

## Methoden zur ethischen Verbesserung

Wendezeit: Eine Änderung der persönlichen Grundeinstellung ist für eine positive Weiterentwicklung der Menschheit unbedingt erforderlich. Genügen die vorliegenden Angebote?

### Glaubensgemeinschaften

Verlangen die Überzeugung von der absoluten Wahrheit „Heiliger Bücher“, überzeugen Menschen mit Heiligen, die ihr Wissen „geoffenbart“ bekommen haben und mit Wunderheilern, und manipulieren sie.

Werfen Dogmen — oft unlogische — dem Gläubigen hin um ihn dazu zu bringen, Gebote anzuerkennen, die er aber nicht selbst erarbeitet hat. Somit hindern sie sein selbständiges Denken.

Behaupten, der einzige Weg in den Himmel zu sein.

Machen sich Feinde durch Aktivitäten, die mit Religion nichts zu tun haben.

### „Neue“ und „Yoga“ Gemeinschaften

Als Alternative — oder Ergänzung — versucht der eine oder andere ein Standbein zu finden, etwa durch:

Atemübungen nach bestimmten Vorschriften („Fortgeschrittene“ Übungen führen zu CO<sub>2</sub>- Vergiftungen oder O<sub>2</sub>- Rausch mit Halluzinationen. Anm. d. Red.)

Sexuelles Ausleben (in der Gemeinschaft unter deren Mitgliedern)

Verharren in bestimmten Positionen bei gleichzeitigem Ausschalten des Denkens — was bei manchen einen lebenslänglichen „Knacks“ bewirken kann

In der Regel sind diese Schulen nicht gemeinnützig, sondern auf Gewinn ausgerichtete Unternehmen (wie etwa die berüchtigte Moon Sekte).

### Der pure Egoismus

Das rücksichtslose Streben nach Macht und Geld scheint alles zu sein, was manche Menschen kenne. „Gott ist Geld“ sagt der Banker und so mancher kleine Mitbürger hat sich durch den Konsumrausch in Schulden und Not gebracht. Für solche Wesen kann die Allgemeinheit nur Bedauern übrig haben. Durch ihre Unmoral unbeliebt, vereinsamen sie oft und werden zutiefst unglücklich (Trump, Hughes)

### Tiefen- und andere Psychologen

Der Weg zu diesen (fallweise sogar zum Psychiater) mag einzelnen „Heilerfolg“ bringen. Für den, der das wirklich braucht auch zu empfehlen. Bisher war das kein Weg für die Allgemeinheit, in den USA aber schon seit Jahrzehnten zunächst Statussymbol und jetzt fast Massensport. Jedenfalls sollte es gar nicht soweit kommen, daß man seelisch erkrankt

### Die Herausforderung

Wie also das Wohlbefinden des Einzelnen bessern, und zwar so, daß es auch für die Allgemeinheit besserung bringt?

Ziel ist die Hebung unseres moralischen Standards. Ein Angebot dazu wird den Menschen die Möglichkeit geben, zunächst über die Richtigkeit gängiger Statements, sodann für einen eigenen Lebensweg eine fundierte Orientierung zu gewinnen. Diese — selbst zu erarbeitenden — Richtlinien sind daher tragfähig, wodurch dem Einzelnen und in der Folge der Allgemeinheit geholfen ist.

Wesentlich ist die Vermeidung der oben geschilderten Nachteile autoritärer Glaubens- und Geisteshaltungen.

Die Lösung der Aufgabe besteht in einer „METHODE DES GEISTIGEN TRAININGS“

Der realistische Denker wird durch eine Reihenfolge von Überlegungen zu besserem Verständnis der inneren Zusammenhänge beim Einzelnen und der Allgemeinheit hingeführt. In ihrer Abfolge ergibt sich eine logische Kette, die aber jeder für sich selbst erarbeiten, bzw. nachvollziehen muß. Der Anreiz dazu liegt in der Wichtigkeit des Anliegens, der eigenen Zufriedenheit.

Wir können davon ausgehen, daß es in unserem Leben viel Erfreuliches gibt, und daß dies ohne unser besonderes Zutun auftreten kann:

- Die Zufriedenheit des geborgenen Babys.
- Der Stolz Freunde zu finden und anerkannt zu werden.
- Das Geschenk, wahre Liebe zu empfangen.
- Die Gnade, wahre Liebe geben zu können.
- Die Genugtuung, Arbeit, Last und Pflicht zu erfüllen
- Die Freude, eigenes Wissen weitergeben zu können.
- Zufriedenheit und Ausgeglichenheit des Alters erleben zu können.

Dies alles kann man hinnehmen, ohne viel „warum“, „wieso“ zu fragen. Jedenfalls aber könne wir sehen, daß je nach Alter verschiedene positive Aspekte mehr in den Vordergrund treten, können einen Wandel des Menschen beobachten.

Die Annahme einer *unwandelbaren* Seele (bei Geburt eingegeben, ausgeatmet beim Tod) ist also zumindest unzweckmäßig. Wenn wir uns als selbst Gestaltende erkennen, freie Menschen mit freier Entscheidungsmöglichkeit, kann auch die Annahme eines vorgegebenen, unabwend-

baren Schicksals (Kismet) als zumindest unzweckmäßig angesehen werden.

Besser sind realistische Betrachtungen, um den Lebensfluß in die richtige Bahn zu lenken. So gesehen ist allein schon die Tatsache zu leben als Glück zu bezeichnen, weil uns das ermöglicht Wandel zu erkennen und selbst zu bewerten. Wir haben die Kraft — und daher auch die Pflicht — zur bewußten Eigenentwicklung.

Fassen wir als einfache Feststellung zusammen:

**ZUFRIEDENHEIT KANN DURCH EIGENES BEMÜHEN ERREICHT WERDEN.**

Wir können auch formulieren: Am Lebensweg gibt es viel erfreuliches, aber das Ziel, unser Glück, unsere Zufriedenheit zu vermehren können wir durch eigene Bemühungen erreichen.

Als Realisten wollen wir uns nun mit der „Kehrseite der Medaille“ beschäftigen. Es gibt in unserem Leben natürlich auch viel Unerfreuliches: körperlicher und geistiger Schmerz, abgestuft bis zu Mißbehagen bzw. leiser Enttäuschung. Das Ziel: „Befreiung von Leiden“ kann durch einen trainierten Geist, der die Wurzeln der Unannehmlichkeiten des Lebens aufdeckt, erfolgreich angestrebt werden.

Jede menschliche Tätigkeit zielt direkt oder indirekt auf Zufriedenheit, auf *Befreiung* von Unzufriedenheit in irgendeiner Form. Dabei ist Unzufriedenheit ja auch stets der Ausgangspunkt menschlicher Tätigkeit.

Betrachten wir nun den zentralen Kern jedes Wesens nicht als eine unwandelbare Seele; sondern als einen „sich ständig verändernden Energiefluß“ der durch individuelle Kräfte, die auf „das eigene Selbst“ ausgerichtet sind zusammengehalten wird, (wie etwa ein Wassertropfen

durch die Oberflächenspannung). Nun wird offensichtlich, daß gerade diese Selbstbezogenheit, diese Ego-bezogenen Sammelkräfte Druck, Spannungen, Unge-mach verursachen.

Wir kommen zur grundlegenden Feststel-lung:

**UNZUFRIEDENHEIT IST IN EINEM EGO-ZENTRISCHEN LEBEN UNAUSWEICH-LICH.**

Manchem mag dieser Satz erstaunlich, ja unangenehm erscheinen (eben aus egoisti-schen Gründen). Jedoch kennt jeder seine eigene Selbstbezogenheit und auch die Skala seiner Unzufriedenheit. Diese grundlegende Feststellung sagt nicht etwa aus, daß man das Unangenehme nicht vermeiden könne! Sie sagt aus daß Leiden in einem *ichbezogenen* Leben unausweichlich ist.

Worauf sind nun diese egozentrischen Sammelkräfte zurückzuführen?

Die nächste grundlegende Feststellung be-sagt:

**DER URSPRUNG DER UNZUFRIEDEN-HEIT LIEGT IN DEN BEGIERDEN.**

Das bezieht sich natürlich nicht auf alle Einzelfälle: wenn etwa jemand ausrutscht und sich verletzt, wird als Ursache des Leidens der glatte Boden angesehen. Durch die Natur der Welt in der wir leben, ist es offenbar unmöglich, dem Leiden durch Entfernung aller potentiell gefährlichen Gegenstände beizukommen. Diese grundle-gende Feststellung drückt vielmehr aus, daß die den Lebensfluß zusammenhaltenden Kräfte egozentrische Triebe sind, und daß der Irrtum der vordergründigen Selbstbe-zogenheit die Voraussetzung für Leiden in sich trägt.

Verfolgen wir die fundamentalen Ursachen des Leidens weiter, kommen wir zu dem Schluß:

**BEFREIUNG KANN DURCH ZERSTÖ-RUNG DER BEGIERDEN ERREICHT WERDEN.**

Wenn wir den Begierden folgen , unterliegen wir einer Selbsttäuschung. Mit ihrer Zerstö-rung wird die Ausschaltung der Begierden als ursächliche Wurzel des Leidens erreicht. Sobald erkannt ist, daß der Beginn eines selbstlosen Lebens die Abschaffung eines Trugbildes ist, erscheint die Realität, sodaß dieses Zerstören einer Täuschung dem Sichtbarwerden der Wahrheit gleichkommt.

Nun ist der Weg offen durch Überwindung der Begierden der Unzufriedenheit und damit der Ursache des Leidens zu entgehen.

**DER WEG DER BEFREIUNG IST DER EDLE ACHTFÄLTIGE PFAD,**

der für ernsthafte Versenkung in die Methode des geistigen Trainings empfohlen wird:

1. Rechtes Einsehen. Kenntnis der wahren Natur des Lebens.
2. Rechte Gesinnung. Gedanken frei von Bösem halten.
3. Rechte Verständigung. Ehrlich reden, nicht schwätzen.
4. Rechtes Tun. Töten, Stehlen, Unsittliches vermeiden.
5. Rechte Lebensführung. Lebenserwerb ohne zu schaden.
6. Rechtes Bemühen., Wunschgenügsamkeit
7. Rechte Achtsamkeit. (Den Pfad nicht durch Unachtsamkeit verlassen!)
8. Rechte Konzentration. Kultivierung des Sich- Versenkens

Wie die Einsicht in die grundlegenden Tatsachen bisher, ist auch der achtfältige Pfad nicht eigentlich religiöser Natur, sondern eine Art Moralphysikologie, als solche ein Weg zur Erarbeitung höherer moralischer Standards.

Günter Marsoner.

# ZOBODAT - [www.zobodat.at](http://www.zobodat.at)

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Agemus Nachrichten Wien - Internes Informationsorgan der Arbeitsgemeinschaft Evolution, Menschheitszukunft und Sinnfragen, Naturhistorisches Museum Wien](#)

Jahr/Year: 19##

Band/Volume: [27](#)

Autor(en)/Author(s): Marsoner Günter

Artikel/Article: [Methode zur ethischen Verbesserung 16-18](#)