

# Ewiger Kampf – Endlich Frieden

Vom unseligen Kampf um den Selbstwert und von dessen seligem Ende

## Zu einfach, um wahr zu sein?

Geben wir uns keinen Illusionen hin! Die Mitglieder zumindest aller sesshaften menschlichen Kulturen sind von einem tiefsitzenden **Unwertempfinden** durchdrungen. Das gilt nicht nur für Sie, sondern auch für Ihre Freunde, Nachbarn und KollegInnen; für all Ihre Vorgesetzten (entlastend, nicht?), für sämtliche Ihre Idole (leider!), für den Regierungschef Ihres Landes ebenso, wie für den Zenmeister; für Ihre Eltern, für Ihren Partner, bzw. die Partnerin und auch – und das ist besonders tragisch! – für unsere Kinder. Wir geben das Unwertempfinden wie ein Virus an unsere Kinder weiter, ohne jede Kontrolle darüber. Auch die fürsorglichste Liebe ändert nichts daran. Wie es dazu kam, hat nichts Mythisches an sich. Ich habe das in einem separaten Essay erläutert ([Schattenland – www.bernhard-braendli-dietwyler.ch/publikationen](http://www.bernhard-braendli-dietwyler.ch/publikationen)).

Das Unwertempfinden wirkt tatsächlich wie ein Virus. Es wirkt im Verborgenen. Wir haben keine Einflussmöglichkeit darauf (es sei denn ... siehe diesen Beitrag). Das Unwertempfinden kann eine ganze Weile gleichsam auf Warteposition sein, um dann plötzlich loszuschlagen. Ja, es kann jederzeit ausbrechen – und tut das auch bei den meisten von uns täglich mehrmals; oft scheinbar harmlos: eine Unsicherheit, eine Hemmung, eine Empfindlichkeit, eine kleine Rechthaberei. Das Virus ist stets da und bereit. Oder umgekehrt gesagt: **Wir ringen – offen oder verborgen – den ganzen Tag um unseren Selbstwert**. Scheint der auf irgendeine Weise bedroht oder auch nur in Frage gestellt, wird das Virus augenblicklich aktiv und äussert sich in der für uns jeweils typischen Art und Weise. Daher habe ich das generelle Unwertempfinden «**Unwertvirus**» genannt, kurz «**UV21**» (Unwertvirus, im 21. Jahrhundert als solches identifiziert).

## Unbestechlich

Nicht nur Sie, auch ich versuchte, diese Tatsache so lange wie möglich von mir fern zu halten. Ganz besonders in meiner Rolle als Mann – schon aus biologischen Gründen auf das Image der Stärke bedacht! – erschien so etwas unerträglich. Als ich es zu ahnen begann, bemühte ich mich mit grossem Aufwand, es raschmöglichst zu «lösen». Was nichts anderes heisst, als abzuschütteln. Ich war nicht zimperlich, bemühte die besten damals verfügbaren Methoden, reiste um die Welt zu den Meistern des Fachs, übte mich in verschiedenen Disziplinen der Konzentration und Selbstheilung, folgte grossartigen Ideen, entwickelte selber welche. Doch das Virus blieb haften. Es verschwand zwar für eine geraume Weile – scheinbar. Dann tauchte es plötzlich wieder auf. Dazu brauchte es bloss einen genügend stark Reiz. Ich neigte schliesslich mein Haupt und öffnete mich der unangenehmen Tatsache. Und es sollte sich lohnen!

## Unverhofft

Es war letztlich aber gerade diesem Unwert-Virus, und entsprechend meinem unendlich beharrlichen Bemühen, es doch noch auf irgendeine Weise zu schaffen, in der Welt willkommen zu sein, zu verdanken, dass ich schliesslich einen Weg fand, wie wir **diese umfassende, weltumspannende und grösste Geissel der Menschheit** für immer loswerden können (auf zB Sie und Ihre Nachkommen bezogen, erstreckt sich dieser Prozess über zwei bis drei Generationen). Diese Befreiung ist möglich, weil die Ursache für dieses unbelehrbare Unwertempfinden glücklicherweise ganz profaner Natur ist (siehe dazu «Schattenland»; bestellen unter [www.bernhard-braendli-dietwyler.ch/publikationen/](http://www.bernhard-braendli-dietwyler.ch/publikationen/)).

## Ahnung der Kulturen

Da das Unwertvirus in uns allen wütet, fällt es nicht auf. Es erscheint so, wie wenn wir Menschen „halt so seien“! Für die gigantischen menschlichen Fehlleistungen – denen immerhin nahezu ebenbürtige positive Leistungen gegenüberstehen! – erfinden wir tausend Erklärungen und errichten fast ebenso gigantische, irrige Mindkonzepte. Das alles macht es uns leichter, die Existenz eines allgemeinen Unwertempfindens zu ignorieren. Obwohl: Eine ganze Reihe von Kulturen haben diesen Schatten, der uns Menschen an der vollen Entfaltung hindert, durchaus wahrgenommen und schöne Geschichten dazu erfunden (Bsp Erbsünde). Die Fakten sprechen ja für sich. Doch die Erklärung ist wie gesagt profaner, als es sich die frühen Mystiker erträumten. Die praktische Lösung glücklicherweise desgleichen.

## Persönliche Ahnung

Bei manchen ist die Wirkung des «UV21» gut erkennbar, bei manchen besser versteckt; manche thematisieren das auch häufig – ohne es ganz zu erkennen; manche haben den eigenen Unwert gar zur persönlichen Masche erhoben und versuchen (zum Beispiel mit der Opferhaltung) Kapital daraus zu schlagen. Uns allen gemein jedoch ist die Tatsache, dass wir, wenn überhaupt, das Unwertempfinden als etwas Persönliches, jeweils bloss Momentanes wahrnehmen und nicht als etwas, von dem alle, die wir kennen, betroffen sind; mithin als Phänomen, das über den ganze Globus verbreitet ist und sich zumindest in sämtlichen (patriarchalen) Hochkulturen findet. **Mithin etwas, das die gesamte Politik weltweit – in sämtlichen politischen Systemen! – dominiert. Und natürlich ebenso die gesamte Wirtschaft!**

## Ambivalenz im Handeln

Doch genau so verhält es sich. Dieses Unwertempfinden hat uns zwar nicht daran gehindert, erstaunliche Entwicklungen zu machen. Ja, es treibt uns sogar oft dazu an! Häufig zu jedem, sachlich nicht begründbaren Preis. Zum Beispiel dem der systematischen gnadenlosen Selbstaussbeutung (ebenfalls ein Schatten, der uns alle betrifft!).

Der Logik dieses problematischen, jedoch bisher nicht lösungsfähigen Motivs entspricht, dass wir Menschen unbewusst stets dafür sorgen, dass der Preis, den wir für Entwicklungen bezahlen, deren Wert zumindest teilweise wieder in Frage stellt. Dazu kommt: Die meisten grösseren Errungenschaften bergen eine Ambivalenz in sich; sie werden teils zum Nutzen, teils zum Schaden verwendet. Zum Beispiel erkennen wir heute bei uns einen grossen Wohlstand (allerdings auch der ganz ungleich verteilt!) sowie einen hohen Sicherheitsstandard. Gleichzeitig sorgen wir ohne jede Notwendigkeit dafür, dass regelmässig sowohl der Wohlstand als auch die Sicherheit bedroht werden. Darüber hinaus bedeutete jeder Fortschritt, den wir Menschen zumindest in jüngerer Zeit machten, zugleich ein Schritt in Richtung Selbstverlust. **Was Schlimmeres aber kann uns drohen, als dereinst festzustellen, dass wir, im sicheren Wohlstand schwimmend, uns selbst verloren haben?**

## Preis der Verdrängung

Doch wir verschenken bis heute keinen ernsthaften Gedanken daran, die Segnungen von Wohlstand und Sicherheit wirklich zu nehmen. Was unter anderem heissen würde aufzuhören, uns rücksichtslos auszubeuten, vielmehr unsere Energie und damit unser Wohlergehen ins Gleichgewicht zu bringen (so wie das alle andern Lebewesen mit höchster Priorität tun). **Wir weigern uns – eben: weil wir uns nicht wertvoll genug fühlen! – selbst das Gute, das wir Menschen geschaffen haben, ganz zu nehmen.** Stattdessen erhöhen wir ungerührt jedes Jahr den Takt und drängen die für hohe Lebensqualität unabdingbar vorausgesetzte regelmässige und vollständige Regeneration der Kräfte mehr und mehr ins Abseits.

Das alles verweist deutlich auf Motive, die nicht bloss aus menschlichem Forscherdrang genährt werden, sondern von Wesen, die um jeden Preis und vollkommen blind für die tatsächlichen Begebenheiten nur eines versuchen zu ergattern: **das Ticket ins Paradies des vollkommenen Angenommenseins.**

Allein: Es nützt nichts! **Das Treiben beginnt mit der Geburt und endet – unerfüllt – mit dem Tod. Kein Bemühen, kein Erfolg, keine Fürbitte schaffen es, das Unwertvirus unschädlich zu machen. Das ist schlicht biologisch nicht vorgesehen.**

## Sein oder Nichtsein

Bei dieser Wert-Unwertfrage geht es logischerweise um Tod oder Leben. Bedenken wir, dass der Ausschluss aus der Gemeinschaft einst mit dem sicheren Tod verbunden war.

Bedenken wir auch, dass sich Kleinkinder stets nahe an der Existenzfrage bewegen. Und genau mit diesem Einsatz spielen wir. Oft schon aus lächerlichem Anlass. Auf jeden Fall aber bei der Wahl der Mittel für uns bedeutend scheinende Entwicklungen oder Massnahmen.

Selbstredend haben wir im allgemeinen Verdrängungsprozess, für den in erster Linie wir Männer mit unserer Abhängigkeit vom Image des Starken sorgen, auch die entsprechenden Philosophien geschaffen, die dieses Verhalten zu rechtfertigen scheinen, als unvermeidlich gar. Wir haben Kategorien des Bösen und des Guten geschaffen, des Konstruktiven und Destruktiven, die uns Menschen «von Natur aus» innewohnen. Ich halte solches für baren Unsinn. Kein Lebewesen ist an der mutwilligen Zerstörung des eigenen Lebens, oder desjenigen der eigenen Sippe oder Gruppe interessiert. Das geht nur mit einer grundlegenden Fehlentwicklung ganz nahe beim Ursprung des individuellen Lebens, später kombiniert mit den einzigartigen menschlichen Freiheiten, insbesondere Mindkonzepte zu formen, die selbst das Absurdeste vernünftig erscheinen lassen.

## Sein

**Kurz:** Wir kommen bei allem Bemühen nicht befriedigt vom Fressnapf zurück. Stets ist ein wesentlicher Haken dabei: das Futter angefault, unverdaulich, oder es gehört nicht uns.

Da ist nun diese erstmalige und bislang einzigartige Option, diesem Ungemach ein Ende zu machen. Dafür ist eine persönliche Entscheidung gefragt, die heute jeder Mensch selber treffen muss. Die Entscheidung, im eigenen Interesse, im Interesse der eigenen Nachkommen und im Interesse unserer aller Zukunft diesem trotz aller Bemühungen im Endeffekt unseligen Treiben endlich ein gutes Ende zu bereiten. Wird dieser Kampf nicht endgültig beendet, bleibt bei allen Bemühungen – auch therapeutischen – stets etwas grundlegend nicht in Ordnung. Es gilt, sich von diesem Schatten endgültig zu befreien, mit einer Massnahme – inklusive passendem Verfahren – die sich nicht in weitere Mythen und Illusionen auflöst, sondern mit wachem, emanzipiertem Bewusstsein und mittels konkreten, stets überprüfbaren Schritten dieses Vorhaben schliesslich zum Gelingen führt. Das heisst, das Unwertvirus endgültig unschädlich zu machen. Dabei sind gefragt Entschlossenheit, Mut und Beharrlichkeit – sowie die wache Sehnsucht nach dem vollen Leben und nach uneingeschränktem Wohlergehen für uns Menschen.

Die Massnahme heisst «Projekt zweite Lebensschule», das Verfahren «Primäres Lernen» ([bevision.ch/vision](http://bevision.ch/vision)).

Lesen Sie weiter «Wie Sie einen Platz im Primären Lernen erhalten» ([bevision.ch/Privatkunden/Wer's wirklich wissen will](http://bevision.ch/Privatkunden/Wer's_wirklich_wissen_will)).