandeln sich in ein Glitzern oder verlieren ihre Kraft auf natürlichem Weg, bis sie sich auflösen. Aktivierung am Gipfel, bis sich der Prozess verflüchtigt.

Die Aktivierung am Gipfel wird oben im Kopf bearbeitet, bis sie sich auflöst. Es handelt sich nicht um das „Durchströmen des Lichtes“, von dem die Taoisten sprechen. Das Glitzern verliert seine Kraft und löst sich auf; obwohl man versucht, diese Aktivierung beizubehalten und zu erhöhen, ist es nicht möglich.

6º.- Rückgewinnung. Es kommt zu Spannungsabfällen und man kehrt zum Erzeugergeflecht zurück, um alle Arten von Empfindungen wieder zu gewinnen (ohne auf neue Reize in diesem Geflecht zurückzugreifen).

Im vorherigen Schritt löste sich die Energie auf und verschwand. Jetzt kommt es zu Spannungsabfällen. Man kehrt zurück zum Erzeugergeflecht, das die Energie in Gang setzt. Wir werden versuchen, die im Körper zurückgebliebene Restenergie wieder zu gewinnen, und die ausreichend für einen erneuten Aufstieg ist.

7^o- Fixierung. Es kommt zu einem erneuten Empfindungsabfall und man versucht, an der Spitze einen Spannungszustand unabhängig von den Bildern aufrecht zu erhalten. Es handelt sich um reine Empfindungen ohne Bilder, oder genauer gesagt, um synästhetische bzw. kinästhetische Bilder ohne den äußeren Sinnen entsprechende Bilder.

Es kommt zu einem Empfindungsabfall zum Erzeugergeflecht hin, aber die Empfindung am Gipfel wird beibehalten. Man hat keine Empfindung vom Gehirn: Wie ist dann ein Bild möglich, das sich im Nichts verdichtet? Noch mehr Vorstellungsspielereien und Fanstastereien! Es sind reine Empfindungen, ohne Bilder, es handelt sich um synästhetische oder kinästhetische Bilder.

8^o- Konzentration. Alle Empfindungen des Körpers werden vom Erzeugergeflecht aus zurückgewonnen (Erfahrung der „Welt“ durch das Erzeugergeflecht, während die Empfindungen allmählich „nach oben“ verlagert werden).

Es ist sinnvoll, den ganzen Prozess (sämtliche Schritte in Folge, angefangen beim 1. bis einschließlich dem 8.) 3 bis 4 mal nacheinander pro Sitzung zu wiederholen. Es ist wichtig, dass es keine „ruckartigen“ Verlagerungen mehr gibt sowie keinerlei Muskelspannungen, damit die Atmung durchgehend und ohne Unterbrechungen erfolgt. Jetzt werden die Muskeln nur als „Auslöser“ des Prozesses zusammengezogen und der Aufstieg darf weder die anderen Muskeln miteinbeziehen noch darf er die Atmung bremsen.

Anmerkungen zu den Schritten 7 und 8

Man ist vom Schritt 7 (in dem man die Empfindungen am Gipfel solange beibehält, wie es angebracht erscheint) zum Schritt 8 fortgeschritten, bei dem der Zeitpunkt des „Abstiegs“ zum Erzeugergeflecht bereits gekennzeichnet wird und dabei die verschiedenen Möglichkeiten der Sinnesempfindung erforscht werden: möglicherweise verfügt man über Laute, über taktile Empfindungen, die geändert werden können, über Geruchs-Empfindungen, über visuelle Empfindungen, die auf das Erzeugergeflecht wirken können. Es ist wichtig, dass die verschiedenen verwendeten Empfindungen es schaffen, das Erzeugergeflecht anzusprechen und sich in Vorstellungen verwandeln (in Energie, die benutzt wird, um über die Geflechte aufzusteigen). Die Erzeugerquellen der Empfindungen sind sehr unterschiedlich, sehr persönlich und in diesem Bereich hängt alles vom Ausprobieren ab, was andererseits zum Verständnis des Mechanismus der Übersetzungen und insbesondere des Übersetzungsmechanismus der Empfindungen in psychophysische Energie beitragen wird.

Es ist wichtig, die aufeinander folgende Wirkung der verschiedenen Sinne zu empfinden und festzustellen, wie sie das Erzeugergeflecht „ansprechen“ und in ihm übersetzt werden. Wenn man meint, dass diese Empfindungen ausreichend übersetzt wurden, geht man dazu über, diese „Gesamtheit an Empfindungen“ (jetzt ohne genaue Bestimmung und Unterscheidung zwischen den verschiedenen Sinnen) als Gesamtenergie in Richtung des Gipfels zu verlagern. Dort verweilt die Ladung und man geht davon aus, dass sie sich im Laufe der Stunden erneut über den ganzen Körper verteilt und alles ausgeglichen bleibt, ohne Spannungen und ohne Überladungen. Bei der Arbeit in der zweiten Quaterne geht es um die energetische Sensibilisierung, während es bei der ersten Quaterne um die Erzeugung und Richtung der Energie geht und bei der dritten Quaterne um die Umwandlung der Energie.

Anmerkungen: Diese Quaterne, die mit reinen Empfindungen ohne Umwandlung in Bilder arbeitet, ist psychologisch kompliziert. Der Prozess verfinstert sich und am Ende dieser Quaterne weiss man nicht, wo man ist. Die Empfindung, die man verspürt, zeichnet sich durch die Finsternis aus. Man befindet sich in einem „Bardo“, würde die tibetische Psychologie sagen, aus dem der Empfindung nach kein Ausweg zu finden ist.

Dritte Quaterne: Verfügbarkeit der Energie

Der Zweck. Vor Beginn der Arbeit in der dritten Quaterne sinnt man über den Zweck nach, der nach und nach gestaltet wird, um der Energie im 12. Schritt Richtung zu geben. Der Zweck arbeitet im Bereich des transzendentalen Sinns des Lebens, er entspricht den tiefstgehenden Bestrebungen, er ist etwas, was über Zeit und Raum hinausgeht und man erkennt ihn aufgrund der Ergriffenheit, die er hervorruft. Er nimmt Gestalt im Verlauf der Zeit an. Da er in der Kopräsenz arbeitet, „ist er ein großer Zauber“, denn er verbleibt in der Kopräsenz und wirkt von dort aus. Er erzeugt sehr wichtige Automatismen. Der Zweck muss mit ausreichender gefühlsmäßiger Ladung getragen sein. Er wird nicht durch die konzentrierte Aufmerksamkeit, sondern durch die Automatismen orientiert: aufgeladen und wiederholt bis zum Automatismus.² Wer eine Sportart trainiert, kennt das. Er macht sich von der Aufmerksamkeit unabhängig und löst sich aus. Man muss wissen, wie man ihn in sich selbst gut einverleibt. Die Phänomene der Automatismen der Kopräsenz werden durch die Beherrschung der gefühlsmäßigen Ladung hervorgerufen werden. Durch Wiederholung wird der Zweck angemessen einverleibt. Eine Arbeit ohne Zweck ist zwecklos.

Vor der Routine arbeitet man mit dem Zweck, und es beginnt sich ein Automatismus zu erzeugen.

Diese Quaterne berücksichtigt die Konzentration des 8. Schrittes, welche die Impulse der verschiedenen Sinne, die Impulse des Gedächtnisses und die Impulse der Vorstellung (die 3 Wege der Erfahrung) diffus übersetzt, bis die Aufladung des Erzeugergeflechts beginnt. Nach der Aufladung des Erzeugergeflechts beginnt die Zweite Ansammlung direkter Ladung des 9. Schritts (und geteilte Aufmerksamkeit zwischen dem Erzeugergeflecht und der Spitze). Ohne die Ladung aufzuhalten, werden die Empfindungen am Gipfel von denen im Erzeugergeflecht abgekoppelt, bis der Bezugspunkt des Erzeugergeflechts losgelassen wird und man nur noch auf den Gipfel aufmerksam ist. Damit entwickelt sich die Trennung des 10. Schritts. Man nähert sich dem Moment des Sprungs vom 10. in den 11. Schritt, an dem die energetische Verwandlung beginnt. Dieser Sprung verwirklicht sich in dem Maße, in dem die Ladung zunimmt und die Toleranzschwelle erweitert wird. Wenn man die Grenze erreicht, ohne sie überschreiten zu können, oder wenn die Ladung abgeschaltet wird, geht man dazu über, die Energie zu verteilen, so wie es jedes Mal bei der Beendigung dieser Quaterne gemacht wird.

9^o.- Zweite Ansammlung. Trennung zwischen der Empfindung am Gipfel und der Spannung im Erzeugergeflecht mit zunehmender Teilung der Aufmerksamkeit.

Die Teilung der Aufmerksamkeit ist möglich, wie man es schon im 7. Schritt festgestellt hat.³ Die Absicht liegt im gleichzeitigen Spüren der Empfindung von beiden Geflechten. Wir sind dabei, die Aufmerksamkeit bis zu ihrem maximalen Grad zu zwingen. Diese Trennung wird immer stärker, als ob man mit zwei Gehirnen denken würde.

10^o.- Trennung der reinen Empfindungen. Man lässt unten los und am Gipfel bleiben reine Empfindungen zurück. Beseitigen jeglichen Bildes am Gipfel, das ein Sammeln der Energie verhindert. Erneuter Lichtblitz und Licht.

² Wir sprechen von Phänomenen, die sich häufig im alltäglichen Leben zeigen; Phänomene, die sich zu geeigneten Augenblicken ausdrücken, auch wenn die Aufmerksamkeit des Individuums nicht auf dieses Ziel gerichtet ist. Dies geschieht z.B. mit jemandem, der sich vorgenommen hat, einen Ort in einer Straße in seiner Stadt zu erreichen. Diesen Zweck hat er vor dem Verlassen des Hauses erarbeitet. Fakt ist, dass die von dieser Person eingeschlagene Richtung von gewissen automatischen Vorgängen und nicht von seiner konzentrierten Aufmerksamkeit überwacht wird. Es gibt kritische Augenblicke, an denen sich das Ziel bemerkbarer macht und dies geschieht gewöhnlicherweise, wenn etwas den ursprünglichen Zweck beeinträchtigt oder ihn von seiner Richtung abbringt. Der Mechanismus, den wir als „Kopräsenz“ bezeichnen können, ist sowohl die Grundlage alltäglicher Phänomene, wie auch der außergewöhnlichsten Phänomene. Dies geschieht, wenn sich ein gefühlsmäßig geladener und bis zum Automatismus wiederholter Zweck von der Aufmerksamkeit unabhängig macht und sich zu der vorgesehenen Gelegenheit „auslöst“.

³ Der Mechanismus der geteilten Aufmerksamkeit ist bereits bekannt. Man schenkt z.B. zwei Texten, die man gleichzeitig hört, Aufmerksamkeit und wenn man die Aufmerksamkeit anstrengt, bleibt kein Platz für Abschweifungen übrig. Wenn man genügend übt, kann man später beide Texte erzählen.

Man lässt die Empfindung des Erzeugergeflechts los. Es verbleiben lediglich die Empfindungen am Gipfel. Es kommt zu einer Federwirkung. Viele Bilder neigen dazu, übersetzt und umgewandelt zu werden, so wie es das Bewusstsein normalerweise macht, d. h., mechanisches Abschweifen, und gerade das muss durch eine verstärkte Aufmerksamkeit verhindert werden. Die Spannung da oben erhöhen, aber die Umwandlung in Bilder verhindern. Wenn ein Bild auftaucht, weist man es zurück, man beachtet es nicht und die Spannung steigt weiter an.

11^o.- Energetische Umwandlung. Man empfindet eine Veränderung der allgemeinen Energie des Organismus und bemerkt die Veränderung des geistigen „Spannungszustands“. Phänomene, die der Kraft eigen sind. Gleichzeitige Auswirkung in allen Geflechten. Beherrschung und Durchströmen des Lichtes.

Erneute Lichtblitze und „Licht“; und keine Bilder mehr. Man empfindet eine Veränderung des allgemeinen Spannungszustands. Es ist mehr Sauerstoff vorhanden, Adrenalin wird ausgeschüttet. Man bemerkt eine Art allgemeiner Durchflutung der Energie, die wenige Augenblicke anhält. Es handelt sich nicht um eine Veränderung des Spannungszustands des Bildes, sondern um eine Veränderung des Spannungszustands des Körpers. Man fühlt sich wacher und energiegeladener. Es kommt zum Phänomen der Kraft und des Durchströmens des Lichtes. Alles wird von Energie durchflutet und beginnt zu strahlen.

12^o.- Projizieren der Energie. Möglichkeit, die psychophysische Energie nach innen oder nach außen zu projizieren.

Die nach innen oder außen gerichtete Projizierung der psychophysischen Energie wird in der Kopräsenz durch den vorher gestalteten Zweck geleitet. Es ist wie mit den Bitten: man begibt sich in eine geistige Situation, in der das, was man sich inbrünstig wünscht, eine Bitte ist, die wohl mit viel Kraft und Intensität gemacht wird. Man hat die Empfindung, dass sie nach außen gerichtet ist, dass etwas aus einem „hinausgeht“. Oder, im Fall der nach innen gerichteten Projizierung, dass man etwas genommen hat, damit es zu einem kommt. Als ob man für sich selbst bitten würde: Intelligenz, Klarheit, einen erhöhten Bewusstseinszustand, und davon hat man eine Empfindung.

Die nach innen gerichtete Projizierung kommt gewöhnlicherweise in höchster Wachsamkeit zustande, während die nach außen gerichtete Projizierung einige Merkmale mit den veränderten Bewusstseinszuständen teilt.

Anmerkungen zu den Schritten 11 und 12

Wenn sich bei der täglichen Routine Phänomene des Durchströmens des Lichtes, der Kraft und der gleichzeitigen Auswirkungen in allen Geflechten allmählich einstellen, ist man in der Lage, die Potenz der Energie zu steigern. Dafür führt man die Routine aus, indem man mit der Schaffung der Umgebung beginnt und unverzüglich zur Ladungsentwicklung im Erzeugergeflecht übergeht, während die Energie bis an die Spitze steigt. Man beginnt den 9. Schritt, in dem der Bezugspunkt des Erzeugergeflechts losgelassen wird, und die gesamte Aufmerksamkeit richtet sich auf den Bereich am Gipfel, der sich nach und nach als „Kontrollpunkt“ herangebildet hat. Man ist in der Lage, die Trennung zu vollziehen, indem man die Ladung bis zur Grenze steigert und so allmählich die Toleranzschwelle erweitert. Dort beginnt die energetische Umwandlung des 11. Schrittes. Während die Aufmerksamkeit ganz auf den Kontrollpunkt konzentriert wird, muss die Steigerung der Spannung dort einen „Ebenen-Durchbruch“ erzeugen. Somit wird die Projektion des 12. Schrittes vom Kontrollpunkt aus in dem Augenblick des Ebenen-Durchbruchs zu Tage treten. Dies ist möglich, weil man den Zweck des Projizierens der Energie nach innen oder nach außen vor Beginn der Routine bearbeitet hat. Das Phänomen zeigt sich im Augenblick, in dem der „Ebenen-Durchbruch“ stattfindet. Die Ebenen-Durchbrüche sind Anomalien der Psyche. Wir beziehen uns auf den Durchbruch der gewöhnlichen Ebene der Arbeitsweise des Bewusstseins, hier ist nicht die Rede von den Bewusstseinszuständen. Das Thema der Kraft und der gleichzeitigen Auswirkung stellt ein Phänomen des Durchbruchs der normalen Abfolge dar.

Es versteht sich, dass der eingehend gestaltete Zweck die energetische Verlagerung nicht vom Brennpunkt der Aufmerksamkeit (der mit dem Kontrollpunkt beschäftigt ist) her leitet, sondern von der Kopräsenz her.

DIE METHODISCHE ARBEIT IN DER ENERGETISCHEN DISZIPLIN

Die wichtigsten Punkte dieser Arbeit können verstanden werden, wenn der der Ausführung der gesamten Routine vorangehende Zweck klar ist und wenn man die Praxis aller Schritte beherrscht.

A. Reinigung von Anspannungen, Spannungszuständen und Stimmungen; die Arbeit wird in Richtung der Verteilung geleitet.

B. Schaffung der geistigen Umgebung. **Vorbereitung, Schritt 1.**

C. Unter Zuhilfenahme der 3 Wege steigt die Erhöhung des allgemeinen Spannungszustands der Energie, die noch verteilt ist. Nach und nach verschwindet die Zerstreuung und die verschiedenen Impulse werden in lokalisierte Energie übersetzt, bis man die **Konzentration des 8. Schrittes** erreicht.

D. Man beginnt die direkte Ladung im Erzeugergeflecht, und die Energie steigt schnell über die Geflechte bis an die Spitze auf. Mit geteilter Aufmerksamkeit erreicht man die **Zweite Ansammlung des 9. Schrittes**. Man lädt weiter auf, während man den Bezugspunkt des Erzeugergeflechts loslässt und sich die Aufmerksamkeit am Gipfel konzentriert. **Trennung vom 10. Schritt**. Man erweitert die Toleranzschwelle weiter bis die Empfindungen beginnen. **Energetische Umwandlung des 11. Schrittes** und **energetische Projektion** des 12. Schrittes.

E. Man verteilt die Ladung und zerstreut dabei Anspannungen, Spannungszustände und Stimmungen.

DIE GEISTIGE DISZIPLIN



Im Wesen der Geistigen Disziplin liegt die Suche nach jener Freiheit, die es dem Praktizierenden erlaubt, sich den Determinismen und den Bedingtheiten des eigenen Bewusstseins zu entziehen, um zu universellen Strukturen durchzudringen.

Der *modus operandi* dieser Disziplin ist die Meditation. Wir können verschiedene Arten der Meditation unterscheiden. Vor allem müssen wir uns darauf einigen, zu bestimmen, was die Meditation ist und ebenso werden wir die verschiedenen vorhandenen Meditationsarten definieren.

Es gibt eine natürliche Meditation, in der das Denken wie ein Reflex auf die Reize agiert; hierbei handelt es sich um die reflexartige Aktivität des Bewusstseins ausgehend von den Dingen, die wahrgenommen werden. Z.B.: ich sehe die Treppe und sinne darüber nach. Die natürliche Meditation beschäftigt sich mit den äußeren Phänomenen. Es handelt sich nicht um eine eigentliche Meditationsart, sondern vielmehr um eine natürliche Tätigkeit des Bewusstseins, die darauf abzielt, die ihm von der Natur oder der Umgebung im Allgemeinen präsentierten Gegebenheiten wiederzugewinnen.

In der einfachen Meditation geht die Haltung des Denkens über den Reflex auf etwas hinaus. Der Geist dringt tiefer vor und sucht ganz allgemein nach den Wurzeln von etwas Unbekanntem oder nach Interessen. Die einfache Meditation geht einen Schritt weiter als die natürliche Meditation; sie geht über die „Diktatur“ des Gegenstands, der sich meinen Augen zeigt, hinaus. Man geht hier über die einfachen Gegebenheiten hinaus, man strebt danach, Unbekanntes zu lösen. Diese forschende und tiefergehende Haltung des Bewusstseins stellt eine Brücke zu der Geistigen Disziplin dar, welche die dritte Art der Meditation darstellt.

Die einfache Meditation ist unentbehrlich, um das meditative Gebiet frei zu machen, indem die Wachträume, Konflikte und Themen, die nichts mit dieser Praxis zu tun haben, nach und nach zum Stillstand gebracht werden.

Die Geistige Disziplin legt den Schwerpunkt auf die Bewusstseinsakte und nicht auf die Bewusstseinsobjekte, obwohl sie sich ständig auf sie beziehen muss. Der Meditierende bewegt sich in einer Atmosphäre von Sicherheit und Zweifel, von Gewissheiten und Unklarheiten, bis er den durch Erfahrung nachvollziehbaren wahren Punkt erreicht. Das heißt, dass obschon die Schritte klar formuliert sind, die persönliche Erfahrung eine mühsame Aufgabe ist, die man durch Probieren auf einem oder mehreren Wegen vollzieht, bis man genau zur exakten Bedeutung gelangt. Daraus ergibt sich die Sicherheit und Gewissheit der Meditation. Es ist wichtig, diesen Punkt zu berücksichtigen, weil dieses ständige Schwanken zwischen Zweifel und Sicherheit Bestandteil der Natur des Denkens und der Meditation ist.

Es gibt zahlreiche Themen, die mit der Geistigen Disziplin verbunden sind, wie zum Beispiel die Bewusstseins Ebenen. Hier ist die Auffassung vom Bewusstsein im wesentlichen dynamisch und geschichtlich und die Unterscheidung in Ebenen hilft dabei, Licht auf die verschiedenen Arten von Akten zu werfen, je nachdem ob sie im Halbschlaf, im Schlaf, im Wachzustand oder im Selbstbewusstseinszustand stattfinden.

Auch die Bewusstseinsobjekte nehmen Merkmale an, die der jeweiligen Arbeitsebene des Bewusstseins eigen sind. Ich bewege mich durch die verschiedenen Ebenen hindurch und folglicherweise erleiden diese Akte und Objekte Veränderungen. Wir weisen besonders darauf hin,

damit man nicht glaubt, dass lediglich die lichtesten Bewusstseinsakte für die Disziplin von Bedeutung sind.

Es ist außerdem wichtig darauf hinzuweisen, dass der Denkprozess immer mehr mit der Tätigkeit der Antwortzentren übereinstimmt.

Sobald also der geistige Arbeitsbereich festgelegt wurde, beginnt man mit dem Eintritt in das Bewusstsein, um in ihm zu forschen, wobei man im 5. Schritt die geistige Form entdeckt, um zu universellen Strukturen durchzudringen.

SCHRITTE DER GEISTIGEN DISZIPLIN ¹

Erste Quaterne: Das Lernen

1^o.- Sehen lernen. Die Aufmerksamkeit auf die Wahrnehmung richten, indem man sie von Vorstellungen, Assoziationen, usw. läutert. Lediglich die Aufmerksamkeit und die Wahrnehmung ... Nur der Akt des „Sehens“ bleibt erhalten. Was ich sehe, wird von anderen Erscheinungen begleitet, deshalb bemühe ich mich, nur zu sehen, indem ich andere geistige Tätigkeiten ausschalte. Ich sehe anders. Ich stelle die Wirkung der Tagträume, der Erinnerungen und des „Suchens“ im Bereich der Sinneseindrücke als Störungen fest. Ich sehe die scheinbare „Wirklichkeit“ auf eine gewisse Art. Die Art, wie „wir sehen lernen“ ist nicht naturgegeben. Man ist demzufolge darauf aufmerksam, wie man den Gegenstand sieht; man hat nämlich den Schwerpunkt verlagert. Lediglich die Aufmerksamkeit plus die Wahrnehmung. Dort wirkt das *Sehen lernen*.

2^o.- Die Sinne in allen Dingen sehen. In jeder Sache, die man wahrnimmt, ist der Sinneseindruck (die Information, die der Sinn liefert) plus die Sache. Zum Beispiel die Wahrnehmung des Baums. Aufgrund der Eindrücke des Tast-, Hör- und Sehsinns, usw. gelangt man zu unterschiedlichen Ergebnissen bezüglich des gleichen Gegenstands, weil man lediglich über Wahrnehmungstreifen von ein und dem gleichen Gegenstand verfügt, was jegliches Wissen an die Sinne kettet.... Die „Entfernung“ zwischen dem Gegenstand und mir wird offensichtlich. Der Sinneseindruck und die Sache. Ich behalte nicht die Sache, sondern die Wahrnehmungen bei. Ich richte meine Aufmerksamkeit auf den Sinneseindruck, den ich wahrnehme, und auf das, was diese Sache wirklich ist. Mit Sicherheit stimmen die nicht überein.

In diesem Schritt begreift man die Mechanismen der „Identifizierung“; dieser Erscheinung nämlich, in der sich der wahrgenommene Gegenstand und der ihn wahrnehmende Sinn „zusammengeschmolzen“ als ein einziges Phänomen zeigen.

Wir stimmen nicht überein mit der Auffassung der Sensualisten oder der antiken Auffassung des Bewusstseins als ein „unbeschriebenes Blatt“, das selbst keinen Inhalt hat und lediglich von außen gefüllt wird. Wenn die Sinne sich also vertun..... haben wir Probleme.

Wir richten unsere Aufmerksamkeit darauf, den Unterschied zwischen dem Sinneseindruck und der Sache auszumachen. Je nachdem, ob die Information von einem Sinn stammt oder von einem anderen, verfüge ich über verschiedene Wahrnehmungstreifen der Wirklichkeit. Wenn die Information vom Sehsinn geliefert wird, verspüre ich eine Art von Empfindungen, wenn sie vom Gehör stammt, eine andere Art von Empfindungen, vom Tastsinn wiederum eine andere Art von Empfindungen und so geht es weiter mit den verschiedenen Sinnen. Das Bild, das ich aufgrund eines Geräusches von einem Gegenstand habe, unterscheidet sich von dem eines gesehenen

¹ Es ist angebracht, sich im täglichen Leben zu platzieren, um die Schritte zu erlernen und die Routinen auszuüben. Dies führt uns ziemlich weit weg von der Vorstellung, die man über die Stille, die Ruhe und das Zurückziehen der Sinne als Situationen hat, die man suchen sollte, um eine konstruktive Meditation durchzuführen. Sicherlich muss der Meditierende bei der Wiederholung der Routinen einer gesamten Quaterne und der Routine der gesamten Disziplin eine Distanz zwischen sich selbst und den Anforderungen der Sinneseindrücke schaffen. Aber dies ist keine Bedingung. Vielmehr geht es darum, mit seinen Kräften zu haushalten, um die angemessene geistige Konzentration zu erlangen. Häufig wird die gleiche Art physischer Umgebung für die Übung der Schritte benutzt, was erlaubt, die Unterschiede zwischen den angewandten Vorgehensweisen hervorzuheben.

Gegenstandes. Die Sinne vollbringen eine „unterscheidende“ Aktivität (Unterschiede zwischen den Wahrnehmungstreifen der Erscheinungswelt). Wenn ich also eine abschließende Gestaltung von einem Gegenstand mache, so mache ich sie aufgrund der Streifen von Information, die mir die verschiedenen Sinne liefern. Z.B: für den Sehsinn ist diese Flüssigkeit schwarz, aber für den Geschmacksinn ist sie Kaffee und für den Tastsinn ist sie heiß.

Auf die gleiche Weise liefern verschiedene Standorte, verschiedene Standpunkte, d.h. verschiedene Perspektiven bezüglich ein und desselben Gegenstands, verschiedene „Wirklichkeiten“ über den Gegenstand.

Das in diesen ersten beiden Schritten Begriffene wirft viele Reflektionen auf. Es taucht die Frage auf nach der Wahrheit der Wahrnehmung und nach den Streifen, durch die diese Wahrnehmungen sich zeigen.

3^o.- Das Bewusstsein in den Sinnen sehen. In jeder Wahrnehmung gibt es eine Struktur, die sich nicht in den Sinnen befindet, sondern im Bewusstsein, z.B. der Baum, weil die verschiedenen Sinneseindrücke als Wahrnehmung organisiert werden und diese Wahrnehmung wiederum in einer Struktur oder einem Bereich umfassenderer Art (dem Bewusstsein) organisiert wird. Hier geht es darum, die vom Bewusstsein organisierte Struktur von den Wahrnehmungen zu unterscheiden bzw. zu trennen. Diese Trennung muss außerdem wirklich durchgeführt werden und nicht bloß verstanden werden... Ich nehme nicht lose Sachen wahr (d.h. isolierte Formen und Farben), sondern Strukturen, z.B. Gestalten und Tiefen. Ich beobachte die Tätigkeit von etwas, das nicht der Sinn ist, sondern das Bewusstsein. Ich empfinde es als etwas Bekanntes. Jegliche Sichtweise der Wirklichkeit hat mit dem Bewusstsein zu tun. Auch wenn die Streifen von dem, was ich von der „Wirklichkeit“ erhalte, unterschiedlich sind, so ist es doch stets das Bewusstsein, das diese Tatsache bestimmt. Es vollbringt die Strukturierungen und gibt der Erscheinung den Endschliff und lässt mich sagen: „Dies ist ein Marsmensch.“ Das Bewusstsein mit seiner „Diktatur“ hat das letzte Wort. Das Bewusstsein ist stets an der Gestaltung des Objekts beteiligt. Es ist wie eine „neugierige Alte“, die sich in alles einmischt und erreichen will, dass das Wahrgenommene zuverlässig ist; es will stets, dass „ich mit heiler Haut davon komme“. Mit anderen Worten, das Bewusstsein gelangt stets zu einer Gestaltung, zu einer Darstellung von all der Information, die es auf dem Weg der Wahrnehmung erhält. Bei diesen Tätigkeiten stößt man auf Unbekanntes und man sucht nach möglichen Antworten. So wie das Objekt „es mit mir aufnimmt“, „nehme ich es“ jetzt mit dem Objekt „auf“. An dieser Stelle begreift man diese Sache, dass das Bewusstsein mehr folgert, als es wahrnimmt; ein Phänomen, das zu Illusionen führt.

4^o.- Das Gedächtnis im Bewusstsein sehen. Man beobachtet, dass die Sinne an jeglicher Wahrnehmung beteiligt sind, dass das Bewusstsein die Sinnesdaten organisiert und schließlich, dass diese im Bewusstsein organisierten Daten dank der Vorstellung früherer Wahrnehmungen bzw. der Erinnerung an diese über eine Struktur verfügen. D.h., das Bewusstsein organisiert und erkennt wieder dank des Gedächtnisses bzw. der früheren Speicherungen. Man bemüht sich, jegliche Wahrnehmung verschwinden zu lassen, um lediglich mit dem Bewusstsein und seinen Bildern/Vorstellungen plus der darauf gerichteten Aufmerksamkeit zurückzubleiben.

Man strukturiert nicht in einem geschlossenen Kreislauf, sondern greift auf das Gedächtnis zurück. Dank des Gedächtnisses kann ich das, was von den Sinnen stammt, wiedererkennen: „Dies ist ein Marsmensch und ich habe ihn schon mal irgendwo gesehen.“

Wir erkennen auch die Mängel einiger Denkströmungen. So schlagen z.B. einige von ihnen vor, die Sachen ohne Bedingtheiten zu sehen. Dies ist eine hohle Phrase. Dies ist nicht möglich. Ein Bewusstsein von der Wirklichkeit ohne Gedächtnis ist nicht möglich, weil es Bedingtheiten gibt, die vom Gedächtnis, von der angesammelten Erfahrung stammen. Selbstverständlich strebe ich danach, ohne Bedingtheiten zu sehen. Aber wie macht man das? Hier haben wir die verschiedenen Wahrnehmungstreifen, das, was bei mir ankommt, aber jetzt taucht ein drittes Glied auf, das mir die Sache erschwert. Das Objekt, die Sinne, das Bewusstsein und jetzt das Gedächtnis. Dieses

dritte Glied kompliziert alles. Dieses Erscheinen des Gedächtnisses ist sehr interessant, wenn man versucht, Fragen nach etwas Unbekanntem zu beantworten. Der „Diktatur“ des Objekts, der der Sinne und der des Bewusstseins, fügt sich nun die „Diktatur“ des Gedächtnisses hinzu.

An dieser Stelle endet die erste Quaterne, die viele Fragen offenlässt. Würde ich in dieser Quaterne verharren, so würde ich selbst daran zweifeln, auf die Strasse zu gehen; ich wüsste nicht, woran ich mich halten sollte. Soll ich die Aufmerksamkeit auf mich oder auf das Hupen richten? Es existiert eine gewisser Verlust der Bezugspunkte, ehemalige Glaubensgewissheiten brechen zusammen und gleichzeitig entsteht ein neues Verständnis über die „Wirklichkeit“.

ZWEITE QUATERNE: DIE BESTIMMTHEIT

5^o.- Die Tendenz im Gedächtnis sehen. Beobachtung der „geistigen Form“, und zwar nicht als Vorstellung, sondern als Akt, der dazu neigt, sich an ein Objekt der Vorstellung zu binden. Folglich beobachtet man die Tendenz in den Vorstellungen. Diese Bemühung zeigt die Tendenz des Gedächtnisses (als Vorstellungen), tätig zu werden, um die Akte zu vervollständigen... Alle Phänomene, die mir erscheinen, erscheinen im Gedächtnis. Das Gedächtnis vervollständigt also die Akte, die vom Bewusstsein in Gang gebracht werden.

Hier taucht noch etwas auf. Was ist diese Sache der Tendenz, was soll das? Ich werde die Bedingtheit im Gedächtnis sehen. Ein Mechanismus der Arbeitsweise, mit dieser Sache von den unaufhörlichen Akten und Objekten, der mich in eine Richtung bedingt. Das Gedächtnis, das so fügsam erschien, eine Wiedergabe der Wirklichkeit, taucht nun mit Auflagen auf. Mit einer Tendenz und mit einer Auflage. Auf diese Weise können wir die geistige Form beobachten, diese Struktur Akt-Objekt. Bislang habe ich Objekte gesehen, aber jetzt muss man die geistige Form beobachten. Sie ist keine Vorstellung, sie ist kein Bild. Was ist sie dann? Sie ist etwas, in dem ich mich befinde. Sie ist dieser Bereich meines Bewusstseins, der sich innerhalb von gewissen Richtlinien bewegt. Aber sie ist keine Vorstellung; ich untersuche diese Form wie eine Struktur, nicht wie ein Objekt. Ich sehe keine Objekte, sondern ich sehe jetzt diese geistige Form, die in mir ist. Die geistige Form ist eine Eigenschaft meines Bewusstseins. Und ich kann sie nicht wie ein Objekt visualisieren, sondern wie eine Gesamtheit von Akten. Ich unterscheide schon zwischen einem geistigen Akt und einem Objekt. Ich sehe, dass die Akte ständig arbeiten und sich auf Objekte ausrichten, wobei das Bewusstsein seine Ruhe sucht. Die geistige Form hat mit der Gliederung dieser Akte zu tun, die sich mit Objekten vervollständigen. Ich bin „unterworfen“, bedingt durch die geistige Form. Ich befinde mich innerhalb einer geistigen Form von Akten, die – egal ob richtiger- oder irrtümlicherweise – danach trachten, sich zu vervollständigen. Die Akte sind unweigerlich mit Objekten verbunden. Sie sind noetisch-noematische Strukturen. In dieser Struktur kann ich die Akte nicht von den Objekten trennen, da sie eine untrennbare Beziehung haben. Wir sprechen nicht nur von hylischen (materiellen) Daten, sondern auch von geistigen Objekten.

Die Tatsache der Struktur Akt-Objekt, diese Bestimmtheit, die sich mir als geistige Form aufzwingt, taucht vor mir auf.

6^o.- Die Verkettung in der Tendenz sehen. Man beobachtet, dass selbst beim Unterlassen der Vorstellungen, die Bemühung, sie auszuschalten, als Erwartung auftaucht, als Augenblick, in dem dieser Zustand erreicht wird oder auch nicht, als gerichtete, aber bestimmte Aufmerksamkeit. Zusammenfassend: Die Erfahrungen, die geistigen Widerstände und die Bemühungen werden als „Kräfte“ oder „Tendenzen“ betrachtet, an die das Bewusstsein gekettet ist und ohne die es anscheinend über keine organisierte Struktur verfügt. Dieser Schritt zeigt, dass das Bewusstsein ohne die „Tendenz“ im Allgemeinen nicht handlungsfähig ist. Kurz gesagt, es geht darum, auf die „Mechanizität“ beim Denken aufmerksam zu sein, auf die Verkettung des Bewusstseins oder auf den Widerstand gegen die „Tendenz“ aufmerksam zu sein. Ich versuche, die Akte und die Arbeitsweise zu bremsen. Ich versuche zu „entleeren“, aber stets gibt es Akte und Objekte und Bewegung.

Es gibt also eine Verkettung in der Tendenz. „Ich werde denken, aber ohne Vorstellungen“, sage ich mir. Dies ist eine psychologische Naivität, da ich ebenfalls über synästhetische Bilder und Vorstellungen verfüge. Probieren wir es aus: stellen wir uns eine 12-Zoll-Schraube vor. „Ich nehme diese Vorstellung jetzt weg und sehe sie nicht mehr“, sage ich mir. Ja, aber sie taucht erneut auf, sie bleibt in der Kopräsenz und kehrt später zurück, sie taucht erneut auf. Die Bemühung, sie auszuschalten, taucht als Erwartung auf. Einen Augenblick lang habe ich es geschafft, die Schraube nicht zu sehen und – zack ! – schon ist sie wieder da. Sie ist in meinem Gehirn „festgeschraubt“. Die verflixte Erwartung verkettet mich; ich strebe immer zum nächsten Augenblick hin. Dies sind die Determinismen des Denkens, Akte und Objekte nämlich, die sich gegenseitig benötigen.

7º.- Das Beständige in der Verkettung sehen. Man beobachtet, dass trotz der Veränderlichkeit der Erwartungen, der „Widerstände“, der Bewusstseinsmomente, die Verkettung das Beständige ist. Es gibt keine weitere Art Tätigkeit, die nicht verkettet ist.

Mit dieser ganzen „Diktatur“, dem Auftauchen der Verkettung und der Bestimmtheit, entdecke ich, dass das Beständige in der Verkettung liegt. Es handelt sich um verschiedene geistige Vorgänge, aber sie alle sind Auflagen, in denen ich diese Verkettung von Akten und Objekten feststelle. Ich schalte auf einen anderen Kanal um, ich versuche, einen anderen Film zu sehen und hier stoße ich auf die Erwartungen. Ich probiere aus, in welcher Gestaltung ich mich frei fühle und sehe, dass es nicht möglich ist. Ich werde völlig kontrolliert. Dies sind Determinismen und ich nenne sie „Verkettung“.

Es gibt eine Suche nach der Freiheit, die es mir erlaubt, mich der Verkettung zu entziehen, aber ich stelle fest, dass das einzig Beständige eben die Verkettung von geistigen Akten mit Objekten ist. „Dann werde ich mich also nur den Akten widmen, den bloßen Akten“, sage ich mir. Gut, dies ist nicht möglich. Ich bin in einem Bewusstsein eingeschlossen, das an seiner Grundstruktur verkettet ist. Man beobachtet, dass das Bewusstsein eine Struktur und eine Arbeitsweise hat, denen ich mich letztendlich nicht entziehen kann.

8º.- Das Beständige in Einem und in Allem sehen. Man beobachtet, dass die Vielfalt der Erscheinungen nur scheinbar ist und dass jede Erscheinung in sich Verkettung ist. Dies gilt sowohl für das Bewusstsein als solches wie auch für die Sache als solche und deshalb sind das Bewusstsein und die Sachen als solche identisch, aber nicht als Erscheinung. Also ist die Identität beständig und die Vielfalt veränderlich. Einer und Alles sind identisch und beständig. Es gibt keine Unterschiede zwischen Einem und Allem. Ich frage mich nach dem Anderen – außer mir. Auch die „äußere“ Welt erscheint mir auf strukturierte Art.

Dies ist etwas Merkwürdiges. Ich sehe, dass die Bäume wachsen, den Herbst und den Winter, alles verändert sich. Wie soll das gehen, das Beständige zu sehen? Wie geht das? Ich stoße auf die vielfältige Natur, die Vielfalt der Erscheinungen, aber in all dem ist die Verkettung vorhanden. Und ich stelle fest, dass jedes geistige Phänomen an sich Verkettung mit sich bringt. Die Sache an sich bzw. das Bewusstsein an sich sind verkettet. Sie sind identisch; sie haben eine Identität als Ding, aber nicht als Erscheinung. Ich stoße auf immer mehr Sachen, die es verhindern, mich zu befreien.

Die Frage nach der Intersubjektivität taucht auf. Wie ist es möglich, dass ein Bewusstsein mit einem anderen kommunizieren kann? Wie ist die gleiche Vorstellung in zwei verschiedenen Bewusstseinen möglich? Wo liegt das Gemeinsame – in der Vorstellung oder in der Natur des Bewusstseins? Wir befinden uns in einer beständigen Forschungsarbeit, die mit sehr viel Spannung verbunden ist.

An dieser Stelle endet die zweite Quaterne, komplizierter als die erste, aber mit einem tiefergehenden Verständnis der Arbeitsweise des Bewusstseins, seinen Bedingtheiten und seinen Beschränkungen.

Dritte Quaterne: Die Freiheit

9^o.- Die beständige Form arbeiten sehen. Man beobachtet, dass die beständige Form sogar in der Vielfalt der Phänomene erscheint, seien sie subjektiv oder objektiv. Die beständige Form handelt aus ihrem eigenen Bedürfnis heraus. Der Sprung in der Reihenfolge. Durchbruch aus dem Solipsismus².

Selbst in der Vielfalt der Phänomene gibt es eine beständige Form, wobei wir unter Form die Struktur Akt-Objekt, Bewusstsein-Welt verstehen. Sie kann sich vielfältig präsentieren, aber nur vorübergehend. Sie geht von einem Punkt A zu einem Punkt B über, ändert ihre Position, aber die beständige Form zeigt sich mir immer. Ich stelle fest, dass diese vielfältige Wirklichkeit die gleiche Art von Darstellung ist, aber in verschiedenen Bereichen. Ich beobachte, dass das Beständige die Position verändern kann. Das Beständige kann in Dynamik betrachtet werden.

Diese beständige Form hat stets diese Beharrlichkeit als solche. Die Sachen zeigen sich mir mit Variationen, aber hinter den Variationen beobachtet man die Beständigkeit der Form. Die Welt und das Bewusstsein existieren auf beständige Weise, aber es gibt Variationen dieser Beständigkeit. Die Form ist beständig an sich, aber vielfältig was ihre Ausdrucksformen betrifft.

Diese Akte-Objekte sind aufeinander angewiesen, und der eine kann nicht ohne den anderen erklärt werden. Alles, was mit dem Haushalt des Bewusstseins geschieht, hat mit der Welt zu tun; es ist das Bewusstsein, das Auskunft über diese Welt erteilt. Dort befinden sich die natürlichen Erscheinungen, und wie enthüllt sich ihre Bedeutung, wenn nicht Dank der Existenz eines Bewusstseins? Die Welt als solche existiert nicht ohne das Bewusstsein, der Planet Erde existiert nicht als Welt ohne die Beteiligung des Bewusstseins, das allem Identität verleiht.

Wenn man entdeckt, dass die Struktur Bewusstsein-Welt für jegliches Bewusstsein gilt und aus ihrem eigenen Bedürfnis heraus handelt, kommt es zum Durchbruch aus dem Solipsismus, der mit der Frage nach der Intersubjektivität (im 8. Schritt) begann.

10^o.- Sehen, was nicht Bewegung-Form ist. Man kann einen Bereich erahnen, der nicht zur Form bzw. zur Bewegung-Form gehört, der nicht als „Nichts“ auftaucht, sondern als „das, was nicht Bewegung-Form ist“; d.h. das, was als in Verbindung mit der Bewegung Existierendes aufgefasst wird, auch wenn seine Merkmale sich von denen des Gegenstands unterscheiden, welcher als Bezugspunkt genommen wurde. Dieses „was nicht Bewegung-Form ist“ ist nicht von der Verkettung abhängig.

Wir bewegen uns in strukturierten Akten. Das, was nicht Akt-Objekt ist, ist das ergänzende Gegenstück dessen, was Objekt ist; es ist wie die Ergänzung der Welt, was dem Winkel fehlt, um sich zu vervollständigen, wie die Negative von einem Film. Es handelt sich um all das, was meinem Bewusstsein fehlt und eben dank dieser Ergänzung kann es sich bewegen.

Dieses „was nicht Bewegung-Form ist“ taucht aber nicht als Nichts auf. Ich bleibe nicht mit dem Nichts zurück. Was ist das, was nicht Bewegung-Form ist und was entwischt? Es ist nicht von der Verkettung abhängig. So ist also etwas möglich, das nicht Bewegung-Form ist, das nicht verkettet bleibt und das viel von Willkür an sich hat. Entweder verbleibst du in der Verkettung oder du brichst aus ihr aus. Und wenn ich die Verkettung verneine, stoße ich auf etwas, das sich dem Bewusstsein, der Verkettung der Objekte, den Landschaften entzieht. Etwas, das nicht von diesen Bedingtheiten abhängt, auf die wir gestoßen sind.

Dieses intuitive Verständnis führt zu einem Durchbruch der Ebene.

11^o.- Was ist und was nicht ist als das Gleiche sehen. Man betrachtet die Bewegung-Form und das, was nicht Bewegung-Form ist, als das, was ist.

² Solipsismus (von lat. solus ipse: nur ich selbst), radikale Form des Subjektivismus, nach der nur das eigene Ich wirklich oder erkenntnisfähig sei.

Ich entdecke, dass die Bewegung-Form und das, was nicht Bewegung-Form ist, SIND, dass sie ihrem Wesen nach ein und dieselbe Identität haben.

12^o.- Das Gleiche in einem selbst und in allem sehen. Man beobachtet, dass die „Welt“ und folglich man selbst und jede Sache in ihrem Ursprung und unabhängig von den wahrgenommenen Phänomenen das Gleiche sind.

Jeglicher Unterschied zwischen Ich und dem Anderen und zwischen den Sachen selbst verschwindet.

An dieser Stelle enden diese außergewöhnlichen Reflektionen; eine Art der Meditation über die Verkettungen der Darstellungen, das, was vor mir auftaucht, sei es von außerhalb oder von innerhalb; über die Phänomene des Bewusstseins, die, ebenso wie der Fisch, der das Wasser nicht sieht, wirken und die wir selten beobachten. Diese Reflektion führt uns zu der maximalen Abstraktion, zu diesem Erlebnis des tiefsten Inneren, wo das, was ist und das, was nicht ist, als *das Gleiche* empfunden werden. Wir sprechen nicht von einer feinsinnigen theoretischen Vereinfachung, sondern vom Bewusstsein, das seine ursprünglichen Bedingtheiten, die Bedingtheit der Spezies überschritten hat.

Die „erstickende“ Situation der zweiten Quaterne kann schließlich ihren Ausweg in der dritten Quaterne finden, wenn man diese Schritte bis zur Vervollkommnung bearbeitet und zur Erfahrung der endgültigen universellen Strukturen gelangt. Eine andere Wirklichkeit taucht auf.

Zusammenfassung der Schritte

Es handelt sich um eine Methode zur Überprüfung der Schritte. Die Prozesse vom „Hin- und Rückweg“ erlauben es, die Reihenfolge zu destrukturieren und jeden Schritt unabhängig von den vorhergehenden oder den nachfolgenden zu machen. Diese Entflechtung der Bedingtheiten ist sehr interessant und könnte auch ein gutes Training für den Einstieg in die Disziplin darstellen. Mit diesen Schritten vom Hin- und Rückweg und einigen weiteren Beobachtungen hat man minimale Voraussetzungen, um nach der Welt zu fragen. Sie stellt eine gute Befähigung für den Beginn mit diesen Arbeiten dar.

Abfolge von 1. bis 12. Sichtweise vom Hin- und Rückweg

Hinweg:

- 1^o. Man richtet die Aufmerksamkeit durch verschiedene Sinne auf äußere Gegenstände (Wachtraum).
- 2^o. Man lässt vom Gegenstand ab und stellt die Sinneseindruck-Wahrnehmung unter Beweis (Identifizierung).
3. Man trennt zwischen der Wahrnehmung und der Organisationstätigkeit des Bewusstseins, indem man sich auf die Vorstellung stützt oder auch nicht (verschiedene Organisationsformen ergeben verschiedene Illusionen).
- 4^o. Man entdeckt kontinuierliche Speicherungen und Vergegenwärtigungen im Gedächtnis, um Gegenstände wiederzuerkennen (Verständnis).
- 5^o. Die Intentionalität, sowohl des Bewusstseins wie auch des Gedächtnisses, wird als „eine Tendenz“ erfahren (geistige Form).
6. Anhand der Tendenz werden Akte mit Objekten strukturiert (Determinismen).
- 7^o. Diese Verkettung ist beständig (Determinismus des Bewusstseins).
8. Diese Verkettung gilt sowohl für das Bewusstsein als auch für die Welt: Akte mit Objekten, Objekte miteinander (Bewusstsein – Welt, Intersubjektivität).
9. Akt-Objekt, Bewusstsein-Welt ist „Bewegung-Form“ (struktureller Bereich).

10. Was nicht Akt-Objekt ist, ist vollständig auf die Struktur Akt-Objekt bezogen.
11. Akt-Objekt und sein Komplement bilden ein und dieselbe Struktur.
12. Diese gleiche Struktur gilt für alles. Sie ist allem gemeinsam, ob groß oder klein.

Abfolge von 12. bis 1. Sichtweise vom Hin- und Rückweg

Es handelt sich um Annäherungen, um Übungen vom Hin- und Rückweg. Die Reihenfolge vom 1. bis zum 12. Schritt, die eine Vorbereitung für den Meditierenden darstellt, kann auch (umgekehrt) vom 12. Schritt zum 11. Schritt versucht werden. Danach vom 11. zum 10. Schritt und so weiter. Beim Erreichen des 9. Schrittes, entstehen Beziehungen; das Bewusstsein und die Welt sind verschieden, aber sie stammen aus ein und dem gleichen Bereich. Die ständige Aktivität des Bewusstseins zu Objekten hin. Die Überschneidung der Zeiten, die sich in einem Bewusstseinsmoment ergeben; es ist die Zukunft, die die Vergangenheit bestimmt. In dieser Überschneidung ist der Augenblick, von dem aus ich mich in die Zukunft bewegen kann. Ich kann mir die Zukunft vorstellen und ich kann mich an das erinnern, was geschah. Das, was wirkt und noch nicht ist, sind die Projekte. Das, was noch zu vervollständigen ist, die Bewusstseinsakte, die noch nicht sind, ist die Zukunft.

Das Bewusstsein verfügt außerdem über die Fähigkeit, zu strukturieren; die Information aus der Welt fällt in seinen Bereich und das Bewusstsein strukturiert sie. Die Welt wird nicht einfach so gemacht, sie wird gemacht, damit es ein Bewusstsein gibt, das sie organisiert.

Rückweg:

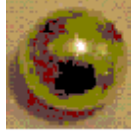
12. Die umfassende Struktur.
11. In ihr erscheinen die Bereiche von dem, was ist und von dem, was nicht ist.
10. Das, was nicht ist, erscheint als Leere oder Komplement zu dem, was ist.
9. Das, was ist, erscheint als Bewegung-Form, Bewusstsein-Welt.
8. Die Welt wird kontinuierlich durch das Bewusstsein wahrgenommen. Sie stehen in Verbindung.
7. Diese Verbindung wird durch die Beständigkeit der Verkettung ermöglicht.
6. Die Beziehung Akt-Objekt ist eine ununterbrochene und unzertrennbare Kette.
5. Die Tendenz des Bewusstseins zu Objekten hin ist eine ständige Tätigkeit.
4. Das Bewusstsein hat 3 Zeiten: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Und zwar dank des Gedächtnisses. Sonst wäre es eine flache Gegenwart ohne Erinnerung und ohne Zukunft.
3. Das Bewusstsein als solches ist eine Struktur, hat aber außerdem die Fähigkeit zu strukturieren; die Fähigkeit, die bei ihm ankommenden Daten zu organisieren.
2. Die Daten kommen zuerst bei den Sinnen an und werden als Wahrnehmung an das Bewusstsein weitergegeben.
1. Außerhalb des Bewusstseins, seiner Struktur, seines Gedächtnisses und der Sinneseindruck-Wahrnehmung befindet sich das Äußere, voll von Gegenständen und Erscheinungen, die es wert sind, ihnen Aufmerksamkeit zu schenken.

ANNÄHERUNGSARBEITEN

Es ist möglich, sich den Schritten mit Übungen anzunähern, ohne diese Übungen mit den Schritten selbst zu verwechseln. Für den 1. Schritt die Aufmerksamkeit auf einen äußeren Gegenstand richten, und zwar durch verschiedene Sinne. Für den 2. Schritt die Aktivität jeden Sinnes und ihrer Gesamtheit in der Wahrnehmung unter Beweis stellen (man beobachtet mehr die Sinne als die Gegenstände). Für den 3. Schritt: Unterscheidung zwischen dem strukturierenden Bewusstsein und der Wahrnehmung (unter Ausschluss des äußeren Gegenstandes), zum Beispiel anhand eines Lautes feststellen, wie das Bewusstsein ihn gestaltet. Für den 4. Schritt: Gedächtnisübungen. Auf

der Suche nach bestimmten Objekten, das Auftauchen von Erinnerungen im Allgemeinen (das erste gelesene Buch, erste Erinnerung bezüglich der Familie, usw.). Hier berücksichtigen wir, dass es sich um unmittelbare, mittelbare oder alte Erinnerungen (Gedächtnisschichten) handeln kann. Für den 5. Schritt richtet man die Aufmerksamkeit auf einen Gegenstand, den jemand schnell aus dem Wahrnehmungsbereich entfernt. So stellt man fest, dass der Beobachter „hängen bleibt“ (in einem Spannungsverhältnis zum Objekt steht). Seien es konkrete oder abstrakte Gegenstände, es geht darum, die Tendenz zu sehen, das Objekt in der Zukunft, der Vergangenheit oder der Gegenwart zu suchen. Für den 6. Schritt das Bewusstsein entleeren, es von wahrnehmbaren und vorstellbaren Objekten säubern. Es stellt sich heraus, dass dies unmöglich ist, was die ständige Verkettung von Akten und Objekten sowie die kontinuierlichen Folgen von Akten unter Beweis stellt. Die Schritte 6 und 7 werden anhand dieser Erfahrung nachvollzogen. Für den 8. Schritt sucht man Beispiele von Verkettungen in der Welt und im Bewusstsein und untersucht so die Beziehung Bewusstsein – Welt. In einem Zimmer kann man beobachten, wie sich die verschiedenen Gegenstände miteinander verketteten: Wand mit Wand, Tür mit Schloss, usw. Das heißt, die Verkettung des Aufeinanderfolgens der Gegenstände. Während man dies beobachtet, behält man die Akte und Objekte sowie die kontinuierlichen Folgen von Akten in der Kopräsenz bei. Für den 9. Schritt versucht man, beide Aktivitäten (innere und äußere) nicht so sehr als etwas Gleichzeitiges, sondern eher in ihrer Gesamtheit zu erfahren (es geht darum, die Form–Bewegung zu erfahren, die Struktur Bewusstsein – Welt). Für den 10. Schritt schafft man die „dynamische Leere“; man schafft nicht nur die Leere von Objekten, sondern auch von Akten. Selbstverständlich schenkt man dem, was man sieht, hört, usw. keine Aufmerksamkeit. Das heißt, man wendet die Aufmerksamkeit von der Wahrnehmung ab. Während dieser Bemühung erfährt man „das, was nicht das Nichts ist“, dieses Komplement der Form-Bewegung. Für den 11. Schritt geht man vom 9. und 10. Schritt aus. So erscheint das Bewusstsein – Welt (mit diesen inneren und äußeren Unterstützungen) als etwas, was über dieser Leere schwebt (im 11. Schritt kann man eine einfachere Übung machen: man kann den Akt beobachten, der sich auf ein äußeres Objekt richtet, während man alle weiteren Akte und Objekte meidet, die nichts mit den gegenwärtigen zu tun haben). Für den 12. Schritt besteht die Arbeit darin, das Vorhergehende als eine Gesamtheit zu empfinden, die sich unendlich erweitern oder verkleinern lässt. Bei der Bemühung, diese Gesamtstruktur zu erweitern (in der sich die Form-Bewegung und ihr Komplement befinden) wird die Erweiterung oder Konzentration des Bewusstseins durch Erfahrung nachvollzogen.

DIE MORPHOLOGISCHE DISZIPLIN



VORLÄUFER

Vorläufer der Morphologischen oder Formalen Disziplin finden wir bei den abendländischen Vorsokratikern, genauer gesagt bei den Pythagoräern und Platon.

Das Thema der Formen (von denen die Morphologische Disziplin handelt) hat seine Vorläufer bei den Vorsokratikern. Bei ihnen allen und bei Pythagoras erscheint das Thema der Höchsten Form.. Bei Pythagoras ist alles Zahl: Die Zahl ist Form, sie hat eine innere Struktur.

Man kann die Mechanismen, mit denen die Pythagoräer gearbeitet haben, sowie die Kernthemen anhand der Formen sehen: Die Zahlen, die Geometrie, die Musik, der Aufstieg mittels der Gnosis (das Wissen).

Parmenides, der ein Schüler von Pythagoras war, sagt, dass die Kugelform die vollkommene Form sei. Das Sein ist Form.

Bei Platon haben die Formen aufgrund ihrer Struktur und ihrer Bedeutung einen Wert an sich.. Er stützt sich auf die Formen, um die Welt, den Menschen zu entwickeln.

Diese Vorläufer können geschichtlich und räumlich zurückverfolgt werden.

Bei Pythagoras bemerkt man den Einfluss der orientalischen Schulen. In seiner Jugend begab er sich nach Ägypten, Kleinasien und Mesopotamien.

Man sucht die Formen als Essenz der Wirklichkeit. Dies währt bis Platon, der das Wesen der Wirklichkeit vom Gesichtspunkt der Form aus studiert; insbesondere in seinem Werk Timaios. Die Wirklichkeit wird den Formen entsprechend gehandhabt, aufgrund von Dreiecken und anderen Formen sucht man nach einem Urgrund. Selbst das schwer erfassbare Biologische, wird intuitiv als eine Verwandlung von Dreiecken erkannt, die sich durch Umwandlung von anderen Dreiecken ernähren und wachsen können.

So kann die Wandlung der Formen das Lebendige erklären; es sind wirkende Formen. Dies ist eine meisterhafte Besonderheit. Rhomben und Dreiecke, die das Lebendige erklären, wirkende Formen statt unbewegliche Formen. In diesem Prototyp der Disziplin sucht man nach erhabeneren Dingen, die mit der Entwicklung des Bewusstseins zu tun haben. Man sucht die reine Form, die die geistigen Radwerke zum Quietschen bringt und ihnen alles abverlangt.

Diese Suche nach der reinen Form verlangt eine völlig andere geistige Bemühung, und man beginnt anders zu denken und sich anders zu platzieren und macht eine andere Art Erfahrungen. Unabhängig von ihrer Wahrheit oder den Theorien platziert einen die Suche nach der reinen Form, in eine andere Form des Denkens und in eine andere Erfahrung .

Man nimmt keine Substanzen ein, sondern in diesem Fall handelt es sich um innere Arbeit. Diese Bemühungen und diese Sachen führen zu fast halluzinogenen Erfahrungen. Man arbeitet mit Formen und plötzlich erhellt sich einem die Wirklichkeit, man nimmt sie auf eine andere Art wahr, und aufgrund all dessen, was man mit den geistigen Mechanismen macht, bewirkt man die Erfahrung. Man setzt all diese Ebenen und Unterebenen des Bewusstseins nicht aufgrund der Form in Bewegung, sondern aufgrund der Arbeit, die man mit den Formen macht.

EINLEITUNG

Bei der Arbeit mit der Disziplin vollzieht man eine Routine mit Wiederholungen von Arbeiten. Die geistige Substanz ist so instabil und beweglich, dass man nicht weiß, wie sie sich einem darstellen wird. Mit Hilfe der Routine legt man die Arbeit fest. Wenn man bestimmte Indikatoren für die Schritte nicht erreicht, kann man nicht weitermachen, weil man sich sonst bei den nächsten Schritten vertun würde. Sie ist sehr instabil und man braucht eine Routine mit klaren Indikatoren, weil die Empfindungen nicht ungenau sein können. Sie sind Indikatoren der Prozessmomente. Wenn man diesen Indikator erreicht, geht man zum nächsten Schritt über. Und man macht es durch Wiederholung von Routinen. Man entwickelt sich hin zu einem anderen Maßstab, zu einem anderen Schritt hin. Es kommt jedoch vor, dass man in all dieser Erfahrung auf außergewöhnliche Momente stößt. Die Schritte und Indikatoren bilden eine geistige Struktur; man ist dabei, eine geistige Struktur zu bilden, die im Verlauf des Prozesses vom Begreifen der außergewöhnlichen Erscheinungen gekrönt wird.

Im Vorstellungsraum kann man den sich vorgestellten Gegenstand von dem Blick oder der Empfindung unterscheiden, von wo aus man diesen Gegenstand beobachtet oder sich einen Begriff von ihm macht. In der visuellen Vorstellung ist dies sehr deutlich, was aber in gleichem Maße für alle äußeren und inneren Sinne gilt.

Man kann drei Arten von Tiefen unterscheiden, an denen die Vorstellungen angesiedelt sein können: 1.- Vorstellung auf der „Bildfläche“, 2.- Integration, 3.- Einschluss oder Übereinstimmung der Grenzform mit der „äußeren Bildfläche“. Diese verschiedenen Typen der Vorstellung werden in den Vorbereitungsübungen für die Disziplin bearbeitet.

In der Disziplin wird nur mit Vorstellungen gearbeitet, in die man mit eingeschlossen ist. Man arbeitet mit der Räumlichkeit des Bewusstseins; diese Räumlichkeit erlaubt es, von Behältnis und Inhalt zu sprechen.

Diese Räumlichkeit gestaltet sich entsprechend den Formen, die man durchläuft. Und je nach der Begrenzung wird auch die Wirkung sein, welche die besagte Räumlichkeit und die anderen (dieser Räumlichkeit eigenen) Inhalte erfahren. Wir sprechen von einer variablen und elastischen Räumlichkeit, die sich an die Vorstellungen anpaßt.

Der geistige Raum ist nicht festgelegt, sondern nimmt verschiedene Eigenschaften an. In der Disziplin arbeitet man also mit Formen, die nicht von den Phänomenen der Kompensation verfälscht werden. Der wachgerufene Reiz geometrischer Art ist der einzige, der vom Bewusstsein nicht auf die gleiche Weise wie andere wachgerufene Inhalte kompensiert wird, da die geometrische Form im Wesen ihre Identität beibehält. Sei sie nun größer oder kleiner, die Form an sich ist immer gleich und demzufolge ist auch die empfundene Wirkung der Form die selbe. Es könnte vorkommen, dass man sich die Grenze dieser Figur vorstellt und sie durchsichtig macht. Auf diese Weise hätten wir es erneut mit der Räumlichkeit des Bewusstseins zu tun und nicht mit der der Grenzform.

Von den bis hierhin betrachteten Folgen bezüglich der Wirkung der Form der geometrischen Figur halten wir ihre Fähigkeit, die geistige Form zu verändern (Wirkung der Form auf die Form), für die interessanteste. Es versteht sich, dass die Form mit einer derartigen Fähigkeit nicht einfach diejenige ist, die wir uns vorstellen und die wir zur Hilfe nehmen, sondern diejenige, die wir durch den Prozess erhalten.

ARBEITSUMGEBUNG

Für diese Disziplin arbeitet man täglich in einem so ruhigen und stillen Raum wie möglich; man setzt sich mit einer entspannten Körperhaltung und mit geschlossenen Augen hin, damit der Körper so wenig Signale wie möglich sendet.

ARBEITSDAUER

Im Allgemeinen dauern die Vorbereitung, die Arbeit und die späteren Aufzeichnungen nicht länger als eine halbe Stunde.

PROZESS

Das innere Zeitmaß und die prozesseigene Dynamik werden durch die Empfindungen (Indikatoren) gekennzeichnet. Es sind die psychophysischen Empfindungen (Erscheinungen, die sich gleichzeitig mit der Wirkung der Form ergeben), die den Übergangsmoment von einer Form zur anderen anzeigen. Da der Praktizierende in der Figur eingeschlossen ist, empfindet er die Wirkung der Form dieses Schrittes. Im Laufe der Prozesswiederholungen und im Wechsel von einer Form zur anderen, nehmen die Empfindungen nach und nach an Deutlichkeit zu.

SCHRITTE IN DER MORPHOLOGISCHEN DISZIPLIN

Erste Quaterne: Innerer Raum

In dieser Quaterne schließen wir uns in die Form ein.

1°.- Eingang. Gestaltung. Raum. Einschluss in die Form. Die inneren Wände der Kugel. Entfernung zwischen der Form und der Empfindungsstelle. Drei verschiedene Momente unterstreichen: Die Schwelle, der Raum, der ins Unendliche flüchtet und die Kugel.

In diesem Schritt bearbeiten wir den Eingang, indem wir die Schwelle gestalten, die uns zu einem Raum führt, der sich vom alltäglichen Raum unterscheidet und in dem die gesamte Arbeit der Disziplin entwickelt wird. Jeder muss seine eigene Allegorie entwerfen und entscheiden, ob Treppen vorhanden sind oder nicht, welche Form diese Schwelle hat, aus welchem Material, aus welchen Farben, Texturen usw. jedes Element besteht. Dies sollte man vervollkommen, bis man einen gleichbleibenden und „heiligen“ Eingang erreicht (in dem Sinne, dass er den Unterschied zu den alltäglichen Räumen und Empfindungen deutlich macht).

Von dort aus schreitet man bis zu dem weißen Raum voran, der sich in alle Richtungen unendlich verflüchtigt. Man hat den Eindruck, sich „zu der Welt der Formen zu begeben“. In dem Raum, der sich in alle Richtungen verflüchtigt, schreitet man voran, bis man den Mittelpunkt dieser Fläche erreicht hat.

Man bringt den vorderen Horizont näher heran. Man bringt die Horizonte von beiden Seiten näher heran. Man bringt den hinteren Horizont näher heran. Es entsteht ein Quadrat, auf dem ich stehe. Dieses Quadrat verwandelt sich in einen Kreis. Ich bin in dem Kreis und um ihn herum erheben sich Blütenblätter, wie von einer Blume, die sich über meinen Kopf schließen und so letztendlich eine Halbkugel bilden. Ich bin im Mittelpunkt einer Halbkugel eingeschlossen.

Der Raum beginnt sich jetzt nach unten zu krümmen und es entsteht die Kugel, in deren Mittelpunkt ich gleichweit entfernt von allen Wänden schwebe.

Ich lasse die Grenze der Kugel mit dem Vorstellungsraum übereinstimmen. Außerhalb der Kugel gibt es nichts. Sie ist allgegenwärtig.

Von der Beobachtung von „außerhalb“ aus und während man vom „Boden“ gestützt wird, schreitet man über zum Eingeschlossensein, was einen interessanten Wechsel der Position, der Perspektive und zusammengefasst der Empfindung gegenüber den Formen kennzeichnet.

2°.- Konzentration. Ich beginne mit der Konzentration und reduziere sowohl den Mittelpunkt der Empfindung als auch die Kugel auf den kleinsten Punkt der Farbe-Ausdehnung, wobei ich stets die gleiche Entfernung von den Wänden der Kugel beibehalte, bis ich einen Punkt erreiche, an dem der Unterschied zwischen Form und Mittelpunkt der Empfindung nicht mehr empfunden wird.

Es handelt sich um eine Reduzierung auf den kleinsten Punkt der Farbe-Ausdehnung. Es ist wünschenswert, dass die Reduzierung ohne Unterbrechungen erfolgt. Das Wichtige ist, den Punkt

zu empfinden: „Das Universum passt in diesen Punkt“, weil Akt und Objekt dort identisch sind. Darüber hinaus zieht dieses Formen des Vorstellungsraums alle geistigen Handlungen und Empfindungen mit sich. Man muss den kleinstmöglichen Punkt erreichen, dem die kleinstmögliche Empfindung zu einem Augenblick entsprechen wird, an dem man den Begriff des Zeitverlaufs verliert. Dieser „adimensionale Punkt höchster Kompression“ zeigt sich nur durch eine Konzentrationsbemühung, in der der Punkt, (und folglich) jeglicher Raum, jegliche Zeit und jegliche Vorstellung verschwinden. In diesem Schritt geht es nicht darum, dies zu erreichen, aber man bemerkt, dass es bei Aufrechterhaltung der Aufmerksamkeit möglich ist, in einen „Raum“ auf einer anderen Ebene und ohne Vorstellungen einzutreten, was eine mögliche Erfahrung erlaubt, die durch die (verformten) Erinnerungen wiederzugewinnen ist, da es nicht möglich ist, eine (visuelle) Nicht-Vorstellung und die Abwesenheit jeglichen Vorstellungsraums zu speichern.¹

Wenn man den Punkt erreicht, ist es nicht länger möglich, den Unterschied zur Kugel zu empfinden. Es gibt eine geistige Grenze, die nur schwer faßbar ist, die Kugel und die Empfindung sind jedoch an einem Punkt zusammengeschmolzen.

Wenn man die Konzentration fortsetzen könnte, könnte es geschehen, dass alles verschwinden würde.

3º.- Erweiterung. Trennung des Blicks von der eigenen Empfindung. Beobachten, dass, während der 2. Schritt stark konzentrierend ist, der 3. Schritt das Gegenteil darstellt - in einer Art Pendel ohne jegliche Unterbrechung, so wie es einem Prozess entspricht; für den Moment jedoch ist man noch immer „am Aufbauen“.

Von dem im 2. Schritt erreichten Punkt aus beginnt man, die Kugel - ohne Empfindung von Form zu unterscheiden - bis zu einer handhabbaren Größe auszudehnen.

Man verteilt sich in diesem erweiterten Raum. Man ist nicht der Mittelpunkt der Vorgänge. Man dehnt sich gemeinsam mit der Kugel aus und diese ganze Konzentration des 2. Schrittes erlaubt es mir, mit ihr zusammenzuschmelzen. Jetzt bin ich die Kugel.

4º.- Übergang. Durch die fünf Festkörper. Ausgang zur Kugel. Die Empfindungen, die die Verwandlung der Körper in Bezug auf Spannungen, Symmetrien und Gewichte begleiten, zeigen nach und nach, dass man den Vorstellungsraum erreichen, ihn „massieren“ und mit der Zeit verändern kann.

Man beginnt mit der Kugel von handhabbarer Größe, um sie später in einen Zylinder, Kegel, Pyramide, Würfel und Kugel zu verwandeln.

Was folgt sind sehr persönliche Beispiele und verbundene Inhalte dafür, wie man diese Verwandlungen von einem Körper in einen anderen bewirken kann. Es handelt sich lediglich um Beispiele und es kann verschiedene Varianten geben, um einen Körper in einen anderen zu verwandeln. Wichtig ist, dass der Übergang von einem zum anderen flüssig und ohne Sprünge vollzogen wird.

Z.B. Man ebnet die obere und untere Spitze der anfänglichen Kugel, die die Basis bzw. das Dach des Zylinders darstellen werden. Die Seiten verengen und strecken sich, als ob sie mit einer Drehbank bearbeitet würden. Ich empfinde die Wirkung der Form: ich fühle, wie ich mich verlängere und dünner werde.

¹ Selbstverständlich fließen die Phänomene auch weiterhin, aber diese Bemühung um das Minimum, bei dem Objekt und Empfindung identisch sind, unterbricht den Augenblick. Wenn man diesen „leeren Zeitverlauf“ verlängern könnte, würde man den Begriff der „heiligen Zeit“ erreichen, die sich nicht auf die äußere heilige Zeit bezieht (der religiösen Feiern, der Momente der Tag-und-Nachtgleiche, usw.). Die heilige Zeit ebenso wie der heilige Raum berühren sich auf diesem Weg und werden auch nicht von dem „heiligen Raum“ verunreinigt, der sich auf Tempel oder Kult- und Pilgerorte bezieht.

Der Zylinder verwandelt sich in einen Kegel, indem die runde Basis erweitert wird und die Wände zum Scheitelpunkt hin verfeinert werden. Das wesentliche ist die breite Basis und die Spitze, die Spannung zu ihr hin erzeugt.

Danach beginnen sich die Wände zu formen. Ich empfinde die solide quadratische Basis und die Starrheit der 4 Wände bzw. Dreiecke. Die Spannungen der Eckpunkte der Basis werden vom Scheitelpunkt der oberen Spitze kompensiert.

Aus der quadratischen Basis bildet sich danach der Würfel; ebenfalls hart und starr, aber er wird als breiter und proportionierter empfunden. Er zwingt sich nicht so sehr auf wie die Pyramide. Seine Formwirkung beinhaltet Spannungen, die aufgrund seiner Symmetrie kompensiert werden.

Danach schwächen sich die Winkel ab, die Scheitelpunkte werden runder und die Kugel wächst nach und nach von innen nach außen und schwächt den Würfel ab.

Die Quaterne endet mit der Rückkehr zur Kugel, in der nun das Bild von der Empfindung von sich selbst unterschieden ist. Ich habe danach gestrebt, die Empfindung erneut von der Form zu trennen. Die Kugel schließt mich ein.

Die Übung wird nicht gemacht, um die Formen zu verstehen, sondern um den Raum zu handhaben. Es ist ein Kniff, um „den Kopf zu massieren“. Ein Landvermesser ist möglicherweise daran interessiert, diese Sache der Formen zu verstehen; unsere Arbeit beschäftigt sich mit dem Vorstellungsraum und die Verwendung von geometrischen Körpern erlaubt es, diesen Raum zu „massieren“.

Deshalb wird sie als Disziplin angesehen. Sie ist ein Prozess, der mit Vorstellungen arbeitet und man kann erst dann von einem Schritt zum nächsten übergehen, wenn man über die Empfindung verfügt.

Zweite Quaterne: Innere Leere

Man sollte beachten, dass der allgemeine Spannungszustand dieser Quaterne die Innere Leere ist.

5°.- Streuung. Von der allgemeinen diffusen Empfindung im Innern der Kugel aus bis zur Empfindung der Grenzen, wobei die zentrale Leere geschaffen wird. Dies geschieht durch Verstärkung der inneren Grenzen.

Von den fünf Festkörpern ausgehend endet man erneut in der Kugel. Man geht von Schritt 4 aus, in dem man eine allgemeine diffuse Empfindung hat, in der Kugel zu schweben. Ich habe die eindeutige Empfindung, den Vorstellungsraum anhand der Varianten der Eigenschaften der vorher vorgestellten Körper „massiert“, verändert zu haben. Jetzt richte ich mein Interesse auf die innere Grenze der Kugel und verschwinde als Mittelpunkt der Empfindung. Ich bin dabei, die Grenze (selbstverständlich immer die innere Grenze) zu gestalten.

6°.- Vertikalität. Die Verstärkung der gegenüberliegenden Grenzen in der Konkavität, vom „Schalengefäß“ zur „Wölbung.“ Die senkrechte Trennung als „Mandorla“. Das Hohe und das Tiefe im Vorstellungsraum.

Nach Verstärkung der konkaven „Schalen“ in ihrer ganzen Kreisförmigkeit verschwinden die vorhergehenden Grenzen, die die Kugelförmigkeit erlaubten. Die „Schalen“ erscheinen getrennt und schaffen eine Leere an den vorherigen Grenzen, die dazu neigt, durch das Gedächtnis „ausgefüllt“ zu werden, sowie durch die Präsenz der im Innern der Kugel gemachten Arbeit. Wenn man verhindert, dass von den „Schalen“ aus eine erneute Kugelförmigkeit entsteht, schafft und empfindet man eine ununterbrochene dynamische Leere zwischen den beiden „Schalen“.

Ich achte auf die senkrechte Dimension (y). Von dort aus verstärke ich die Wölbung (obere Schale) und das untere Schalengefäß (untere Schale), bis die durch die Mandorla erzeugte Spannung auftaucht. Die vorhergehenden Grenzen, die die Kugelförmigkeit erlaubten, verschwinden.

Beide Schalen müssen vollständig sein, vorne und hinten, und stets innenliegend

7°.- Horizontalität. Die Verstärkung der gegenüberliegenden Grenzen in den waagerechten Spannungen: das Breite und das Tiefe.

Ich achte auf die waagerechte Dimension in der Breite (x) und verstärke die beiden (selbverständlich innenliegenden) Kappen oder Abschnitte der Kugel, einer auf jeder Seite und mit gegengerichteten waagerechten Spannungen in der Breite.

Und schließlich in der Dimension der Tiefe (z) verstärke ich die beiden (selbstverständlich innenliegenden) Kappen oder Abschnitte der Kugel: einer vorne und der andere hinten, mit gegengerichteten waagerechten Spannungen in der Tiefe.

Die Verwandlung von einer Dimension in eine andere ist, als ob wir abwechselnd zuerst die beiden vertikalen Richtungen und dann die beiden waagerechten Richtungen usw. beleuchten würden.

8°.- Annullierung. Die zentrale Leere in den verschiedenen Dimensionen und das Verschwinden des Augenblicks. Schwingung zwischen der räumlich-zeitlichen Leere und der Erinnerung an die räumlich-zeitliche Leere.

In diesem Schritt verschwinden auch die Kappen der Kugel (als visuelle Vorstellungen) von Schritt 7 und man gestaltet erneut die inneren Grenzen der Kugel, die jetzt kopräsent sind (in Wirklichkeit sind sie „präsent“, jedoch als synästhetisch-kinästhetische Empfindung). Meine Aufmerksamkeit richtet sich auf die gesamte innere Fläche der Kugel und verteilt sich mit zentrifugaler Spannung auf die inneren Grenzen der Kugel hin, was zur Entstehung der zentralen Leere führt.

Erinnern wir uns an Folgendes:

In diesem 8. Schritt erreicht man die „zentrale Leere“, aber mit einer vom 2. Schritt verschiedenen Mechanik, die nicht durch Kompression entsteht, sondern durch das Verstärken der Grenzen. In diesem Schritt werden die inneren Grenzen der Kugel erneut gestaltet und die Aufmerksamkeit wird auf die inneren Wände mit zentrifugaler Spannung auf die gesamte innere Fläche der Kugel gestreut, was unvermeidlich zur zentralen Leere führt. Dies geschieht durch das Verstärken der Äußerlichkeit bzw. der Materialität der Wände der Kugel (die präsent oder kopräsent sein können, da sie als Vorstellung verschwunden sind, aber dennoch als Grenzen wirken, auch wenn sie sich aufgelöst haben). Auch wenn die hylischen (materiellen) Daten aus der Vorstellung entfernt wurden, richtet sich die Aufmerksamkeit auf jeden Fall auf die inneren Grenzen, die sich auflösen und in Kopräsenz bleiben, aber nicht als visuelles Bild erscheinen. So ist es möglich, die zentrale Leere zu erzeugen, indem man mit Kraft den inneren Wänden der Kugel zustrebt, selbst wenn sie an „Materialität“ verlieren, selbst wenn sich die Grenzen auch als Vorstellung auflösen, weil sie dort in der Kopräsenz (oder als nicht visuelle Vorstellung in der „Präsenz“) die Aufmerksamkeit fesseln, die sich in zentrifugaler Weise auf sie richtet. In der zentralen Leere erscheint die „Leere der Leere“ weil sie ohne Kopräsenz des Zentrums „wirkt“, während die Wände der Kugel (selbst wenn sie, was ihre „Materialität“ angeht, schon verschwunden sind) kopräsent wirken und die Aufmerksamkeit sich auf sie richtet.

Es ist möglich, dass die hylischen Daten verschwinden und die aus dem Gedächtnis heraus operierenden Spannungen dennoch wirken, ohne die vorher betrachteten Grenzen zu haben.

Man sieht sie nicht, aber die Tendenz zu diesen Grenzen hin ist weiterhin vorhanden. Und man sieht sie nicht, weil man sie aufgelöst hat, aber sie wirken auch weiterhin, obschon sie nicht präsent sind. Hier stellt sich die Wirkung der kopräsenten Handlung unter Beweis.

Dies ist ein Fall des Wirkens der Form auf die Form selbst. Und es ist nicht so, dass man sagt „Ich verbleibe in der geistigen Leere“ und schon erzeugt man die Leere. Auf diese Weise geht es nicht, sie würde sich mit Dingen füllen. Es gibt keine andere mögliche Form, die Leere zu erzeugen, als die Verstärkung der Wände. Danach bleibt die Wirkung der Tendenz zu den Grenzen hin, die nicht vorhanden sind. Und so bleibt lediglich eine Leere über einer anderen Leere; und nicht, weil man sich vorgenommen hat, die Leere zu schaffen.

Dritte Quaterne: Kommunikation der Räume

Die Erste Quaterne ist den inneren Räumen gewidmet. Dort schließen wir uns in die Form ein. Die Zweite Quaterne ist den leeren Räumen gewidmet. Die Dritte Quaterne ist der Kommunikation zwischen Räumen gewidmet. Hier stoßen wir auf die grenzenlosen Räume, auf die Frage wie ich von einem Raum zu einem anderen gelange, auf die Kommunikation zwischen der Fläche und dem Körper. Die Organisation der Räume.

9°.- Entstehung. Fläche und Körper verlagern sich in Räume, die sich gegenseitig umhüllen. Eingang und Ausgang der Konkavität in die Konvexität. Die verschiedenen Formen der Sinnesempfindungen und ihr Zusammenfließen im Vorstellungsraum.

In der Leere lässt man die Empfindung eines „Mittelpunkts“ entstehen, die mit einem leuchtenden Punkt assoziiert werden kann. Dieser leuchtende Punkt wächst in Form einer Kugel, bis sie mich vollständig umgibt. Man dehnt die Ahnung und Empfindung und den Begriff von den Wänden der Kugel aus, bis sie eine dauerhafte Stabilität erreichen. Man bezieht sich auf die senkrechte Empfindung und beginnt, die „Fläche“ hochzuheben, die untere Hälfte der Kugel beginnt sich zu erheben und die Blütenblätter entfalten sich, bis sie auf der gleichen weißen Fläche übereinstimmen, die sich unendlich in alle Richtungen verflüchtigt. Ich empfinde den in alle Richtungen grenzenlosen weißen Raum und bin „außerhalb“. Die Empfindung „stützt sich“ sanft (als kinästhetische Vorstellung) auf die Fläche. Die Fläche senkt sich und verwandelt sich in einen immer tiefer werdenden hohlen Raum, der die Empfindung mit sich zieht. Sobald man Stabilität erreicht hat, lässt man den Empfindungen, welche die Situation hervorrufen, freien Lauf. Danach steigt man auf, bis man die Ebene der Fläche erreicht und sie in einer immer „höheren“ konvexen Erhebung überschreitet. Sobald man Stabilität erreicht hat, lässt man den Empfindungen, welche die Situation hervorrufen, freien Lauf. Auch wenn sich die Phänomene sowohl in der Konkavität wie auch in der Konvexität außerhalb der Fläche befinden, entsprechen die Empfindungen und die Vorstellungen der Innerlichkeit und Äußerlichkeit des inneren Raums. Die verschiedenen Formen der Sinnesempfindungen fließen in der Konkavität des Vorstellungsraums verwandelt zusammen; die verschiedenen agierenden Formen wirken verwandelt aus der Konvexität des Vorstellungsraums heraus.

Man ist in einer Konkavität. Alles von „oben“ zu sehen, ist etwas ganz anderes als es von „unten“ zu sehen.

Es ist gut zwischen den Reizen zu unterscheiden, die man erhält und die man abgibt, zwischen den Empfindungen der Wahrnehmung und den Empfindungen der Ausrichtung zur Welt hin. Dies geschieht auch im normalen Zustand des Bewusstseins, die Empfindungen der Ausrichtung zur Welt hin befinden sich näher an den Grenzen des Vorstellungsraums.

Wenn man etwas greifen möchte, richtet man das Bild nach außerhalb des Vorstellungsraums. Aufgrund der Tatsache, das Bild zum äußeren Raum hinzubewegen, ist man kurz davor, hinauszutreten. Wenn man sich dagegen in der Synästhesie platziert, ist man in einem inneren Raum, weshalb es schwieriger ist, hinauszutreten; man ist sehr weit von der Grenze entfernt.

Die in Psychologie IV enthaltenen Erklärungen bezüglich des „seitenwechselnden, halblinsenförmigen Films“ haben hiermit zu tun: *„In dieser Beschreibung können wir auch sagen, dass sich das Ich im Inneren des Vorstellungsraums befinden kann, aber an den kinästhetisch–taktilen Grenzen, die einen Begriff der äußeren Welt vermitteln, und, umgekehrt, an den synästhetisch–taktilen Grenzen, die einen Begriff der inneren Welt vermitteln. Für alle Fälle können wir das Bild eines linsenartigen Films (als Grenze zwischen Welten) benutzen, die sich ausdehnt oder zusammenzieht, und auf diese Art die Empfindung der äußeren oder inneren Gegenstände fokussiert bzw. verwischt.“*

Man bewegt sich entweder in Richtung der Konvexität oder in Richtung der Konkavität; das Erscheinen der Empfindung von dem, was außerhalb, und vom dem, was innerhalb ist, gründet jedoch auf die Gestaltung des Vorstellungsraums. In Wirklichkeit ist diese Trennung nicht vorhanden; entweder ist alles im Inneren oder es ist alles im Äußeren. Diese Unterschiede werden von der

Linsenartigkeit gekennzeichnet. Jegliche Aktivität wird von einem Standpunkt in dieser Linse aus durchgeführt, die mit der Welt verbindet. Du kannst dich zur Welt hin begeben oder zum Inneren hin.

10°.- Die Form der persönlichen Vorstellung. Das Leben im Vorstellungsraum und der Vorstellungsraum im Leben. Von der waagerechten Ebene ausgehend machen die Vorstellungen eine Grenze deutlich. Erarbeitung der Form, die sowohl die Vorstellungen als auch die Grenze miteinschließt.

Wir haben die unendliche Fläche, auf die ich mich stütze und die Empfindung meiner selbst. Jetzt schließe ich beide in eine synästhetische Form (Empfindung) ein.

Der Beobachtungspunkt liegt außerhalb und von dort aus beobachte ich die Fläche und mich selbst und die Trennung von beiden.

Es ist eine Form, ein Blick, eine synästhetische umhüllende Empfindung, die beide, sowohl die Fläche wie auch mich selbst, einschließt. Es ist ein Blick, der sich hinter mir ansiedelt und der mich einschließt.

Die Betonung liegt auf der Grenze, die meine Innenwelt und die Welt voneinander trennt, die aber ebenso die Kommunikation zwischen ihnen erlaubt.

In der Disziplin stoße ich auf das wirkliche Tun im Leben (in einer symbolischen Reduktion). Es ist diese Struktur (der äußeren und inneren Welt). Platon betrachtete diese Struktur als „Idee“, als das einzig „Wirkliche“, und deshalb wurde diese Sichtweise als „platonischer Realismus“ bezeichnet, da sie sich auf die Wirklichkeit der Ideen bezog, und nicht als „Idealismus“, wie man bei einer ersten Annäherung denkt.

Ich kann mir über meine Beschränkungen, die gesamte äußere Wirklichkeit wahrzunehmen, sehr klar werden, und meine Möglichkeiten, auf sie einzuwirken, sind beschränkt. Diese Möglichkeiten sind endlich. Unsere Arbeit legt die Betonung auf die Beobachtung der Fläche, meiner selbst und des Blicks, der beide einschließen kann.

Der Beobachtungspunkt liegt außerhalb und von dort aus beobachte ich die Fläche, mich selbst und die Trennung von beiden. Die Form, die sie beide einschließt ist eine synästhetische Form.

Im täglichen Leben betrachte ich mich selbst und betrachte die Dinge. Ich habe eine unterschiedliche Empfindung von mir und von den Dingen. Es handelt sich um einen einschließenden Blick, der beide „Seiten“ betrachtet und die „Wirklichkeit“ sieht. Diese Wirklichkeit ist eine Struktur.

Der Schritt 10 ist ein Sprung in der Perspektive, ein Blickwechsel, der jetzt einschließend ist. Die Wirklichkeit ist eine einzige: die äußere und die innere. Es handelt sich um äußere und innere Räume (in denen sich die inneren Erscheinungen ergeben) und es geht um die Kommunikation zwischen den Räumen.

Was man in der Welt macht und was zurückkommt, was eine gültige Handlung ist und was ein Widerspruch ist. Dank des Rückspeis-Kreislaufes, durch das Entnehmen von Proben, haben wir eine Empfindung von dem, was wir tun. Dies gilt sowohl für den Wachzustand wie auch für den Schlaf, für die äußeren und inneren Sinne, für die Arbeitsweise des Gedächtnisses (Empfindung vom Passen bzw. Nicht-Passen), für die Synästhesie und für die Kinästhesie.

11°.- Die reine Form. Die grenzenlose Zeit. Der grenzenlose Raum. Die nicht vorstellbaren Bedeutungen. Eintritt in das tiefste Innere.

Ausgehend von der Form, die sowohl die Vorstellungen als auch die Grenze einschließt, erkenne ich eine räumliche „Entfernung“, die die Perspektive ist, von der aus ich die Vorstellung und die Grenze beobachte, da, wenn ich mich erst an die Vorstellung halte und dann an die Grenze (oder umgekehrt), es stets eine Perspektive gibt, die die Beibehaltung der Vorstellung mit der Grenze (und umgekehrt) vergleicht und es entsteht die Illusion, dass die Perspektive Teil dieser Vorstellung oder dieser Grenze ist. Deshalb erkenne ich eine Perspektive, die kopräsent wirkt. Um diese

„Perspektive“ beizubehalten, ohne sie von einem anderen Punkt aus zu beobachten (so dass sie sich nicht in einen erneuten Gegenstand eines erneuten Akts verwandelt), isoliere ich die Wahrnehmungen und die Vorstellungen und erreiche eine „Stille“ der äußeren und inneren Sinne ebenso wie eine „Stille“ jeder (auf die Gegenwart, Vergangenheit oder Zukunft bezogenen) Vorstellung. In Stille gehe ich dazu über, jeglichen Impuls zu dämpfen, so dass lediglich die synästhetische Empfindung übrig bleibt, die ich nach „hinten“ vertiefe, bis zu dem Moment, in dem jegliche räumliche und zeitliche Vorstellung aufhört. Ich habe „das tiefste Innere“ betreten.

Von dem im Schritt 10 erreichten Punkt aus gestaltet man eine synästhetische Form, die sich dadurch auszeichnet, dass sie die Welt, die Empfindung meiner selbst und die Grenze oder den Kontaktpunkt mit einschließt. Es handelt sich um eine synästhetische Form, welche die Vorstellung und die Grenze einschließt und bei welcher der Beobachtungspunkt sich weiter hinten ansiedelt, so dass eine räumliche Entfernung entsteht, aus der heraus ich die Vorstellung und die Grenze beobachte, sowie eine Perspektive, die in der Kopräsenz wirkt. Von dieser Perspektive habe ich eine synästhetische Empfindung, auf die ich aufmerksam bin und die ich zurückbehalte, während ich die Wahrnehmungen und Vorstellungen zum Schweigen bringe und mit der Empfindung nach hinten hin gehe, immer weiter nach innen und in die Tiefe, wobei ich mich fallenlasse und in der Kopräsenz stets die Aufhebung der Impulse beibehalte.

Dies muss sanft und ohne Unterbrechungen erreicht werden.

Ab Schritt 11 beginnt man, mit dem Zweck zu arbeiten.

Der Zweck ist die Antwort auf die Frage, was ich mit der Disziplin erreichen will. Sie muss auf ein kräftiges inneres Echo stoßen; etwas, was man sich aus tiefstem Herzen wünscht und von dem man fühlt, dass es dem eigenen Leben einen Sinn geben und vielleicht sogar darüber hinausgehen kann.

Die Gestaltung dieses Zweckes benötigt seine Zeit, und nach und nach gestaltet er sich zu einem Lebensstil. Der Zweck ist etwas Persönliches und es besteht keine Notwendigkeit, ihn mitzuteilen.

Der Zweck wird vor der Routine bearbeitet; er stützt sich auf die Mechanismen der Kopräsenz und löst sich automatisch aus, sofern wir ihn gefühlsmäßig geladen haben. Man bearbeitet ihn im Augenblick vor seiner Auslösung. Alles mobilisiert sich in diesem Augenblick. Es ist etwas wirklich Zaubenhaftes. Dies ist ein anderer Mechanismus als der des Willens. Er wirkt nicht im gegenwärtigen Moment, sondern er wirkt in der Zukunft, wenn er mit dem Bild übereinstimmt, das man vorher entworfen hat. Er nimmt an Kraft zu und verwandelt sich in einen Akt. Der Schlüssel hierfür ist die gefühlsmäßige Ladung, sowohl für die Projizierung nach innen wie auch für die Projizierung nach außen. Es ist der bedeutsame Wunsch, etwas zu erreichen, der dazu führt, es zu erreichen. Je stärker das Bedürfnis ist, je mehr gefühlsmäßige Ladung bewegt sich. Der Zweck ist die Bestrebung, die innere Bezugshöhe, die man erreichen möchte.

12^o. - Projektion der reinen Form. Die Impulse bringen mich unverzüglich in die „Welt“ zurück, da ich den Aufenthalt „im tiefsten Inneren“ nicht aufrechterhalten kann, wenn meine Aufmerksamkeit nicht ganz auf diese Bemühung ausgerichtet ist. Ich stelle das Paradoxon fest, dass die Aufhebung der Impulse aufrechterhalten wird (was mich aus „dem tiefsten Inneren“ wirft) oder umgekehrt, dass sich die Aufhebung auflöst (was mich ebenfalls aus „dem tiefsten Inneren“ wirft). Wenn ich zu irgendeinem Augenblick die Aufhebung der Impulse und durch das Praktizieren dieser Übung eine Verlängerung der Aufhebung erreicht habe, dann deshalb, weil ich die Gegenwart der mit dem „Ich“ verwechselten Aufmerksamkeit umgangen habe. Folglich, wenn ich die Absicht erkenne, die Aufhebung als zentrale geistige Operation aufrechtzuerhalten, ohne dass sie mich aus „dem tiefsten Inneren“ wirft, dann deshalb, weil diese Absicht kopräsent als Zweck wirkt, den ich nach innen oder nach außen projiziere. Die reine Form schließt sowohl das „Ich“ wie auch „die Welt“ aus und ich verfüge lediglich über spätere Übersetzungen ihrer Bedeutungen.