

MARIO KELLERMANN

# Erektionen des Egos

Gespräche mit dem Selbst

Codierungen

TREDITION

© 2018 Dr. Mario Kellermann  
Umschlaggestaltung: Pradeep Premalal  
Verlag & Druck: Tredition GmbH, Hamburg

Hardcover ISBN 978-3-7469-6080-7  
Paperback ISBN 978-3-7469-6079-1

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Alle Rechte vorbehalten.

# Inhalt

Genesis 7

Wie ich es gerne hätte 11

Glauben 13

Bewusstsein 17

Erleben 21

Das Ich als Illusion 25

Kurze Momente 28

Das Ich als Ich 30

Anteile 32

Balance 36

Erklärungen 41

Artefakte 45

Fetische 48

Glaubensbekenntnisse 51

Das, was du siehst 55

Offenbarungen 60

Alles bedeutet für niemanden dasselbe 65

Störungen 68

Gott 71

Verantwortung 73

Wert 79

Kommunionen 83

Selbstwert 87

Kritik 89  
Lust und Leben 91  
Gewohnheit 95  
Das Böse I 98  
Rahmen 101  
Alles, was du glaubst 107  
Innen und außen 111  
Gedanken, die ich nicht will 115  
Tiefe 118  
Gelassenheit und Stärke 121  
Das Böse II 123  
Das Böse III 127  
Macht I 130  
Macht II 133  
Widerlinge gibt es überall 136  
Gegenmittel 139  
Wollen und Sein 141  
Selbstbeherrschung 143  
Anfang und Ende 145

»Alles, was ist, ist Ich.«  
Johann Gottlieb Fichte

## Genesis

*Wer bist du?*

Ich bin das Ego.

*Das was?*

Das Ego. Das Ich, das Selbst ... Nenn mich,  
wie du magst.

*Und was willst du von mir?*

Ich gehöre zu dir.

*Aber ich habe mein eigenes Ich. Das bist nicht du!*

Bist du dir wirklich sicher?

*Ja, das bin ich.*

Woran merkst du das?

*Was soll die dämliche Frage?*

Vielleicht ist die Frage gar nicht so dämlich,  
wie du denkst.

*Wie meinst du das?*

Du spürst dein Ich erst, wenn es gegen etwas stößt.

*Aber ich stoße gegen nichts! Ich sitze einfach nur hier und trinke Kaffee.*

Du fühlst den Stuhl, die Temperatur. Du spürst deinen Körper. Du hörst meine Worte, gegen die du ebenfalls irgendwann einmal gestoßen bist. Wenn all das nicht wäre, nähmst du dich selbst nicht wahr.

*Auch wenn ich mit Menschen spreche?*

Immer.

*Egal, was es ist?*

Völlig egal. Es kann ein Baum sein, ein Stück Erdbeertorte, eine Schraube ...

*Und weshalb bist du hier?*

Du erschaffst mich ständig neu. Jede Sekunde.

*Wie kann ich das verstehen?*

Du hörst, siehst und fühlst Dinge, die du Welt nennst. Erst durch das, was du nicht bist, bemerkst du, dass du bist. So entsteht Bewusstsein.

*Und was hält mich zusammen?*

Ich entstehe scheinbar aus dem Nichts. Bereits wenige Augenblicke reichen aus.

*Wann fängt das an?*

Mit deiner Geburt. Es kommen Menschen auf dich zu. Sie erzählen dir, dass sie Oma, Opa oder Tante Hilde heißen. Alles Weitere um dich herum erhält ebenfalls Namen – selbst eine Ameise oder die schlechte Laune deiner Mama.

Und auch du wirst mit Lauten gerufen, bei denen du anfängst zu reagieren, wenn du sie hörst.

*Ich hasse meinen Namen!*

Es ist absolut nebensächlich, ob du ihn hasst oder nicht. Du springst darauf an. Dein Name, die Reaktionen anderer, deine Lebensgeschichte, deine Selbstgespräche: Das alles

macht dich zu dem, was du bist. Das alles schnürt dein Korsett, das du Ich nennst.

*Aber ich habe doch eine Geschichte.*

Du glaubst, eine zu haben. Je mehr du das denkst und je mehr es dir die anderen bestätigen, desto mehr richtet sich dein Ich danach aus.

*Meinst du mein Ich oder mein Ego?*

Es ist dasselbe. Ego ist bloß die lateinische Bezeichnung für mich.

*Aber dieser Begriff klingt immer so negativ. Ad hoc denke ich an Egoisten, Egomanen oder Egozentriker.*

Psychologen borgen sich gerne meinen Namen aus, wenn es Menschen an Einfühlungsvermögen oder ethischem Bewusstsein fehlt. Dann basteln sie an ihm herum, pappen ein paar Buchstaben dran und fertig ist eine neue Kreation des Asozialen.

Ganz nackt betrachtet, steht das Wort Ego für das reine Ich in seiner Selbstwahrnehmung. Es bedeutet weder gut noch böse. Der bittere Beigeschmack entsteht erst durch dein Denken.



»Ich beobachte mich und verstehe dadurch  
die anderen.«

Laotse

## Wie ich es gerne hätte

*Was geschieht mit dir, wenn du quälst oder tötest?  
Wieso kannst du dich freuen, wenn du Akten sor-  
tierst? Und warum fährst du hunderte von Kilome-  
tern, um einen Fleischklops zu essen, der in deiner  
Stadt ebenso lecker angeboten wird?*

Das ist alles nicht so einfach, wie du es gerne  
hättest.

*Wie ist es dann?*

Es ist so wie beim Putzen.

*Beim Putzen?!*

Nimm es als Beispiel für alles, was du tust.

Ab und an mache ich sauber, weil ich Lust  
dazu habe. Es kann auch sein, dass es notwen-  
dig ist. Ich könnte es tun, weil innere Zwänge  
mich dazu treiben.

*Es könnte mich jemand dazu drängen.*

Oh ja, natürlich. Du könntest aber ebenso putzen, weil dein Gott es so mag.

*Oder weil ich mich in einer sauberen Wohnung wohler fühle.*

Es kann sein, dass du nur zufällig einen Lappen in der Hand hältst und es aus Langeweile machst.

*Oder weil der Duft des Putzwassers mich an meine Kindheit erinnert.*

Vielleicht tust du es für Lob oder Aufmerksamkeit.

*Ich könnte es machen, um meinen inneren Schweinehund zu besiegen.*

Merkst du, dass es unendlich viele Gründe gibt, weshalb ich etwas tue oder nicht tue? Und die Suche nach dem Warum öffnet immer neue Tabernakel.

*Du hast Recht, es ist wirklich nicht so einfach, wie ich es gerne hätte.*

*»Der Mensch ist seiner Beschaffenheit nach  
ein religiöses Tier.«  
Edmund Burke*

## Glauben

*Aber wer oder was genau bist du?*

Ich bin immer das, was du glaubst, dass ich es wäre.

*Was ist denn das wieder für eine bescheuerte Antwort?*

Es ist meine Reaktion auf deine Frage. Was willst du denn hören?

*Jedenfalls nichts, woran ich glaube!*

Alles, was du denkst, besteht aus purem Glauben.

*Ach was! Vielleicht auch, wie ich mir meinen Tee zubereite oder die Zähne putze?!*

Wenn du wüsstest, auf wie viele verschiedene Arten man sich Tee zubereiten kann.

*Stimmt. Das war ein ziemlich schlechtes Beispiel.*

Oh nein, das war ein verdammt gutes. Frag Teemeister Takahashi aus Japan. Beobachte einen Ostfriesen in seiner Deichstube an der Nordsee. Du kannst auch einen Engländer nehmen, der mit Teeblättern aus Indien handelt. Jede Erklärung folgt ihren Glaubensbekenntnissen und Ritualen. Und sie alle haben ihre Sakramente und Heiligtümer.

*Zum Beispiel, ob ich Kandiszucker nehme oder nicht?*

Alles, was du dir vorstellen kannst: Blattauswahl, Zubereitung, Trinkgewohnheiten ...

*Sicher auch, welches Sieb das beste ist?*

Ganz bestimmt!

*Aber was für Rituale gibt es schon groß beim Teeko-chen? Es ist doch nur heißes Wasser, das man über Blätter gießt.*

Lass das mal keinen Ostfriesen hören!

*Wieso?*

Da ist das Teetrinken ein Akt ... eine Zeremonie.

*Wie meinst du das?*