

# **Kabbala und Integrative Prozessbegleitung**

## **Berührungspunkte**

**Abschlussarbeit zur Zertifizierung in der Integrativen Prozessbegleitung**

**von Erika von Möllendorff**

**November 2008**

# Kabbala und Integrative Prozess-Begleitung

## Berührungspunkte

Warum habe ich mich entschieden, dieses Thema zu wählen?

2006 habe ich an einer Ausbildung mit dem Thema „Ausstieg aus der Matrix - Kabbalistische Psychologie“ teilgenommen, bei Sylvia Hiener in Stühlingen. Dadurch habe ich einen - zugegebenermaßen winzigen - Einblick in die Kabbala bekommen. Jedoch lässt mich diese seitdem nicht mehr los.

Vieles, was während der IPB - Ausbildung angesprochen wurde, erinnerte mich immer wieder an Themen der Kabbala. Deshalb wage ich diesen Versuch einer schriftlichen Annäherung. Für mich bedeutet die Integrative Prozessbegleitung eine in sich logische Folge dessen, was ich in der Kabbala - Ausbildung gelernt habe. Ich verstehe meine Ausführungen als eine Art Erfahrungsbericht.

Ich möchte mit Nachdruck betonen, dass es sich natürlich nur um den Versuch einer Annäherung handeln kann. Denn ich bin mir bewusst, dass ich nach 3 Seminaren und dem Lesen einiger weniger Bücher nur sehr wenig von der Kabbala wissen und verstehen kann. Berufene haben ihr ganzes Leben mit ihrem Studium verbracht!

Und es sollte auch klar sein, dass es hier im Wesentlichen nicht um das praktische Vorgehen bei der IPB - Arbeit geht (also nicht um die Methode, *Skills*), sondern um den philosophischen Hintergrund, unsere Einstellung uns und dem anderen Menschen gegenüber, und damit mehr um den *Metaskill*-Bereich.

Dem eigentlichen Thema stelle ich im Folgenden - auszugsweise - die Geschichte und Entwicklung der Kabbala voran. Die Informationen dazu stammen hauptsächlich aus dem oben erwähnten Seminar, aus Inhalten von Internet-Seiten zur Kabbala (1, siehe Literatur-Liste) sowie hauptsächlich dem Buch: Die Macht der Kabbala von Yehuda Berg (2). Zitate werden *schräggestellt*.

Unter Kabbala versteht man ganz allgemein die mystische Tradition des Judentums. Eine mystische Tradition gibt es ja auch in anderen Religionen, so auch im Christentum (Meister Eckehard, Thomas von Aquin u.a.). In der Mystik geht es im weitesten Sinne um die direkte Begegnung der Seele mit Gott - oder dem höchsten Wesen, wie es jeder für sich verstehen mag. Aber ganz sicher kann man die Kabbala nicht auf die Mystik beschränken, sondern sie umfasst Religion, Magie, Astrologie, Wissenschaft und vieles mehr, auch das ganz normale Leben. Die Bezeichnung Kabbala (auch Kabbalah) kommt aus dem Hebräischen und bedeutet Überlieferung, Übernahme und Weiterleitung, auch Empfang(en). Es geht um die Überlieferung von Texten, auch von mündlicher Tradition - woran das Judentum reich ist. Und es geht auch um die Überlieferung von etwas ganz besonderem, nämlich von Anleitungen, wie ein Heiliger Text zu lesen ist.

Dazu müssen wir zunächst einen wirklich nur ganz rudimentären Exkurs zum Hebräischen Alphabet machen. Dieses Alphabet besteht aus 22 Buchstaben, und das sind nur die Konsonanten. Für die Vokale gibt es keine Buchstaben, jedenfalls nicht in der alten Schrift, z. B. der Tora, der Heiligen Schriftrolle für den Jüdischen Gottesdienst. Anstelle der Vokale gibt es Punkte, die jeder theoretisch so setzen kann, wie er will. Und hier wird es wirklich interessant, wenn man an die Heiligen Bücher denkt. Ich zitiere (3): *Wenn dieses Einsetzen der Vokale wohl auch nicht immer ohne priesterliche Hilfe bei dem Volk vor sich ging, so war doch die Möglichkeit gegeben, dass dieser oder jener mehr oder weniger helle Kopf Dinge aus dem Text herauslesen konnte, die geeignet waren, irgendwelche unerwünschten Verwirrungen anzustiften. Um dies fürderhin zu verhindern, brachte es zwischen 600 bis 800 n. Chr. eine Vereinigung von Sachverständigen dahin, dass die Vokale durch bestimmte Zeichen, die „masoretischen Punkte“ genannt, an denen von ihnen festgelegten Stellen der Heiligen Schrift ein für alle Mal - für die große Menge - eingesetzt wurden. Nebenher aber wurde (- und wird -) nach wie vor die „Überlieferung“, wie nämlich die Vokale nach geheimen Regeln auch an bestimmten anderen Stellen einzusetzen sind, eifrig gehegt, von eingeweihten Rabbinern und Schriftgelehrten.*

Und so entstanden z.B. die „Fünf Bücher Mose“ unseres „Alten Testaments“, die identisch sind mit der Tora. Für letztere besteht immer noch die Vorschrift, dass sie mit der Hand beschrieben werden muss. Es heißt: ein Buchstabe zu viel, zu wenig oder falsch geschrieben, macht die ganze Rolle wertlos! Um das zu verstehen, ist es wichtig zu wissen, dass jeder hebräische Buchstabe sich nicht auf die Bedeutung des Buchstaben allein beschränkt, sondern „noch eine ganze Welt in sich trägt“. Formal vertritt jeder der 22 Buchstaben drei Begriffe:

1. einen Buchstaben, d.h. eine Hieroglyphe
2. eine Zahl
3. eine Idee (4)

## **Geschichte der Kabbala**

Die erste allgemein bekannte überlieferte Schrift der Kabbala, das Buch der Formung oder der Schöpfung wird dem Erzvater Abraham zugeschrieben. Dabei wurde vermutlich sein Wissen - und wohl auch solches aus vor-Abrahamischer Zeit - erst von Späteren schriftlich niedergelegt. Das geschah schätzungsweise vor mehr als 4000 Jahren. Das Buch beinhaltet eine Darlegung von 10 Zahlen, von 32 verborgenen Bahnen der Weisheit, von 22 Grundbuchstaben und ihre Bedeutung, allerdings nur mit sehr spärlichen Erklärungen (5). Zur erweiterten Bedeutung dieser Zahlen/Bahnen/Buchstaben-Kombination gab es dann in der Nachfolge unzählige Auslegungen. Bis in die heutige Literatur findet man den „Baum der Kabbala“, den sog. „Lebensbaum“, bestehend aus den 10 „Sephira“ (= Zahlen/Lichter/ Gefäße), unter unendlich vielen verschiedenen Aspekten wieder. Später erhielt dann Moses auf dem Berg Sinai - unter anderem – die Tafeln mit den Zehn Geboten. Dazu Y. Berg: *In Wahrheit ist diese Geschichte eine Schlüsselbotschaft, die ganz und gar nichts mit der wörtlichen Bedeutung der biblischen*

*Verse zu tun hat. Vielleicht liegt das häufigste Missverständnis im Konzept der 10 Gebote selbst! Gott gebietet weder noch diktiert er. Er straft und belohnt nicht. Der Begriff „Zehn Gebote“ ist ein Code für die 10 Sephirot. Moses verschlüsselte dieses kabbalistische Wissen in der Geheimsprache von Metapher und Parabel und schrieb es in den allseits bekannten Fünf Büchern Moses (Tora) bzw. der Bibel nieder. Die wirklichen Geheimnisse aber blieben verborgen und wurden nur von wenigen Auserwählten Nachfahren in jeder nachfolgenden Generation mündlich überliefert. Wie aus Kreisen von Gelehrten und Biographen der Antike bekannt ist, hatten Pythagoras, Platon und Aristoteles Zugang zu diesem Wissensschatz. Sie nutzten sie als Grundlage ihrer eigenen Philosophien.*

*Während all diese großen Denker der Geschichte nur begrenzten Zugang zu diesem Wissensschatz hatten, musste auf die Zeit der größten Kabbalisten aller Epochen gewartet werden, bis die komplette Kabbala in schriftlicher Form präsentiert werden konnte. Nämlich: Rabbi Simeon bar Jochai (um 160 v. Chr.) von röm. Imperatoren zum Tode verurteilt. So gezwungen, sich während der folgenden 13 Jahre in einer Höhle zu verstecken trug er den gesamten Wissensschatz über die Kabbala zusammen und legte ihn im Sohar, einem tiefgründigen spirituellen Werk, das alle in dem Buch der Formung enthaltenen Geheimnisse offenbart, schriftlich nieder.*

*...bar Jochai sagte voraus, dass eines Tages selbst ein 6-jähriges Kind Zugang zum spirituellen Wissen der Kabbala haben könnte. Doch bis dahin müssten die Original-Handschriften des Sohar unter Verschluss bleiben. Erst der Kabbalist und Rabbiner Isaak Luria, mit Beinamen Ari (1534 - 1572), deckte die Komplexität des Sohar Schicht für Schicht auf. Aris Lehren wurden zur maßgeblichen Schule kabbalistischen Gedankenguts. Bald schon übersetzten christliche Gelehrte seine Schriften ins Lateinische, sodass das darin enthaltene kabbalistische Wissen Einfluss auf die größten Denker der Renaissance nehmen konnte.*

*Zu diesen Übertragungen ins „Abendländische“ ist zu bemerken, dass hierbei - und auch später - viele falsche bzw. missverständene Übertragungen stattfanden bis hin zu absichtlich falschen „Beratungen“ durch Kabbala - Kundige, um die Geheimnisse zu wahren. Vielfach wurde die Kabbala geradezu verteufelt, weil mit dem Wissen Zauberei betrieben werden könnte.*

*Im 17. Jahrhundert, einer Zeit einer Explosion wissenschaftlichen Fortschrittes hatten einige der Wissenschaftler und Mathematiker Kontakt zu kabbalistischem Wissen, so auch Leibniz und Newton. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts hat der Kabbalist Rav Yehuda Ashlag die Schriften des Ari und die Texte des Sohar zu entschlüsseln begonnen. Von dieser Zeit an bedurfte es nicht mehr des Genius eines Newton oder Platon, um die Ehrfurcht gebietenden Geheimnisse zu entschlüsseln. Diese Tatsache gefiel übrigens gewissen religiösen Gruppen überhaupt nicht.*

*Ashlag's Schüler war Rav Brandwein, dessen Schüler Rav Berg, der Vater von Yehuda Berg. Rav Berg und seine Frau Karen(!) brachen mit der zweitausendjährigen Tradition und dem religiösen Dogma, indem sie allen ernsthaft Interessierten - d.h. Männern jeden Alters (also ab 6 Jahren, nicht erst ab 40 Jahren /gebildet/verheiratet wie bisher) und Frauen! das Wissen und die Weisheit der Kabbala zugänglich machten. Auch sie mussten Attacken radikaler Fanatiker hinnehmen.*

Ihre Veröffentlichungen werden teilweise geringschätzig als Pop - Kabbala hingestellt, - sicher nicht nur, weil sich einige Pop-Stars dazu bekennen. Heute kann sich jeder, allein auf verschiedenen Websites im Internet über die Kabbala - weitestgehend - kundig machen.

Vielleicht fragt sich der Leser an dieser Stelle, warum er mit diesem ganzen komplizierten und auch geschichtlichen Wust konfrontiert wird. Mir ist es einfach wichtig, etwas von dieser - wie ich meine - sensationellen geschichtlichen Entwicklung, Verbergung, Verunglimpfung, Verteufelung und Wieder-, Ent- und Aufdeckung unserer menschlichen Ur-Weisheiten „rüberzubringen“.

Nach Y. Berg: *...hat der Sohar selbst bereits davor gewarnt, dass die „jeweils herrschende religiöse Autorität“ immer versuchen würde, die Menschen davon abzuhalten, die ihnen rechtmäßig zustehende spirituelle Macht einzufordern. Sie fürchte(n) die universale Weisheit der Kabbala, weil sie den Einzelnen ermächtigt und befähigt, sich direkt mit dem unermesslichen und grenzenlosen LICHT der Schöpfung zu verbinden...*

Und damit sind wir doch schon mittendrin in der Thematik der Integrativen Prozessbegleitung!

Da ich keine Kabbala-Kundige bin, musste ich mich entschließen, bestimmten Aussagen zu vertrauen. Ich habe mich entschlossen, aufgrund der Unterweisungen durch Sylvia Hiener, unterstützt durch - allgemein gesprochen - meinem „Bauchgefühl“, bzw. in IPB-Terminologie: durch meine Intuition, den Informationen von Y. Berg - zu großen Teilen - zu vertrauen. Er stützt sich voll auf die Kabbala von Luria. Meine Einschränkung muss ich natürlich erklären: bei allem was ich lese, versuche ich für mich ganz persönlich zu klären, ob es sich für mich „stimmig“ anfühlt, d.h. für mich „Ur-Weisheit“ ist und nicht zu sehr historisch-religiös „ummantelt“ wurde. Natürlich war für mich sehr hilfreich, dass nach Y. Berg das erste von wichtigen 13 spirituellen Prinzipien der Kabbala heißt:

***Glauben Sie kein einziges Wort von dem, was sie lesen! Probieren sie jede Lektion in der Praxis aus.***

Die übrigen 12 der von Y. Berg angeführten 13 Prinzipien der Kabbala möchte ich beispielhaft aus der Vielfalt der Kabbala-Themen auführen und einige wenige von ihnen einigen Prinzipien gegenüber stellen, die wir im Rahmen der IPB-Ausbildung kennengelernt haben. Diese wenigen Themen kann ich im Rahmen dieser Arbeit auch nur bruchstückhaft besprechen. Darüberhinaus spare ich auch einige Kabbala -Themen bewusst aus, weil eine Diskussion über sie allein schon ganze Bücher füllen könnte.

**Prinzip Nr. 2: Es gibt 2 fundamentale Wirklichkeiten:  
Unsere 1-Prozent-Welt der Dunkelheit und das 99-Prozent-Reich des LICHTS!**

Y. Berg: *Nach der Kabbala teilt ein Vorhang unsere Wirklichkeit in zwei Reiche, von denen das eine 1 Prozent und das andere 99 Prozent ausmacht. Das eine umfasst unsere physische Welt, doch es stellt nur einen Bruchteil der gesamten Schöpfung dar. Denn es*

bezieht sich lediglich auf das, was wir mit unseren fünf Sinnen wahrnehmen - was wir also riechen, schmecken, tasten, sehen und hören können. Auf der anderen Seite des Vorhangs befinden sich die 99 Prozent, also der Hauptanteil der Wirklichkeit. Dieser ist letzten Endes weitaus wichtiger. Nach der Kabbala ist das 99-Prozent-Reich der Quell aller dauerhaften Erfüllung. Das gesamte Wissen, die Weisheit und die Freude wohnen in diesem Reich. Das ist die Sphäre, die die Kabbalisten "LICHT" nennen.

Die 1-Prozent-Realität ist die Welt der fünf Sinne. Es ist ein Reich des Chaos, in dem:

- wir auf die äußeren Ereignisse reagieren
- Erfüllung etwas Vorübergehendes und Flüchtiges ist
- wir uns mit Auswirkungen, Symptomen und Reaktionen beschäftigen
- wir Opfer sind, die aufgrund von Handlungen anderer beziehungsweise von äußeren Umständen leiden
- es keine Hoffnung auf dauerhafte und positive Veränderungen zu geben scheint, denn jeder eingetretene Wandel ist nur vorübergehend und deshalb illusorisch
- die Mehrzahl unserer Wünsche unerfüllt bleibt

Die 99-Prozent-Realität liegt jenseits aller menschlichen Wahrnehmung, sie umfasst:

- eine Welt der absoluten Ordnung, der Vollkommenheit und des spirituellen Lichts
- ein Reich der Aktion und nicht der Reaktion auf äußere Ereignisse
- die Quelle, den Samen und den verborgenen Ursprung der physischen Welt
- eine Welt der totalen Erfüllung, des grenzenlosen Wissens und der unendlichen Freude
- eine Dimension, in der wir positive, dauerhafte Veränderung und langfristigen Wandel bewirken können, was sich wiederum in unserer 1-Prozent-Welt manifestiert.

Schon diese wenigen Aussagen machen deutlich, dass die 1%-Realität mit der Konsensus-Realität und die 99%-Realität mit der Non-Konsensus-Realität übereinstimmen, die wir in der IPB-Ausbildung kennengelernt haben.

Die Konsensus-Realität der IPB (die angenommene Realität, auch Tonal der Schamanen oder Explizite Ordnung nach David Bohm) entspricht dem Teil, dem Ausschnitt aus der Wirklichkeit, den wir mit unseren 5 Sinnen wahrnehmen können. Über die Sicht dieses Teils, d.h. über unsere alltägliche und einzige Realität (die wir mit der Primären Aufmerksamkeit wahrnehmen), besteht Konsens zwischen uns und unseren Mitmenschen. In der Konsensus-Realität geht es primär um das Überleben.

Die Non-Konsensus-Realität (das Nagual der Schamanen / auch Essenzebene oder implizite Ordnung / von außen als Chaos wahrnehmbar) der Integrativen Prozessbegleitung ist nur mit der Sekundären Aufmerksamkeit (also nicht mit dem Verstand) zu erfassen und ohne Limitierung. Hier dreht sich primär um Qualität um Vollständigkeit und Kontakt. Und es dreht sich um das "Nicht-Ich".

### **Prinzip Nr. 3: Alles, was sich ein Mensch wirklich vom Leben wünscht, ist spirituelles LICHT!**

Den Begriff LICHT haben wir schon kennengelernt. Weitere Aspekte davon greife ich aus dem Buch von Y. Berg heraus: *Oberstes Ziel unserer Wünsche ist die immer währende Glückseligkeit, Streben nach unablässigem Glück das große einende Band der Menschheit. All die Objekte unserer Begierde unterscheiden sich allerdings nur durch eine andere Verpackung. Gemeinsam ist ihnen, das sie das sind, was uns antreibt und unser Leben gestaltet. Die Kabbala fasst diese unterschiedlichen "Erfüllungspakete" in einem Wort zusammen: LICHT. Der Begriff LICHT ist ein Schlüsselwort, eine Metapher, um das breite Spektrum an Wünschen, das sich die Menschheit zu erfüllen sucht, sprachlich zu transportieren. Dem LICHT ist auch jene Kraft zueigen, die wir Intuition nennen: das Band, das eine Beziehung zusammenhält und stark macht; der Zauber, der die richtigen Menschen und die passenden Gelegenheiten in unserem Leben anzieht; die Energie, die eine Schnittwunde am Arm heilen lässt; die Kraft, die unser Immunsystem aktiviert; der Geist in unserem Inneren, der die Hoffnung in uns erweckt; der Treibstoff für unsere Selbstmotivation; das anhaltende Glück und der beständige Begeisterungsfluss für alles Lebendige. All das und noch viel, viel mehr ist es, was die kabbalistische Definition von LICHT ausmacht.*

*Dieses LICHT gibt es überall auf der Welt. Es ist das größte Allgemeingut in unserem Universum. Es erfüllt den Kosmos und durchdringt unsere Welt. Es ist unermesslich, grenzenlos und immerzu bereit, mehr Fülle zu schenken, als wir uns vorstellen können.*

*Die Hauptattribute des LICHTS sind:*

*Ursache sein  
Schöpfer sein  
Selbstbestimmt sein  
Andere teilhaben lassen.*

*Sie wurden uns in die Wiege gelegt, sie müssen wir in dieser Welt zum Ausdruck bringen.*

Auch diese Ausführungen entsprechen im weitesten Sinne dem Verständnis der Integrativen Prozessbegleitung was die Ausrichtung bzw. Sinnhaftigkeit des Lebens ausmacht, auch wenn der Begriff LICHT nicht in der Form gebräuchlich ist.

Auf die „Hauptattribute“ des Lichts möchte ich noch einmal im Einzelnen eingehen:

#### ***Ursache/Schöpfer/selbstbestimmt sein:***

Hier wird eine der wichtigsten Grundlagen des IPB-Gedankengebäudes bestätigt. In mühevolem Ringen und vielen Rückschritten in den Zweifel haben wir während der IPB - Ausbildung versucht, uns der Erkenntnis anzunähern, dass jeder seine Wirklichkeit und seine Welt aktiv selber (er)schafft. In der Kabbala wird übrigens auch dargelegt, wie der Mensch überhaupt zu dieser Rolle, selber Schöpfer zu sein, kam. Danach hat er sie sich selbst gewählt.

**„Andere teilhaben lassen“:**

Das bedeutet auch zu erleben, dass Geben gleichermaßen Empfangen bedeutet, dass Liebe, je mehr man von ihr gibt, umso mehr zunimmt und wächst. Das bedeutet auch - nach Kabbala und IPB gleichermaßen - dass alles und alle miteinander im Zusammenhang stehen, dass wir nur glücklich sein können, wenn wir letzteres wahrnehmen, akzeptieren, wertschätzen und danach handeln.

Diese Hauptattribute sind gleichbedeutend mit dem proaktiv-sein (siehe Prinzip Nr. 4) und sie „wurden uns in die Wiege gelegt“ - mit dem Eintritt in unser irdisches Dasein. So stellt es sich für uns in unserer Alltags-Realität dar, denn eigentlich haben wir sie ja mitgebracht. Das aber bleibt für uns „verschleiert“. Nach der Kabbala sind es wirklich 10 Schleier, die uns den klaren Blick in die 99%-Realität versperren. Auch die weitere Diskussion dieses Themas würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Hier ginge es unter anderem darum, wie, wodurch, bzw. durch wen diese Schleier „induziert“ werden, und auch um den schon zitierten „Lebensbaum“ mit den 10 Sephiroth.

In der IPB-Ausbildung haben wir eine andere Variante des „In-die Wiege-gelegt“ kennengelernt. Danach kommen wir mit allen Möglichkeiten des „Schöpferseins“ in die Welt. Um aber von unseren Lieben, unseren Mitmenschen geliebt zu werden, um „dazu zu gehören“, um zu überleben, haben wir nach und nach unsere Freiheit zum Schöpfer-Sein-Können und unser Wissen darum aufgegeben und ins Unwissen bzw. Unterbewusstsein verdrängt. Um uns vor weiteren Verletzungen zu schützen, haben wir uns „Anschauungen“ kreiert und sie an die Stelle des Ur-Wissens gesetzt. Diese lassen wir nun unser Leben bestimmen - statt es selber zu tun.

Ich habe in meinem Verständnis kein Problem damit, die „Anschauungen“ oder auch Glaubenssätze mit den „Schleiern“ zu vergleichen. Und ich würde die „Wiege“ auch nicht allein dem Eintritt in die Welt zuordnen, sondern eher der Lebensperiode der „ersten 7 Jahre“, in denen nach verschiedenen Überlieferungen Kinder „noch Anschluss an den Himmel“ haben sollen, den sie dann nach und nach verlieren - indem sie eben immer mehr in die Konsensus-Realität eintreten.

**„Sie... die Hauptattribute... müssen wir in der Welt zum Ausdruck bringen“**

Hier weist die Kabbala darauf hin, dass der Mensch aufgefordert ist sich zu entwickeln, ja, dass dies die Hauptaufgabe des Menschen überhaupt in seinem Erdenleben sei. Ein Gedankengang, der uns aus der IPB nur allzu vertraut ist. Wir erinnern uns auch an die Aufforderung zur Entwicklung, der Individuation nach C.G. Jung.

Hierzu passt auch Folgendes aus „Kabbala-ein-Benutzerhandbuch“ (6):  
*Obwohl wir uns oft als isolierte Individuen empfinden und eine Welt voller Spaltungen und Teilungen sehen, sagen Kabbalisten, dass wir alle untereinander verbunden und wechselseitig voneinander abhängig sind. Ähnlich wie die Zellen eines lebenden Körpers, sind wir alle Teile einer einzigen Entität, genannt die „kollektive Seele“. Unsere individuellen Seelen sind aneinander gebunden anhand einer höheren Kraft, die allein beschrieben werden kann mit den Eigenschaften „vollständig“, „bedingungslose Liebe“ und „Geben“.*

*Diese Kraft verbindet nicht nur uns zusammen, sondern alle anderen Teile der Schöpfung genauso - es ist die alles einbeziehende Kraft der Natur, „der Schöpfer“.  
Menschen, welche die Fähigkeit entwickelt haben, diese Kraft sowie die kollektive menschliche Seele wahrzunehmen, werden „Kabbalisten“ genannt. Sie erklären, dass die Fähigkeit in jedem von uns vorhanden ist, jedoch solange schlummert, bis wir sie entwickeln. Aus ihrer Perspektive ist es evident, dass in der kommenden Phase der menschlichen Evolution alle Menschen entdecken werden, dass sie vereinigt sind, und sie sich mit dieser Höheren Kraft, die vereinigt, verbinden werden und dadurch wahres Glück finden.*

#### **Prinzip Nr. 4: Der Sinn des Lebens ist die spirituelle Transformation vom Reaktiv- zum Proaktiv – Sein!**

Die Hauptattribute des Lichts, die im vorigen Abschnitt aufgezählt wurden, kann man mit einem direkt auf das menschliche Verhalten bezogenen Adjektiv zusammenfassen: Sie sind proaktiv.

Reaktiv dagegen bedeutet: *Wirkung sein, geschaffenes Wesen sein, fremdbestimmt sein, empfangen. Wenn wir auf irgendwelche äußeren Umstände und Ereignisse in unserem Leben reagieren, sind wir lediglich Wirkung und nicht Ursache; wir sind reaktiv, nicht proaktiv. Leben wir unser Leben ohne persönliches Wachstum oder individuelle Wesensveränderung, schaffen wir für uns selbst keine neuen spirituellen Ebenen des Seins. Lassen wir zu, dass äußere Kräfte - positive oder negative - unsere Gefühle beeinflussen, sind wir nicht selbstbestimmt, sondern haben die Kontrolle abgegeben. Wenn wir egozentrisches oder selbstsüchtiges Verhalten an den Tag legen, lassen wir andere nicht teilhaben, sondern empfangen Genugtuung für unser Ego.*

Ein paar praktische Beispiele aus dem Kabbala-Buch von Y. Berg:  
*Wenn Sie demnächst wieder einmal in der langen Schlange vor dem Geldautomaten bzw. der Supermarktkasse anstehen oder im Verkehrsstau stehen, widerstehen Sie Ihrem Drang zu reagieren. Lassen Sie sich nicht frustrieren, werden Sie nicht ungeduldig, regen Sie sich nicht auf. Die Schlange ist dazu da, Sie auf die Probe zu stellen und Ihnen eine Chance zu geben, dass Sie nicht reagieren. Reagieren Sie trotzdem, kontrollieren die Umstände Sie und werden damit zur Ursache und Sie zur Wirkung.*

*Ihr Nichtreagieren auf lange Supermarktschlangen, auf Verkehrsrowdys, die Sie auf der Autobahn schneiden, oder auf den Schwager, der Sie ständig verärgert, hat nichts mit Höflichkeit zu tun - das sollten Sie sich immer vor Augen führen. Es hat auch nichts mit guten Sitten, mit Ethik oder sonstigen altruistischen Prinzipien zu tun. Es hat etwas mit Ihnen selbst zu tun, mit dem Leitsatz „Was ist da für mich drin?“  
Moralisches Verhalten hat, wie die Geschichte lehrt, noch nie zu Frieden und Einigkeit geführt. Moralität mag zwar ein hehres Konzept sein, aber sie vermag nicht die animale Natur des Menschen zu verändern. Sie hat es noch nie getan und wird es auch in Zukunft niemals tun. Wir sind eine Spezies von Empfängern, wie es der Satz „Was ist da für mich drin?“ so schön zum Ausdruck bringt. Und das ist völlig in Ordnung. Das war die Absicht des Schöpfers. Um überhaupt zum Handeln motiviert zu sein, muss man dafür etwas*

*bekommen. Der Sinn des Widerstands gegen die inneren Reaktivitätsmuster liegt darin, uns dem LICHT näherzubringen, auf dass wir empfangen können. Hören wir also auf, uns ständig mit uns selbst zu befassen, und gebieten wir diesem reaktiven Wunsch Einhalt - nicht weil es moralisch gut ist, sondern weil die damit einhergehende Transformation unseren Interessen dient. Jeder von uns hat das Potenzial, sein Wesen zu verändern und auf diese Weise Erfüllung in das eigene Leben zu bringen. Wenn genug Menschen dieses Ziel erreicht haben, wird die Welt von einer unvorstellbaren Fülle an LICHT durchflutet sein.*

Hier noch einmal die „Transformationsformel“ - wie sich der Wechsel von der Reaktion zur Proaktion etwa gestaltet:

1. Eine Störung tritt auf
2. Machen wir uns bewusst, dass unsere Reaktion darauf der eigentlich Feind ist - nicht die Störung
3. Schalten wir also unser reaktives System aus und lassen das Licht einströmen
4. Bringen wir unser proaktives Naturell zum Ausdruck.

Der Moment der Transformation tritt zwischen Schritt 3 und 4 ein; das heißt in dem Augenblick, in dem sich unsere Seele mit der strahlenden Dimension des LICHTS verbindet.

Es folgt also:

### **Prinzip Nr. 5: Im Moment unserer Transformation nehmen wir Kontakt zum 99-Prozent-Reich auf!**

In der IPB-Ausbildung haben wir in einem mühseligen Prozess wahrgenommen und gelernt: In der Regel reagieren wir nur entsprechend unseren erlernten und eingprägten Anschauungen. Diese haben wir in unserem bisherigen Überlebenskampf gebildet und fest in unser Glaubensgebäude eingebaut. Entsprechend handeln wir - nicht nur in schwierigen Situationen - sondern auch im täglichen Leben in der Regel unbewusst und Anschauungs-bezogen. Hier geht es um das Überleben - in der Konsensus-Realität. Im Grunde unseres spirituellen Wesens streben wir aber Qualität an. Um dorthin zu kommen - d.h. unabhängig von unseren Anschauungen zu handeln, müssten wir jeweils einen Moment innehalten und dann agieren, d. h. Kontext-bezogen handeln, d.h. auf unsere wahren Lebensziele, und nicht nur kurzfristig auf die jetzige Situation, bezogen.

Dies entspricht also voll dem Proaktiv - sein. Der Schritt vom Reagieren zum Agieren (Proaktiv-sein / Kontext-bezogen Handeln, also unserer Entwicklung dienend), d.h. die Transformation, ist aber in den meisten Fällen nicht sehr leicht. Das gestehen sowohl die Kabbala wie auch die IPB zu. Dass uns da nur allzu oft die Logik/der Kopf/das Ego einen Strich durch die Rechnung machen, wissen wir nur allzu gut. Deswegen sind Hilfsmittel/Umwege zum Umschiffen der Klippen erwünscht. Die Kabbala macht hier spezielle Hilfsangebote, die bei Prinzip Nr. 12 beschrieben werden.

Übrigens haben wir auch die Möglichkeit, ohne aktives Zutun in Kontakt zur 99%-Welt kommen, z.B. in den Einschlaf- und Aufwachphasen, in den Träumen, in Momenten höchster Freude, wenn uns das Glück „trifft“, oder wenn wir eine Eingebung haben. Denken wir auch daran, wie große Künstler ihre Werke quasi von der Intuition eingegeben bekommen haben.

Auch darin besteht Übereinstimmung zwischen Kabbala und der Sichtweise der IPB. Die beschriebenen Beispiele geschehen alle in Momenten, in denen die „Sekundäre Aufmerksamkeit“ (= Innere Achtsamkeit) die „Primäre Aufmerksamkeit“ (= unser Alltagsbewusstsein) beiseite schiebt.

In der Integrativen Prozessbegleitung in Bezug auf die Begleitung von Menschen nutzen wir nun hauptsächlich eine weitere Möglichkeit, diesen Wechsel der Aufmerksamkeit zu erreichen, nämlich eine „beabsichtigte“ Kontakt - Aufnahme zur Non-Konsensus-Realität (zur 99%-Welt). Dazu wird der Klient (der begleitete Mensch) durch den Begleiter mittels bestimmter Techniken in die Innere Achtsamkeit „geleitet“, also in eine andere Bewusstseins-ebene. Von großer Wichtigkeit ist bei diesem Vorgehen die Grundeinstellung (die innere Haltung) des Begleiters, das Wissen darum, dass jeder Mensch in seinem Innersten vollkommen und heil ist. Dass er alle Möglichkeiten, alles Wissen zu seiner Entwicklung zur Verfügung hat, alles Potenzial, das er braucht, um Schöpfer zu sein.

In dieser Einstellung zum Menschen besteht also kein Unterschied zwischen der Integrativen Prozessbegleitung und der Kabbala. Die IPB nutzt beim Begleiten das Wissen, die Erfahrung vieler Menschen und Methoden. Näheres dazu kann sich der hieran Interessierte auf der IPB-Website erschließen (7).

Bei einer solchen Begegnung zwischen dem Klienten und einem Integrativen Prozessbegleiter (der weiß, dass allein der Klient weiß, was für ihn richtig ist) wird eine „Transformation“ angeboten, aber nicht erzwungen. D.h. potentiell kann es durch diese Begegnung (oder auch danach) geschehen, dass eine auf dieser Bewusstseins-ebene auftauchende „Erkenntnis“ integriert wird und damit Entwicklung leicht und natürlich stattfindet, sodass der Klient auch im normalen Wachbewusstsein einen größeren Freiheitsradius erlangt, der es ihm erlaubt, eine Stufe mehr zu agieren, statt nur zu reagieren. Grundsätzlich sind also gemäß Kabbala und IPB Transformation, Bewusstseins- und Entwicklungsförderung gleichermaßen das Ziel respektive der Weg, auch wenn sich die Bezeichnungen und das Vorgehen unterscheiden.

### **Prinzip Nr. 6: Auf gar keinen Fall anderen Menschen oder äußeren Ereignissen die Schuld für irgendetwas zuweisen!**

Auch hier haben wir die Übereinstimmung mit der IPB - Philosophie. Denn wir haben gelernt, dass wir allein unsere Realität erschaffen. Weitere Aussagen hierzu finden sich bei den Prinzipien Nr. 9 und 10.

**Prinzip Nr. 7: Widerstehen wir unserem reaktiven Impuls, rufen wir dauerhaftes LICHT hervor!**

Das erklärt sich gut aus dem bisher Gelesenen.

**Prinzip Nr. 8: Reaktives Verhalten erzeugt intensive Lichtfunken, hat aber letztlich Dunkelheit zur Folge!**

Ich erlaube mir, auf diese Aussage hier nicht näher einzugehen. Hier wären weitere Ausführungen angebracht.

**Prinzip Nr. 9: Hindernisse sind unsere Chance, uns mit dem LICHT zu verbinden! und**

**Prinzip Nr. 10: Je größer das Hindernis, desto mehr potentiell LICHT!**

Es bietet sich an, diese beiden Sätze zusammen zu betrachten. In der Integrativen Prozessbegleitung sind diese beiden Feststellungen ein wichtiges Thema (immer vorausgesetzt, dass wir unter LICHT all das verstehen, was im Kontext zu Entwicklung steht).

Kabbala: Je größer das Problem, desto stärker der Drang zu reagieren.

IPB: Je größer das Problem, desto stärker die Neigung, gemäß unseren Anschauungen zu reagieren.

Kabbala: Je stärker unsere Reaktion, desto mehr Widerstand müssen wir aufbringen, um sie zu unterbinden.

IPB: Je stärker unsere Reaktion, desto mehr Arbeit an den Anschauungen (die wir uns selbst aus Überlebensgründen gebildet haben) müssen wir aufwenden.

Kabbala: Je mehr Widerstand wir leisten, desto mehr spirituelles LICHT erfüllt unser Leben.

IPB: Je mehr Arbeit an unseren Barrieren wir aufwenden (die wir selbst gesetzt haben, um nicht mit traumatischen Erlebnissen in Kontakt zu kommen), desto mehr entwickeln wir uns. Und eins ist besonders wichtig: mein Problem, mein Konflikt, meine Barriere kann mein größter Freund, mein Verbündeter sein! Da mich die Auseinandersetzung damit direkt in die Entwicklung führt. Dabei wird der hier gewählte recht trockene Begriff „Arbeit“ dem Vorgehen in der IPB natürlich keineswegs gerecht; er muss wesentlich umfassender definiert werden.

**Prinzip Nr. 11: Wenn Herausforderungen übergroß und mächtig erscheinen, ist innere Gewissheit gefragt. Das LICHT ist immer da!**

Diese Aussage brauche ich wohl nach dem bisher Gelesenen nicht mehr besonders zu kommentieren. In IPB haben wir gelernt: das Universum meint es immer gut mit uns. Es ist an ganz grundlegend an unserer Entwicklung interessiert.

## **Prinzip Nr. 12: Der wahre innere Wandel wird durch die DNA-Kraft der hebräischen Buchstaben hervorgerufen!**

Hier regt sich vermutlich ein Einwand beim Leser. Da soll ich also über diese Buchstaben zu meinem Heil kommen? Was unterscheidet das denn von den Aussagen in anderen Religionen, man könne nicht ohne den oder das zum Heil kommen? Schauen wir uns dazu die hebräischen Buchstaben noch einmal näher an. Wir haben ja schon Erstaunliches über ihre vielfältigen Bedeutungen gehört. Oben hatte ich geschrieben: dass jeder sie „noch eine ganze Welt in sich trägt“. Das klingt recht hochtrabend.

An verschiedenen Stellen wird gesagt: die hebräischen Buchstaben existierten bereits vor der Erschaffung unseres Universums - und letzteres habe sich sogar aus ihnen entwickelt. Damals können sie logischerweise noch nicht dem Hebräischen zugeordnet und eigentlich auch noch nicht in ihrer geschriebenen Form vorhanden gewesen sein - aber doch als Frequenzmuster! Das hebräische Wort für Buchstabe bedeutet "Puls" oder „Schwingung“. Im „Buch der Formung“, das wir schon kennengelernt haben, heißt es dazu: *„Zweiundzwanzig Grundbuchstaben: Er prägte sie, er meißelte sie in Stein, er stellte sie um, er gewichtete sie, er transformierte sie, und mit ihnen stellte er all das dar, was geformt war und je geformt werden würde“* (zitiert nach Y. Berg ).

Es ist faszinierend zu erkennen, wie in diesen Schriften der Urweisheit klar beschrieben ist, dass alles mit allem zusammenhängt - wie wir es in der IPB-Ausbildung fortwährend erfahren. Und was könn(t)en wir weiter mit diesen Buchstaben bzw. mit der „DNA der Seele“, wie sie von modernen Kabbalisten auch genannt werden, in der IPB anfangen? Y. Berg weist darauf hin, dass die Aufgabe, vom reaktiven Handeln zum konsequenten pro-aktiven Handeln zu kommen, unglaublich schwer sei.

Die Erkenntnis, wie schwer dies auf der rationalen Ebene allein geht, ist uns aus der IPB-Ausbildung wohl vertraut. - Einmal das Studieren der Kabbala und aber auch speziell die hebräischen Buchstaben stehen hier als Hilfe zur Verfügung. Allein das Lesen bzw. allein das Ansehen, auch ohne dass man etwas versteht! (= Scannen) von bestimmten Buchstaben (oder aber Texten) und noch mehr das Meditieren darüber kann die spirituelle Transformation bahnen. Und das dürfte unserem „IPB -Verständnis“ nun nicht mehr so fern liegen, auch wenn uns die hebräischen Buchstaben etwas fremd sind.

Nach meinem Verständnis müssen wir das Nutzen dieser Buchstaben in der oben beschriebenen Weise nicht einseitig wörtlich nehmen. Wir können darüber philosophieren, ob wir etwas grundsätzlich anderes tun, wenn wir uns in meditativer Weise bzw. in tiefer Innerer Achtsamkeit (= Einstieg in die Non-Konsensus-Realität) den „Informationen/Schwingungen/ lebendigen Bausteinen dieses Universums /dem Innersten, was die Welt zusammenhält“ annähern.

**Prinzip Nr. 13. Alle negativen Charakterzüge, die wir in unseren Mitmenschen sehen, sind nichts als Reflexionen unserer eigenen negativen Haltungen. Nur indem wir uns selbst korrigieren, können wir andere verändern!**

Diese Feststellung gilt gleichermaßen für Kabbala wie auch IPB. Ich muss dieses Thema nicht weiter ausführen.

### **Schlussbetrachtung**

Diese Darstellung hat - so hoffe ich - gezeigt, dass die Kabbala Wissen enthält, das uns hilft, aus der „Matrix“, d. h. aus der 1% - Welt bzw. der Konsensus - Realität auszusteigen.

Darüber hinaus gibt laut Y. Berg das Hauptbuch zur Kabbala, der Sohar, *Erläuterungen zu Ideen und Vorstellungen, die in ihrer Zeit Jahrhunderte voraus waren. In einer Epoche, in der die Wissenschaft davon ausging, dass die Erde eine Scheibe sei, stellte der Sohar unseren Planeten als Kugel da, bevölkert mit Menschen, die Tag und Nacht in verschiedenen Zeitzonen erfahren. Der Sohar beschreibt den Augenblick der Schöpfung als Urknall-Explosion. Er spricht von einem zehndimensionellen Universum. Er untersucht die Vorstellung von parallelen Universen usw.*

Es gäbe noch unendlich viele weitere Themen zu entdecken und zu diskutieren. Die Kabbala bündelt das Ur-Wissen der Menschheit, das alles enthält, was für die Entwicklung des einzelnen Menschen, der Menschheit insgesamt und des Universums wissenswert und notwendig ist. Heute steht dieses Wissen jedem, der wahrhaft wissen will, in dem Maß zur Verfügung, wie es dem Menschen in dieser Zeitepoche gemäß ist (8).

Die Kabbala gehört zu den Wurzeln des IPB - Stammbaumes.

#### **Literatur / Quellen:**

1. <http://de.wikipedia.org/wiki/Kabbala>  
Siehe dort auch Links zu deutschsprachigen Kabbala - Websites
2. Yehuda Berg - Die Macht der Kabbala. Von den Geheimnissen des Universums und der Bedeutung unserer Leben - Arkana Goldmann
3. <http://internetloge.de/etkt/etkt06.htm>
4. Erich Bischoff, Jakob Winter, August Wünsche - Die Kabbala (Voltmedia)
5. Lazarus Goldschmidt - Das Buch der Schöpfung (Aurinia)
6. [www.kabbalablog.de](http://www.kabbalablog.de)
7. Artikel von Rudolf Engemann und Website [www.integrative-prozessbegleitung.net](http://www.integrative-prozessbegleitung.net)
8. Gershom Scholem - Zur Kabbala und ihrer Symbolik (Suhrkamp)