



Tempel der Ethik

von Erika Luzia Lüthi

Region des Neudenken

Die gewohnten Wahrnehmungs- und Reaktionsmuster, Strategien und Denkmuster greifen manchmal einfach nicht mehr. Das Neudenken in dieser Region ist eine neue Art der Betrachtungsweise von sich selbst und der Welt. Es ist ein offenes, nichturteilendes und gleichzeitig achtsames Denken. Es erweitert unser Bild von uns selbst und der Welt und kann uns eine neue Ausrichtung unseres Lebens geben. Unser rationaler Verstand kann zusammen mit Empathie und Intuitionskraft als Zugang zu unserer inneren Quelle unser Bewusstsein erweitern. Es gilt immer wieder aus dem urteilenden Denken aus- und ins neue

Denken bewusst einzusteigen, voll und ganz gegenwärtig zu sein und uns mit uns selbst, den anderen, der Welt und dem grösseren Ganzen zu verbinden. Dabei unterstützen uns das Erlernen des Denkens «Jenseits von richtig und falsch», das Bewusstwerden einer neuen Ethik, die uns Orientierung gibt und unser Leben leichter, freudvoller und erfüllter macht, die Stille und das Üben des Nichtdenkens, das Ausprobieren des Neudenkens.

Beschreibung der Region

In dieser Region finden Sie verschiedene Möglichkeiten und Zugänge zum Neudenken. Sie lädt zum Wandern ein, zu einem stetigen Unterwegs sein. In dieser Region hat es unten in den Tälern sonnendurchflutete grüne Wiesen, gelbe Raps- oder Sonnenblumenfelder, Felder in verschiedenen Brauntönen, die darauf warten, bepflanzt zu werden und einen leichten Wind, der die Halme des Grases und der Kornfelder bewegt. Vögel drehen ihre Kreise, lassen sich vom Wind tragen. Sie schwingen elegant und mit einer grossen Leichtigkeit mit. Es ist die Region der sanften Hügel und steilen Felsen mit Bäumen und Wäldern an den Hängen – auf dem Weg zum Gipfel oder auf dem Weg im Tal. Verschiedene Wege schlängeln sich auf die Hügel und Berge, die die Sicht in die Weite öffnen. Wenn Sie sich Zeit lassen, während des Wanderns innehalten, begegnen Sie vielleicht einem Hasen, Reh oder Fuchs. Schmetterlinge gaukeln von der einen farbigen Blume zur andern, tanzen zu zweit. Am Abend zeigen sich Fledermäuse, ein Zeichen dafür, dass diese Region nachts ruhen kann.

Tempel der Ethik

«Als Menschen appellieren wir an Menschen, sich ihres Menschseins zu erinnern und alles Übrige zu vergessen. Wenn das gelingt, liegt der Weg zu einem neuen Paradies frei.» Bertrand Russel und Albert Einstein, Manifest 9. Juli 1955

Der Tempel der Ethik sieht wie eine Pyramide aus. Er ist von weit her aus allen Himmelsrichtungen sichtbar. Der Tempel liegt über dem Wald auf einem sanften Hügel. Er ist bequem zu Fuss erreichbar. Anstelle der Pyramidenspitze ist ein Plateau, auf dem eine Kugel als Symbol für die Welt liegt. Diese besondere Pyramide kann von allen vier Seiten her über lange Treppen erstiegen werden. Rechts und links von den Treppen finden Sie, wenn Sie nach oben blicken, Köpfe unterschiedlicher Göttinnen und Götter. Wenn Sie rechts und links blicken, werden Sie sehen, dass es auf einer Treppenstufe auf beiden Seiten immer die gleichen Köpfe hat.

Falls Sie nicht über so viele eher steile Treppen hochsteigen können, gibt es im Innern der Pyramide auch einen Lift. Sie können auch so den verschiedenen Göttinnen und Göttern begegnen. Der Lift hält zwischendurch an und lässt Ihnen Zeit für Ihre Begegnung. Bevor Sie wieder in den Lift einsteigen, verabschieden Sie sich von der soeben erlebten Begegnung und bereiten Sie sich beim Fahren innerlich auf die nächste vor.

Wenn Sie zu Fuss hochsteigen, planen Sie genügend Zeit zum Ersteigen der Pyramide ein, um ihre ganze Schönheit und Tiefgründigkeit erfassen zu können.

Historisches und Zeiten des Wandels

Die Pyramide wurde Ende des letzten Jahrhunderts erbaut und ihre Bedeutung nimmt fast mit jedem Tag zu. Sie wird immer häufiger als Symbol zur Gestaltung unserer gemeinsamen Zukunft auf unserem Planeten betrachtet.

In Zeiten des Wandels, die es immer wieder gibt, werden nicht nur alte Muster infrage gestellt, aufgelockert oder gar zerschlagen, sondern auch die Ethik und deren Werte werden hinterfragt. Oft ist eine neue Ausrichtung zuerst nur leise spürbar. Sie wird dann immer sichtbarer und immer mehr Menschen orientieren sich daran. Das Fokussieren auf andere, neue Werte dient als Wegweiser in einer veränderten Welt und als Wegweiser für eine neue gemeinsame Zukunft. Eine neue Ethik, die ihren Blick weg vom egoistischen Denken zu einem altruistischen Denken hinwendet, eröffnet uns einen neuen Weg in der globalisierten Welt. Die Menschheit ist immer wieder an einem Wendepunkt in ihrer Entwicklung, in der heutigen Zeit ganz besonders. All die Herausforderungen, die anstehen und eine Lösung verlangen, erfordern eine Fokussierung auf altruistische Werte. Es wird uns nur mit gegenseitiger Unterstützung zusammen mit dem Bewusstsein dieser neuen Ausrichtung gelingen echte Lösungen zu finden. Jeder, jede Einzelne von uns ist gefordert, aus der Kultur der Leistung, der Konkurrenz und des Wettbewerbs auszusteigen und zu einer Kultur des Teilens und der Solidarität zu kommen.

Neue Ethik

«Wenn wir nicht länger nur an uns selbst und unsere eigene Selbsterhaltung denken, dann durchlaufen wir eine wahrhaft heroische Transformation des Bewusstseins.» Joseph Campbell

Da all das, was wir von all dem, was die Welt uns bietet, als wichtig und bedeutsam erachten, entscheidend für unser Leben ist, ist es unterstützend, uns immer wieder zu fragen, wonach wir denn unser Leben ausrichten möchten und inwiefern wir dieses Leben auch leben. Es gibt anerzogene und angeborene Werte. Es gibt eine in uns Menschen angelegte Neigung zur Liebe, Güte, Mitgefühl und Fürsorge für andere. Sie ist in uns angeboren als eine elementare und menschliche ethische Urquelle in uns. Dieses gemeinsame ethische Fundament gilt es in der Neuen Ethik stärker zu hegen und zu pflegen.

Die Neue Ethik ist von Werten geleitet, die nicht äussere wie zum Beispiel materielle Werte im Fokus haben, sondern innere Werte wie zum Beispiel Achtsamkeit und Mitgefühl.

Ein nach Werten ausgerichtetes Leben, ein ethisches Leben, kann uns Orientierung geben und unser Leben leichter, freudvoller und erfüllter machen. Es gibt uns einen tieferen Blick auf uns und die Welt und lässt uns spüren, was uns in unserem Leben wirklich wichtig ist. Diese neue Betrachtungsweise und das Handeln aus dieser Quelle heraus können unserem Leben Sinn geben.

Aktiv und Kreativ

Die Werte der Neuen Ethik enthalten viele ethische Tugenden. Sie zu entfalten braucht Disziplin, Selbstbeobachtung und Reflexion: Führen Sie darüber ein Tagebuch. Erstellen

Sie sich einen Raster mit ca. fünf Werten, die Sie gerne mehr leben möchten. Reflektieren Sie jeden Abend, inwiefern Sie diese Werte gelebt haben und für jede Situation, die Sie finden, machen Sie sich einen Strich. Führen Sie diese Art Tagebuch über mehrere Tage und Wochen und beobachten Sie sich selbst dabei und Ihre Wirkung nach aussen. Reflektieren Sie die Umsetzung der Werte solange, bis zu einem Teil von Ihnen selbst geworden sind und somit ein Teil Ihres alltäglichen Handelns, Denkens und Fühlens.

Hinweis

Werte erheben einen Sollanspruch, sie sind die Auffassung von Wünschenswertem. Innere Werte zu leben ist ein hoher Anspruch und eine herausfordernde Lebensaufgabe. Es geht in der Umsetzung um Teilziele, um konkrete Schritte, die für Sie möglich sind, und den zu gehenden Weg. Sie selbst sind in einem ständigen Prozess der Weiterentwicklung und Veränderung.

Ethisch Denken

Ethik ist für den Dalai Lama «eine innere Reifung – praktisch, emotional und intellektuell», «eine Schulung des Herzens, viel Geduld und ausdauerndes Bemühen» und «mehr zuhören, mehr meditieren, mehr nachdenken.»

Ethisch Denken heisst, sich bewusst an Werten zu orientieren und das Leben, das eigene Verhalten, die Haltung und das Denken danach auszurichten.

Werte sind Perspektiven, Sichtweisen: Werte tun gar nichts, sie ermöglichen Tun, es sind die Menschen, die durch ihr Handeln ihre Werte vermitteln. Werte wie «Wohlwollen», «Grosszügigkeit», «Gewaltlosigkeit» und «innerer Frieden» sind zunächst eher abstrakte Begriffe, die mit Inhalt gefüllt und konkretisiert werden müssen.

Normen sind die Auslegungen der Werte, gesellschaftlich, kulturell und durch das Zeitalter, in dem wir leben, beeinflusst. Deshalb ist es wichtig, sich kritisch und bewusst damit auseinanderzusetzen und die eigenen für sich selbst von innen heraus stimmigen Normen und Verhaltensweisen zu entwickeln.

Werte zusammen mit Annahmen und Einstellungen prägen die Art und Weise wie wir unsere Aufgabe erfüllen. Unsere konkreten Verhaltensweisen orientieren sich an Werten, die wir integriert haben und an denen wir uns bewusst oder unbewusst orientieren. Mit der Kraft unseres Geistes können wir lernen, uns die Werte bewusst zu machen und vermehrt ethisch zu denken. Werte sind ein hervorragendes Selbstführungsinstrument. Nachdenken und Forschen sind die ständigen Begleiter, die uns unterstützen unser Denken und somit auch unser Handeln nach Werten, die uns wichtig sind, auszurichten. Die Ausrichtung nach Inneren Werten ist nährend und stärkend zugleich und gibt uns tief von innen her eine sinnhafte Orientierung.

Aktiv und Kreativ

Werte werden entdeckt oder geschaffen, Werte wandeln sich. Die Klarheit Ihrer Ausrichtung bietet Ihnen eine Basis, die mit viel Experimentierfreude und Flexibilität gelebt werden kann:

Wofür leben Sie? Was war und ist Ihnen heute wichtig, wenn Sie auf Ihr gesamtes Leben schauen? Was ist für Sie in Ihrem Dasein wesentlich? Worum geht es Ihnen in Ihrem Leben hier auf Erden? Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, welche wollen Sie leben? Welche Werte wollen Sie leben? Was ist Ihre ethische Ausrichtung?

Aufstieg zur Kugel der Welt

Die Göttinnen und Götter, die Sie hier antreffen, sind lauter Vertreterinnen und Vertreter von menschlichen inneren Werten, die global gesehen immer wichtiger werden. Wenn Sie stehen bleiben, werden Sie von den jeweiligen Göttinnen und Götter auf der Treppenstufe, auf der Sie sich gerade befinden, begrüßt. Sie finden rechts und links der Treppe jeweils die gleiche Göttin oder den gleichen Gott. Die Göttinnen und Götter unterstützen Sie, die inneren Mauern des Egoismus, der Abkapselung, die Mauern des Individualismus, des Stolzes und der Habgier zu erkennen und deren Mauern abzubauen, indem sie Ihren Blick auf die Kraft des Wertes, den sie vertreten, wenden und tief in Ihnen spürbar machen. Sie lassen ihren Wert in Ihnen erklingen und laden Sie ein, in die Schwingung dieses Wertes einzutauchen und in sich aufzunehmen. Sie bitten Sie, ihn mitzunehmen und ihn in die Welt hinaus weiterzutragen. Mit ihrem Blick in die weite Landschaft können Sie dies gleich das erste Mal umsetzen.

Sie treffen hier auf dem Weg zur Kugel der Welt

*die Göttin der Achtsamkeit,
die Göttin der Klarheit,
die Göttin der Authentizität,
die Göttin der bedingungslosen Liebe,
die Göttin der Gelassenheit,
die Göttin der Grosszügigkeit,
die Göttin der Dankbarkeit,
die Göttin der Weisheit, die Göttin der Versöhnung,
die Göttin der Verantwortung für sich, andere und die Welt,
die Göttin der Potenzialentfaltung zum Wohle der Allgemeinheit.*

Ebenso begegnen Ihnen

*der Gott des inneren Friedens,
der Gott des Vertrauens,
der Gott des Wohlwollens,
der Gott des Respekts,
der Gott der Toleranz,
der Gott des Verzeihens,
der Gott des Mitgefühls.*

Hinweis

Malen Sie sich bei Ihrem Aufstieg zum Tempel der Ethik in Gedanken aus, wie die Göttinnen und Götter aussehen. Wählen Sie diejenigen aus, die sie gerne näher kennen lernen möchten. Gehen Sie in Kontakt mit ihnen. Lassen Sie innere Bilder, Empfindungen, Gedanken, Zukunftsvisionen und Erkenntnisse oder wegweisende Einblicke kommen. Hören Sie ihnen zu, treten Sie in einen Dialog mit ihnen. Öffnen Sie sich für sie und ihre Botschaften.

Aktiv und Kreativ

Zeichnen, skizzieren, malen Sie die Göttinnen und Götter. Formen Sie sie mit Knete. Suchen Sie Bilder oder entsprechende Gegenstände in Ihrer Wohnung, die einzelne von ihnen darstellen können.

Vielleicht sind Ihnen andere wichtig, fügen Sie sie dazu.

Der Tempel der Ethik als Kugel der Welt

Oben auf der Pyramide angekommen können Sie in die grosse Weite, Tiefe und Schönheit unserer Welt blicken. Sie können die grosse Kugel, die den Tempel der Ethik darstellt, betreten. Im Innenraum finden Sie am Rande nochmals die gleichen Götter und Göttinnen als Skulpturen auf weissen Säulen wie beim Aufstieg. Schauen Sie sich nochmals an. Der Tempel in der Form einer Kugel ist ein Raum der Stille, der Sie einlädt, sich einen bequemen Platz zu suchen, sodass Sie mit Ihrem Inneren Wissen zu den Göttinnen und Göttern nochmals in Kontakt kommen können. Atmen Sie bewusst ein und aus. Lassen Sie Ihren Atem und das, was sich Ihnen zeigt, fließen.

Aktiv und Kreativ

Rufen Sie sich nochmals die Göttinnen und Götter, die Ihnen beim Aufstieg und auch im Raum der Stille begegnet sind, in Erinnerung. Welche davon möchten Sie noch genauer und vertiefter kennen lernen? Welche sind für Sie gerade jetzt, wo Sie in Ihrem Leben stehen, relevant und wichtig?

Sind die Werte, die sie vertiefen möchten, neu für Sie im Umgang mit sich selbst, mit anderen und der Welt? Wie könnten Sie diese Werte konkret in Ihrem persönlichen und beruflichen Alltag leben? Welche Aspekte des Wertes entwickeln Sie für sich wie weiter? Woran erkennen Sie selbst die Wirkung dieses Wertes? Wo, wann und wie zeigt sich dieser Wert? Wo und wie wirkt er im Alltag, in den alltäglichen Begegnungen? Wie setzen Sie ihn konkret um? Woran erkennen Ihre Mitmenschen, dass Ihnen gerade dieser Wert wesentlich ist?

Wechselwirkung und Transformation

So wie Sie ein Teil der Welt sind, ist die Welt genauso ein Teil von Ihnen. Wenn Sie sich verändern, verändert sich die Welt. Es gibt eine Wechselwirkung zwischen dem Ökosystem Erde und der daraus resultierenden universellen Verantwortung, die für uns alle gilt und der wir uns im Grunde genommen nicht entziehen können. Das Leben ist vernetzt. Wenn es Ihnen gelingt in sich selbst inneren Frieden zu erlangen, leisten Sie

einen wesentlichen Beitrag zum äusseren Frieden in der Welt. Ebenso wenn Sie sich selbst gegenüber gewaltlos sind, sind Sie es auch anderen gegenüber und beeinflussen so die Abnahme von Gewalt. Die von Ihnen gelebten Werte beeinflussen nicht nur Ihre Verhaltensmuster, sondern auch diejenigen der anderen.

Bisherige für uns wichtige Werte können transformiert werden wie zum Beispiel Konkurrenz in Kooperation, Macht in Vertrauen, Einfluss durch Leistung, Funktion oder Kontrolle in Einfluss durch meine Art des Denkens und Seins, Selbständigkeit in Selbstverantwortung, Stolz, Effizienz und Optimierung in Dankbarkeit, Blick auf mein Wohlbefinden in Blick auf das Wohlbefinden anderer etc.

Jede Haltung, jedes Wort und jeder Gedanke haben eine globale Wirkung. Unsere Zukunft liegt in den Händen von uns allen. Wir sind alle ein Teil der Natur, der Erde, unserer Welt.

Aktiv und Kreativ

Werte erkennen – Werte loslassen

Vielleicht kennen Sie das auch: Plötzlich merken Sie, dass es Dinge, Begegnungen oder Werte gibt, die Ihnen einfach nicht mehr so wichtig sind? Dass sich deren Stellenwert in Ihrem Leben verändert hat? Fallen Ihnen dazu Stichworte ein? Was von den bisherigen Werten ist für Sie auch heute noch wichtig und relevant? Welche können Sie verabschieden?

Werte transformieren

Welche Wechselwirkungen und Transformationen kennen Sie aus Ihrem Alltag?

Welche der bisherigen Werte transformieren Sie in neue Werte? Wie heissen sie nun?

Stellen Sie sich vor, Sie stehen an einem See mit klarem Wasser. Sie sehen durch das Wasser den Boden. Sie sehen die Spiegelungen im Wasser und nehmen im klaren Wasser auch die Umgebung wahr. Plötzlich trübt sich das Wasser und im Wasser erscheint das Wort «Konkurrenz». Sie erinnern sich an frühere Situationen, wo es um Konkurrenz ging: Welche Gefühle hatten Sie dabei, welche Gedanken tauchen auf, was ist daraus geworden? Sie können im Wasser sehen, was Konkurrenz für Sie heute bedeutet. Langsam verschwindet das Wort Konkurrenz aus dem Wasser, der See wird wieder klar. Welches Wort können Sie nun im See lesen? Diese Übung können Sie mit jedem anderen Wert auch machen.

Relevante Werte Ihrer Zukunft

Welche Werte sind für Sie in Zukunft relevant? Vielleicht helfen die Namen der Göttinnen und Götter, denen diese Pyramide gewidmet ist, bei der Auswahl.

Wie weit gelingt Ihnen die Umsetzung davon? Einschätzung auf einer Skala von eins (praktisch nicht) bis zehn (in allen Situationen, die mir begegnen). Was müssten Sie tun, damit Sie zum Beispiel von Vier auf die nächste Stufe fünf kommen?

Malen Sie sich oder bauen Sie sich aus Naturmaterialien ein Symbol, das zu den von Ihnen ausgewählten relevanten Werten und Göttinnen und Göttern, denen Sie begegnet sind,

passt. Vielleicht lässt sich davon ein Leitsatz oder ein Motto ableiten, Worte, die Sie nebst dem Symbol immer wieder an die Umsetzung und an Ihre Verbindung zum entsprechenden Gott oder Göttin in ihrer Rolle als stellvertretende Werte erinnert.

Literatur

Bauer, Joachim: Das kooperative Gen, Evolution als kreativer Prozess, Wilhelm Heyne Verlag, München, 2010

Bauer, Joachim: Selbststeuerung, Die Wiederentdeckung des freien Willens, Karl Blessing Verlag München, 1. Auflage 2015

Dalai Lama, Franz Alt: Der Appel des Dalai Lama an die Welt, Ethik ist wichtiger als Religion, Red Bull Media House GmbH, Wals bei Salzburg, 16. Auflage 2017

Dalai Lama mit Sofia Stril-Rever: Der neue Appell des Dalai Lama an die Welt, Seid Rebellen des Friedens, Red Bull Media House GmbH, Wals bei Salzburg, 3. Auflage 2019

Gerald Hüther: Etwas mehr Hirn, bitte. Eine Einladung zur Wiederentdeckung der Freude am eigenen Denken und der Lust am gemeinsamen Gestalten, Vandenhoeck & Ruprecht, 2015