

# **Bewusstsein**

**Natur – Zweck – Verwendung**

Dr. Bernhard Kutzler

## **Bewusstsein : Natur – Zweck – Verwendung**

Bernhard Kutzler

Mit Beiträgen von Allison Paradise

Cover design & art © Hannes Kutzler, [www.HannesKutzler.at](http://www.HannesKutzler.at)

Foto auf der hinteren Umschlagseite © Hannes Kutzler

Korrektorat: Birgitt Decker

Verlag: Bernhard Kutzler, Kellerstr. 4, 4644 Scharnstein, Austria

Originalausgabe: „*Consciousness : Its Nature, Purpose, and How to Use It*“

Übersetzt aus dem Amerikanischen von Bernhard Kutzler

ISBN paperback: 978-3-901769-98-6

ISBN ebook: 978-3-901769-99-3

© 2019 Bernhard Kutzler, [www.BernhardKutzler.com](http://www.BernhardKutzler.com)

Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Danke, dass Sie eine autorisierte Ausgabe dieses Buches gekauft haben und sich an das Urheberrechtsgesetz halten.

# Inhaltsverzeichnis

1 .....	1
2 .....	6
3 .....	13
4 .....	20
5 .....	26
6 .....	35
7 .....	46
8 .....	62
9 .....	81
10 .....	92
11 .....	118
12 .....	125
13 .....	144
14 .....	159
15 .....	169
16 .....	176
17 .....	199
Glossar .....	202
Danksagung .....	205



# 1

Die Suche nach der Natur des Bewusstseins ist eines der ältesten Unterfangen des Menschen. Die moderne Wissenschaft sucht eine Antwort, indem sie Gehirnzustände beobachtet und studiert. Dieser Ansatz geht davon aus, dass das Bewusstsein eine Funktion des Gehirns ist oder dass seine Natur durch physikalische Messungen erkannt werden kann. Was, wenn dem nicht so ist? Mit Gewissheit wissen wir nur, dass das Bewusstsein *Spuren* im Gehirn hinterlässt. Nicht mehr und nicht weniger. Die Erforschung des Bewusstseins durch das Betrachten von Gehirnzuständen ist, als würde man einen Elefanten anhand seiner Fußabdrücke erforschen wollen.

Manche erklären das menschliche Bewusstsein als einen Aspekt „eines“ *universellen Bewusstseins*. Allerdings ist damit nichts erklärt. Die Frage nach der Natur des Bewusstseins wurde damit nur auf eine Ebene verschoben, die sehr viel schwieriger – wenn nicht gar unmöglich – zu erforschen ist. Universelles Bewusstsein wird üblicherweise als nicht erfassbar betrachtet und wird kaum weiter hinterfragt – zumindest nicht mit logischer Strenge. Eine solche Antwort ist eine nicht-spirituelle Version einer Aussage wie: ‚Es gibt einen Gott und Gott ist in allem.‘

Der einzige nicht-limitierende Ansatz für eine Erforschung des Bewusstseins ist, Bewusstsein zu beobachten ohne irgendwelche Annahmen zu machen. Da Bewusstsein die privateste aller Erfahrungen ist, ist das einzige beobachtbare Bewusstsein das eigene. Indem ich das vier Jahre lang tat, erkannte ich schließlich die Natur des Bewusstseins, seinen Zweck und seine Funktionsweise.

Dieses Buch ist nicht nur eine Zusammenfassung meiner Ergebnisse, es ist eine Beschreibung meiner geistigen Reise, die zu diesen Erkenntnissen geführt hat. Mit dem folgenden Text können Sie meinem Gedankenpfad und meiner Argumentationskette folgen, um das Bewusstsein selbst zu entdecken. Sie werden die Natur des Bewusstseins erkennen, wie es entsteht, wie es funktioniert und wie Sie es wirkungsvoll einsetzen können. Sie werden erkennen, welchen Zweck das Bewusstsein als Herzstück des mächtigsten Werkzeugs hat, das sie besitzen. Sie werden Ihr wahres Potenzial als Mensch erkennen – und wie Sie dieses Potenzial verwirklichen können.

Es bedarf keiner Voraussetzungen, um dieser geistigen Reise folgen zu können – außer einer gesunden Portion Neugier. Es ist allerdings hilfreich,

zu verstehen, warum ich das Bewusstsein gerade auf diese Art erforscht habe.

## **Die Hintergrundgeschichte**

In meiner ersten Karriere war ich Mathematiker. Ich lehrte an einer Universität, forschte und hatte ein eigenes Unternehmen. Mit Leib und Seele hatte ich mich meiner Arbeit verschrieben. Ich arbeitete Tag und Nacht, oft sieben Tage die Woche – nicht, weil ich musste, sondern weil ich wollte. Und ich war erfolgreich als Wissenschaftler und als Unternehmer. Doch nach mehr als zwanzig Jahren war alles zur Routine geworden. Wo auch immer ich auf diesem Planeten war, es fühlte sich an, als würde ich mit denselben Menschen dieselben Gespräche über dieselben Themen führen. Es wurde immer langweiliger. Ich brauchte eine Veränderung.

Da ich immer schon ein Interesse an Menschen und menschlichem Verhalten hatte, nutzte ich die wenige Freizeit während meiner Karriere als Mathematiker, um Ausbildungen auf Gebieten wie Ernährung, Psychologie und Ayurveda zu machen. Als das Verlangen nach einer Veränderung immer heftiger wurde, beendete ich 2009 meine Mathematik-Karriere, löste mein Unternehmen auf und konzentrierte mich auf das Arbeiten mit Menschen. Ich startete eine neue Karriere als Ernährungsberater und Humanenergetiker. Und ich war wieder begeistert. Allerdings hielt mein Enthusiasmus nicht lange an. Bereits nach zwei Jahren war alles wieder zur Routine geworden.

2011 hörte ich in einem Seminar eine Frau über die Frage ‚Was bin ich?‘ sprechen. Sie hatte ihr Leben dieser Frage gewidmet. Voller Begeisterung hing ich an ihren Lippen. Ich war inspiriert. Von diesem Tag an wollte ich eine Antwort auf diese Frage finden.

## **Was bin ich?**

Ich bin ein Mensch – und daher biologisch ein Tier. Allerdings ist der Charakter eines Menschen völlig verschieden vom Charakter eines Tieres. Alle Löwen sind sich ähnlich und führen ähnliche Leben. Noch nie hat ein Löwe seinen Lebensstil verändert, um Vegetarier zu werden, Yoga zu praktizieren und Seminare anzubieten, in denen er seine Ideen propagiert. Noch nie hat ein Vogel kubistische Nester gebaut und damit ein neues Zeitalter des Nestbaus eingeleitet. Noch nie hat ein Affe eine Fußballmannschaft gegründet oder ein verpflichtendes Schulsystem für die jungen Affen seines

Waldes eingeführt. Menschen tun all dies – und mehr. Tiere und Pflanzen ändern ihre Verhaltensmuster nur sehr langsam und auch nur, wenn es erforderlich ist. Menschen können ihre Verhaltensmuster willentlich in kürzester Zeit ändern. Alle Exemplare einer Tier- oder Pflanzenart verhalten sich im Großen und Ganzen gleich. Innerhalb der Spezies Mensch sind die Unterschiede zwischen den Verhaltensmustern gewaltig.

Die Wissenschaft hatte bisher Schwierigkeiten, den Unterschied zwischen Tieren und Menschen genau zu erklären. Doch dieser Unterschied *muss* existieren und er muss *wesentlich* sein, wie die obigen Überlegungen deutlich zeigen.

Was ist unser volles Potenzial? Wir kommen nicht mit einem Benutzerhandbuch zur Welt. Was wir über uns und unser Potenzial wissen, ist das, was wir durch Versuch und Irrtum herausgefunden haben. Unser Verständnis von uns selbst könnte unvollständig sein – oder sogar falsch.

\*

Um die Frage ‚Was bin ich?‘ zu beantworten, musste ich meine Gefühle, mein Verhalten und meine Gedanken so genau wie möglich beobachten und erforschen. Ich musste mich selbst hinterfragen, wobei ich nichts für selbstverständlich nehmen durfte.

Zunächst tat ich das, während ich mein normales Leben weiterführte. Ich reflektierte über die Frage ‚Was bin ich?‘ inmitten meiner geschäftlichen Tätigkeiten und Beziehungen. Doch nach drei Jahren war klar, dass mich die Ablenkungen des täglichen Lebens daran hinderten, mich selbst in dem Ausmaß zu beobachten, wie es dieses Projekt erforderte. Wenn ich mit meiner Erforschung vorankommen wollte, musste ich mich ihr ganz hingeben.

Also nahm ich 2014 meinen ganzen Mut zusammen und machte einen radikalen Schnitt in meinem Leben. Ich beendete meine beruflichen Tätigkeiten, verschenkte fast meinen gesamten Hausrat, verkaufte meine Wohnung, verabschiedete mich von Familie und Freunden und zog an einen Ort, der mich immer schon inspiriert hatte: das Almtal in Oberösterreich. Ich enthielt mich aller sozialen Kontakte sowie aller elektronischen und gedruckten Medien. Ich konzentrierte mich ausschließlich auf das Erforschen meines Selbst, insbesondere meiner Gefühle, Gedanken und Körperzustände.

Im Laufe der Erforschung lernte ich zu verstehen, warum ich mich verhalte, wie ich mich verhalte. Ich erkannte, dass mein Verhalten von etwas hervorgerufen wird, das ich das *Mensch-Programm* nannte. Und ich sah, dass

jeder Mensch so ein Programm hat. Als Baby war ich zu 100 Prozent authentisch. Im Alter von zwanzig Jahren hatte ich bereits zahllose Regeln gelernt, wie ich mich in den sozialen Gruppen zu verhalten habe, denen ich angehöre. Und ich hatte gelernt, manchen sozialen Gruppen angehören zu *wollen*, anderen angehören zu *müssen*.

*Der Mensch wird frei geboren und ist überall in Ketten.  
(Jean-Jacques Rousseau)*

Ich sah, dass das Mensch-Programm sehr viel mehr beinhaltet als das, was üblicherweise als Erziehungsmuster und Glaubenssätze bezeichnet wird. Seine Wurzeln reichen zurück bis zu den Anfängen der Menschheit vor 100.000 bis 300.000 Jahren. Die ältesten Wurzeln finden sich in allen Menschen und bringen ein Verhalten hervor, das heute als „normal“ betrachtet wird, weshalb es nie hinterfragt wird. Ich hinterfragte es.

Die Frage, mit der ich begonnen hatte, könnte auch so formuliert werden: ‚Was bin ich jenseits aller Erziehungsmuster, Glaubenssätze und sonstiger Programme, die ich während meines Lebens absichtlich und unabsichtlich, freiwillig und unfreiwillig gelernt hatte?‘ Dazu fiel mir Aldous Huxley ein, der in seinem Roman *Eiland* geschrieben hatte: *„Wenn ich wüsste, wer ich bin, würde ich aufhören, mich zu verhalten als das, was ich zu sein glaube; und wenn ich aufhörte, mich zu verhalten als das, was ich zu sein glaube, wüsste ich, wer ich bin.“*

Das Mensch-Programm ist ein Aspekt des *Bewusstseins*. Die Wurzel dieses Wortes ist das Wort *Wissen*. Mein Bewusstsein beinhaltet das, was ich weiß. Und ich weiß, was ich zu wissen gelernt habe. Meine Erziehungsmuster und alles, was ich gelernt habe, sind Teil meines Wissens und daher Teil meines Bewusstseins. Durch die Erforschung der Frage ‚Was bin ich?‘ hatte ich mein Bewusstsein und seine Funktionsweise erforscht.

## **Das Buch**

Dieses Buch dokumentiert jene meiner Erkenntnisse, die für alle Menschen gelten. Alle Ergebnisse sind logisch abgeleitet und dabei zu 100 Prozent durch persönliche Erfahrungen inspiriert und bestätigt. Der Inhalt ist eine Folge logischer Argumente: Die Kapitel 2–7 (Teil 1) bilden die Grundlage für die Kapitel 8–15 (Teil 2), die Kapitel 8–15 bilden die Grundlage für Kapitel 16. Aufgrund dieser Struktur können Sie alle Ergebnisse selbst herleiten, indem Sie den Text lesen.



Viele der Ergebnisse der Kapitel 2–7 sind bekannt. Doch sie sind wichtige Meilensteine auf einem ganzheitlichen Denkpfad – und wie bei den meisten Reisen ist der Weg zum Ziel ebenso wichtig wie das Ziel selbst.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird in diesem Buch darauf verzichtet, geschlechtsspezifische Formulierungen zu verwenden. Soweit personenbezogene Bezeichnungen nur in männlicher Form angeführt sind, beziehen sie sich auf Männer und Frauen in gleicher Weise.