

WIR ALLE HABEN EINE MISSION

SEBASTIAN GRONBACH

im Gespräch mit Maria A. Kafitz

Maria A. Kafitz | Herr Gronbach, im Jahr 2008 dreht sich in *a tempo* vieles um «Ressourcen und Energie». Letztere lässt sich ja nicht nur als etwas begreifen, das beispielsweise aus der Steckdose kommt. Was verbinden Sie mit dem Begriff «Energie»?

Sebastian Gronbach | Es gibt nur eine Energie. Früher dachte ich, es gäbe viele unterschiedliche Energien. Aber ich habe umfassend erfahren, dass es in Wirklichkeit nur eine einzige Energie gibt. Diese eine Energie erscheint manchmal als Mensch oder als sein Gedanke – manchmal erscheint sie als Baum oder kommt aus der Steckdose. Es gibt verschiedene Formen, in denen sich die eine Energie höchst unterschiedlich ausdrückt. Eine Ausdrucksform sitzt mir gerade gegenüber, eine Ausdrucksform spricht gerade und viele Formen lesen diesen Artikel – die Energie dahinter ist immer dieselbe. Wir denken, dass wir lauter verschiedene Energien sind – letztlich ist das der Grund für allen Schmerz und das Gefühl der Getrenntheit, die aber eine Illusion ist. Das ist der Kern aller Weisheitslehren. Religion ist eine davon und in ihrer Sprache würde man sagen: Gott ist überall, aber überall anders. Gott ist in Ihnen und in mir. Gott ist in demjenigen, der diese Zeilen jetzt gerade liest. Das sind die unterschiedlichen Perspektiven des einen Gottes.

MAK | Dann ist Gott nicht nur Energie, dann ist er immer auch mehr ...

SG | Ein anderes Wort für Gott ist «Weltengrund», ein weiteres «Nirwana». Letztlich ist es etwas, was sich unseren Worten entzieht – aber jeder, wirklich jeder kann ganz einfach und unmittelbar diesen Gott fühlen. Es ist das Gefühl, das Sie immer schon kannten und das jede Ihrer Veränderungen begleitet hat. Dieses tiefe «Ich-bin-Ich-

Gefühl». Wenn Sie das fühlen, dann fühlen Sie Gott. Sie fühlen dann dasselbe Gefühl wie ich und wie jeder, der diese Zeilen jetzt liest. Durch uns fließt dieselbe Energie – wir geben ihr nur individuelle Formate.

MAK | In den Medien hört und liest man momentan, dass wir in einer Zeit der «neuen Spiritualität» wären. Bei Maybrit Illner beispielsweise sitzt auf einmal Hape Kerkeling und spricht ganz öffentlich über seine spirituelle Sinnsuche auf dem Jakobsweg. Welchen gehen Sie?

SG | Viele spirituelle Sinnsucher gehen heute viele gute Wege – die Auswahl und Qualität war nie größer. Mein Erkenntnisweg ist ein relativ moderner. Es ist der anthroposophische Erkenntnisweg, der von Rudolf Steiner auf der westlich-philosophischen Kultur aufbaut und gleichzeitig die Weisheit des Ostens integriert. Es ist die Gleichzeitigkeit von spiritueller Weisheit und tiefer Menschlichkeit.

MAK | Können Sie ein paar Stationen auf Ihrem Weg beschreiben?

SG | Wie auf jedem guten geistigen Weg gibt es zwei völlig unterschiedliche Stationen. Die erste Station ist der Start. **Zum Start werden wir durch ein Gefühl getrieben: unsere brennende Sehnsucht des seelischen Unbefriedigtseins.** Mick Jagger konnte ein Lied davon singen: *I Can't Get No Satisfaction*. Geistige Sinnsucher werden immer von Sehnsucht getrieben. Bis sie eines Tages ankommen. Tiefer, umfassender und nicht zu beschreibender Friede dehnt sich dann aus – in alle Richtungen. Man steht dann in der Erfüllung aller Sehnsüchte. Das ist die zweite Station – manche bleiben dort, denn es ist im wirklichen Sinne das Paradies. Andere



gehen weiter und schöpfen dabei aus dem Vollen. Bis zu dieser Station hatte man eine Million schmerzliche Fragen in sich und musste leidvoll die Antwort suchen – jetzt hat man zehn Millionen enthusiastische Fragen in sich, aber die Antworten kann man nicht mehr suchen. Man muss sie geben.

MAK | Das klingt nach einem hohen Anspruch – und Sie meinen, ihm gerecht werden zu können?

SG | Ich habe Lust auf diesen Anspruch. Ich denke, das geht vielen so. Als Autor habe ich mir vorgenommen, ein gutes Buch zu schreiben und gleichzeitig ein besserer Mensch zu werden. Es ist schwer, seinen Job gut zu machen und synchron ein guter Mensch zu sein. Aber wenn mir etwas wichtig ist, dann das. Wenn der Leitspruch «**Walk like you talk**» ist, dann kann man natürlich den Anspruch senken, um nicht ständig darüber zu stolpern – oder man steckt ihn höher und lernt besser zu springen, um seinem Anspruch so gerecht zu werden.

MAK | Das ist der Anspruch, authentisch zu sein. Ab wann aber ist man keine Fälschung seiner Selbst mehr, also «echt»?

SG | Echt zu sein ist erst einmal der Aufruf an mich, ehrlich zu sein – mit mir im Reinen zu sein. Ich habe Schattenseiten. Ich bin verliebt in mich, ich habe große narzisstische Anteile und ich bekomme gerne Applaus. Alles Motive, warum ich hier sitze und mit Ihnen spreche. Der Aufruf authentisch zu sein, also echt und mit sich im Einklang, dieser Aufruf kann sich doch jetzt nicht auf diesen absurd lächerlichen Teil meiner Persönlichkeit beziehen, oder?

MAK | Das ist zu hoffen. Aber worauf bezieht er sich denn?

SG | Auf den Teil, der ich auch immer schon bin. Diese eine Energie, über die wir am Anfang sprachen. Menschen können sich entscheiden, mit dem absurden Teil ihrer Persönlichkeit authentisch zu sein – oder mit dem heiligen Teil. Dieses Heilige ist nirgendwo draußen. Es muss nirgendwo gesucht werden. Es ist immer da, wenn wir in unserem «Ich-bin-Ich-Gefühl» ruhen. Ich schlage also vor, sich mit dem Absurden zu versöhnen, mit dem Ewigen in uns aber zu vereinen und dann loszumarschieren und die Welt besser zu machen. Wer, wenn nicht wir? ▶





SEBASTIAN GRONBACH |

► **MAK** | Diesem «Aufruf» werden wohl nicht viele folgen wollen – oder können.

SG | Das stimmt, denn was denken Sie, wie viele Menschen auf der Welt überhaupt in der Lage sind, zu lesen? Wie viele haben die Ressourcen für solche Fragen? Sie verschenken diese Zeitschrift – die Mehrheit der Menschheit bekommt niemals so etwas zu Gesicht, schon gar nicht umsonst. Wie viele können gesunde Sachen kaufen oder haben auch nur zehn Minuten am Tag Zeit, um über etwas anderes nachzudenken als darüber, wie man überlebt? – Sie und ich und jeder, der das liest, lebt einen elitären Luxus – wir haben alle wirklich große und kleine Sorgen, Nöte und Wunden. Aber wir genießen den Luxus, das zu tun, was wir genau in diesem Augenblick tun: Wir machen uns Gedanken um Dinge, die über den Kampf ums physische Überleben hinausgehen. Aus diesem Privileg leite ich für mich eine Verantwortung ab. Wenn jemand wach wird und weiß, was in dieser elitären Lage zu tun ist, dann hat er seine Mission gefunden.

MAK | Mission! Mit diesem Begriff landen wir quasi mitten auf und in Ihrem ersten Buch, dem Sie ja ganz bewusst den Titel *Missionen* gegeben haben.

SG | Mir ist klar, dass Mission ein großes Wort ist und auch eines, das negative Assoziationen weckt. Aber erstens habe ich den Plural gewählt, um deutlich zu machen, dass es so viele Missionen gibt, wie es Menschen gibt. Zweitens bin ich der Ansicht, dass Menschen ein Problem mit diesem Wort haben, weil sie spüren, dass sie eine Mission haben, aber entweder nicht wissen welche oder Angst davor haben,

dass ihr Leben einen missionarischen Charakter hat. **Wer sein Leben als Mission versteht, der kann sich nicht mehr verstecken.** Er steht nackt im Wind.

MAK | Und – welche Mission haben Sie, Herr Gronbach?

SG | Mich zu zeigen, damit andere sich zeigen und gemeinsam etwas Neues entsteht. Ich zeige meine Schatten, Defizite und Wunden. Ich beweise, dass man über wirklich alles reden kann! Auch über sein Licht. Ich will leuchten, strahlen, selbstbewusst sein und dadurch anfeuern, anregen, aufmuntern – von mir aus auch aufregen. Ich will, dass möglichst viele aus ihrem Ego herauskommen und mit mir und allen anderen um die Wette leuchten. Wenn sich jemand durch mich provoziert fühlt und somit aus sich herausgeht, dann ist schon ein Teil der Mission erfüllt. Dieser Mensch stellt sich hin und gibt Kontra, dieser Mensch zieht seine geistige Waffe und sagt: «So geht es nicht, Herr Gronbach!» Und plötzlich stehen wir da, und es ist ein Ereignis – wir sind herausgehoben aus diesem täglichen «Irgendwie und Allerlei». Das finde ich großartig! Ich glaube, dass man sich heute nach so einem Duell wieder versöhnen kann – und dann geht es erst richtig los.

MAK | Woher kommt Ihr Drang, sich öffentlich zu äußern, sich darzustellen? Denn Sie sind ja nicht nur «in» Ihrem Buch, sondern auch seit einigen Jahren Autor der Zeitschrift *info3*. Sie sind nicht nur auf Veranstaltungen und halten Vorträge, sondern jeder kann Sie täglich im Internet «anfassen» und beurteilen, verstehen und hinterfragen, den Kopf schütteln oder Ihnen gedanklich zu Füßen liegen ...

Sebastian Gronbach wurde 1969 in Köln geboren, gründete nach dem Studium einen mobilen Kulturservice und ist seit 2001 Autor und Redakteur der Zeitschrift «info3» und des Newsletters «inmedia». Er ist Mitbegründer der «Firma für Anthroposophie» und als Seminarmacher und Vortragsredner vielerorts unterwegs. Im Februar erschien sein erstes Buch: «Missionen. geist bewegt – alles».

Lesungen und Gespräche mit Sebastian Gronbach:

15.03: Buchmesse Leipzig, Forum Halle 4, Stand D 107, 15.00 Uhr

04.04.: «Kulturhaus Oskar» – Haus der Anthroposophischen Gesellschaft NRW, Oskar-Hoffmann-Straße 25, Bochum, 20 Uhr

11.04.: «Buchhandlung Stein», Berrenrather Straße 203, 50937 Köln, 20 Uhr

Genauere Infos und viel Lesenswertes von und somit über Sebastian Gronbach unter:

<http://anthonrw.blogspot.com>

SG | ... wobei mir «gedanklich zu Füßen liegen» am liebsten ist. Im Ernst: Besonders zu Beginn meines öffentlichen Daseins gab es große narzisstische Anteile – ich habe niemals einen Hehl daraus gemacht. Im Gegenteil. Seit einiger Zeit verliert dieses Ego zugunsten einer anderen Kraft an Bedeutung, und Öffentlichkeit ist dabei das beste Kontrollorgan dafür, ob ich wirklich aus der «einen Energie» oder aus dem Ego heraus spreche. Es ist die «eine Energie», von der wir sprachen – sie macht angstfrei. Denn diese Energie bin ja immer ich und somit kann mir nichts passieren. Man kann Sebastian verletzen und Sebastian wird verletzt – aber was jammert dann? Das Ego. Dasjenige aber, das sich Sebastians und jeder Leserin und jedes Lesers bewusst ist – jammert nie. Anthroposophie ist eine hervorragende Methode, um das sterbliche Ego zum Schweigen zu bringen und das unsterbliche Heilige durch sich sprechen zu lassen – das will ich öffentlich realisieren und Öffentlichkeit ist dabei meine größte Hilfe. Ich bin dankbar für jede Unterstützung.

MAK | Gibt es denn einen Weg zu dem, was Sie Mission nennen, den jeder gehen kann?

SG | Viele Menschen werden heute von ganz außergewöhnlichen spirituellen Lehrern inspiriert und motiviert oder von alten Mythen und traditioneller Religion. Immer wenn diese Menschen sich etwas widmen, das größer ist als sie selbst, dann ist das ein Schritt zu ihrer Mission. **Niemand soll sich schämen, wenn er über sich hinauswachsen will, und es hilft, wenn man sich dazu bekennt.** Ich weiß, dass viele Menschen berührt sind von dem, was Paulo Coelho den «Krieger des Lichts» nennt, dessen Herz zu ihm spricht: «Wenn du öffentlich deine Ideen vertrittst, musst du dich bemühen, ihnen entsprechend zu leben.» Und da er denkt, was er sagt, wird der Krieger am Ende zu dem, was er sagt. In Wirklichkeit ist dasjenige, was größer ist als man selbst, nichts außerhalb von einem. Es ist eben dieses Eine, dieses unsterbliche Große, was wir selbst und in jedem Augenblick sind. Neben diesem «geistigen Strecken» nach dem Großen in uns braucht aber jeder Mensch ein «soziales Beugen» zu denjenigen, denen es schlechter geht als ihm – er braucht Mitmenschlichkeit. Rudolf Steiner nennt das die «Goldene Regel»: «Wenn du einen Schritt vorwärts zu machen versuchst in der Erkenntnis geheimer Wahrheiten, so mache zugleich drei vorwärts in der Vervollkommnung deines Charakters zum Guten.» Das zu verwirklichen, ist eine Energieleistung. Wir sind diese Energie – und sie will durch uns verwirklicht werden. ■

geist bewegt – alles

er Spiderman Harry G. Frankfurt Heiner Barz Dirk
r Andreas Laudert Kamerad Thor Christus Chet Baker
d Jean Paul **sebastian gronbach** Wilhelm
x Brod Wassily Kandinsky Christian Morgenstern Kurt
Vater
r Albert Utz
z René Goscinny Kapitän
r Thomas
r Schüring Polyainos Pausanias Pinnus der Ältere Horst
ll Joseph Mengele Lehrer in Osama Christian Pfeiffer
ze Albert Schmelzer Mathias Wais Ahriman Luzifer
r Teufel Tim Struppi Fettes Brot Großeltern Johannes
Campbell Michael Ende Bastian Balthasar Bux Parzival
r Anderson Neo August Renoir Toilettenfrau Kassierer
r Demian Emil Sinclair Marco Vincent van Gogh Ärztin
ca Roemischer Peter Sloterdijk Osho Heinz Rühmann
Bundy Homer Simpson Paris Hilton Jürgen Domian
Goethe Georg Wilhelm Friedrich Hegel Stefan George
dt Elizabeth Debold Jack Bauer Andrew Cohen Keanu
Jfgang Amadeus Mozart Simone Christoph Kolumbus
stian Grauer König Midas Jörg Ewertowski Manfred
or Terminator Herbert Hahn Momo Terry Cole Whitaker
Wir **verlag freies geistesleben** Bob Dylan
eidegger Immanuel Kant Michel Foucault Owen Barfield

www.geistesleben.com

Mit einem Nachwort von Jelle van der Meulen
244 Seiten, Klappenbroschur
€ 14,90 (D) / € 15,40 (A) / sFr 27,90
ISBN 978-3-7725-2077-8

Geist bewegt – alles!

Sebastian Gronbach zeigt, dass Spiritualität nicht nur sanft, friedlich und lieb, sondern auch direkt und kämpferisch sein kann – sein will.

Wir haben uns daran gewöhnt, dass Spiritualität sanft, ganzheitlich und tolerant ist. Sebastian Gronbach tritt anders auf. Einseitig, manchmal auch verletzend. Er hat gute Gründe für seine Provokationen, stellt sich mitten in die Zeit und verkündet fröhlich und authentisch ein anderes Verhältnis zur Spiritualität.

Seine erste Quelle sind seine eigenen Erfahrungen und daher berichtet er über die dunkeln Seiten genauso schonungslos, wie er über spirituelle Transformation spricht. Biografische Erlebnisse verbindet er mit seelischen Phänomenen und erzählt von seinen Schatten, seinem Leuchten und: von seiner Mission – weil er will, dass auch die Leserinnen und Leser zu ihrer Mission finden. Weil er sich danach sehnt, dass sich Missionen vereinen. Und so hat er ein Buch geschrieben, das jeden auffordert, Position zu beziehen.