



1. Auflage 2022

Umschlaggestaltung: Kerstin Fiebig, ad.departement

Illustration Cover: © zzve clipdealer.com

Foto Autor: © Sabine Gnoth

Copyright© 2021, Innenwelt Verlag GmbH, Köln

Alle Rechte vorbehalten

Nachdruck und fotomechanische Wiedergabe, auch auszugsweise,  
nur mit Genehmigung des Verlags

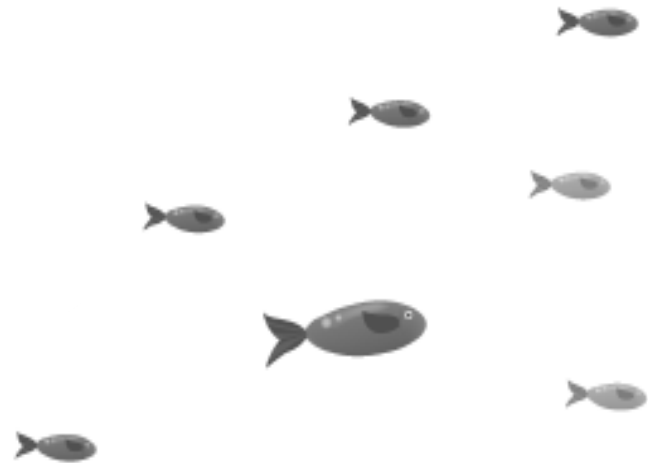
[www.innenwelt-verlag.de](http://www.innenwelt-verlag.de)

CPI books, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-947508-56-3

# DER Thomas Geßner BLAUE FISCH



## ÜBER DEN ZEITGEIST

## INHALT

- Über dieses Buch 7
- 1. Gesehen werden 9
- 2. Über den Zeitgeist 10
- 3. Große graue Hunde 31
- 4. Pandemie und Wahrheit 36
- 5. Trauma, Illusion und Spiritualität 53
- 6. Das Menschliche und das Fremde 71
- 7. Von der Reinheit 79
- 8. Soll und Sein und Glück 88
- 9. Glückliche Zeiten 101
- 10. Vom Sehen 102
- 11. Von der Ohnmacht 106
- 12. Du darfst deinem Leben erlauben 128
- 13. Symbiose, Psyche und Versöhnung 130
- Dank 139

## ÜBER DIESES BUCH

Es hat selbst keine Handlung. Es beschreibt jedoch einige für die Gegenwart typische Handlungen unseres Bewusstseins, in denen sich der Zeitgeist spiegelt, sofern sie sich einer Beschreibung gerade als zugänglich erweisen.

Es ist nicht vollständig, sondern von Lust und Laune getrieben. Dort, wo ich meine blinden Flecken habe, kann sich der Zeitgeist aufdrängen, wie er will: Ich werde ihn nicht wahrnehmen.

Es muss nicht vollständig gelesen werden, sondern ebenfalls nach Lust und Laune. Sie wissen ja, blinde Flecken wehren sich so lange, bis man sie in Ruhe lässt.

Viel Vergnügen!

*Thomas Geßner, im Februar 2022*

# 1.

## GESEHEN WERDEN

Du willst gesehen werden?  
Lerne zu sehen.

Du willst Frieden?  
Gestatte deinem Moment, genau so zu sein,  
wie er gerade ist.

Du willst ehrliche Beziehungen?  
Sei ehrlich mit dir selbst.

Du willst einer großen Idee dienen?  
Diene dem, was in dir lebt.

Du willst die Welt verändern?  
Erlaube der Welt, dich zu verändern.

Du willst lieben lernen?  
Etwas anderes hast du nie getan.

## 2.

### ÜBER DEN ZEITGEIST

Manchmal komme ich mir vor wie jener blaue Fisch in der Südsee, von dem Sie vielleicht schon gehört haben. Sein Nachbar fragte ihn morgens, wie er denn heute das Wasser finden würde. Der blaue Fisch antwortete erschrocken: „Welches Wasser?“

Er trifft damit die Voraussetzungen für meinen Versuch über den Zeitgeist und seine Rolle im Zusammenspiel von Kollektivem und Individuellem. Wir werden das Wasser für kurze Momente verlassen müssen, um ein klein wenig vom uns umgebenden Zeitgeist wahrnehmen zu können.

Erinnern Sie sich, wann Sie zum letzten Mal auf Ihr Smartphone geschaut haben? Vor zehn Sekunden, vor zwei Minuten oder gestern? Ich gerade eben. Ich wollte wissen, wie kalt es draußen ist. Sieben Grad Plus. Und ich musste nachschauen, ob ich am nächsten Wochenende tatsächlich frei habe. Kalender, Mails, Nachrichten, WhatsApp, Blutdruck-App, 1.000 Stunden Musik, 27 Fotoalben inklusive der letzten erinnerungspflichtigen Mahlzeiten, ein Fotoapparat, eine Videokamera, ein Diktiergerät, YouTube, Hunderte von Adressen, amerikanische Militärtechnik (GPS) und ihre Anwendungen in Landkarten und Stadtplänen, Ortungsdiensten und Bewegungsprofilen, das Internet mit seinen

Cookies (die mir noch immer Gemüseschäler auf den Mini-Bildschirm zaubern, nachdem ich vor zwei Wochen einmal einen solchen gesucht hatte), eine Fitness-App (unbenutzt), mein Bahnfahrplan inklusive Tickets und Verspätungsmeldungen, ein Stimmgerät, eine Lupe, eine Taschenlampe, einen Wecker - und ein Telefon: tatsächlich. Was ich meinem Smartphone noch immer übel nehme, ist, dass man sich nicht damit rasieren kann. Ein integrierter Föhn wäre ebenfalls praktisch.

Das Smartphone: Symbol der Freiheit und Suchtmittel zugleich, gestaltgewordene Unabhängigkeitserklärung und der feuchte Traum aller Geheimdienste in einem. Mein Tor zur Welt und genau darin der Schlussstein jener unsichtbaren Wand, die mich rettungslos von der Welt separiert. Das Smartphone bereitet mir in der Verbundenheit mit allem und jedem die höchsten Wonnen der Symbiose. Gleichzeitig lässt es mich mutterseelenallein zurück, denn die Verbundenheit ist virtuell, sie besteht nur in meiner Vorstellung, im technisch-abstrakten Raum des Digitalen. Sie ist eine Illusion. In Wirklichkeit sitze ich allein mit mir und starre auf einen viel zu kleinen Bildschirm. Ich könnte sogar mit ihm reden. Das Smartphone antwortet mit sanfter Stimme, aber da lebt niemand. Oder vielleicht doch?

### GEIST UND ZEIT

Eine präzisere Illustration zum Zeitgeist als das Smartphone und seinen allumfassenden Platz in unserem Alltag finde ich nirgends. Daher könnte ich jetzt schon mit meiner

kleinen Untersuchung aufhören. Die Schwierigkeit besteht jedoch darin, dass ich mit dem bloßen Gebrauch des Smartphones nichts über den Zeitgeist aussage, sondern ihn vollziehe. „Der Zeitgeist bin ich“, sozusagen, in Abwandlung einer Ludwig XIV. zugeschriebenen Staatsdefinition. Ich kann nichts anderes sein als der Zeitgeist, ich kann nichts über ihn schreiben, ohne dass er selbst mir die Finger führt. Denn ich und Sie und wir alle hier sind seine Geschöpfe, während wir ihn immerfort mit unserem Alltagsleben herstellen und ausgestalten. Ich müsste einen Ort außerhalb der Zeit finden, um etwas über die aktuelle Zeit und über ihren Geist, über das, was sie belebt und beseelt, aussagen zu können.

Es gibt diesen „Ort“, er ist immer da, dazu jedoch später. Vorher schaue ich genauer auf jene beiden Begriffe, aus denen sich der „Zeitgeist“ zusammensetzt, auf „Zeit“ und auf „Geist“.

Zu „Geist“ fällt mir ein hebräisches Wort ein: „Ruach“, der „Geist Gottes“. „Ruach“ schwebte zu Beginn der Genesis „über den Wassern“, als die Erde noch „wüst und leer“ war. Gott pustete dem Menschen, welchen er später aus Lehm geformt hatte, seinen „Ruach“ in die Nase, und „so wurde der Mensch ein lebendiges Wesen“. Als dann in der Antike die griechische Sprache nötig wurde, um den Hintergrund des hebräisch-aramäischen Jesus in Europa einordnen zu können, verstand man den „Ruach“ Gottes mithilfe des griechischen Wortes „Pneuma“. Es bezeichnet wie sein hebräisches Pendant eine Mischung aus Eigenschaft und Tätigkeit: „lebendig“ und „atmen“. Die deutsche Überset-

zung von „Pneuma“ heißt „Geist“, im Sinne von: „atmende Lebendigkeit“. Die Frage nach dem aktuellen „Zeitgeist“ verändert sich nun: „Wo, wie und auf welche Weise hat diese Zeit ihre atmende Lebendigkeit?“

Um davon etwas sehen zu können, schauen wir auf den anderen Teil von „Zeitgeist“: Was ist „Zeit“? Im physikalischen Sinne scheint „Zeit“ ein Ausdruck des Energieerhaltungssatzes zu sein, und zwar in seiner Grundfunktion der Entropie (ruhig weiterlesen, es ist nicht das, wonach es aussieht): Energie entspannt sich immer von einem höheren, konzentrierteren Niveau in ein niedrigeres, weniger konzentriertes Niveau. Ein Beispiel: Gerade eben stellt mir der Kellner frischen Kaffee hin, heiß und dampfend. Diesem Kaffee würde es niemals einfallen, noch heißer zu werden, indem er seiner Umgebung, etwa der Kaffeehausluft, Energie entzieht. Er tut das Gegenteil: Er passt sich der Umgebung an, gibt Wärme-Energie ab und erreicht langsam die Lufttemperatur hier im Raum. Um das zu schaffen, braucht er unfassbar viele winzige Momente hintereinander. In jedem dieser Momente gibt mein Kaffee ein kleines Quäntchen Energie ab, während die umgebende Luft (oder mein Magen) dieses Quäntchen übernimmt. Meinem Magen wird dabei wärmer, der Luft im Café ebenfalls. Genau diese Abfolge von Momenten des Energieausgleichs nennen wir „Zeit“.

Die physikalische Zeit entspringt seit dem Urknall dem Phänomen des Energieausgleichs, und sie geht immer in Richtung Entspannung. Eine weitere Funktion des Energieflusses von der Konzentration zur Entspannung heißt „Raum“. Sie

ergibt den Platz für die Bewegung des Energieausgleichs. Auch der Raum „fließt“ in Richtung Energie/Entspannung: Das Universum dehnt sich mit wachsender Geschwindigkeit offenbar immer weiter aus. Zeit und Raum sind die Bedingungen, innerhalb derer überhaupt etwas da sein kann, wir Menschen zum Beispiel und unsere Welt.

„Zeitgeist“ wäre damit auf unsere „atmende Lebendigkeit“ in dem aktuellen Raum-Zeit-Fenster des knapp vierzehn Milliarden Jahre alten Universums eingegrenzt. Nun sind „atmende Lebendigkeit“ und „physikalische Zeit“ zwei „Dinge“, die verschiedenen Welten angehören. Physikalische Zeit ist (wie der physikalische Raum) Grundbaustein der Welt der Formen, also dessen, was da ist. Atmende Lebendigkeit ist formlos, sie ist nicht da, sondern entfaltet sich in dem, was da ist: etwa in uns Menschen. Die Momente, in denen ich wahrnehme, wie der Kaffee meine Zunge trifft und seine Wärme meinem Magen schmeichelt, finden außerhalb der Zeit statt. Sie sind mein „Leben“, nicht meine „Zeit“. „Zeit“ (und „Raum“) sind physikalische Vorgänge. Die Lebendigkeit ist das, was diese Vorgänge wahrnimmt und in ihnen oder durch sie stattfindet. Anders gesagt: „Lebendigkeit“ ist meine Essenz, „Zeit und Raum“ bilden meine aktuelle Form: ein mittelalter, männlicher Mitteleuropäer.

Wenn man unmittelbar lebt, ist man im „Jetzt“, das ist außerhalb der Zeit. „Zeit“ und „Raum“ sind tatsächlich etwas anderes als unsere „atmende Lebendigkeit“ selber. Sie können diesen Unterschied wahrnehmen, wenn Sie sich von etwas vollkommen in Anspruch nehmen lassen, ohne dabei bewusst nachzudenken, wenn also Ihre atmende

Lebendigkeit sich in etwas gerade Aktuellem verlieren, verströmen und wiederfinden kann. Dann spüren Sie keine Zeit, sie ist einfach weg, im Nu verflogen. Sei es im Zusammensein mit einem geliebten Menschen, sei es mit einem guten Buch, sei es bei einer spannenden Tätigkeit, sei es mit Gedanken, Ideen, Gefühlen, Körperwahrnehmungen usw. Die moderne Wissenschaft nennt dieses Phänomen „Flow“, die meisten spirituellen Schulen nennen es „Leben“.

## ABHÄNGIGKEIT UND KONTROLLE

Wo haben nun die kollektiven Erscheinungen unserer Gegenwart ihre Essenz, ihre Lebendigkeit, ihr Beseeltsein, und wie wirken sie in unser individuelles Leben hinein? Anders gefragt: Was macht der Zeitgeist mit uns?

Nach meinem Eindruck hat unser Zeitgeist seine Lebendigkeit, sein Beseeltes im Reich des Virtuellen. Er lebt in gedanklichen Bildern, in kollektiven Vorstellungen über uns selbst, über die anderen und die Welt. Der Geist unserer Zeit gibt uns ein klares Ziel vor: die möglichst umfassende Kontrolle über uns selbst, über die anderen und die Welt. Seine Vorstellungen (und damit die Vorstellungen der meisten heute lebenden Menschen) über das Dasein leiten sich aus diesem Ziel der umfassenden Kontrolle ab. Außerdem hat unser Zeitgeist die Eigenart, sich selbst sowohl über sein Ziel als auch über die ihn leitenden Vorstellungen im Unklaren zu lassen. Der Zeitgeist macht sich andauernd etwas vor. Er weiß nicht, dass er ein Kontrollfreak ist und dass er seine Vorstellungen über die Realität dazu benutzt, sich vor

der echten Lebensrealität zu schützen, sich so vollständig wie möglich von ihr zu isolieren. Der Zeitgeist lebt mit sich selbst in Symbiose. Er kann sich nicht von seinem Ziel der Kontrolle und seinen daher rührenden Vorstellungen über das Leben unterscheiden. Er ist sich seiner selbst vollkommen unbewusst und daher gänzlich unbekannt. Der Zeitgeist ist sich selbst ein Fremder.

Ich beklage dies nicht, ich schaue nur hin und beschreibe, was ich sehe. Die Klage über die Verhältnisse ist eine Geste der gefühlten Ohnmacht, sie selbst gehört zum Standardrepertoire des aktuellen Zeitgeistes. Wie kommt der Zeitgeist auf sein Ziel der umfassenden Kontrolle? Wie komme ich überhaupt darauf, dass dies sein Ziel sei? Und welche Gestalt findet dieses Ziel in den kollektiven Vorstellungen unserer Zeit? „Kontrolle“ bezeichnet ja unser natürliches Verhalten zur Abwendung von Ohnmacht und damit von Lebensgefahr, solange wir uns abhängig von einer Umgebung fühlen. Sie ist das wichtigste Instrument der abhängigen, unbewussten Liebe, also unseres Überlebenstriebes.

Ich will hier kurz umreißen, was dabei aus meiner Sicht vor sich geht: Während der Kindheit leben wir in emotionaler Abhängigkeit von unserer primären Gruppe, der Familie. Das Wichtigste für Kinder ist die subjektiv gefühlte, uneingeschränkte Zugehörigkeit, denn sie bedeutet Sicherheit vor der Lebensgefahr des Verlorengehens. Unser emotionales Gewissen informiert uns zu jeder Zeit darüber, ob wir noch dazugehören, also in Sicherheit sind. Dann fühlen wir uns unschuldig und haben ein „gutes Gewissen“. Falls unsere Zugehörigkeit gefährdet ist, wir also unbewusst eine

Lebensgefahr wahrnehmen, fühlen wir uns schuldig, samt „schlechtem Gewissen“. Bert Hellinger hat diese Dynamiken entdeckt und beschrieben.

Mithilfe unseres Gewissens bleiben wir als Kinder, von innen heraus gesteuert, immer im sicheren Bereich der Umgebung, von der wir abhängig sind. Wir sagen unbewusst zu ihr: „Für dich tue ich alles, egal was es mich kostet, denn wenn es dir gut geht, bleibe ich am Leben.“ Die emotionale Abhängigkeit führt dazu, dass wir uns gefühlsmäßig mit unserer Umgebung verwechseln und alles auf uns beziehen, was in der primären Gruppe geschieht. Wir leben in emotionaler Symbiose mit den Eltern und Geschwistern, manchmal auch mit den Großeltern oder noch früheren Generationen. Dies alles ist unvermeidlich, bringt uns während der Kindheit oft zu unglaublichen Anpassungsreaktionen und sorgt dafür, dass wir die kindliche Abhängigkeit schließlich überleben. In der emotionalen Abhängigkeit entsteht eine genau für diese passende Art und Weise der Selbst- und Weltwahrnehmung. Wilfried Nelles (2009) beschreibt sie als „Wir- oder Gruppenbewusstsein“. Die inneren Echos aus dieser Zeit der emotionalen Abhängigkeit und der damit verbundenen, zum Teil traumatischen Überlebensmuster bevölkern das Feld von Seelsorge, Therapie und Beratung und natürlich das der Aufstellungsarbeit, mit der ich selbst hauptberuflich beschäftigt bin.

Wir können jedoch keine Kinder bleiben, wir müssen das Nest verlassen. Diese Bewegung in das eigene Leben bildet nach meinem Eindruck den Kern des aktuellen Zeitgeistes. Der jugendliche Entwicklungsraum, welcher sich nach der