

# Die Grundsätze der gültigen Handlung

---

(Kapitel XIII, Die Grundsätze, aus dem Buch „Der Innere Blick“ und aus dem Buch der Gemeinschaft).

## Einleitung

Wie sehr frühe historische Zeugnisse belegen, gab es immer ein existentielles Interesse daran zu unterscheiden was richtig und was falsch ist, was Gut und was Böse, was es bedeutet korrekt oder inkorrekt zu denken oder sich zu verhalten. Kurz gesagt, jede Kultur hat für ihre Gemeinschaft sehr sorgfältig definiert, was als korrekter moralischer Kodex zu betrachten ist.

Moralische Kodexe sind kein, den Philosophen vorbehaltenes, Thema. Sie sind wesentlich für unsere Existenz. Unsere Ansicht über Gut und Böse, betrifft nicht nur direkt unsere aktuelle Situation, sondern auch unsere Lebensrichtung.

Für uns, mit einem Interesse an innerem Wachstum, ist es sehr wichtig eine Gesamtheit an Werten zu haben, einen moralischen Kodex, der mit den Gesetzen des Lebens einhergeht und sich nicht in deren entgegengesetzte Richtung bewegt, universelle Regeln, die für alle Menschen gültig sind.

Die Grundsätze sind solche Regeln für uns.

Die Grundsätze helfen uns in verschiedenen Situationen, in die uns das Leben bringt, die beste Haltung und Handlung zu wählen. Ziel ist ein persönliches Weiterkommen, unsere Beziehungen im Alltag zu verbessern und eine Welt aufzubauen, die unseren größten Bestrebungen entspricht.

## Auszug

*„Unsere Einstellung zum Leben und zu den Dingen verändert sich, wenn uns die innere Offenbarung wie ein Blitz trifft. Wenn du den einzelnen Schritten langsam folgst und dabei sorgfältig über das nachsinnst, was gesagt wurde und was noch zu sagen bleibt, kannst du die Sinn-Leere in Sinn verwandeln. Es ist nicht gleichgültig, was du mit deinem Leben machst. Dein Leben, das Gesetzmäßigkeiten unterliegt, ist vor verschiedene Möglichkeiten gestellt, unter denen du wählen kannst. Ich spreche zu dir nicht von Freiheit, sondern ich spreche zu dir von Befreiung, von Bewegung und Prozess. Ich spreche zu dir von Freiheit nicht als etwas Unbeweglichem, sondern davon, sich selbst Schritt für Schritt zu befreien – so wie sich jemand, der sich seiner Stadt nähert, vom bereits zurückgelegten Weg befreit. „Was man tun soll“ hängt dann nicht mehr von einer fernen, unverständlichen und überkommenen Moral ab, sondern von Gesetzmäßigkeiten: Gesetzen des Lebens, des Lichtes und der Entwicklung. Hier sind die so genannten „Grundsätze“, die bei der Suche nach der inneren Einheit helfen können.“*

1. Wenn man sich der Entwicklung der Dinge entgegenstellt, geht man gegen sich selbst vor.
2. Wenn du etwas zu erzwingen versuchst, so erzeugst du das Gegenteil.

3. *Widersetze dich nicht einer großen Kraft. Weiche zurück, bis sie schwächer wird, dann aber gehe mit Entschlossenheit voran.*
4. *Es ist gut, wenn die Dinge zusammen und nicht vereinzelt wirken.*
5. *Wenn für dich Tag und Nacht, Sommer und Winter gleich gut sind, hast du die Widersprüche überwunden.*
6. *Wenn du dem Vergnügen nachjagst, fesselst du dich ans Leiden. Solange du jedoch deiner Gesundheit nicht schadest, genieße unbefangen, wenn sich die Gelegenheit dazu bietet.*
7. *Wenn du einem Ziel nachjagst, machst du dich unfrei. Wenn du allem, was du tust, so nachgehst, als sei es ein Ziel in sich selbst, befreist du dich.*
8. *Deine Konflikte werden dann verschwinden, wenn du sie aus ihrem letzten Grund heraus verstehst, und nicht wenn du sie lösen willst.*
9. *Wenn du den anderen schadest, bleibst du unfrei. Solange du aber anderen nicht schadest, kannst du in Freiheit tun, was immer du magst.*
10. *Wenn du andere so behandelst, wie du selbst behandelt werden möchtest, befreist du dich.*
11. *Es kommt nicht darauf an, auf welche Seite dich die Ereignisse gestellt haben. Wichtig ist für dich, zu begreifen, dass du selbst keine Seite gewählt hast.*
12. *Die widersprüchlichen oder einheitlichen Handlungen sammeln sich in dir. Wenn du deine Handlungen innerer Einheit wiederholst, kann dich nichts mehr aufhalten.*

*Du wirst wie eine Naturgewalt sein, die auf ihrem Weg auf keinen Widerstand trifft. Lerne zu unterscheiden, dass eine Schwierigkeit, ein Problem oder ein Hindernis nicht dasselbe sind wie innerer Widerspruch. Während die einen dich bewegen oder gar anspornen, lähmen dich die anderen und halten dich in einem Teufelskreis gefangen.*

### **Empfehlung zur Arbeit mit den Grundsätzen:**

Es wird empfohlen erst einmal die Einleitung und alle Grundsätze zu lesen, damit man die Grundsätze in ihrer Gesamtheit kennt.

Dann sollte man die Grundsätze einzeln bearbeiten und über einen gewissen Zeitraum (mindestens eine Woche) darüber meditieren.

Natürlich ist der Austausch mit anderen Menschen von fundamentaler Bedeutung.

### **Beispiele zur Reflexion**

1. Überprüfung der Lebensmomente, in denen man die Grundsätze noch nicht gekannt und deswegen anders gehandelt hat. Dies veranschaulicht uns die Bedeutung des Grundsatzes.

2. Es wäre sogar noch interessanter über den Moment nachzudenken, in dem wir zur Zeit leben und zu entdecken, welche Leiden es für uns und unsere Nächsten zur Folge hat, die Grundsätze nicht zu beachten.

3. Wenn Du mit einem Grundsatz gearbeitet hast, zum Beispiel in der wöchentlichen Versammlung, versuche danach jeden Tag, vor dem Einschlafen, ein paar Minuten lang darüber nachzudenken. Denke an die Schwierigkeiten, die Du im Laufe des Tages hattest und versuche sie mit dem Grundsatz, an dem Du arbeitest, in Verbindung zu bringen.

Auf diese Weise wirst Du Dich in Zukunft an die Situationen erinnern, in denen das gleiche Problem aufgetaucht ist und du wirst es effektiver lösen. Denke auch an die positiven Elemente des Tages und schau, ob einer der Grundsätze angewandt wurde.

4. Wenn man die Grundsätze besser versteht, kann man sich eine gegebene Situation anschauen, darüber im Lichte aller Grundsätze nachdenken, und sich an jene halten die diese besagte Situation am ehesten erklären.

---

### ***1. Der Grundsatz der Anpassung***

***"Wenn man sich der Entwicklung der Dinge entgegenstellt, geht man gegen sich selbst vor."***

Dieser Grundsatz bekräftigt, sollte man im Vorhinein den Ausgang eines Ereignisses bereits kennen, dann liegt die richtige Haltung darin, diesen so gut als möglich zu akzeptieren und zu versuchen auch aus den Nachteilen einen Gewinn zu ziehen. Wir wollen damit sagen, Dinge, denen wir uns nicht widersetzen sollten, sind Dinge, die einen unausweichlichen Charakter haben. Wenn der Mensch, zum Beispiel, geglaubt hätte Krankheiten seien nicht zu vermeiden, dann könnte die Medizin niemals Fortschritte verzeichnen. Aufgrund der Notwendigkeit Probleme lösen zu müssen und der Möglichkeit dies tun zu können, entwickelt sich die Menschheit weiter.

Muss ein Mensch, der alleine in der Wüste zurückbleibt unausweichlich sterben? Er wird sich bemühen Auswege aus dieser Situation zu finden und trifft vielleicht wirklich auf eine Oase. Wenn er alle ihm zur Verfügung stehenden Mittel nutzt, sich bemerkbar zu machen kann er leichter gefunden werden. Diesen Grundsatz sollte man also bei unausweichlichen Situationen anwenden.

### ***2. Der Grundsatz der Wirkung und Gegenwirkung***

***"Wenn du etwas zu erzwingen versuchst, so erzeugst du das Gegenteil."***

Dieser Grundsatz betont, dass Personen und Dinge bestimmte Verhaltensweisen aufzeigen, die unseren Projekten entweder entgegenstehen oder diese erleichtern können, je nachdem wie angemessen wir hier handeln. Wenn wir von unvernünftigen Impulsen geleitet Druck ausüben, um ein Verhalten zu erzwingen, können wir beobachten wie vielleicht unseren Forderungen nachgegeben wird, aber als Folge daraus können über kurz oder lang Effekte auftauchen, die wir gar nicht haben wollten.

Der Mensch schafft Ereignisse, er gibt den Dingen eine Richtung, er plant und führt Projekte durch. Kurz und gut er strebt Ziele an. Da stellt sich nun die Frage: "Wie strebt er seine Ziele an?" Wie vermittelt er anderen Menschen die Lösung eines gegenwärtigen Problems?" "Nötigt er sie oder überzeugt er sie?" Wenn er sie nötigt, wird es sofort oder später zu Reaktionen kommen. Wenn er sie überzeugt, werden sich die Kräfte über kurz oder lang sammeln.

Viele denken "der Zweck heiligt die Mittel", setzen jeden um sie herum unter Druck und sind damit oft erfolgreich. Hier kommen die Schwierigkeiten später. Das Ziel wurde zwar erreicht, kann aber nicht über lange Zeit aufrechterhalten werden. Dieser Grundsatz bezieht sich auf zwei verschiedene Situationen. In der einen erreicht man das gesuchte Ziel, aber die Folgen

sind das Gegenteil von dem was man erwartet hat. In der anderen Situation bewirkt man durch das Erzwingen einen negativen "Widerstand".

### ***3. Der Grundsatz der angemessenen Handlung***

***"Widersetze dich nicht einer großen Kraft. Weiche zurück, bis sie schwächer wird, dann aber gehe mit Entschlossenheit voran."***

Dieser Grundsatz empfiehlt nicht den kleinen Unannehmlichkeiten oder Problemen auszuweichen, mit denen wir tagtäglich konfrontiert werden. Man soll nur, so erklärt der Grundsatz, vor unüberwindbaren Kräften zurückweichen, vor solchen, die bei einer Konfrontation unzweifelhaft unsere Kräfte übersteigen würden. Vor kleinen Schwierigkeiten zurückzuweichen, schwächt die Leute, es macht sie zaghaft und ängstlich. Großen Kräften standhalten zu wollen, macht die Leute anfällig für alle Arten von Fehlschlägen und Missgeschicken.

Problematisch ist es, wenn man nicht im Vorhinein weiß, wer stärker ist, man selbst oder die Schwierigkeit. Das sollte man durch kleine "Versuche" herausfinden, man stellt sich kleinen Konfrontationen, die nicht die ganze Situation aufs Spiel setzen und einen Spielraum lassen, die Haltung zu ändern, falls die Situation unhaltbar wird. Früher nannte man das "Bedachtsamkeit", das kommt dem was wir hier meinen sehr nahe. Da gibt es noch einen anderen Punkt: Wann soll man voran gehen? Zu welchem Zeitpunkt hat die Schwierigkeit an Kraft verloren oder zu welchem Zeitpunkt haben wir an Kraft gewonnen? Auch hier kann man "Tests" machen, immer wieder kleine Versuche starten, die nicht gleich alles definieren.

Wenn das Kräfteverhältnis zu unseren Gunsten steht und die Schwierigkeit schwächer geworden ist, sollte man uneingeschränkt voran gehen. In dieser Situation an Kräften zu sparen, bedeutet den Sieg zu gefährden, da man nicht mit der gesamten zur Verfügung stehenden Energie vorgeht.

### ***4. Der Grundsatz des Verhältnisses***

***"Es ist gut, wenn die Dinge zusammen und nicht vereinzelt wirken."***

Das heißt, wenn wir unser ganzes Leben auf den Kopf stellen, um ein Ziel zu erreichen, werden bis zu dem gewünschten Resultat zahlreiche Hindernisse auftauchen. Wird das Ziel trotzdem erreicht, kann es bittere Folgen haben.

Wenn wir, um Geld oder Ansehen zu erlangen, unsere Gesundheit, unsere geliebten Mitmenschen und andere wichtige Werte vernachlässigen, können besagte Hindernisse auftauchen und wir dadurch unser angestrebtes Ergebnis nicht erreichen. Andererseits kann es sein, das wir das Ziel zwar erreichen, aber nicht mehr gesund genug sind, um es zu genießen, keine Mitmenschen mehr haben mit denen wir es teilen können und andere Werte für uns keinen Sinn mehr ergeben.

"Es ist gut, wenn die Dinge zusammen und nicht vereinzelt wirken" und dem ist so weil unser Leben eine Gesamtheit ist, die ein Gleichgewicht und eine angemessene Entwicklung braucht, als Gesamtheit, nicht vereinzelt.

Einige Dinge sind natürlich wichtiger als andere, und jeder Einzelne sollte eine Werteskala haben, damit erst-, zweit-, und dritrangiges im Verhältnis verwirklicht wird. Verteilt man seine Kräfte im Verhältnis zu den festgelegten Bedeutsamkeiten, dann werden die Dinge wirklich zusammen wirken.

## ***5. Der Grundsatz der Gelassenheit***

***"Wenn für dich Tag und Nacht, Sommer und Winter gleich gut sind, hast du die Widersprüche überwunden."***

Dieser Grundsatz hebt im übertragenen Sinn die Gegensätzlichkeit von Zuständen hervor. Solche Gegensätze kann man jedoch in Einklang bringen, wenn man den Blickpunkt auf das Problem verändert.

Eine große Sommerhitze lässt einen zum Ausgleich an die Winterkälte denken und umgekehrt. Jede schwierige Situation bringt einen dazu sich an gegensätzliches zu erinnern oder es sich vorzustellen. Hat man das Gegenteil jedoch erreicht, kommt es wieder zu einem Ungleichgewicht. Somit führt uns der Ausgleich zum entgegengesetzten Punkt. Dort wo Leiden entsteht, wird ein Ausgleich in Bewegung gesetzt, aber dadurch wird nicht das Leiden an sich überwunden. Bei einem Menschen, der von einem erklärten Lebenssinn geleitet wird, ist der Blickpunkt und das Verhalten bei Schwierigkeiten anders.

Wenn jemand glaubt das Leben habe einen Sinn und das alles was ihm widerfährt dem Lernen und der Vervollkommnung dieser Richtung dient, umgeht er die auftauchenden Probleme nicht und gleicht sie aus, sondern er nimmt sie an und entdeckt in ihnen auch einen gewissen Nutzen. Die Winterkälte kann man nutzen, wie auch die Sommerhitze und immer wenn eines der beiden ihm widerfährt wird diese Person sagen: "Woraus bestehen die Gegensätze der Jahreszeiten, wenn mir doch beide dienen?"

## ***6. Der Grundsatz des Genießens***

***"Wenn du dem Vergnügen nachjagst, fesselst du dich ans Leiden. Solange du jedoch deiner Gesundheit nicht schadest, genieße unbefangen, wenn sich die Gelegenheit dazu bietet."***

Dieser Grundsatz kann auf den ersten Blick erschreckend sein, denn man könnte denken es wird gesagt: "Genieße, auch wenn du anderen dadurch schadest, denn das einzige was dich aufhalten sollte ist deine eigene Gesundheit." Aber das wird nicht gesagt. Vielmehr wird erklärt wie unvernünftig es ist, die Gesundheit durch übertriebenes und schädliches Vergnügen zu zerstören. Es wird aber auch gesagt aufgrund von Vorurteilen nicht zu genießen, führt zu Leiden. Auch ein Genießen mit Gewissenskonflikten ist schädlich. Die grundlegende Idee ist letztendlich die, dem Genuss nicht nachzujagen, sondern ihn einfach anzunehmen, wenn er sich bietet. Das Genussobjekt zu suchen, wenn es nicht da ist, oder es abzulehnen, wenn es auftaucht, führt beides zu Leiden.

Diesen Grundsatz (wie die anderen auch) muss man in Zusammenhang mit den anderen Grundsätzen verstehen und ihn nicht so auslegen, dass er den anderen widerspricht. Es gibt noch einen anderen Grundsatz der besagt: "Wenn du andere so behandelst, wie du selbst behandelt werden möchtest, befreist du dich."

## ***7. Der Grundsatz der unmittelbaren Handlung***

***"Wenn du einem Ziel nachjagst, machst du dich unfrei. Wenn du allem, was du tust, so nachgehst, als sei es ein Ziel in sich selbst, befreist du dich."***

Dieser Grundsatz lehrt uns aus jeder Etappe, die wir bis zum Erreichen eines Ziels durchlaufen, einen Nutzen zu ziehen. Er besagt nicht, es solle keine Ziele geben, denn jedes Planen einer Aktivität hat Ziele zur Grundlage. Hier wird erklärt, wenn ein Ziel festgelegt ist,

sollten alle Schritte, die dorthin führen, so positiv als möglich betrachtet werden. Andernfalls verursacht jede Handlung vor dem Erreichen des Ziels Leiden. Wird das Ziel dann aber doch erreicht, verliert es seinen Sinn, da man in die Schritte dorthin soviel Lebensenergie investiert hat.

### **8. Der Grundsatz der verstandenen Handlung**

***"Deine Konflikte werden dann verschwinden, wenn du sie aus ihrem letzten Grund heraus verstehst, und nicht wenn du sie lösen willst."***

Dieser Grundsatz lädt sagt uns ein Improvisieren, ausgelöst durch irrationale Reize, zu vermeiden. Damit ist nicht gemeint, man solle bei einem gegebenen Problem nicht handeln, sondern man muss gleichzeitig auch das Problem verstehen. Fast alle Menschen versuchen in einen Konflikt durch ihre Ängste zu lösen, ohne diesen Konflikt in seinen Wurzeln zu verstehen. Dadurch wird das Problem noch komplizierter und führt zu weiteren Problemen, in einer unaufhörlichen Kette.

### **9. Der Grundsatz der Freiheit**

***"Wenn du den anderen schadest, bleibst du unfrei. Solange du aber anderen nicht schadest, kannst du in Freiheit tun, was immer du magst."***

Bereits im ersten Satz wird gesagt, wenn ich anderen Leuten Probleme bereite, werden diese als Folge mir Probleme bereiten. Er sagt auch es gibt keine Gründe nicht zu tun was man möchte, solange niemand durch diese Handlung zu Schaden kommt.

### **10. Der Grundsatz der Solidarität**

***"Wenn du andere so behandelst, wie du selbst behandelt werden möchtest, befreist du dich."***

Dieser Grundsatz hat weitreichende Folgen, da er zu einer größeren Aufgeschlossenheit und einer positiven Verständigung mit anderen Menschen führt. Wir wissen, in sich verschlossen sein führt zu mehr oder weniger großen Problemen. Der sogenannte "Egoismus" kann eigentlich auf ein Problem der Verschllossenheit und ein Fehlen an Kommunikation reduziert werden. Dieser Grundsatz besagt wie wichtig es ist positiv auf die anderen zu zu gehen und ergänzt damit den vorhergehenden Grundsatz, der empfiehlt: "schade den anderen nicht", aber beide unterscheiden sich sehr voneinander.

### **11. Der Grundsatz der Ablehnung der Gegensätze**

***"Es kommt nicht darauf an, auf welche Seite dich die Ereignisse gestellt haben. Wichtig ist für dich, zu begreifen, dass du selbst keine Seite gewählt hast."***

Hier wird nicht gesagt, man solle alle Standpunkte aufgeben. Hier wird vorgeschlagen die Position die man eingenommen hat als ein Ergebnis von Faktoren zu sehen, die man nicht frei ausgewählt hat, Faktoren, wie Erziehung, Umgebung, etc. Diese Haltung verhindert fanatisch zu werden und führt gleichzeitig zu einem Verständnis für die Standpunkte und Positionen der anderen Menschen.

Diese Form das Problem der Standpunkte zu betrachten, trägt zur Freiheit des Geistes bei und ermöglicht es eine brüderliche Brücke zu anderen Menschen zu schlagen, auch wenn diese nicht mit meinen Ideen übereinstimmen oder sich augenscheinlich gegen meine Ideen stellen.

Obwohl dieser Grundsatz auf eine fehlende Freiheit bei der Wahl der Situationen hinweist, an deren Entstehung man nicht beteiligt war, bekräftigt er auch die Freiheit die dazugehörigen Gegensätze als solche abzulehnen.

### ***12. Der Grundsatz der Ansammlung der Handlungen.***

***"Die widersprüchlichen oder einheitlichen Handlungen sammeln sich in dir. Wenn du deine Handlungen innerer Einheit wiederholst, kann dich nichts mehr aufhalten."***

Hier wird gesagt jede Handlung, die man ausführt wird im Gedächtnis gespeichert und beeinflusst von dort aus den weiteren Weg. Darum führt die Wiederholung von Handlungen, die innere Einheit verleihen oder Widerspruch hervorrufen zu einem Verhalten, das spätere Handlungen in eine der beiden Richtungen lenkt. Mit innerer Einheit ausgeführte Handlungen zu wiederholen, bedeutet die Grundsätze der gültigen Handlung im täglichen Leben anzuwenden. Hier muss aber gesagt, werden, dass es sich hierbei nicht um die Wiederholung einer Handlung (oder eines isolierten Grundsatzes) handelt, sondern um eine Gesamtheit von Handlungen innerer Einheit.

Wenn wir alle Grundsätze anwenden, finden wir darin ohne Zweifel eine vollständige Disziplin, die in der Lage ist unseren leidenden Zustand in eine neue Lebensweise voller wachsender innerer Einheit und somit voller wachsendem Glück zu verwandeln.

Manchmal bauen eine Person oder eine ganze Menschengruppe ihr Leben auf einer Ansammlung von widersprüchlichen Handlungen auf. Dabei können sie eine Zeitlang viele gute Ergebnisse erzielen, aber früher oder später wird es zur Katastrophe kommen, da die Grundlage dieses Lebens eine falsche ist.

Viele Leute sehen nur die erfolgreichen Anekdoten, verstehen dabei aber den Prozess dieses Lebens nicht und vor allen Dingen nicht sein absurdes Ende.