

Ewiger Kampf – endlich Frieden

Vom unseligen Kampf um den Selbstwert und dessen seligem Ende

Zu einfach, um wahr zu sein?

Geben wir uns keinen Illusionen hin! Die Mitglieder zumindest aller sesshaften menschlichen Kulturen sind zufolge unermesslicher Schuldanhäufung über Jahrtausende ausnahmslos von einem tiefsitzenden – heisst, in den Genen eingravierten! – Unwert durchdrungen. Und dieser bereits schreckliche Unwert wird oft noch individuell verstärkt durch das *Empfinden* des Unwerts, ohne persönliche Schuld und nicht in den Genen verankert, der sich aus Aspekten der Kind-Biografie ableitet.

Dieser deprimierende Umstand des Unwerts gilt nicht nur für Sie, sondern auch für Ihre Freunde, Nachbarn und KollegInnen; für all Ihre Vorgesetzten (entlastend, nicht?), für sämtliche Ihre Idole (leider!), für den Regierungschef Ihres Landes ebenso, wie für den Zen Meister; für Ihre Eltern, für Ihren Partner, bzw. die Partnerin und auch – und das ist besonders tragisch! – für unsere Kinder. Wir geben den Unwert wie ein Virus an unsere Kinder weiter, ohne jede Kontrolle darüber. Daher nenne ich das auch das *Unwertvirus*. Auch die fürsorglichste Liebe ändert nichts daran.

Wie es dazu kam, hat nichts Mythisches an sich. Ich habe das in einem separaten Essay erläutert ([Schattenland](#)).

Das Unwertempfinden wirkt tatsächlich wie ein Virus. Es wirkt im Verborgenen. Wir haben keine Einflussmöglichkeit darauf (*es sei denn ... siehe diesen Beitrag!*). Der Unwert kann eine ganze Weile gleichsam auf Warteposition stehen, um dann plötzlich loszuschlagen. Er kann jederzeit ausbrechen – und tut das auch bei den meisten von uns täglich mehrmals; oft scheinbar harmlos: eine Unsicherheit, eine Hemmung, eine Empfindlichkeit, eine kleine Rechthaberei. Das Virus ist stets da und bereit.

Oder umgekehrt gesagt: *Wir ringen – offen oder verborgen – den ganzen Tag um unseren Selbstwert*. Scheint dieser auf irgendeine Weise bedroht oder auch nur in Frage gestellt, wird das Virus augenblicklich aktiv und äussert sich in der für uns jeweils individuell typischen Art und Weise. Daher nenne ich diesen generellen, globalen Unwert «Unwertvirus», kurz «UV21» (Unwertvirus, im 21. Jahrhundert als solches identifiziert – im 21. Jahrhundert aufgelöst? Wohl kaum; leider).

Unbestechlich

Nicht nur Sie, auch ich versuchte, diese Tatsache so lange wie möglich von mir fern zu halten. Ganz besonders in meiner Rolle als Mann – schon aus biologischen Gründen stets auf das Image der Stärke bedacht! – erschien so etwas unerträglich. Als ich es zu ahnen begann, bemühte ich mich mit grossem Aufwand, es raschest möglich zu «lösen». Was nichts anderes heisst, als abzuschütteln. Ich war nicht zimperlich, bemühte die besten damals verfügbaren Methoden, reiste um die Welt zu den Meistern des Fachs, übte mich in verschiedenen Disziplinen der Konzentration und Selbstheilung, folgte grossartigen Ideen, entwickelte selber welche. Doch das Virus blieb haften. Es verschwand zwar für eine geraume Weile – scheinbar. Dann tauchte es plötzlich wieder auf. Dazu brauchte es bloss einen genügend stark Reiz.

Schliesslich neigte ich mein Haupt und öffnete mich der äusserst unangenehmen Tatsache. Und das sollte sich lohnen!!

Unverhofft

Es war letztlich aber gerade diesem Unwert-Virus zu verdanken, und entsprechend meinem unendlich beharrlichen Bemühen, es doch noch auf irgendeine Weise zu schaffen, in der Welt willkommen zu sein, dass ich schliesslich einen Weg fand, wie wir [diese umfassende, weltumspannende und grösste Geissel der Menschheit](#) für immer loswerden können (auf zB Sie und Ihre Nachkommen bezogen, erstreckt sich dieser Prozess über zwei bis drei Generationen). Diese Befreiung ist nun möglich, weil die Ursache für dieses unausweichliche Faktum des Unwerts glücklicherweise von ganz profaner Natur ist (siehe dazu [«Schattenland»](#), plus dessen [ergänzende Version](#)).

Ahnung der Kulturen

Da das Unwertvirus in uns allen wütet, fällt es nicht auf. Es erscheint uns so, wie wenn wir Menschen „nun halt so seien“! Für die gigantischen menschlichen Fehlleistungen – denen immerhin nahezu ebenbürtige positive Leistungen gegenüberstehen! – erfinden wir tausend Erklärungen und errichten fast ebenso gigantische, irrige Mindkonzepte. Das alles macht es uns leichter, die Existenz des globalmenschlichen Unwerts zu ignorieren. Obwohl: Eine ganze Reihe von Kulturen haben diesen Schatten, der uns Menschen an der vollen Entfaltung hindert, durchaus wahrgenommen und schöne Geschichten dazu erfunden (Bsp Erbsünde). Die Fakten unserer Existenz sprechen zwar für sich. Doch die Erklärung ist wie gesagt profaner, als es sich die frühen Mystiker erträumten. Die praktische Lösung glücklicherweise desgleichen.

Persönliche Ahnung

Bei manchen ist die Wirkung des «UV21» gut erkennbar, bei manchen besser versteckt; manche thematisieren das auch häufig – ohne es ganz zu erkennen; manche haben den eigenen Unwert gar zur persönlichen Masche erhoben und

versuchen (zum Beispiel mit der Opferhaltung) Kapital daraus zu schlagen. Uns allen gemein jedoch ist die Tatsache, dass wir, wenn überhaupt, den Unwert als etwas Persönliches, jeweils bloss Momentanes wahrnehmen und nicht als etwas, von dem alle, die wir kennen, betroffen sind; mithin als Phänomen, das über den ganze Globus verbreitet ist und sich zumindest in sämtlichen (patriarchalen) Hochkulturen findet. Mithin etwas, das die gesamte Politik weltweit dominiert, in sämtlichen politischen Systemen! Und selbstverständlich ebenso die gesamte Wirtschaft!

Ambivalenz im Handeln

Doch genau so verhält es sich. Dieser Unwert hat uns zwar nicht daran gehindert, erstaunliche Entwicklungen zu machen. Ja, er treibt uns sogar oft dazu an! Häufig zu jedem, sachlich nicht begründbaren Preis. Zum Beispiel dem der systematischen, gnadenlosen Selbstausbeutung (ebenfalls so ein Schatten, der uns praktisch alle betrifft!).

Der Logik dieses schrecklichen, jedoch bisher nicht lösbaren unbewussten Antriebs entspricht es, dass wir Menschen unbewusst stets dafür sorgen, dass der Preis, den wir für Entwicklungen bezahlen, deren Wert zumindest teilweise wieder in Frage stellt. Dazu kommt: Die meisten grösseren Errungenschaften bergen folgende Ambivalenz in sich: Sie werden teils zum Nutzen, teils zum Schaden eingesetzt. Zum Beispiel erkennen wir heute bei uns einen grossen Wohlstand (allerdings auch der ganz ungleich verteilt!) sowie einen hohen Sicherheitsstandard. Gleichzeitig sorgen wir ohne jede Notwendigkeit dafür, dass regelmässig sowohl der Wohlstand als auch die Sicherheit bedroht werden. Darüber hinaus bedeutet jeder Fortschritt, den wir Menschen zumindest in jüngerer Zeit machten, zugleich einen Schritt in Richtung Selbstverlust. Was Schlimmeres aber kann uns drohen, als dereinst festzustellen, dass wir, uns im sicheren Wohlstand wähnend, unser Selbst verloren haben?

Der Preis der Verdrängung

Doch wir verschwenden bis heute keinen ernsthaften Gedanken darüber, die Segnungen von Wohlstand und Sicherheit tatsächlich zu uns zu nehmen. Was unter anderem heissen würde aufzuhören, uns rücksichtslos auszubeuten. Sondern vielmehr unsere Energie und damit unser Wohlergehen ins Gleichgewicht zu bringen – so wie das sämtliche anderen Lebewesen mit höchster Priorität tun. Wir weigern uns – eben: weil wir uns dazu nicht würdig fühlen! – selbst das Gute, das wir Menschen geschaffen haben, tatsächlich zu nehmen. Stattdessen erhöhen wir ungerührt jedes Jahr den Aktivitätstakt und drängen, die für hohe Lebensqualität unabdingbar vorausgesetzte, regelmässige und vollständige Regeneration der Kräfte mehr und mehr ins Abseits.

Das alles verweist deutlich auf Motive, die nicht aus menschlichem Forscherdrang genährt werden, sondern von einer Verfassung, die um jeden Preis und vollkommen blind für die durchgehenden Begleiterscheinungen, nur eines versucht zu ergattern: das Ticket ins Paradies des tatsächlichen Selbst-Werts vollkommenen Angenommenseins.

Allein: Es nützt nichts! Das stete Treiben beginnt mit der Geburt und endet – unerfüllt – mit dem Tod. Kein Bemühen, kein Erfolg, keine Fürbitte schaffen es, das Unwertvirus unschädlich zu machen. Das ist genetisch schlicht nicht mehr erlaubt.

Zu grosse Schuldenberge liegen, bisher ohne ernsthafte Wiedergutmachungsaktionen, im Homo sapiens post Neolithikum.

Sein oder Nichtsein

Bei dieser Wert-Unwertfrage geht es logischerweise um Tod oder Leben. Bedenken wir, dass der Ausschluss aus der Gemeinschaft einst mit dem sicheren Tod verbunden war. Bedenken wir auch, dass sich Kleinkinder stets nahe an der Existenzfrage bewegen. Und genau mit diesem Einsatz spielen wir. Oft schon aus lächerlichem Anlass. Auf jeden Fall aber bei der Wahl der Mittel für uns bedeutend scheinende Entwicklungen oder Massnahmen.

Selbstredend haben wir im allgemeinen Verdrängungsprozess, für den in erster Linie wir Männer mit unserer Abhängigkeit vom Image des Starken sorgen, auch die entsprechenden Philosophien geschaffen, die dieses Verhalten zu rechtfertigen scheinen, als unvermeidlich gar. Wir haben Kategorien des Bösen und des Guten geschaffen, des Konstruktiven und Destruktiven, die uns Menschen «von Natur aus» innewohnen. Ich halte solches für baren Unsinn. Kein Lebewesen ist an der mutwilligen Zerstörung des eigenen Lebens, oder desjenigen der eigenen Sippe oder Gruppe interessiert. Das geht nur mit einer grundlegenden Fehlentwicklung ganz nahe beim Ursprung des individuellen Lebens, später kombiniert mit den einzigartigen menschlichen Freiheiten, insbesondere Mindkonzepte zu formen, die selbst das Absurdeste vernünftig erscheinen lassen.

Sein

Kurz: Wir kommen bei allem Bemühen nicht befriedigt vom Fressnapf zurück. Stets ist ein wesentlicher Haken dabei: das ‚Futter‘ angefault, unverdaulich, oder es gehört nicht uns.

Da ist nun diese erstmalige und bislang einzigartige Option, dieses Ungemach nach rund 10'000 Jahren endlich zu beenden.

Dazu ist eine persönliche Entscheidung gefordert, die heute jeder Mensch selbst treffen muss. Die Entscheidung, im eigenen Interesse, im Interesse der eigenen Nachkommen und im Interesse unserer aller Zukunft diesem trotz aller Bemühungen im Endeffekt unseligen Treiben endlich ein gutes Ende zu bereiten. Sich von diesem Schatten zu befreien, mit einer Massnahme – inklusive passendem Verfahren – die sich nicht in weitere Mythen und Illusionen auflöst, sondern mit wachem, emanzipiertem Bewusstsein und mittels konkreten, stets überprüfbaren Schritten dieses Vorhaben schliesslich zum Gelingen bringt. Das heisst, das Unwertvirus endgültig unschädlich zu machen.

Die Massnahme heisst «[NormalProjekt](#)», das Verfahren «[Tiefe Regeneration](#)».