

## Die vier Schichten des Menschen

Wir arbeiten in den Management Retreats mit einem vierschichtigen Modell des Menschseins. Es geht davon aus, dass jeder Mensch einen „Inneren Kern“ hat. Dieser ist umgeben von einer Schicht des Menschen, die man als „Persönlichkeit“ bezeichnen kann. Und diese wiederum ist unter einer äußeren Schicht verborgen, die wir „Antlitz“ nennen möchten. All dies ist durchsetzt und umgeben von einem „Feld“, das weit über die materiellen Grenzen unserer alltäglichen Sinneserfahrung hinausreicht.

Innerer Kern – Persönlichkeit – Antlitz – Feld, im Folgenden stellen wir diese verschiedenen Schichten des Menschen vor.

### Innerer Kern

Es gibt eine Mitte in uns – unser ursprüngliches Wesen - die völlig intakt und unverletzt ist. Diese unsere seelische Mitte hat unmittelbaren Zugang zu Zuständen von Frieden, Freiheit, Liebe, Wahrheit, Zuversicht, Verbundenheit und Annahme.

Dieser innere Kern, auch als das wahre Selbst oder als die Essenz bezeichnet, verfügt über ein umfassendes Verstehen, ist schöpferisch, spontan und friedfertig. In der Verbundenheit mit unserem inneren Kern, dem wahren Selbst sind wir voller Liebe, Empathie und Vergebung. Wir sind dann in dem wunderbaren Zustand, der uns befähigt, aus unserer Weisheit schöpfen zu können...<sup>1</sup>

Mit seinem Inneren Kern verbunden zu sein, ist so etwas wie nach Hause kommen. Und jeder Mensch trägt den Wunsch in sich, diesen Weg zurück nach Hause anzutreten. „Die Sehnsucht, zur wahren Natur zurückzukehren, ist ein angeborener Impuls... Je mehr wir mit uns in Kontakt sind, um so mehr fühlen wir diese angeborene Sehnsucht, zu wissen und zu sein, wer wir wirklich sind.“<sup>2</sup> Wir sehnen uns nach der Freiheit, so zu leben, wie wir leben müssten, damit unser ganzes Potenzial lebendig werden kann.

In der Regel fühlen wir uns im Laufe unseres Lebens oft entfernt von diesem inneren Kern. Er ist verdeckt worden und wird überlagert von jener Schicht, die wir Persönlichkeit nennen. Der Weg zurück nach Hause zu unserem inneren Kern ist kein Spaziergang, sondern eine abenteuerliche und herausfordernde Reise in unsere eigene Verwunschenheit.

### Persönlichkeit

Umgeben ist der innere Kern von der Schicht der Persönlichkeit, in welcher unsere Emotionalität und unser Verstand angesiedelt sind.

Im Laufe unserer kindlichen Entwicklung entwickelt sich diese Schicht aus Identifikationen, Vorstellungen von uns selbst und Erfahrungen der Vergangenheit. Im Laufe unserer individuellen Entwicklung nimmt diese „Persönlichkeit“ – und das geht ziemlich flott - den Platz unseres wahren Selbst ein.

Zugleich ist die Persönlichkeit jener Teil unseres Seins, der uns hilft, im Leben zurecht zu kommen. Sie nimmt wahr, kontrolliert, entscheidet, wählt aus, grenzt ab, bewertet und lässt zu. Diese Funktionen der Persönlichkeit wollen erlernt werden. Sie

---

<sup>1</sup> Erika Chopich, Margaret Paul, „Aussöhnung mit dem inneren Kind“

<sup>2</sup> A.H. Almaas, Essentielle Verwirklichung

wollen aber auch „gepflegt“ werden, denn die Persönlichkeit hat die Angewohnheit, sich in uns auszudehnen und jeden freien Raum zu besetzen der sich ihm bietet.

Hinzu kommen emotionale und mentale Prägungen, die erheblichen Einfluss auf unser Dasein haben. In dem Moment, wo wir in unserem Leben eine Trennung oder ein Zurückweisen, eine Verletzung, ein Versagen oder eine Ablehnung erfahren, die wir **nicht** annehmen und in unser Sein integrieren können, entstehen solche Prägungen, die ihrem Wesen nach starr sind.

Die Unfähigkeit zur Integration bestimmter Lebenserfahrungen hat zur Konsequenz, dass wir die verletzten Anteile unseres Seins aus unserem Alltagsleben abspalten. Dadurch aber entstehen Prägungen, feste emotionale Reaktionsmuster und fixe Vorstellungen in uns. Vorstellungen davon, wie wir sein müssen, um geliebt zu werden, um unverwundbar zu sein, um all das zu bekommen, wonach wir uns sehnen – Vorstellungen, die immer mehr in unsere unbewussten Schichten sinken und von dort aus subtil wirken und zwischen uns und unseren inneren Kern treten.

Die Neurologie lehrt übrigens, dass die langfristigen mentalen Konzepte, die wir haben, sich in den synaptischen Verbindungen unseres Gehirns abbilden – wir haben also fest verschaltete Denkbilder in unseren Köpfen. Man könnte auch von Einflüsterungen unseres Verstandes sprechen. Die Auflösung dieser inneren Muster macht deshalb richtig Arbeit – und: sie ist möglich!

Das Problem ist, dass uns diese Vorgänge weitestgehend nicht bewusst sind und alles, was unterschwellig bleibt, kann man nicht steuern. Was also geschieht, ist, dass wir von Aspekten unseres inneren Kerns abgetrennt werden und damit auch von seinen Qualitäten, wie beispielsweise Liebe, Selbstwert, Vertrauen, Klarheit, Lust oder Willensstärke. Es entsteht ein Mangel in uns, und unsere Versuche, diesen Mangel durch Äußeres zu füllen, sind groß, aber vergeblich.

Hinzu kommt noch die Macht unseres Verstandes, die sich verselbständigenden Gedanken. Es gehört zum Wesen unseres Bewusstseins, dass es beständig Gedanken erzeugt, wie Wellen auf dem Meer. Ein Gedanke taucht auf, erzeugt den nächsten Gedanken, dieser wiederum den nächsten und so weiter und so fort. Wenn wir diesem Spiel zu sehr folgen, entsteht ein beständiger innerer Dialog in uns und wir können zu sehr durch unseren Verstand bestimmt werden.

Dies alles – unsere steuernden Anteile, unsere Prägungen, Gefühle und der Verstand machen die Persönlichkeit aus.

### Antlitz

Nun kommt noch ein dritte Schicht hinzu. Die Erfahrungen lehrt uns, dass es riskant sein kann und sehr herausfordernd, uns in unserer Vielgestaltigkeit zu zeigen.

Wir haben schließlich erfahren und tragen Bilder in uns, was im Außen erwünscht ist und was nicht. Es gibt Anteile in uns, mit denen wir selbst nicht im Reinen sind und die wir lieber verdeckt halten.

Also geben wir uns eine Erscheinung, ein Antlitz, ein Gesicht, das nur das zeigt, was die Welt von uns sehen soll und uns so zeigt, wie wir von der Welt gesehen werden möchten. Es ist ein bisschen, wie eine Maske, die wir aufsetzen. Und je weniger wir in dem, was wir zeigen, authentisch sind, um so mehr erstarrt diese Maske.

### Der Mensch als Feld

In der Physik ist diese Begrifflichkeit zu Beginn des vorigen Jahrhunderts deutlich geworden und gilt inzwischen als Selbstverständlichkeit. Materie als solche ist immer zugleich auch Feld. Alles was ist, baut sich aus Schwingungen auf, und je tiefer wir in die Materie vordringen, desto größer werden die Räume der Leere darin, die Strukturen werden immer unschärfer, wolkiger, und das, was bleibt, sind Schwingungen von Kraftfeldern.

Mikrokosmisch betrachtet ist alle Materie ein leerer Raum, der von Kraftfeldern ungeheurer Vibration erfüllt ist.

Wenn aber letztendlich die Materie sich ausschließlich aus vibrierenden Kraftfeldern zusammensetzt, dann ist sie auch als ganzes ein energetisches Feld.

Und was für Materie als solche gilt, trifft für den Menschen im besonderen Maße zu. Auf der körperlichen Ebene sind wir weit mehr als Haut, Fleisch, Organe und Knochen. Uns umgibt ein Feld, wir sind Energiekörper und Feld. Wir haben eine Ausstrahlung, wir haben eine Gestimmtheit und unsere Gestimmtheit prägt die Qualität unseres persönlichen Feldes.

Wir sind allerdings sehr wenig geübt in der Wahrnehmung unseres Feldes. Kognitiv erschließt es sich nicht unmittelbar, vielmehr bedarf es der Entwicklung eines Spürbewusstseins, um diese feine Schicht bei uns selbst oder bei anderen wahrzunehmen.

Und die Qualität unseres Feldes ändert sich fortwährend. Es gibt Zeiten, da ist unser Feld groß und stark, ausbalanciert und strahlend, und unsere Mitmenschen sind uns entsprechend mehr zugewandt. Es gibt Zeiten, da ist unser Feld etwas kollabiert und gestört, und entsprechend nehmen wir den Umgang der anderen mit uns z.B. eher als vorsichtig und distanziert wahr.

Wenn wir uns darauf einlassen, können wir diese Feldunterschiede auch bei unserem Gegenüber spüren. Wir sehen dann nicht nur seine Erscheinung, sein Gesicht und die Gestimmtheit, die dieses vielleicht ausdrückt. Wir können auch spüren, wie sein Feld gestimmt ist und wie seine Qualitäten sich wandeln.

Und es ist natürlich so, dass die Felder der einzelnen Persönlichkeiten mit einander Wechselwirken. Sind die Interferenzen sehr stark, weil das Miteinander-Schwingen kaum stattfindet, wissen wir manchmal uns nicht anders zu helfen, als es damit zu umschreiben, dass die „Chemie“ zwischen beiden nicht stimmt. Harmonieren die Felder miteinander, fühlen sich die Menschen in ihrer Begegnung wohl, öffnen sich für einander und es entsteht Nähe.