

Jans-Ekkehard Bonte

Selbsterkenntnis und Eigensinn

***Eine Kollage, das Verlernen von Nach-Denken einzuüben
und dafür die Lust am Neu-Denken wiederzufinden***

Von der Website <http://www.selbsterkenntnis-eigensinn.de>
-> "Download"
kann der Text im jeweils letzten Bearbeitungs-Stand
geladen und gedruckt werden.

(Stand 01.06.2012
Textteil: 569 S., als PDF-Datei derzeit ca. 2,1 MB,
Anhang: 129 S., als PDF-Datei derzeit ca. 0,5 MB;
der Anhang ist nur in der website zu lesen)

Ihre Kommentare bitte an <info AT selbsterkennntnis-eigensinn . de>.

Zusammenfassung

Wer oder was in der 'Selbsterkenntnis' könnte dieses Selbst wohl sein und was erkennt es wohl alles und wie. Wie antworte ich, dieses Selbst, auf das Erkannte und wie zeigt sich darin mein Eigensinn? Um welche Wahrheiten, welchen Wahn oder welchen Glauben geht es dabei? Wie können Denken und Gedanken, Fühlen und Gefühle zusammengeführt und zum Frieden gebracht werden? Wie komme ich zum Frieden? Was sind dabei Gedanken, was ist greifbare Realität? Gibt es denn 'Realität'?

Warum tun wir das, was wir tun, und, warum so, wie wir es tun? Wer bin ich? Wer oder was sind für mich diese Ich, Selbst, Seele, Geist, Körper? Wie groß ist der Einfluss familiärer Herkunft? Welche Verantwortung tragen wir für andere Menschen? Kann man innere Freiheit gegen äußeren moralischen Druck aufrecht erhalten? Darf man glücklich sein, während es so erscheint, als wenn die Welt ringsum in Scherben bricht? Ist Schicksal Vorherbestimmung oder die Folge eigener Entscheidungen? Welche Dinge sind es wert, weitergegeben zu werden?

Was heißt "Freier Wille"? Wie ist das mit der Selbstverantwortung? Freier Wille mit Selbstverantwortung, was meint das eigentlich? Hat meine Freiheit, mich zu entscheiden, auch Grenzen? Was ist eine Entscheidung? Kann meine getroffene Entscheidung außerhalb meiner Selbstverantwortung liegen? Kann ich dieser Freiheit zu entscheiden oder dieser Verantwortung für die getroffene Entscheidung ausweichen? Wie werde ich frei und komme dahin, ein zufriedenes Leben zu führen? Was finde ich an Hindernissen am Wege dahin und wie löse ich die auf? Doch, wenn ich Recht haben will, dann ist Selbsterkenntnis mein Ding nicht - nur, wenn ich frei sein will. Recht haben wollen, das ist Eigensinn. Eigensinn macht mich leiden, denn Erwartung ist die Quelle von Groll.

Es werden hier Denk-Modelle vorgestellt und miteinander verbunden. Ich gehe aus von Amication, dem Beziehungsmodell von Freundschaft mit Kindern. Es geht um Selbstbestimmung von Geburt an, um Selbstverantwortung. Einbezogen werden insbesondere Modelle aus The Work von Byron Katie, der Pfadarbeit von Eva Pierrakos, aus ARS REGIA von Siegfried Hermerding sowie von Heinz v. Foerster mit dem Konstruktivismus, Arno Gruen mit Psychoanalyse und den von Kognitionswissenschaften. Das sind Modelle - was ist wirklich? In www.psychophysik.com, dem Online-Magazin, fand ich sehr vieles, das den soliden wissenschaftlichen Hintergrund aufzeigt für das, was ich hier von der ganz persönlichen Seite nahe zu bringen versuche.

Und für wen schreibe ich dies? In erster Linie für mich selber, zu meiner Klärung. Schreibend kann ich mich meinem Unwissen annähern, kann mich meinen Glaubenssätzen und Grundüberzeugungen annähern und sie prüfen. Jede neue Überarbeitung wirkt wie ein reinigendes Feuer, das Schlacken von mir abfallen lässt, die so oft zu schmerzhaften Wallungen führten.

Aber ich schreibe auch für die Menschen - und die möchte ich gerne kennen lernen (Mail an info@selbsterkenntnis-eigensinn.de) -, die von den vielen möglichen Wegen der geistigen Entwicklung Freude an ähnlichen wie meinem Weg haben. Vielleicht fühlen sie dazu Resonanz, dass nicht nur Wege des Glaubens in die Freiheit führen, sondern auch realere, von den vielen Glaubenssätzen befreiende, leibhaftigere Wege. Diese Wege kann man sich erarbeiten und erüben - doch ohne zu verfallen in Arbeiten, Üben - Wege zur mitfühlenden und beherzten Teilhabe am Spiel des Lebens als königliche Kunst.

Und nicht zuletzt, ich schreibe das hier auch als Begründung und Anlage zu meiner Patientenverfügung (Website, 13-Anhang).

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG	11
1.1. MEINE VERANLASSUNG	11
1.2. REDEN — NICHTREDEN	16
1.3. LESEN	18
1.4. GESELLSCHAFT	27
1.5. WIR-SYNDROM UND HERRSCHAFT, OPFER UND TÄTER	43
1.6. KRIEGSKINDER UND IHRE KINDER	62
2. GLAUBENSSÄTZE?	91
3. FRAGEN UND ANTWORTEN	95
3.1. WARUM FRAGEN?	95
3.2. WELCHE ANTWORTEN?	97
3.3. BEWUSSTMACHEN	101
4. WISSEN UND WAHRHEIT?	107
4.1. DATEN, INFORMATION UND WISSEN	107
4.2. BILDER	120
4.3. SPRACHE	122
4.4. SCHREIBEN	130
4.5. WAHRNEHMEN	132
4.6. OBJEKTIVITÄT	139
4.7. WAHNNEHMEN	150
4.8. VORSTELLUNGEN	153
4.9. GEDANKENFEHLER AUFLÖSEN	156
4.10. ÜBERZEUGUNGEN	159
4.11. URTEILEN	167
4.12. SELBSTVERANTWORTUNG	170
4.13. SCHULD	186
4.14. ENTSCHEIDUNG	191
4.15. ETHIK	195
4.16. WISSENSCHAFT	196
4.17. MODELLE	204
4.18. LEBEN	206
5. ABSICHTEN	213
5.1. BEFRIEDUNG	213
5.2. WESSEN ANGELEGENHEIT?	217
5.3. WESSEN GEWINN?	221
6. WER UND WAS BIN ICH?	223
6.1. KÖRPER	223
6.2. VERSTAND	237
6.3. GEHIRN UND GEIST	243
6.4. SYSTEME	264
6.5. BEISPIEL KRANKHEIT	267
7. WO UND WAS IST ICH?	309
7.1. LEBENSENERGIE	309
7.2. LEIBHAFTIGKEIT	315
7.3. GLAUBEN	320
7.4. ERINNERUNGEN	328
7.5. DAS ICH	330
7.6. DAS ICH UNTERSUCHEN	340
7.7. GEIST- UND SEELE-MODELLE	385
7.8. LERNEN	387
7.9. GEIST — SELBST	389
7.10. HÖHERES SELBST	394
7.11. NIEDERES SELBST	398
7.12. INNERES KIND	403

7.13	WELCHES ICH.....	405
8	WER ANTWORTET?	409
8.1	ENTSTEHEN VON WISSEN	409
8.2	ENTSTEHEN VON GEDANKEN.....	413
8.3	UNTERSUCHEN VON GEDANKEN.....	419
8.4	MASKE AUFSETZEN	441
8.5	KINDER	444
8.6	BEISPIEL KINDERRECHTSBEWEGUNG.....	456
8.7	ERZIEHUNG	476
8.8	MASKE ERKENNEN.....	481
8.9	MASKE ABLEGEN	485
8.10	AUFMERKSAMKEIT UND VERGEBUNG.....	491
8.11	EIN BISSCHEN NÄCHSTENLIEBE.....	495
8.12	DIE AMICATIVE PRAXIS	500
8.13	SELBSTLIEBE - VERÄNDERN UND ERINNERN	502
9	EIGENSINN	505
9.1	DAS BÖSE	505
9.2	SÜNDE.....	509
9.3	BEISPIELE ERZIEHUNG UND TECHNIK	514
9.4	SINN SUCHEN	517
10	EIN KLEINER AUSFLUG IN DIE MYTHOLOGIE.....	521
10.1	WANDLUNGEN	521
10.2	DIE WALTUNGEN	524
10.3	BEWUSSTSEIN	525
10.4	GNOSIS.....	527
10.5	ERLÖSUNG.....	531
11	WAS SOLL DAS ALLES?.....	535
11.1	SICH EINRICHTEN ODER LOSLASSEN.....	535
11.2	RECHTHABEN ODER LEBEN.....	540
11.3	REGELN ODER CHAOS.....	541
11.4	WELLEN ODER TEILCHEN.....	545
11.5	LICHT ODER DUNKEL.....	549
11.6.	DAS HOSIANNA-Projekt	554
11.7	SELBSTLIEBE: DAS GROBE GANZE	562
12	REDEN — NICHTREDEN.....	567
13	ANHANG	571
13.1	FREUNDSCHAFT MIT KINDERN - HEFT 4 - 09/1982	571
13.2	"WAHNNEHMEN" ODER DIE VIRTUELLEN VIREN	677
13.3	PSYCHOPHYSIK	686
13.4	DAS ARBEITSBLATT FÜR THE WORK.....	694
	A. Schriftlicher Teil - Gedanken auf Papier festgehalten.....	694
	B. Der Schlüssel zu The Work of Byron Katie®	696
135	ÜBER DEN VERFASSER	698

"Folge nicht den Spuren der Meister. Suche, was sie gesucht haben."
Aus dem Zen

Mullah Nasrudin vermisst seinen Schlüssel als er spät abends vom Teehaus nach Hause kommt. Ein Nachbar sieht ihn unter der Laterne vor dem Haus suchend auf den Knien herum rutschen.
"Was habt Ihr verloren, Mullah?" – "Meinen Schlüssel" sagt Nasrudin.
Eine Weile suchen beide zusammen; dann sagt der andere "Wo ist er Euch denn heruntergefallen?" – "Unterwegs vom Teehaus" – "Ja, um Himmels Willen, warum sucht Ihr dann hier?" –
"Na, hier ist doch mehr Licht!"

Nach Idries Shah
"Die Sufis – Botschaft der Derwische, Weisheit der Magier";
München: Diederichs, 1989

1. Einleitung

1.1. *Meine Veranlassung*

"Und wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge, so würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen". Dieser Luther-Spruch kommt mir oft in den Sinn, wenn ich Freunde treffe, die sich mit Endzeit-Prophezeiungen auseinandersetzen. Sie suchen nach den garantiert sicheren Methoden, solche Zeit des Umbruchs heile, z.B. als Lichtkörper, zu überstehen. Bei diesen Methoden wird nur zu oft übersehen, dass es dabei wohl weniger um das Finden eines sicheren Ortes gehen kann als um das Entfalten von Bewusstheit. Es geht um das Finden von Klarheit und Frieden im eigenen Kopf, um Liebe und Wahrheit im eigenen Herzen. Es geht um Wandlung, um Sterben. Denn Leben ist ständiges Absterben und Neuwerden, nicht das Festhalten an Gedanken-Gebäuden, an Konzepten, wie Leben zu funktionieren habe.

Es gab und gibt aber anscheinend in Deutschlands Geisteswelt einen Hang zur Schicksalsergriffenheit¹, einen verhängnisvollen Drang zur Flucht in die willige Abtretung eigener Verantwortung an unklare geschichtliche Bewegungsgesetze. Die Neigung, in Ausnahmesituationen jede lebenspraktische Tatkraft des freien Menschen als vergebliche Liebesmüh abzutun und lieber von welthistorischen Wirkmächten zu raunen, ist ziemlich lebendig. Die Neigung, in Krisenzeiten "Feuer" zu rufen und darauf stolz zu sein, ist ein Verrat derer, die einen klaren Kopf bewahren könnten, an denen, die auf gangbare Wege hoffen. Wenn Menschen einander ermutigen und wir Vertrauen in uns setzen, statt sich als Schicksalspropheten zu gefallen - dann sind Krisen keine Götterdämmerung mehr, sondern werden zu rationalen Fragen mit rationalen Antworten. Ich glaube, wer Zukunft nicht aktiv gestaltet, hat keine. Oder will keine. Deshalb bin ich für Zukunftsoptimismus, aber auf der Grundlage der persönlichen Bereitschaft zur Gestaltung dieser Zukunft. Deshalb will ich wissen, um zu verstehen.

"Alles, was du jemand anderem sagst, ist, damit du es hörst. Wer hört nicht zu?" Dieser Satz schließlich gab den Anstoß, hier nun für mich aufzuschreiben, was ich anderen Menschen in Therapiesituationen oder in Mailinglisten oft erzählt habe. Denn ich habe bemerkt, dass einige danach

¹ schrieb in der morgenpost. 15.10.2008, Torsten Krauel

etwas weniger leiden an ihrer Welt.

Wenn in einem Gespräch die schwarze, schwere Kanonenkugel, die Atem beklemmend dem Leidenden die Brust füllte, nun sich verwandelt in ein goldenes Schwert der Liebe, das in der warmen, lichten Halle des Herzens schimmert, dann verändert das nicht nur den Leidenden. Dieses Erleben und mein Begleiten dabei macht auch mich froh.

Als ich anfang, im März 1999 unter "Betr.: Enttäuschung, Beziehungsstress: das innere Kind, die Maske, niederes und höheres Selbst" diesen Text zu schreiben, hatte ich noch den Eindruck, einem Geheimnis auf der Spur zu sein, eine Spur, die ich unbedingt mitteilen sollte, um möglichst viele daran teilhaben zu lassen. Das Projekt der Aufklärung ist noch lange nicht vollendet.

Das Zeitalter der Aufklärung (englisch "age of enlightenment", französisch "siècle des lumières"), das Ende des 17. Jahrhunderts in England seinen Ausgang nahm und im 18. Jahrhundert das geistige Leben in ganz Europa und Nordamerika bestimmte, hatte als Grundanliegen, dem Menschen mithilfe der Vernunft zum "Ausgang aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit" (I.Kant) zu verhelfen. Doch der Erkenntnisfortschritt bewirkte schließlich vor allem die Ausarbeitung eines materialistischen Weltbildes. Die spirituellen Dimensionen von Leben warten noch auf "enlightenment", auf die Aufklärung.

Unter Verzicht auf Transzendenz bemüht das materialistische Weltbild sich um eine Deutung der Zusammenhänge im Glauben an den Fortschritt, Fortschritt der Menschheit in eine bessere Zukunft, und dies im Bereich der Vernunft, des Wissens und der Freiheit ebenso wie auf dem Felde der Technik und der Zivilisation. Seit uns Quantenphysik immer neue Modelle zum Weltverständnis anbietet, dürfen wir Transzendenz - und das meint nichts Theologisches oder Esoterisches - nicht mehr ausschließen. Der Realismus (Naturalismus), dessen empiristisch geprägte erkenntnistheoretische Position nur die Körperwelt, das, was man messen, zählen, wiegen kann, als real gelten läßt, noch ausgeprägter der Szientismus, der versucht, Methoden und Prinzipien naturwissenschaftlicher Forschung (insbesondere der Physik) auf die Human-, Sozial- und Geisteswissenschaften zu übertragen, mögen für einfache Hypothesen über technische Zusammenhänge gut sein. Für die Wirklichkeiten und Wahrheiten eines persönlichen Lebens greifen sie zu kurz. Die Realisten meinen, sie glauben nur, was sie sehen. Tatsächlich belegt Neuropsychologie, dass wir sehen, was wir glauben!

Mein individuelles Leben erschließt sich mir erst dann in einem wei-

ten Panorama, wenn ich den Teilchen-Welle-Dualismus meiner materiellen Existenz ganz akzeptiere. Dann verlieren Selbstbestimmung, Selbstverantwortung, Selbstliebe ihren hypothetischen Charakter und werden handgreiflich und lebbar in der Buntheit und Vielfalt des Alltags. Und darum geht es mir in diesem Text.

Inzwischen habe ich bemerkt, dass es zahllose ähnliche, vor allem zahllose wissenschaftlich bestätigte Ansätze gibt, die in dieselbe Richtung wie mein Ansatz von 1999 weisen. Menschen, die am liebsten auf intellektuelle Weise ihrem Verstand folgen, haben solche Erfahrungen als esoterischen Schnickschnack von sich gewiesen. Denen kann ich heute sagen, das sind keine okkulten Praktiken, Lehren von Weltanschauungsgemeinschaften, oder "innere Wege" zum Erlangen bestimmter spiritueller Erfahrungen, das ist gut untersucht und es gibt genug Angebote, wo Du selber auf solche Weise Dich erfahren und ausprobieren kannst.

So schreibe ich denn weiter an diesem Text. Denn mit dem Aufschreiben kann auch ich daraus selbst lernen, noch weniger an meiner Welt zu leiden. Es ist ein interessanter Prozess, wie sich mit dem Schreiben, mit jeder Bearbeitung, mein Bewusstsein und damit meine Welt verändern, wie sich "Unsagbarkeit" schärfer profiliert.

Dieses Bewusstsein, wie die Welt funktioniert und wie man darüber sprechen kann, ist nicht etwa eine Marotte im Kopf. Es sitzt tief unter der Haut. Ich habe das täglich im Beruf studieren können. Ich war "Beamter des bautechnischen Verwaltungsdienstes" und habe mir meist in den Schnittmengen von Recht und Technik die Aufgaben gesucht. Juristen und Ingenieure seien natürliche Feinde, heisst es: "Juristen kennen den Weg und suchen das Ziel; Ingenieure kennen das Ziel und suchen den Weg". Die beiden Berufsstände haben ihre Mitglieder vom Beginn des Studiums an grundlegend unterschiedlich sozialisiert.

Eine Fernstraße soll eine Wasserstraße queren. Die zuständige Verwaltung muss das planen. Ihre Ingenieure ermitteln die vorhandenen und die neuen technischen und wirtschaftlichen Tatsachen und geben diese an die Juristen ihrer Verwaltung. Die Juristen kennen die anzuwendenden Gesetze und die einschlägigen Paragraphen für das Planfeststellungsverfahren und erarbeiten subsumierend den Planfeststellungsbeschluss, d.h. sie prüfen, wie die technischen Tatsachen zu den Rechtstatsachen von Paragraphen und deren Rechtsfolgen passen und ordnen diesen Paragraphen weiteren Rechtsnormen unter, bis der *Plan* steht.

Der ganze Weg, von der Idee zur Kreuzung an irgendeinem Schreibtisch bis zum vollendeten Bauwerk in der Landschaft, ist begleitet von

zahllosen Interessenkonflikten, die nach meinem Eindruck weniger aus Tatsachen als insbesondere aus den verschiedenen Herkommen, Denk- und Sprechstilen der Konfliktpartner genährt werden. Ich hatte das Glück, einige Jahre mit einer Rechtsanwältin zusammen zu leben, die die unter Juristen seltene Gabe hat, ihre Fachsprache in schlichte Alltagssprache übersetzen zu können, und von ihr zu lernen.

Und so erlebe ich mich bis heute, auch an diesem Text über "Selbsterkenntnis und Eigensinn", mal nach Art der Juristen den Weg subsumierend, mal nach Art der Ingenieure das Ziel konstruierend. Meist aber füge ich ingenieurmäßig ein Konstruktionselement an das andere, in der Gewissheit, dass jeder Leser seinen Sinn darin finden wird.

Mir erscheint Leben als schrittweises Entscheiden wie beim Bauen. Die Antworten der Architektur sieht der Architekt Ludwig Mies van der Rohe weder in der Form als Endzweck des Bauens noch in der Verabsolutierung der Funktion oder der Vergötzung des technisch Machbaren. Form, Funktion und Technik, all das spielt eine Rolle, aber zuallererst sei Bauen "ein geistiges Problem".²

Noch in anderer Weise erlebe ich mich in zwei Welten. Ich bin Buchhalter und Anarchist, weil beides notwendig ist.³ Als Beamter, eingebunden in Verwaltungs-Hierarchie, ernährte ich meine Familie. Als Missionar für die anarchistische Idee Freundschaft mit Kindern⁴, der Idee grundlegender Selbstverantwortung von Geburt an, bin ich durch unsere Republik gereist. Und auch in diesen beiden Haltungen schreibe ich hier, in der Gewissheit, dass jeder Leser *seinen* Sinn darin finden wird.

Solche Doppelgesichtigkeit empfinde ich nicht als Zwiespalt, kein Hin- und Hergerissensein, im Gegenteil. Ich erlebe das als mein lustvoll neugieriges Umkreisen von einander scheinbar ausschließenden Möglichkeiten. Die tragen jede ihre Wahrheit in sich und erinnern mich dadurch: Die ganze Wahrheit ist unwissbar, und, ich treffe ununterbrochen Entscheidungen über meine Wahrheit.

Die Bewusstheit meiner Wahl bedingt Kritikfähigkeit, die aus der Liebe zu mir selbst und nicht aus uneingestandener Angst vor dem Unbekannten kommt. Diese Kritikfähigkeit ist eine wesentliche Voraussetzung,

2 Das hatte die Welt noch nicht gesehen VON RONALD BERG, 26.3.2011 Sonntaz Kultur

3 WALTRAUD SCHWAB in taz v. 06.03.2010, "Den Kampf für Demokratie feiern" zitiert Volker Schröder

4 Die Gründungssitzung mit Unterschriften (Jans, Hubertus, Ferdinand, Dorothee, Brigitte, Mechtild, Hans-Jürgen, Rosi) unter die Satzung war am 30.10.78. Da hatten wir 8 Leute den Willen, den Verein FREUNDSCHAFT MIT KINDERN – Förderkreis ins Leben zu rufen. Das Registergericht bestätigte am 2.4.79 durch den Registereintrag.

um wirklich von den Quellen der Wahrheit profitieren zu können. Jede bewusst getroffene Entscheidung und die Bejahung ihrer Konsequenzen kann mich befreien von den Konflikten und Schmerzen, die ich gewohnheitsgemäß auf mich zu laden möglicherweise schon als Kind gelernt hatte durch unbewusste Entscheidungen, durch das Zuweisen von Schuld bzw. das Abladen von Verantwortung auf andere, auf die Umstände, auf die Lebensbedingungen. Das sind alles dunkle, kaum greifbare Nebelbänke auf meinem Wege, Nebel von unbefragten Urteilen meiner Lehrer wie z.B. Eltern, Freunde, Bücher, Filme.

Ich treffe meine Wahl in meiner Verantwortung. Ich entscheide, natürlich wohl meist unbewusst, über jede einzelne Reaktion auf alles, was mir in einem langen Leben zustößt. Ich entscheide, ob ich mehr den Stimmen der Liebe oder denen der Angst folgen möchte. Dabei mag es wohl sein, das 80% meiner Entscheidungen bedingt sind durch meine Gegebenheiten, z.B. meine sozialen und biologischen Bedingungen. Diese Entscheidungsfreiheit ist eine Freiheit der Seele und keinesfalls zu verwechseln mit der Willensfreiheit des Verstandes. Verantwortung macht frei.

Mein Schreiben hier auf dem Papier kann nur eine Aneinanderreihung von Wörtern sein. Jeder Absatz bildet eine Kette von Wörtern, die solides, schlüssiges Denken andeutet. Doch tatsächlich ist der Gegenstand meines Schreibens die Betrachtung einer Summe dichter, funktionaler Netze von Verhalten und von Gedanken mit daran hängenden Gefühlen, mancher Absatz eine Kugel, rund, kaum zu greifen. Dennoch vertraue ich darauf, dass jeder Absatz in dem Zusammenhang aller Kapitel dieses Buches dann wieder klar und einleuchtend wird.

Dieser Text ist als immer weiter sich entfaltende Kollage gestaltet. Durch die Montage entstehen Zwischenräume, aus denen ein anderes Licht auf das Montierte fällt. Jedes Kapitel, eigentlich jeder Abschnitt, kann für sich gelesen werden, wenn auch die 76 Abschnitte in 12 Kapiteln sich letztlich erst gegenseitig erklären. Im ersten Drittel habe ich überwiegend einige theoretische Grundlagen zusammengetragen. Im zweiten habe ich deren praktische Durchführung betrachtet und im letzten Ausblicke auf Handfestes in meinem Alltag, das mir solche Theorie und Praxis für mein Leben zu bieten scheinen.

1.2. Reden — Nichtreden

Ich will meine Gedanken hier darstellen, meine Bilder, die dieses Bewusstmachen von "Unsagbarkeit" unterstützt haben. Dieses Schreiben vertieft mein Bewusstmachen. Neue Erklärungen durchdringen zu einer tieferen Ebene, die die vorigen erklärt. Dabei wird erkennbar, dass auch hinter den irrationalsten Verhaltensweisen etwas Verstehbares zu finden ist. - Eigentlich tue ich das für mich; mir macht solche Bastelei Spaß.

Ich bin neugierig, was dabei herauskommt, obwohl mir klar geworden ist, dass ich damit das Gegenteil tue von dem, was ich den Lesern eigentlich hier nahe legen möchte - von den Kopfgeburten abzulassen, um, sich spürend, sich dann dem eigenen Leben zu überlassen. Die Leser werden finden, dass ich oft auf solche Paradoxe stoße.

Die, die es kennen, das dem eigenen Leben sich zu überlassen, werden den Kopf schütteln ob so vieler Worte um eine Selbstverständlichkeit. Aber vielleicht werden sie ja Spaß daran finden, mich an ihrer Erfahrung teilhaben zu lassen, und mich unterstützen, diesen Text besser, klarer zu formulieren. Die, die es bislang nicht für möglich halten, werden den Kopf schütteln ob solcher Phantasien. Aber vielleicht werden sie ja neugierig, das selber auszuprobieren. Vielleicht mögen sie mit ihren Ergebnissen mich dann auch unterstützen, diesen Text besser, klarer zu formulieren. Niemand kann einfach nur lesen, was dasteht; man sieht auch, was nicht drinsteht. (Mail an <info@selbsterkenntnis-eigensinn.de>).

Dieses 'sich selber spürend dem Leben sich zu überlassen', geben sehr klar und schön einige östliche Lehren. Deren Schwierigkeit scheint besonders darin zu liegen, dass die Möglichkeit, die Lehre zu erfahren, in dem Moment schwindet, wenn sie von ihrem Schüler zu einem Konzept, zu einem mit dem Verstand zu Begreifenden gemacht wird. Lehre ist logisch. Logik ist konsequent und nachvollziehbar. Leben ist widersprüchlich und unvorhersehbar. Der Flash von Erkenntnis ist ein Handeln des Subjekts, kann nicht Nachvollzug eines Schülers sein. Schwimmen lernt man nicht durch Schwimmbücher-Lesen beim Spaziergang am Strand. Buch weg und rein ins Wasser! Das ist meine Entscheidung: Vom trockenen Ufer mindestens bis zum Bauch ins Wasser zu gehen und dann mich in die Horizontale gleiten zu lassen - trotz aller Angst vor Ertrinken nicht starr werden, sondern mit Händen und Füßen entspannt paddeln - dann der Flash von Erkenntnis: Das Wasser trägt den Körper!

Die religiösen Lehren von der Dualität wie der Nondualität können - zumindest anfangs - nur erlebt, nicht bedacht werden. Das Erleben kann durch die enge Meister-Schüler-Beziehung vermittelt werden, kaum durch

das Übertragen in die Worte, in Konzepte. Denn Sprache liegt auf einer anderen Bewusstseins Ebene als Erleben. Zugleich beide Ebenen, die schließen sich im Alltagsbewusstsein gegenseitig aus. Suche ich mir ein neues Konzept, ändere ich nur die Dias in meinem Riesenprojektor, dem Verstand, und so deren Widerschein aus der Welt. Mit dem Erleben werde ich, unsagbar, diese Welt.

Diese religiösen Lehren bieten großartige Werkzeuge zur Selbsterkenntnis. Doch will ich dabei niemals vergessen, dass es mir um die sinnvolle Anwendung der Werkzeuge geht, nicht um die Lehre, aus der die kommen. Denn die meisten dieser Lehren haben im Laufe der Jahrhunderte ihres Bestehens grausame Theokratien entwickelt, die ihre Anhänger und die ihnen Unterworfenen in schreckliche Abhängigkeiten gebracht haben. Alle Theokratien, entgegen ihren hehren Grundsätzen, zeichnen sich aus durch Massenmord und Unterdrückung. Insbesondere die drei großen monotheistischen Religionen eint die grundsätzliche Gemeinsamkeit von Haßgefühlen der Männer, die sich als die zuständigen Interpreten von "Gottes Wort" aufspielen, ihren Haß auf die Intelligenz, den freien Gebrauch von Verstand und Vernunft, weil Monotheisten dem Gehorsam und der Unterwerfung den Vorzug geben, ihren Haß auf das Leben verbunden mit einer unerschütterlichen Todessehnsucht, ihren Haß auf ein mit Geringschätzung betrachtetes Diesseits im Hinblick auf ein Jenseits, wo angeblich allein Wahrheit und Glückseligkeit zu finden seien, ihren Haß auf den Körper im Gegensatz zur Seele und nicht zuletzt ihren Haß auf die Frauen und eine freie Sexualität⁵. Der amerikanische Physiker und Nobelpreisträger Steven Weinberg sagte einmal treffend: "Religion ist eine Beleidigung der Menschenwürde. Mit oder ohne Religion können sich gute Menschen gut verhalten und böse Menschen Böses tun; aber damit gute Menschen Böses tun - dafür braucht es Religion."

Diese Dias will ich nicht in meinen Projektor schieben; die will ich, Kind des christlichen Abendlands und Bürger der Bundesrepublik, in der Staat und Kirche vielfach verflochten sind, endlich und auch mittels dieser Werkzeuge aus meinem Kopf heraus schaffen! Solange noch ein Glaubenssatz in meinem Kopf wirkt und nicht erhellte ist durch Gnosis, Erkenntnis meiner persönlichen Wahrheit, solange ist der Weg nicht gefunden.

5 Michel Onfray: Wir brauchen keinen Gott - warum man jetzt Atheist sein muss; 2006; Piper

1.3. Lesen

Sprachwissenschaftlich führt das Wort "lesen" zum althochdeutschen "lesan", das die Bezeichnung für "sammeln" war und die Weinernte heute noch zur Traubenlese macht. "Lesen" bezeichnete auch das Aufsammeln geworfener Runenstäbchen, mit deren Hilfe keltische Druiden die Zukunft deuteten. Das Lesen ist älter als die Schrift und weit älter als das Buch, wenn wir auch das "Lesen" von Gerüchen, Geräuschen, Zeichen und Spuren gelten lassen. Der Jäger liest Fährten, die Höhlenmenschen von Altamira die Zeichnungen an der Wand, der Bauer liest die Zeichen für das Wetter – und sie alle teilen mit den Bücherlesern die Fähigkeit, Zeichen zu erkennen und mit Bedeutung zu füllen. Bin ich mir stets bewusst, dass alles Gelesene nur mit *meinen* Bedeutungen, *meinen* Meinungen(!) und nur von mir mit dem Meinigen verbunden werden kann?

Schon in den 70er Jahren war ich fasziniert von den damals für Laien erkennbaren Anfängen der Kognitionswissenschaften, damals erstmal nur eine lose Verbindung von potentiellen Wissenschaften des Geistes, isoliert in getrennten Disziplinen: Neurologie, Psychoanalyse und behavioristische Experimentalpsychologie. Inzwischen umfasst der interdisziplinäre Nährboden namens Kognitionswissenschaft nicht nur die Hirnforschung, sondern auch die Kognitionspsychologie, die Linguistik, die Künstliche Intelligenz und - interessanterweise in vielen Forschungszentren auch die Philosophie und die Quantenphysik.

Die neuen Wissenschaften des Geistes erweitern ihren Horizont, um sowohl die gelebte menschliche Erfahrung als auch die darin angelegten Möglichkeiten der Transformation erschließen zu können. Andererseits muss auch die alltägliche, gewöhnliche Erfahrung ihren Horizont erweitern, um die speziellen Einsichten und Analysen der Wissenschaften des Geistes nutzen zu können.

Diese Möglichkeit des zirkulären Austausches zwischen den Wissenschaften des Geistes und der menschlichen Erfahrung geht mich ganz persönlich an. Die wissenschaftliche Kultur des Westens fordert, unseren Körper als eine physische und lebendige empirische Struktur aufzufassen - ihn als "äußere" und "innere", biologische und phänomenologische Struktur zu begreifen. Diese beiden Aspekte der Verkörperung bilden keinen Gegensatz. Vielmehr zirkulieren wir unablässig zwischen den beiden Polen. Wir können diese Kreisbewegung nur verstehen, wenn wir ihre Hauptachsen genau untersuchen: die Verkörperung von Wissen, Erkenntnis und die Verkörperung von Erfahrung.

Solche Verkörperung bedeutet also zweierlei: sie umfasst den Körper

zum einen als lebendige, empirische Struktur und zum anderen als Kontext oder Milieu der Kognitionsmechanismen. Ich kann mich besser verstehen, wenn der Doppelsinn von "Verkörperung" im Zentrum meiner Selbsterkenntnis steht. Das ist nicht primär ein philosophisches Postulat. Vielmehr scheint mir, dass sowohl die Entwicklung der Kognitionswissenschaft als auch ihre Relevanz für das menschliche Leben eine bewusste Reflexion dieses Doppelsinnes von Verkörperung voraussetzt. Ganz praktisch habe ich mir diese Erfahrung von doppelter Verkörperung erschlossen in den Jahren, wo ich als reichianisch orientierter Körper-Psychotherapeut gearbeitet habe.

Die Kognitionswissenschaften führen uns deutlich vor Augen, wie zutiefst fragmentiert, gespalten oder uneinheitlich das Ich oder Kognitionssubjekt ist. Zwar ist diese Erkenntnis für die westliche Kultur nichts Neues, denn spätestens seit Nietzsche haben viele Philosophen, Psychiater und Sozialwissenschaftler unseren überkommenen Begriff des Ich oder des Subjekts als Epizentrum des Wissens, des Erkennens, der Erfahrung und des Handelns kritisiert.

Doch es geht mir vielmehr um die Kreisbewegung zwischen Wissenschaft und Erfahrung. Weit zurückreichende Erfahrungen aus verschiedenen Kulturen beweisen, dass man die Erfahrung diszipliniert untersuchen kann, wobei sich die entsprechenden Fertigkeiten im Laufe der Untersuchung immer weiter verfeinern lassen. Das sind Erfahrungen, die in Traditionen gesammelt wurden, die im Westen leider noch viel zu unbekannt ist - z.B. die buddhistische Tradition meditativer Übung und pragmatisch orientierter philosophischer Forschung oder die schamanische Wege.⁶

Daher bin ich neugierig, ob sich eine Brücke zwischen dem Geist in der Wissenschaft und dem Geist in der Erfahrung schlagen lässt. Umwege erhöhen die Ortskenntnis, weiß der Reisende. Victor Segalen, der Theoretiker des Exotischen, definiert Exotismus als die "lebhafteste und neugierigste Reaktion einer starken Individualität auf den Zusammenstoß mit einer Objektivität, deren Distanz sie wahrnimmt und auskostet"; mit anderen Worten: als die "exakte, augenblickliche Wahrnehmung einer unveränderlichen Unverständlichkeit". Die Umwege beleuchten den Gegenstand, und zwar von vielen Seiten, beschwören aber gerade dadurch seine grundsätzliche, nie ganz aufzulösende "Unverständlichkeit".

In der Schule fühlte ich mich mit Literatur gequält: "Was will uns der Dichter damit sagen?" Mein Deutschlehrer wusste die Antwort. Der

6 Francisco J. Varela, Evan Thompson mit Eleanor Rosch "Der Mittlere Weg der Erkenntnis - Die Beziehung von Ich und Welt in der Kognitionswissenschaft, der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung"; 1992; Scherz Verlag

Sprach- und Kulturphilosoph Derrida dagegen betonte die Materialität der Zeichen⁷. Die Welt anders lesen heißt, sie zu verändern. Genau wie ein Landschaftsbild nicht aus Feldern, Fluren, Bächen und Wolken besteht, sondern aus Pinselstrichen auf einer Leinwand, so wird La Fontaines Fabel nicht von Schafen und Wölfen gebildet, sondern von Lettern auf Papier. Was mit den Schafen und Wölfen passiert, hängt allein davon ab, wie man die Zeichen im Medium der Schrift handhabt, nicht von irgendeiner Realität, welche die Schrift repräsentiert. Die angeblich treuen Stellvertreter führen nicht nur ein Eigenleben, sie haben ihr eigenes Reich der Zeichen gegründet.

Dies gilt nicht nur für Fabeln oder Literatur, sondern auch für den Text der abendländischen Philosophie oder den von "Heiligen Schriften" der Religionen. Der ist jenseits materieller Zeichen für uns nirgends gegeben. Statt mit Ideen, Göttern, Monaden oder Menschenrechten haben wir es immer nur mit Texten zu tun.

Deshalb kann Derrida behaupten: "There is nothing outside the text." Nicht einmal Schafe und Wölfe? Nein, denn in meinem Kopf existieren Schafe oder Wölfe nicht unabhängig von meinen Informationen aus den antiken Fabeln und ihren politischen Lesarten und aus den Schriften der Naturgeschichte oder Zoologie.

Es gibt kein Medium, weder Bild noch Schrift, das eine Sache "nachahmt, repräsentiert, reproduziert", wie sie ist, und zwar deshalb, so Derrida, "weil es keine Sache selbst gibt". Aus der Welt der Zeichen und Medien führt kein Weg auf den sicheren Boden der Tatsachen, Realien oder Dinge. Der New Historicism hat Derrida in der Annahme bestätigt, die gesamte Gesellschaft sei ein Text, denn wo immer Zeichen verwendet würden, gebe es Text.

Wenn es also kein "Außen des Textes" geben soll, dann kann man sich doch in dessen Inneren umschaun. Die Welt als Text ist nichts Natürliches. Sie ist gemacht, konstruiert. Texte im engeren Sinne und die Texte unserer Gesellschaft, unserer Kultur, unserer Geschlechtlichkeit, unserer Inszenierungen können also auch anders erzählt werden.

Weil jede Konstruktion Elemente und Regeln voraussetzt, die anders angewendet oder kombiniert werden könnten, sind Texte zufällig. Was an ihnen natürlich, selbstverständlich, zwingend notwendig scheint, wäre anders möglich. Dies wird dann sichtbar, wenn man die Konstruiertheit dieser Texte freilegt und die Alternativen in ihnen aufweist.

7 NIELS WERBER S. 4, taz v. 11.10.2004 Themen des Tages

Texte derart mit ihren internen Widersprüchen zu destruieren, um sie als Konstrukte auszuweisen, zu denen es immer Alternativen gibt, könnte man Dekonstruktion nennen. Sie wird mit jedem Text anders verfahren, weil jeder Text von anderen rhetorischen und grammatischen Strategien getragen wird. Deshalb erschöpft sie sich nie.

Auch wird jeder Leser anders verfahren, weil jeder Leser andere rhetorische und grammatische Strategien entwickelt hat. Der gelingende Lesakt ist also ein seltsamer Vorgang. Im Grunde nimmt man nur schwarze Krakel, Buchstaben, in sich auf. In Wirklichkeit hat man ja dabei ganze Abenteuer zu bestehen. Das Befremdende, das manchmal auch gewalt-sam Packende dieses Vorgangs kann durchaus Glücksgefühle auslösen. Wenn sich das Gelesene zum Abenteuer des Lesers verwandelt, wechselt auch der Glanz von der Seite des Schreibens, des Produzierens zur Seite der Rezeption, des Verstehens.

Das Lesen oder Zuhören bringt nichts Eigentliches, nur Anregungen. Will ich mich anregen lassen? Ich kann mir mein Eigentliches nur wirklich klären, indem ich mir meine eigenen Fragen stelle und in mir auf meine eigenen Antworten lausche. Mag ich auf diese leise Stimme in mir lauschen? Leben ist jetzt, nicht in Büchern. Bücher sind nur Ansammlungen von Erinnerungen, Traditionen; sie bieten Daten für Modelle an. Das Leben lebt sich und nur ich mache mir die Illusion, sein Macher zu sein.

Was ich wegen der besseren Griffigkeit nun wie meinen Erfahrungsbericht formuliere, soll nicht glauben machen, ich wäre diesen Weg schon sehr weit gegangen. In den Märchen aus "Tausend und eine Nacht" gibt der Weise dem König als Summe aller Weisheit den Satz: "Es ist alles schon mal da gewesen - und auch das wird vergehen".

So zitiere ich hier aus vielen Quellen, meist ohne Quellenangabe; ja, nach bester Punk-Tradition bestehen ganze Abschnitte aus Zitaten-Kollagen; Dank geht an die Erfinder von Internet und Scanner mit OCR. Dieser Text soll schließlich nicht den Rahmen einer persönlichen Mitteilung überschreiten; er hat nicht den Anspruch einer wissenschaftlichen Arbeit. Zusätzlich habe ich nicht den Anspruch auf Originalität und zitiere gerne da, wo jemand anders meine Ideen bereits trefflich ausformuliert hat. Originalität sei sowieso nur ein Zeichen mangelnder Bildung, soll Arno Schmidt gesagt haben - auch ein Blick auf das schon Dagewesene.

Mit meinen unbelegten Zitaten-Kollagen, reihe ich mich damit ein in den grauen, schmutzigen Treck der Plagiatoren? Erst der Geniekult der Romantik und die damit verbundene Vorstellung einer künstlerischen Schöpfung aus dem Nichts lieferten die geeignete "Plausibilitätskulissee"

für die Umstellung des Rechts auf die Idee des geistigen Eigentums. Der Geniekult ist heute nur noch ein Kapitel der Ideengeschichte, doch in der Berufung auf das geistige Eigentum klingt er weiterhin nach. Wir wissen, dass Schriftsteller und Journalisten keine gottgleichen Schöpfer sind, sondern aus einem kulturellen Vorrat an (nicht schützbaeren) Ideen, Motiven und Gedankenfiguren schöpfen. Jonathan Lethem hat das in seinem Aufsatz "The Ecstasy of Influence. A Plagiarism" noch zugespitzt und die Ansicht vertreten, dass alle Kultur im Kern aus Abschreiben und Ideen aus zweiter Hand bestehe. Daraus könnte man auch mal die Konsequenzen ziehen: Peter Schütt von IBM etwa fordert, das Abschreiben gezielt zu lehren statt zu verurteilen, denn wenn einer das Rad schon einmal erfunden hat, muss man das nicht nochmal tun, aber man kann es weiterentwickeln und abändern.

Mein Abschreiben und Sammeln von Ideen aus zweiter Hand soll als Zitaten-Kollage einer ganz anderen Idee dienen: Es geht um Selbsterkenntnis zu der mich auch alle diese namenlosen Autoren angeregt haben, Selbsterkenntnis, die mich geführt hat zum Bewusstsein der Selbstbestimmung von Geburt an; es geht um Selbstverantwortung. Und so ist dieser Text "Selbsterkenntnis und Eigensinn" eigentlich nur eine Langfassung des "Grundsatz-Papier"⁸, das Hubertus von Schoenebeck und ich 1979, damals mit dem Fokus auf die Konsequenzen aus Kinderrechtsbewegung und deren Alltagstauglichkeit für die verbreiteten Eltern- und Lehrersorgen, veröffentlicht haben.

Die Zitate sind so gewählt, dass sich eines hier und jenes dort gegenseitig aufheben, oder wie in einem gut gewürzten Menü das Süße und das Saure, das Bittere und das Salzige, sich gegenseitig zum Runden bringen. Mit den widersprüchlichen Gebilden möchte ich mir immer wieder den theoretischen Boden unter den Füßen wegziehen - solange, bis nichts Denkbare mehr sicher ist. Es wird erkennbar als Denkmodell, Glaubensgebäude, Erlerntes und deshalb Neu- oder Umlernbares, also als Ausgedachtes erlebbar. Damit wird die Abtrennung vom Leben bewusst, mein Widerstand. Und erst solche Bewusstheit kann aus der Trennung ins Leben führen, in mein Leben

Ich bin mir darüber klar, dass die gelegentlichen Übertragungen von Konzepten aus einem Wissenschaftsbereich in andere Denkmodelle nur die verwendeten Bilder benutzen kann, nicht aber deren Bedeutungen. Schon gar nicht will ich meinen Bildern damit deren Nimbus von Bedeutsamkeit umhängen, auch nicht, wenn ich für diese Bilder deren Wissen-

8 S&E, 13.1, FREUNDSCHAFT MIT KINDERN - Heft 4 - 09/1982, I Grundlagen

schaftsjargon gelegentlich übernehme. Dieser Wissenschaftsjargon kann diese Ausgedachtheiten deutlicher machen als schlicht-deutsche Worte, glaube ich.

So ist beispielsweise die Physik eine begrenzte, endliche, relative und partielle Wissenschaft, die sich mit einem kleinen Ausschnitt der Wirklichkeit befasst. Niels Bohr, der Erzvater der Quantenphysik, hat diese metaphysische Bescheidenheit schon 1963 empfohlen: "Es ist ein Fehler, zu glauben, es sei Aufgabe der Physik, herauszufinden, wie die Natur ist. Physik handelt davon, was wir über die Natur sagen können."

Im Vergleich dazu aber meint die Mystik das Ganze. Wer behauptet, die Physik beweise die Mystik, der sagt mithin, dass der Schwanz mit dem Hund wedelt. Das verdeutlicht Platons Höhlengleichnis: Die Physik gibt uns ein detailliertes Bild der Schatten an der Höhlenwand (der relativen Wahrheit), aber die Mystik könnte uns einen direkten Zugang verschaffen zu dem Licht außerhalb der Höhle (zur absoluten Wahrheit). Studiere die Schatten, soviel du magst, zum Licht gelangst du dadurch nicht.

Praktisch alle großen Pioniere der modernen Physik - Männer wie Einstein, Schrödinger und Heisenberg - zeigten sich als Mystiker, eine wirklich verblüffende Tatsache. Diese großen Physiker waren auch recht einhellig in ihrer Ablehnung aller Versuche, Schlussfolgerungen aus der modernen Physik als Argumente für irgendein religiöses Weltbild zu benutzen. Warum wohl? Nun, was geschieht, wenn wir davon ausgehen, die moderne Physik bestätige die Mystik? Was geschieht, wenn wir sagen, die heutige Physik sei in vollkommener Übereinstimmung mit Buddhas Erleuchtung? Dann werden wir ihm morgen womöglich seine Erleuchtung absprechen müssen, wenn die Physik von morgen die heutige verdrängt (was ja gewiss geschehen wird). Wenn wir unseren Gott von der heutigen Physik abhängig machen, dann fällt er mit ihr. Und genau das war die Sorge dieser mystischen Physiker: Eine solche Zwangsehe zwischen Physik und Mystik würde nur die Physik wirr und die Mystik zahnlos machen.

Aus noch einem anderen, einem existenziellen Grunde dürfen Physik und Mystik nicht verbunden werden. Astrophysik hat errechnet, nur 4% des Inhalts unseres bislang bekannten Universums bestehen aus der Art von sichtbarer Materie aus quantenphysikalischer Teilchen-Welt, wie wir sie in unserem Newtonschen Weltbild für normal halten, was wir als Erd-ball, Bäume, Menschen anfassen, was wir als sich selbstorganisierende Systeme auffassen, als Entitäten, seien es Einzellige wie Amöben oder Mehrzellige wie Menschen, also das, woran die Realisten sich so klammern.

Es wäre doch höchst unwahrscheinlich, ja, vermessen, glauben zu wollen, dass solche Selbstorganisation zu hochkomplexen, lebendigen, denkenden Strukturen nur in diesen 4% sichtbarer Materie in den Jahrmilliarden von Entwicklung des Universums stattgefunden hat. Dem Kontakt zu solchen Entitäten aus der quantenphysikalischen Wellen-Welt scheinen sich die Mystiker und Schamanen öffnen zu können.

Solchen Entitäten aber die überwiegende Zuständigkeit für mein Wohlergehen zu delegieren, widerspricht meiner Auffassung von Selbstverantwortung. Wenn diese Entitäten aus höheren Dimensionen Götter wären, wäre auch ich Gott für die Regenwürmer in meiner Komposttonne, weil ich sie regelmäßig mit Küchenabfällen versorge. Meine Pflanzen im Garten jedenfalls mögen sich freuen, wenn ich sie gelegentlich gieße - ihre Wurzeln, um Nährstoffe aus dem Boden zu ziehen, und ihre Blätter, um sich Licht und Kohlenstoff zu assimilieren, die bilden sie selbstverantwortlich und je, wie es ihre Lebensverhältnisse erfordern.

Die Karrieren von Ideen sind oft zufällige Karrieren - Karrieren, die aus Missverständnissen entstanden sind. Denn wir werden alle von der Eingeschränktheit der anderen eingeschränkt. Meine begrenzte Auffassungsgabe macht es mir unmöglich, zur Gänze zu verstehen, was mein Gegenüber mir zu erklären versucht. Meine begrenzte Auffassungsgabe bedeutet von vornherein eine Vereinfachung bis hin zur Verfälschung einer jeden von mir gehörten Aussage⁹. So kann ich mir immer wieder bewusst machen, dass niemand dazu imstande ist, jemand anders den Weg zu weisen - ich am allerwenigsten.

Ich war und bin nur mir selbst Rechenschaft schuldig. Jeder kann seine eigenen radikalen Schritte tun - um weiterzukommen, um sich fortzubewegen. Wir alle zusammen wiederum sind ein System mit offenem Ausgang, und das funktioniert. Jeder hat mich beeinflusst und unzählige andere. Das erlaubt mir, radikal die Richtung ändern, wenn ich stecken zu bleiben drohe. Ich brauche mich daher nie zu scheuen, die richtigen Dinge zu tun, auch wenn die anderen in ihrer Begrenztheit nur einen Bruchteil dessen verstehen mögen, was ich da gerade tue. Und das kann ich nun jedem anderen zugestehen.

Auch deshalb gab ich in den ersten Jahren, vor vuz Guttenberg, bei der Arbeit an dieser dieser Zitatenskollage nur einige Quellen und nur dann ausführlich als bibliographische Fußnote an, wenn ich sie damit ausdrücklich dem Leser als weiterführend empfehlen möchte und das auch nur einmal, selbst wenn ich mehrfach daraus zitiere. Auch im Zitat, wo ich

9 29.6.2006 taz Kultur, S. 13, MAX DAX

'ich' schreibe, da meine ich mich auch, stehe ich mit meinem Erleben und Erfahren dahinter.

Ein Teil des Textes (überwiegend Formulierungen mit 'wir', 'euer', 'unser', 'ihr', 'Sie', 'man') sind aus meiner Sicht von Amication durch mich verkürzte Zitate aus Denkgebäuden, die teilweise meinen praktischen Erfahrungshorizont übersteigen. Doch wenn ich diese Gedankenwelten nahtlos einpassen kann in meine Art und Weise von Entscheiden und Handeln, so habe ich nicht gezögert, mir von jenen ihre klugen Formulierungen zu holen. Es sollte nur deutlich sein, dass ich dann das 'ich' aus gutem Grund vermeide.

Oft habe ich mich anregen lassen von Artikeln in der taz¹⁰ und der connection¹¹. Viele Zitate kommen insbesondere aus dem Wissenschaftsagenten von "bild der wissenschaft"¹².

Ursprünglich entstanden ist der Text aus einer Diskussion im "Freundschaft mit Kindern Förderkreis", wo ich mein Erleben von Amication verbunden habe mit meinen praktischen Erfahrungen mit der Pfadarbeit¹³ von Eva Pierrakos¹⁴, in der Übersetzung durch Paul Czempin, Pfadlehrer in Kiel, und Susan Thesenga¹⁵, sowie aus Kontakten mit den Menschen aus Gruppe der ARS REGIA¹⁶ um Siegfried Hermerding (+ 2005, Texte nur intern veröffentlicht in den ARS-REGIA-Nachrichten).

Ich habe mich lange theoretisch und praktisch mit verschiedenen psychologischen Schulen beschäftigt und kam dabei in intensiven Kontakt mit den Denkweisen des Konstruktivismus¹⁷. Und so habe ich vieles genommen von Heinz v. Foerster, der hat sich Zeit seines Lebens gewehrt, ihn einzuordnen als "Konstruktivist" oder "Kybernetiker". Denn er

10 die tageszeitung, z.B.: <http://www.taz.de/index.php?id=tazarchiv&year=2007>

11 connection SPIRIT, <http://www.connection.de/cms/index.php>

12 <http://www.wissenschaft.de/wissenschaft/news/liste.html>

13 Pfadarbeit beruht auf den Lehren des 'Guide', den Eva Pierrakos 20 Jahre gechannelt hat. Sie verbinden psychologische Einsicht mit einer inspirierenden Vision menschlicher Möglichkeiten.

14 Eva Pierrakos: "Der Pfad der Wandlung"; Essen, 1994

15 Susan Thesenga: "In Offenheit leben. Der Pfad zur spirituellen Ganzheit"; Essen, 1999

16 Die ARS REGIA befasst sich mit Kultstättenforschung, Zoroastrismus, der Lehre eines modernen gnostischen Weltbildes und der Pflege iranischer Feuer-Rituale. Gelehrt werden verschiedene Heilweisen. Texte und Videos sind zu beziehen über Eva Raub, Walter-Flex-Str. 33, 30177 Hannover.

17 Die von Systemtheorie, Psychologie und Biologie beeinflussten Ansätze des radikalen Konstruktivismus liefern ganzheitliche Wissenschaftsmodelle und haben u. a. in Psychologie, Biologie, Soziologie, Kunst-, Sprach- und Literaturwissenschaft Eingang gefunden. Konstruktivismus hat sich mit und aus der Kybernetik entwickelt. Kybernetik abstrahiert konsequent von der Qualität der Größen, deren Wirkungszusammenhänge sie analysiert. Abstrahieren heißt nicht leugnen! Sie stellt einfach nur keine Fragen, für deren Beantwortung es nötig wäre, die Qualität der beteiligten Größen zu kennen. Insofern ist Konstruktivismus keine Philosophie zur Welterklärung, sondern eine Form der Analyse dessen, was wir für "Welt" halten.

wollte nicht "eingeordnet" werden. Viel lieber bezeichnete er sich als „Neugierologen“, der sich nicht von Wahrscheinlichkeiten und Konzepten dazu verführen ließ, sie als "Wahrheiten" zu sehen^{18 19 20}. Manches habe ich von Arno Gruen²¹, William van den Heuvel²² und eine Menge aus meiner Arbeit mit The Work von Byron Katie²³ und wie damit in der Mailingliste Iwi-I²⁴ gearbeitet wird.

-
- 18 Heinz v. Foerster: "2x2=grün"; Doppel-CD; <http://www.suppose.de>; auch in "Short Cuts" Zweitausendeins, 2001
 - 19 Heinz v. Foerster mit Bernhard Pörksen: "Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners - Gespräche für Skeptiker"; Heidelberg, 1998; Carl-Sauer-Systeme Verlag
 - 20 Heinz v. Foerster: "Der Anfang von Himmel und Erde hat keinen Namen - Eine Selbsterschaffung in 7 Tagen"; Hrsg. von Albert Müller und Karl H. Müller; Wien, 1997, Döcker Verlag
 - 21 Arno Gruen: "Der Fremde in uns"; Stuttgart, 5. Aufl. 2002
 - 22 <http://www.heuvel.muc.de/papers/> (website-Stand 23.01.2003) - 2005 gefunden in http://www.satsangforum.de/satsang/topic/wahrheit-und-wahn_3385.html
 - 23 Byron Katie mit S. Mitchell: "Lieben was ist - Wie vier Fragen Ihr Leben verändern können"; München, 2002; auch: Byron Katie u. a. "Ich brauche deine Liebe - stimmt das?" Goldmann, 2005
 - 24 Abonnieren: lieben-was-ist-subscribe@yahoogroups.de

1.4. Gesellschaft

Wenn ich hier laut nachdenken will über meine Möglichkeiten von Erkenntnis des Selbst, muss ich wohl notwendigerweise mir deutlich machen, dass dieses Selbst nicht im freien Raum hängt. Es ist eingebunden und damit erscheint es verwundbar. "Wer das Individuum in das Zentrum rückt, versperrt den Blick auf die eigentlichen Machtverhältnisse, die mit dem Schleier untrennbar verknüpft sind", las ich vor einiger Zeit zur Kopftuchdebatte. "Ich", was auch immer das sei, das ist fast immer mit "Wir" verbunden. Jedes dieser "Wir" könnte mit Gesellschaft verbunden sein und diese mit Herrschaft. Damit muss ich mich zumindest im Einleitungskapitel auseinandersetzen.

In Ecuador stellen die Indígenas ein Drittel der Bevölkerung. Mitte 2008 wurde dort eine neue Verfassung verabschiedet, die einen Leitbegriff des guten Lebens definiert. Der Leitbegriff des "guten Lebens", auf Quechua *sumak kawsay*, geht auf die Weltsicht der Indígenas zurück. Er wendet sich gegen die extreme Fixierung auf das Materielle und betont das harmonische Zusammenleben zwischen Mensch und Natur, die im Verfassungstext auch als *Pachamama* bezeichnet wird. "Das ist ein enormer Schritt", schwärmt der Ökologe Eduardo Gudynas aus Uruguay, "man beschränkt sich nicht mehr auf die westliche Konzeption von Umwelt und schafft die Möglichkeit zum Bruch mit dem Programm der Moderne, das ja die aktuelle Umweltkrise verursacht hat." In dem Grundgesetz werden weltweit erstmals die Rechte der Natur verankert. Gudynas nennt das die "biozentrische Wende". Oder, wie Evo Morales Anfang 2009 vor der UN-Vollversammlung sagte: "Das 21. Jahrhundert wird als das Jahrhundert der Rechte von Mutter Erde, der Tiere, der Pflanzen in die Geschichtsbücher eingehen." Dann regte er die Ausarbeitung einer Allgemeinen Erklärung der Naturrechte an.

Slavoj Žižek hat unter dem schönen Titel "Use your illusions" einen Text veröffentlicht, der einem anderen Umgang mit Obamas Sieg das Wort spricht. Mit Kant stellt er die Frage: Gibt es wirklichen Fortschritt in der Geschichte? Und mit Kant antwortet er: Ja, insofern es Geschehnisse gibt, die auf die Möglichkeit von Freiheit verweisen. Wie etwa die Französische Revolution, deren Fortschritt nicht so sehr in der blutigen Realität auf den Straßen von Paris lag, als vielmehr im Enthusiasmus, den sie beim Publikum in ganz Europa auslöste, und den politischen Konsequenzen, die daraus folgten. Das heißt, Fortschritt ist dort, wo eine Veränderung nicht nur stattfindet, sondern auch eine Möglichkeit eröffnet wird —

die Möglichkeit, dass überhaupt etwas Grundlegendes, etwas Neues passiert.

Die Veränderung liegt also schon darin, dass sie überhaupt denk möglich wird. Denn dazu muss sie das, was sie bislang unmöglich gemacht hat, das, in dem sie nicht vorgesehen war, sprengen: die Realität. Die Realität, in der kein Platz war für die Illusion — etwa eines schwarzen US-Präsidenten. Nicht jene, die an solche Illusionen glauben, seien naiv. Die zynischen Realisten — die konservativen Realpolitiker — seien, so Zizek in einer der für ihn typischen Verkehrungen, die eigentlich Naiven. Ihre Naivität liegt darin, blind an die gegebene Realität zu glauben und damit die Möglichkeit zur Veränderung, die Realität ihrer Möglichkeit zu verkennen. Das heißt, die gegebene Situation nie für so abgeschlossen zu halten, dass nicht etwas passieren könnte. Es heißt, die Realität nicht absolut zu setzen, sondern — aller Wahrscheinlichkeit zum Trotz — dennoch an die Möglichkeit einer plötzlichen, unerwarteten, grundlegenden Veränderung zu glauben. An das, was Zizek mit Badiou *das Ereignis* nennt. In diesem Sinne: Freut euch über Obama. Und: Use your illusions! Zizek macht das an Großereignissen fest. Doch, dasselbe gilt für mein Leben, jedes einzelne Leben.

Lévi-Strauss entdeckt das Gemeinsame der menschlichen Gesellschaften in ihren Regeln. Die Vorschriften etwa, wer wen heiraten darf und wer nicht, können streng oder freizügig sein, geregelt werden sie aber in allen Gesellschaften. Darin entdeckt Lévi-Strauss eine Schnittstelle von Natur und Kultur. Es gehört sozusagen zur Natur der Sache der menschlichen Gesellschaften, das sie den Umgang miteinander regeln. Dagegen können Menschen nichts tun. Wie sie es aber im konkreten Einzelnen tun, das liegt in ihrer Macht. Die handelnden Subjekte werden somit für Lévi-Strauss von den Objektbedingungen abhängig. Man hat den Strukturalisten deshalb vorgeworfen, dass sie den Menschen zerstören und einer Natur der Bedingungen ausliefern würden. Lévi-Strauss antwortet darauf: Das stimme schon, eine absolute Trennung von Mensch und Natur, wie sie der extreme Humanismus vornehme, lehne er ab. Der Mensch ist nicht zuerst ein denkendes, sondern ein lebendiges Wesen; und das heißt auch: Der Mensch kommt nicht als erwachsener Europäer auf die Welt. Und wieder, dasselbe gilt für mein Leben, für jedes einzelne Leben.

Neurobiologen belegen heute, dass der Mensch ein soziales Wesen ist²⁵. Wir sind aus biologischen und nicht nur aus psychologischen Grün-

25 Joachim Bauer "Prinzip Menschlichkeit – Warum wir von Natur aus kooperieren"; Hamburg, 2006, Hoffmann & Campe

den angewiesen auf Liebe, Anerkennung und Wertschätzung. Auch Aggression steht im Dienste sozialer Beziehungen, sie dient deren Verteidigung. Es ist neurobiologisch messbar: Vertrauen schafft Vertrauen; Misstrauen und Ablehnung begünstigen Aggression.

Charles Darwin verirrte sich im Chauvinismus seiner Zeit, als er einen von Lebewesen gegeneinander geführten Überlebenskampf sehen wollte und ihn zum alles andere dominierenden Prinzip erklärte. Fürst Pjotr Kropotkin entwickelte um die vorige Jahrhundertwende eine wissenschaftliche Antithese zur Darwinschen Theorie vom Überleben des Stärkeren und untersuchte und begründete die "Gegenseitige Hilfe in der Tier- und Menschenwelt".²⁶

In der Antike schrieb der griechische Philosoph Aristoteles in seinem Werk "Politika", dass der Mensch ein "von Natur aus auf staatsbürgerliche Gemeinschaft angewiesenes Wesen" sei. In dieser Gemeinschaft, davon geht Aristoteles aus, wird das sittlich Gute realisiert; sie stellt den geistigen und rechtlichen Rahmen dar, in dem der Mensch lebt und handelt, in dem er zur Selbstverwirklichung findet.

Diese Gemeinschaft hat sich vom antiken Stadtstaat weiterentwickelt heute zum globalen Dorf²⁷, mit vielen neuen Erfordernissen und Möglichkeiten, wie die auf Gemeinschaft angewiesenen Wesen ihre Gemeinschaft herstellen und erleben können.

John Perry Barlow, Internet-Vordenker und Mitbegründer der Electronic Frontier Foundation wurde in der taz²⁸ interviewt: "Sie haben einmal geschrieben, das Internet sei eine Art Lebensform, ein externes Gehirn. Wie soll man das verstehen?" —

"Das Internet ist das Nervensystem des kollektiven Organismus des menschlichen Denkens. Ich betrachte menschliches Denken als eine Art Organismus oder ein Ökosystem. Tatsächlich ist das nur ein feiner Unterschied. Das meiste, was wir als Organismus ansehen, ist in Wirklichkeit eine Ansammlung von kleineren Einheiten, die zusammen interagieren. Das Denken ist da ganz ähnlich. Ideen sind sehr wohl Lebensformen. Die Gemeinschaft des menschlichen Denkens auf globaler Basis wird immer dichter — und reicher. Die Entwicklung des Internets ist so etwas wie das

26 Peter Kropotkin "Gegenseitige Hilfe in der Tier- und Menschenwelt" (1908) 1989, Trotzdem-Verlag

27 Dabei sollte man nicht vergessen, dass Marshall McLuhan der Horror ergriff, als er vom globalen Dorf sprach. Das war nämlich nicht als freundliche Metapher gemeint, sondern als Warnung vor dem irrationalen Tribalismus, der sich unweigerlich einstellt, wenn die Welt durch elektronische Medien zusammenrückt. An die Panik, die McLuhan als ständige Begleiterin der Dorfgemeinschaft fürchtete, hat man sich inzwischen leidlich gewöhnt.

28 30.1.2003 taz Internet 373 Zeilen DIETMAR KAMMERER S. 14

Nervensystem dazu, eine Art globales Gehirn.

Das ist ein Gedanke, den ich für sehr wichtig halte, denn er ändert die Art und Weise, wie man sich zum Internet verhält. Keine mechanische Metapher, sondern eine biologische. Es lässt einen erkennen, dass es sich um eine natürliche Umgebung handelt, die geschützt und bewahrt werden muss statt ausgebeutet, denn das würde schließlich zum Zusammenbruch des Systems führen."

Bringt uns der Herdentrieb ins Netz: Technik als Allegorie sozialer Beziehungen? Das Netzwerk wurde ein Leitbegriff der Jetztzeit — das bestimmt auch das Bild, das wir uns von der Gesellschaft machen. Anfang der 1990er Jahre konnte kaum jemand erahnen, dass es jemals ein Internet geben würde — doch das beeindruckt uns wenig. Die Revolutionen verändern unsere Mentalitäten und unsere Begriffe von Welt und wir halten mit unseren eigenen Gedanken kaum mehr Schritt.

Beispielhaft²⁹ lässt sich das an der Karriere des Netzbegriffes ablesen. Wir leben in einer Welt horizontaler Netzwerke, von Netzwerkschwärmen, dynamischen Maschenwerken, um nur ein paar der Schlüsselvokabeln zu zitieren. Der Begriff "Netzwerk" steht 2005 für — mehr oder weniger — freie Assoziation, für spielerisches Trial and Error, er ist der Kontrastbegriff zur starren, vertikalen Hierarchie, er ist, mit einem Wort, definitiv positiv besetzt.

Dabei war das Anfang der 1990er Jahre noch völlig anders. Da war die Netzmetapher mindestens ambivalent besetzt. Das Netz wurde als Metapher für Zwangsstrukturen benutzt: Aus den Maschen des Netzes gibt es für das Individuum demnach kein Entrinnen. Das Netzwerk war gewissermaßen die Gegenvokabel zur Transparenz; immer schwang, wenn von Netzwerken die Rede war, die Bedeutung von Ränkespiel mit.

Was die Leittechnologie eines Zeitalters ist (oder auch nur als solche erscheint), bestimmt auch die Bilder, die wir uns von der Gesellschaft machen. Die Netzwerkmetapher ist die Illustration kooperativer Wechselseitigkeit von Strukturen und Individuen, die sich gegenseitig brauchen — der Wechselwirkung gegenseitiger Abhängigkeiten der Gleichen.

Das Atom, Leitmotiv der letzten Jahrhundertmitte, evozierte dagegen ein anderes Bild: hierarchisch im Inneren strukturiert, nach außen in Relation zu anderen, aber doch auf sich allein gestellt — es war das passende Sinnbild für einen autoritären Individualismus.

Noch früher, in der Epoche der Schwerindustrie, war die Idee eines

29 4.1.2005 taz Kultur 153 Zeilen ROBERT MISIK S. 16

autoritären Kollektivismus bildmächtig: Leitbild war "der Industrielle", wie man damals sagte, der Heerscharen von Arbeitern kommandierte, die schwere Maschinen bedienten. Die sollten nicht nachdenken; für den wundersamen Tanz des Räderwerks sorgte die kluge Regie des Patrons. Seinerzeit wurde die Firma streng hierarchisch imaginiert, nicht unähnlich dem Staat. Damals, etwa zu Max Webers Zeiten, sollten Betriebe wie Bürokratien funktionieren — der totale Gegensatz zu unserer Gegenwart; Bürokratien, ganze Staaten sollen nun wie Firmen funktionieren.

Die gesamte Ideengeschichte ist in gewissem Sinne der ebenso stumme wie eloquente Reflex von Technologie und Wissenschaft. Wir denken über die Technologie als eine Allegorie sozialer Beziehungen. Man sollte technologische Beschreibungen immer unter dem Gesichtspunkt betrachten, dass in ihnen die allegorische Ebene sozialer Beziehungen zu entdecken ist.

In einer solchen Formulierung steckt natürlich auch ein Kern an Kritik: Mit den Bildern, die wir uns machen, erliegen wir einem technologischen Determinismus. Das aber ist vertrackt, weil die dominante Technologie nicht jenseits der Gesellschaft existiert: die Technologie ist nicht nur pure Technik, sie ist immer schon auch Gesellschaft. Das sollte uns darauf aufmerksam machen, dass wir gut daran tun, auf der Hut zu sein, gerade gegenüber den besonders offensichtlichen Vorstellungen, denen wir ohne viel nachzudenken anhängen. Jedenfalls kann nicht schaden, vorsichtig zu lauschen, was da jeweils in uns denkt.

Das Sein bestimmt das Bewusstsein; diese geläufige Verkürzung eines Zitats von Karl Marx wird oft so verstanden, dass das individuelle Bewusstsein von äußeren Lebensumständen des Einzelnen geprägt sei. Marx spricht hingegen in dem Vorwort seiner Schrift "Zur Kritik der politischen Ökonomie" davon, dass die gesellschaftlichen Lebensumstände, besonders die Produktionsbedingungen zur Sicherung der materiellen Existenz, ein bestimmtes Bewusstsein zur Folge haben. Er sagt: "Es ist nicht das Bewusstsein der Menschen, das ihr Sein, sondern umgekehrt ihr gesellschaftliches Sein, das ihr Bewusstsein bestimmt."

Dennoch habe ich die gesellschaftlichen Blickwinkel hier ganz außen vor gehalten. Ich, in dieser Gesellschaft aufgewachsen, erfahre mich bewusst zuerst als Einer und dann erst in Beziehung zur Welt. Wie diese Beziehung zur Welt mich gestaltet, das ist nicht unabhängig davon, wie ich diese Beziehung gestalte. Das lässt sich in marxistisch-materialistischer politischer Theorie auch ganz anders verstehen.

Da wird der Prozess der Subjekt-Konstitution erklärt durch ideologische Anrufung. Diese stellt ein materielles gesellschaftliches Verhältnis

dar, das ein Glaubensverhältnis erzeugt, in dem sich das Subjekt als kontrollierende Instanz missversteht. Die neoliberal ideologischen Staatsapparate haben sich mit Disziplinierung und Zwang verbündet und erzeugen einen Prozess der freiwilligen Unterwerfung. Der Prozess ideologischer Anrufung lässt neoliberale Herrschaft in ihrer Dynamik von Individualisierungsversprechen und Individualisierungszwang verstehen. Dieses ermöglicht, Freiwilligkeit und Selbstbestimmung als Formen der Unterwerfung zu erkennen.

Im Vorwort zum "Kapital" stellt Marx "zur Vermeidung möglicher Missverständnisse" fest: "Die Gestalten von Kapitalist und Grundeigentümer zeichne ich keineswegs in rosigem Licht. Aber es handelt sich hier um die Personen nur, soweit sie die Personifikation ökonomischer Kategorien sind". Das Kapitalverhältnis heute hat sich längst zur subjektlosen Macht über die Subjekte aufgeschwungen und hat gerade deshalb die relative Freiheit der bürgerlichen Gesellschaft begründet, weil es personaler Macht nicht mehr bedarf. "Raubt der Sache diese gesellschaftliche Macht und ihr müsst sie Personen über Personen geben", proklamierte Marx bereits in den "Grundrissen"; in der bürgerlichen Gesellschaft ist "persönliche Unabhängigkeit auf sachlicher Abhängigkeit gegründet".

Der Kapitalismus verfeinert zwar die gesellschaftliche Arbeitsteilung, kombiniert immer kompliziertere Wirkungen von "kombinierter Arbeit", wird aber daran scheitern, die Chancen, die dies bietet, zu nützen. Das Konkurrenzprinzip verträgt sich nicht mit der kooperativen Arbeit.³⁰

Dies ist von nahezu zwingender Logik — andererseits: Dieser Kapitalismus erweist sich gar als fähig, alle Kreativität dieser Wissensarbeiter schonungslos auszubeuten und sogar deren rebellische Impulse, deren Widerborstigkeit sich als produktive Kräfte zu integrieren; er zwingt sie in das Netz kooperativer, eigenverantwortlicher Arbeit, das freilich vom Lohn-, Konkurrenz- und Wertprinzip eingefärbt bleibt. Selbst aus der Konsumkritik wird ein Konsumartikel.

Und dennoch, das ist die große Paradoxie, konspirieren die Verhältnisse gegen die Verhältnisse, produzieren sie die rebellischen Energien immer mit. Denn wenn gilt, dass der entgrenzte, raffinierte, auf Wissen basierende Kapitalismus den Eigensinn der Subjekte noch für sich produktiv zu machen versteht, so gilt damit auch umgekehrt, dass er diesen Eigensinn auf immer erweiterter Grundlage produziert.

Der Kapitalismus scheitert zwar nicht, wie Marx dachte, weil er die Kreativitäten, die er zu wecken vermag, nicht zu nützen verstünde. Doch

30 20.8.2003 taz Kultur 313 Zeilen ROBERT MISIK S. 15: Karl und die Ich-AGs

er schafft, gerade weil er sie zu wecken, zu hegen und zu pflegen versteht, ein emanzipatorisches Potential — in Gestalt des Eigensinns der Vielen. Eine Vielzahl von Menschen, die kaum mehr vereint als eine Vorstellung von "Erfolg", welche sich simplen, in Geld zu messenden Rationalitäten entzieht, haben einen gemeinsamen Nenner von "Würde" und von Selbstbestimmung — Eigensinnigkeiten, die im strengen Sinn von den Verhältnissen selbst geschaffen werden.

Die innere Dynamik des Kapitalismus schafft die Voraussetzung jener Ideen von Autonomie, welche sich an den Realitäten von Produktion, Organisation, Kapitalverhältnis und Herrschaftsstrukturen immer wieder brechen. Mit vielfachen Ergebnissen: Frustrationen, gescheiterten Rebellionen und gebeugten Existenzen, aber auch spielerischen Erfindungen neuer Lebenszusammenhänge — durch die Jungen, die "ihr Ding" machen —, Verweigerungsversuchen, Ich-AGs und Lebenskünstlern. Die materielle Bewegung "macht" die Subjekte und vermag sie dennoch nicht völlig widerspruchsfrei an sich anzuschließen. Wie ein unausrottbarer Kern sitzt das emanzipatorische Potential in dem paradoxen Raum, den dieser Kapitalismus aufspannt.³¹

Eine andere Praxis setzt voraus, die eigene Eingebundenheit zu erkennen. Das Falsche ist nicht das Andere. Ich bin es auch, es geht durch mich hindurch. Jede Handlung reproduziert das Ganze. Und hier beginnt die Alternative: Das Spielfeld verlassen, die Spielregeln außer Kraft setzen, nicht mehr mitspielen — wo immer es geht. Es geht nicht immer, aber sehr oft. Geht es nicht, dann ist das Falsche bei vollem Bewusstsein zu tun und nicht als das Richtige zu verbrämen. Denn es sind immer zwei Schritte: wahrnehmen und handeln. Geht das Zweite nicht, geht immer das Erste. Keine Selbstzensur, das Wahrnehmen, Empfinden und Erkennen nicht umdefinieren, sondern mit Bewusstsein klarmachen: "Ich müsste widersprechen, aber ich halte die Klappe, weil ich sonst raus fliege. Aber: Es ist falsch." Das trennt Welten von einer Haltung, die das eigene Falsche zum Richtigen umdefiniert: "Widerspruch ist nicht nötig, denn ich bin ja nicht beteiligt." Oder: "Der Andere ist Schuld, ich habe Recht."

In ihren guten Momenten ist den 68ern jene unverzichtbare, explosive Mischung gelungen: Sie verbanden eine breite Neugierde für ökonomische Grundlagen mit einer Respektlosigkeit gegenüber den vorhandenen Strukturen und Autoritäten. Und sie haben sich selbst ermächtigt, sich neu zu erfinden. Nichts weniger steht vierzig Jahre später wieder an: die freudvolle Neuerfindung eines politischen Subjekts, das aus den gemach-

31 Robert Misik "Genial dagegen – Kritisches Denken von Marx bis Michael Moore" Aufbau Verlag, Berlin; 2005

ten Fehlern lernt, ohne sich selbst für ohnmächtig zu erklären; eines Subjekts, das wieder mit einem strategischen Wir operieren kann.

sklaven
lasten ihr gefühl
sklave zu sein
den freien an
und bleiben dadurch
sklaven
freie aber sind frei
sich frei zu fühlen ³²

Es mag ja sein, dass ich kein rationales, autonomes Individuum politischer Praxis bin, doch ich bestehe auf meiner uneinschränkbaren Selbstverantwortung. Die normative Gleichheit aller Menschen im universellen Maßstab ist eine notwendige und plausible Folge der Aufklärung, des Selbstdenkens. Ich bin rechtsfähiges Subjekt und damit selbstgemachte Voraussetzung des Rechtsstaats, in dem ich lebe. Jemand kann mir eine Pistole an den Kopf setzen und ein Tun, Dulden oder Unterlassen von mir fordern. Ob ich zu der Forderung ja sage oder zu meinem Tod, das bleibt meine Entscheidung, denn *ich* bewege *meinen* Mund zum Ja oder Nein. Billigend nehme ich die Nachteile meiner gewählten Antwort in Kauf. Es mag sein, dass ich ein gelogenes Ja zu sagen mehr billige als für ein ehrliches Nein mich erschießen zu lassen; deshalb muss ich nicht auch noch dazu das eigene Falsche zum allgemein Richtigen umdefinieren.

Ich plädiere für eine wahrnehmende Distanz zum eigenen Tun, für einen gelassenen Überblick über Handlungsmöglichkeiten. Für das alltägliche Handeln ist es ein Unterschied, ob ich mich von der Entfremdungslogik aufsaugen lasse, sie verinnerliche und wieder hinaustrage und andere damit unter den gleichen Druck setze, unter dem ich möglicherweise stehe. Oder, ob ich distanziert und ohne moralischen Zeigefinger auf mein eigenes Tun schaue, um es genau nach solchen quasi-automatischen Wiedergaben fremder Sachzwänge abzusuchen — auf das ich es beim nächsten Mal vielleicht lassen kann oder wenigstens nicht mehr als "richtig" oder "gerecht" rechtfertigen will, vor mir und anderen.

Das kann ja alles durchaus missverstanden werden als hemmungsloser Individualismus, gar als Egoismus. Doch, ich bin Mensch und deshalb bedarf ich des Du und des Wir, um mich in meiner ganzen Menschlichkeit zu erfahren. Nun habe ich zu oft erlebt, dass ein Ich, das sich nicht aus seinem Selbst erkennt, sondern das versucht, sich über die Dus und Wirs

32 Hubertus v. Schoenebeck, in "botschaften des zuhörens"; Mühlheim, 1982

zu definieren, schnell sich verlieren kann in Kränkung oder in mir gar als krank erscheinender Solidarität. Was ich damit meine, darauf wirft ein Schlaglicht, was wir derzeit als Globalisierung, Terrorismus und als Fundamentalismusdebatte erleben. Darum beschränke ich mich in diesem Text auf das Selbst.

Jeder Fortschritt trägt den Versuch der Selbstverwirklichung in sich. Gesunder Narzissmus — gesunde Selbstliebe — ist eine wesentliche Triebfeder jeder Weiterentwicklung, jeder Forschung und aller Leistungen des Menschen. Ohne die konstruktive Seite dieser Energie würde menschliches Zusammenleben nicht funktionieren. Daher ist es wichtig, dass viele Menschen in einem sozialen Gebilde ein echtes, starkes Selbstwertgefühl besitzen. Das gilt besonders für die, die leiten und führen, damit sie nicht selbst bedürftig sind und auf krankhafte Weise zu Massenverführern werden müssen, um die eigene Minderwertigkeit zu kompensieren.

Die Phänomene "Hitler" und "drittes Reich" sind schreckliche Negativbeispiele. Das Festhalten an Macht um der Macht willen ist ein deutlicher Hinweis auf "Es wird solange Hitlers geben, wie es Hitlers in uns selbst gibt." Es ist unendlich viel leichter, einen Krieg zu erklären, als das Schwierige auf sich zu nehmen, den wirklichen Gegner zu erkennen. Der sind wir nämlich selbst. Wir projizieren unsere eigenen Probleme nach außen auf die anderen und bekämpfen sie dort. Der wahre Feind ist unsere Neigung parteiisch zu sein, unsere Neigung gierig zu sein, unsere Neigung blind zu sein, unsere schlimme Neigung, uns selber bis dahin zu verleugnen, dass wir unsere innere Wahrheit nicht mehr fühlen und so zum Opfer für alles fähig werden.

Oder könnte es sein, dass wir mit unserem abendländischen Fortschrittsglauben, der verbunden ist mit einem Glauben an die Individualität, letztlich in eine Sackgasse geraten sind? Jedes Modell funktioniert ja, zumindest eine Zeit lang, wird nur fest genug daran geglaubt. Was könnten wir aus dem Vergebungs- und Versöhnungsprozess in Südafrika über Selbsterkenntnis lernen?

In der Eröffnungsrede des internationalen Literaturfestivals Berlin, 2004, sagte Antjie Krog³³ u.a.:

"... Dieses Jahr feiert Südafrika zehn Jahre Demokratie. Für die ausländischen Journalisten, die sich in der letzten Zeit durch unser Land bewegt haben, scheint die Friedlichkeit der Armut ein größerer Schock gewesen zu sein als die Armut selbst. Ihren Berichten nach zu urteilen, ha-

33 Le Monde diplomatique, taz, 12.11.04, LMd, S. 4f; "Dem Himmel ins Herz geschaut — Südafrikas Versöhnung passt für den Westen nicht" Von ANTJIE KROG

ben sie offenbar vielen Schwarzen das Gefühl vermittelt, sie sollten sich schämen, dass sie vergeben haben und sich um Versöhnung bemühen.

Dass die Weißen eine der ihren womöglich überlegene Weltsicht nicht anerkennen können, ist in Afrika nichts Neues. Erlauben Sie mir, Ihnen ein im 19. Jahrhundert aufgezeichnetes Gedicht der /Xam, einer Untergruppe der San oder Buschmänner, vorzutragen. Es besagt: So wie ihr Bücher lest, um etwas zu wissen, lesen wir unsere Körper. Wir spüren, wie der gesamte Kosmos in unseren Körpern pulsiert. Die Buschmänner oder San haben sich einst für eine andere Existenzweise entschieden. Sie haben sich dafür entschieden, leicht zu leben auf Erden. Sie haben nichts hinterlassen außer Geschichten und Liedern, Bildern und Schnitzereien von großer Schönheit, in denen Mensch und Erde, Regen und Tier zu Visionen einer verpflichtenden Verbundenheit verschmelzen. Dennoch wurden die Buschmänner von den Weißen wie Tiere gejagt.

Vorahnungen der /Xam

das alphabet der buschleute ist unseren körpern eingeschrieben / die
buchstaben sprechen und vibrieren / die buchstaben bewegen
den körper des buschmanns
wenn deine rippen zu pochen beginnen / nimm deine pfeile / denn du
hast den springbock schon mit deinem körper gesehen / du spürst
das blut in deinen schenkeln und waden / als würdest du den
springbock schon auf deinem rücken nach hause tragen / als
würde der springbock schon deine schenkel hinabbluten
daher warte ich immer ruhig auf die worte meines körpers / ich spüre
auf meinem schädel, wenn sie die hörner der antilope absägen /
ich spüre in meinen füßen, wenn sie um die hütte streichen
wir legen uns vor unsere unterstände / wir legen uns auf die ausge-
streckten hänge der hügel / es scheint, als würden wir schlafen /
als würden wir ein nickerchen machen
doch wir lesen unsere körper / wir lesen alles, was sich unten in den
ebenen bewegt / die kehlen unserer knie kribbeln / und dann
warten wir / und dann kommt alles zu uns

Die Vorstellung, dass Vergebung Schande sei, reicht bis zu den Anfängen des Aufarbeitungsprozesses in der Wahrheitskommission zurück. Ich weiß noch, wie mich eine australische Wissenschaftlerin auf einer der Anhörungen zu den Menschenrechtsverletzungen zornig fixierte: "Es ist unglaublich, welches Unrecht ihr Weißen den Schwarzen angetan habt, indem ihr sie gezwungen habt, diesen ganzen Wahrheits- und Versöhnungsmist zu schlucken! Was ihr jetzt macht, ist schlimmer als Apartheid. Durch Betrug und Manipulation habt ihr die Schwarzen dazu gebracht,

diese Institution ohne einen einzigen Aufstand, ohne auch nur einen Akt des kollektiven Widerstands hinzunehmen." Dass sie damit vielleicht jene Menschen beleidigte, die gerade erst das übermächtige Apartheidregime zu Fall gebracht hatten, schien ihr gar nicht in den Sinn zu kommen.

Ich möchte diese Position von einem anderen Blickwinkel aus aufgreifen. Der Individualismus ist ein zählebiger moderner Mythos. Wie schon "Robinson Crusoe" sucht die westliche Fantasie ein von aller Gemeinschaft unabhängiges Individuum zu erschaffen. Zwar muss auch Robinson eine neue Gemeinschaft gründen und zu diesem Zweck erst seinen Freitag finden. Der Mythos vom Individuum als wichtigster Bedingung für den Fortschritt blieb davon jedoch unangefochten. Ohne Individuum keine Entwicklung.

Der französische Semiotiker Dany-Robert Dufour merkt hierzu an: "In unserer Zeit der liberalen Demokratie ist der Versuch, man selbst zu sein, allen zwanghaften Bedingungen vom Selbstbewusstsein zum Trotz ungeheuer mühsam. Eine ganze Reihe von Symptomen bezeugt die 'Behinderung des Individuums' in zeitgenössischen Gesellschaften. Psychische Störungen, das Unbehagen an der Kultur, die zunehmende Gewalt sowie die in großem Maßstab betriebene Ausbeutung sind allesamt Vektoren neuer Formen von Entfremdung und Ungleichheit. Das moderne Individuum ist nicht frei, sondern verlassen und verloren".

Im folgenden Gedicht aus der Sesotho-Sprache geht es darum, was es bedeutet, nur ein Einzelner zu sein. Es ist Teil eines Schauspiels über Senkatana, das auf ein bekanntes Basotho-Märchen zurückgeht. In ihm verschlingt der Drache Kodumodumo das gesamte Volk der Basotho und schwillt davon so gewaltig an, dass er schließlich in den Passstraßen des Hochgebirges stecken bleibt. Von allen Menschen überlebt einzig Senkatana. Er ist mutterseelenallein auf der Welt, kann tun, was er will, ist frei, und dennoch wehklagt er mit lauter Stimme:

ich kann mich selbst nicht finden / denn ich befinde mich nicht bei
den anderen / worüber soll ich mich freuen, wenn ich ganz allein
bin? / wovon soll ich befreit werden, wenn nur ich da bin? / warum
sollte irgend etwas schön sein / wenn nur meine augen es sehen?

ihr seid es, die mein ich hervorrufen / ich bin es, der sein ich durch
euch denkt / ihr denkt mein ich aus / ich wähle euch nicht / dass
es euch gibt, erschafft mich / wir sind gemacht, mit anderen zu
sein / oder wir werden hungrig bleiben mitten überfluss

Nach dem Zweiten Weltkrieg hat sich ein Modell für den Umgang mit den Gräueltaten von Unrechtsregimen herausgebildet. Das starke neue

Modell, das die Schwarzen Südafrikas ins Leben gerufen haben, ruht im wesentlichen auf zwei Säulen: erstens auf der Gleichbehandlung aller Opfer (die Mutter, die ihren Sohn im Kampf für die Apartheid verloren hatte, sagt neben der Mutter aus, deren Sohn im Kampf gegen die Apartheid gefallen war, womit anerkannt ist, dass beide gleichermaßen litten); und zweitens auf einem gesamtgesellschaftlichen Versöhnungsprozess, der den Kreislauf der Gewalt unterbricht. Und es ist wichtig festzuhalten, dass damit überhaupt zum ersten Mal eine echte Alternative gewagt wurde — die sich die Erste Welt aber, so groß Lob und Auszeichnung auch waren, nie als Beispiel nehmen wollte und will.

Der Rassismus geht noch weiter: Staatsoberhäupter, die ohne Zögern in andere Länder einmarschieren, kommen von weit her angereist um sich mit unserem ehemaligen Präsidenten Nelson Mandela ablichten zu lassen. In ihrem eigenen Land tun sie alles, um "Täter" vor Gericht zu zerren, Mandela aber wird umarmt, weil er den Mördern seines Volkes vergeben hat. Warum? Es sei mit der angemessenen Scham bekannt: weil der Westen Wut versteht, weil ihn die Rache fasziniert und er den Hass aus tiefstem Herzen bewundert. Jeder hat sich seine Begründung dafür zurechtgelegt, dass er andere töten muss: Die Wahrheits- und Versöhnungskiste ist gut für schwarze Menschen aus der Dritten Welt, aber wir Katholiken/ Christen/ Muslime/ Amerikaner/ Juden/ Palästinenser lösen das Problem anders — und besser.

Während wir hier in dieser Stadt, in diesem Jahrhundert sitzen, durchrauscht uns so vieles, dass wir nicht mehr wissen, wie die Sterne sich anhören, wie der Stein schmeckt, die Luft sich anfühlt oder wie man dem Himmel ins Herz schaut. Die Buschmänner mit ihrer viel tausendjährigen Erfahrung als Sammler und Jäger kannten den Klang der Sterne. Der Westen weiß davon erst seit 1930 — oder spätestens 1967, als die Astronomin Jocelyn Bell in Cambridge ein riesiges Radioteleskop baute, um den Klängen aus dem All zu lauschen.

was die Sterne sagen

die sterne nehmen dein herz / denn sie sind nicht hungrig / die sterne
 tauschen dein herz mit einem sternenerzen aus / die sterne
 nehmen dein herz und geben dir dafür ein sternenerz / dann
 wirst du nie wieder hungrig sein
 denn die sterne sagen: "tsau! tsau!" / und die buschleute sagen, dass
 die sterne die augen des springbocks verfluchen / die sterne sa-
 gen: "tsau!" sie sagen: "tsau! tsau!"

Sind also 40 Millionen Menschen durch betrügerische Machenschaften auf einen Weg des Fortschritts geführt worden, oder zeigt sich hier

eine so radikale Weisheit, dass der Westen Mühe hat, ihr zu folgen? Eines darf man wohl getrost annehmen: Was in Südafrika möglich war, hat nichts mit dem christlichen Glauben zu tun, denn sonst wäre das Gleiche auch in Irland oder in den USA möglich gewesen. Im Gegenteil scheinen gerade die protestantischen Fundamentalisten im amerikanischen Süden und Mittelwesten, im so genannten Bible Belt, besonders oft an vorderster Front zu stehen, wenn es gilt, Rache zu nehmen. Auch mit dem Einfluss der Weißen hat das Ganze nichts zu tun, denn die Weißen (speziell die Buren) glauben bis heute nicht an die Arbeit der Wahrheits- und Versöhnungskommission. Wenn sie unter sich sind, sagen sie eher: "Was ist nur los mit diesen Schwarzen, nicht einmal richtig hassen können sie, und mit denen müssen wir uns nun ein Land teilen."

Im Übrigen ist es unwahrscheinlich, dass die vielen meist jungen Leute, die die zehnjährige Schule der Massenbewegung durchlaufen hatten, 1994 etwas akzeptiert hätten, was ihnen gegen den Strich ging, nur weil zwei alte Männer, Tutu und Mandela, oder irgendein Weißer es ihnen gesagt hätten. Und hier möchte ich folgendes sagen: Man verkennt Tutu, wenn man ihn lediglich als religiösen Führer begreift. Bush begeht einen Fehler, wenn er in Mandela bloß den außergewöhnlichen Staatsmann sieht. Tutu und Mandela würden immer darauf hinweisen, dass ihr Denken seine Wurzeln in der schwarzen Gemeinde Südafrikas hat. Das Wesen ihrer Existenz ist, dass sie Schwarze in Afrika sind.

Die Mutter eines der Sieben von Guguletu, die von der Polizei brutal niedergeschossen worden waren, — eine gebrochene Frau mit geringer Schulbildung — hat den für das westliche Denken unverständlichen Versöhnungsgedanken verstanden und in Worte gefasst. Cynthia Ngewu, die Mutter von Christopher Piet, sagte: "Wenn ich das, was die Leute Versöhnung nennen, richtig verstehe [...], wenn es bedeutet, dass der Täter, dieser Mann, der Christopher Piet erschossen hat [...], wenn es bedeutet, dass dieser Mann wieder ein Mensch wird, so dass auch ich, dass wir alle unsere Menschlichkeit wiedererlangen [...], dann bin ich einverstanden damit, dann unterstütze ich alles."

Cynthia Ngewu hat gewusst — und George Bush nicht — dass, wer den Sohn eines anderen tötet, dies tut, weil er seine Menschlichkeit verloren hat. Sie hat gewusst — und Bush nicht — dass es in ihrem (wie auch in seinem) Interesse liegt, dem Täter dabei zu helfen, seine Menschenwürde wiederzuerlangen. Cynthia Ngewu hat im Gegensatz zu Bush gewusst, dass die Chance, die eigene Menschlichkeit zurückzugelangen, zerstört wird, wenn man den Täter mit dem Tode bestraft. Man friert dann gleichsam die Gesellschaft im Zustand der Unmenschlichkeit ein.

Die Frau in der Hütte in Houtbay hat also nicht vergeben, weil sie glaubte, sie werde nun endlich bekommen, was bisher den Weißen gehörte. Sie vergab aus der Einsicht heraus, dass die Weißen ihre Menschlichkeit verloren haben und ihre Unmenschlichkeit inmitten all ihres Reichtums auch verhindert, dass sie selbst, die schwarze Frau, ihre eigenen Möglichkeiten als Mensch voll ausschöpfen kann. Sie vergab, um die Weißen zu humanisieren. Zu befragen wären daher nicht die schwarzen Hüttenbewohner, zu befragen wären die Weißen in ihren Palästen: Was habt ihr getan, um euch erkenntlich zu zeigen für die überwältigende Güte, mit der euch verziehen worden ist? Und was tut ihr jetzt, um zu zeigen, dass ihr eure Menschlichkeit allmählich zurückgewinnt?

Diese Fragen richten sich natürlich auch an die Menschen im Westen insgesamt. An euren Händen klebt so viel Blut, die halbe Welt habt ihr geplündert und euch in eurem Wohlstand eingeeigelt — ihr habt eure Menschlichkeit längst verloren. Weil ihr so unmenschlich seid, kämpfen wir darum, menschlich zu bleiben. Ihr braucht uns: nicht um uns auszu-beuten, sondern damit ihr eure Menschlichkeit wiederfindet. ..."

Ich frage mich, wie kann der Täter — zum Wohle der Gesellschaft, in der er lebt — seine Menschlichkeit wiederfinden, wie kann ihm seine Menschenwürde wieder erlebbar werden? Von den Algonquin-Indianern hörte ich, sie kennen kein Wort für 'Gerechtigkeit'. Ein Mörder wird von der Familie des Opfers adoptiert. So wird die Ganzheit wiederhergestellt, das Ich im Wir.

Doch hier, in meinem Text geht es nicht um Individualismus noch um Gesellschaft, welcher Spielart auch immer. Es geht um meine Erkenntnis meines Selbst. Wer redet, wenn ich sage "ich bin"? Was redet da? Reden setzt Sprache voraus und Sprache Gesellschaft. Die Gesellschaft, in der ich lebe, lässt bis heute erkennen, dass sie tief greifende Täter- und Opfererfahrungen gemacht hat. Die sind auch in mir wirksam, wenn ich "ich bin" denke.

Verhalten wird nicht einfach durch überdauernde, tief im Innern verborgene seelische Strebungen determiniert. Unsere eigentlichen Handlungsmotive sind nicht bloß sexueller, aggressiver oder narzisstischer Natur. Auch im dynamischen Unbewussten scheint es eine permanente Rückkopplung zwischen der inneren und der äußeren Welt zu geben — eine mentale Austauschbewegung, die bereits mit der frühesten Interaktion zwischen Mutter und Kind einsetzt.

Nicht zuletzt durch die Befunde der Säuglingsforschung sieht sich die moderne Psychoanalyse genötigt, ihre klassisch-internalistische, auf der

Trieb- und Strukturtheorie basierende Auffassung aufzugeben, die Adorno noch verteidigte, als er mit Hilfe von Fragebögen und Persönlichkeitsskalen empirisch ermittelt hatte, die Untaten der Nazis seien womöglich auf einen bestimmten Sozialcharakter zurückzuführen — etwa auf die faschismusanfällige "autoritäre Persönlichkeit". In ihren relationalen oder intersubjektiven Ansätzen spürt Psychologie der Vernetzung von Seele und Umwelt nach und nimmt dabei die Vermittlungen zwischen individueller Psyche und sozialer Realität in den Blick.

Das Modell, das Harald Welzer³⁴ anbietet, um die sozialpsychologische Dynamik von Genozid zu erklären, enthält drei ineinander verschachtelte Kreise. Der erste Kreis entsteht durch einen gesellschaftlichen Diskurs, in dessen Verlauf eine Gruppe für minderwertig erklärt und so radikal ausgegrenzt wird, dass sich am Ende das "Tötungsverbot in ein Tötungsgebot" verwandelt. Der zweite Kreis entsteht durch eine kollektive Deutungsmatrix, die für das individuelle Handeln neue moralische Maßstäbe setzt und zu verändertem sozialem Regelverhalten führt. Erst im dritten Kreis geht es um die Einschätzung der Risiken einer Tat für den Täter, um ihre möglichen Gratifikationen, seelischen Gewinne, unbewussten Ingredienzien usw., also um Psychologie im engeren Sinne. Die Spirale, die schließlich zu Mordbereitschaft und zu mörderischem Handeln selbst führt, beginnt also nicht mit Psychologie oder Psychopathologie, sie endet höchstens mit ihr.

Dabei ist entscheidend, wie die handelnden Personen die Welt wahrnehmen und welche sozialen und normativen Kontexte diese Wahrnehmung prägen. Offenbar genügt eine mentale Koordinatenverschiebung, die im Falle der Nazis rassentheoretischer Art war, um einer Gruppe von Menschen jeden menschlichen Status abzuerkennen. Die Lehre von der Höher- und Minderwertigkeit bestimmter Rassen war keineswegs eine Erfindung der Nazis.

Diese Lehre war, insbesondere in Deutschland ("Deutsche Gesellschaft für Rassenhygiene"; Gründung 1905), aus der Darwinschen Abstammungslehre ("Die Abstammung des Menschen"; 1871) und seiner Theorie der natürlichen Zuchtauswahl ("Über die Entstehung der Arten durch natürliche Zuchtauswahl oder die Erhaltung der begünstigten Rassen im Kampf ums Dasein"; 1859) entwickelt worden. Sie entsprach nicht nur dem weitgehenden Konsens der damaligen zeitgenössischen Humangenetik und konnte insofern international "wissenschaftlich" begründet werden. Die Ideen Darwins wurden in Deutschland auch von

34 Harald Welzer: "Täter - wie aus ganz normalen Menschen Massenmörder werden". Fischer, Frankfurt/M, 2005,

zahlreichen einflussreichen Persönlichkeiten aus allen Gebieten der Geistes- und Naturwissenschaften verbreitet und um zahlreiche Elemente, vor allem in Richtung Eugenik und 'Rassenkampf' ergänzt.

Auf diese Weise ließe sich erklären, was doch dringend erklärungsbedürftig ist: wie spätestens in den Jahren nach 1933 völlig normale Menschen in diese wahnhafte Ideologie sich haben hineinziehen lassen; wie eine Mehrheit ihr Wertesystem so hat ändern können, dass sie sich an einem paranoiden Massenwahn aktiv oder passiv beteiligt hat; wie bis dahin seelisch gesunde Männer und Frauen zu gemeinen Mördern werden konnten, die schließlich in ganz Europa ihre Untaten vollbrachten und gar zum industriellen Massenmord perfektionierten.

Welzers Hauptinteresse gilt der Mentalitätsgeschichte des deutschen Faschismus. Und seine These ist ebenso schlicht wie überzeugend: Erst ein rapider Wandel im öffentlichen und privaten Bewusstsein erlaubte es, die Juden zuerst zu diskriminieren, dann auszugrenzen und schließlich zu eliminieren — das Vernichtungsdenken ging dem Vernichtungshandeln voraus. Schrittweise erfolgte innerhalb weniger Jahre eine kollektive moralische Enthemmung, die eigentlich keine Enthemmung war, sondern der Aufbau einer neuen, einer arischen, einer Herrenmenschenmoral, die volksgemeinschaftsbildend wirkte. Es gehörte zur vaterländischen Pflicht, sich eventueller Skrupel zu entledigen. Denn die Juden wurden nicht aus unmoralischen, sondern aus moralischen Gründen umgebracht; man musste sie aus Gründen einer höheren Moral umbringen, weil sie sich gegen Deutschland verschworen hatten, weil sie das internationale Finanzkapital repräsentierten, weil sie das Unreine, das Heterogene, das Ambivalente verkörperten; weil sie den kosmopolitischen Geist der Zersetzung repräsentierten und einiges mehr.

Welzer Einsichten in die Dynamik moderner Genozide, lassen mich schauern. Wenn heute in Ruanda oder in Jugoslawien und vor 65 Jahren in Deutschland völkische, begriffliche Unterscheidungen die Rechtfertigung zu den "Säuberungsaktionen" lieferten, denen Familien zum Opfer fielen, mit denen die Täter jahrzehntelang friedlich in Nachbarschaft gelebt hatten, was hat sich denn in den Menschen oder in mir verändert, dass solches nicht wieder und hier passieren könnte? Am 8. Mai 1945 hat das Morden aufgehört, nicht aber das dazugehörige Denken. Wie viel Eigensinn brauche ich, um nicht auch mich in solcher Spirale wiederzufinden? Was werde ich tun, wenn ich mich in solcher Spirale erkenne? Über Selbsterkenntnis und Eigensinn nachzudenken, ist offensichtlich kein Glasperlenspiel — es geht um mein Leben.

1.5. *Wir-Syndrom und Herrschaft, Opfer und Täter*

Natürlicherweise bin ich, als Menschentier, ein Rudelwesen. Ich erfülle mich zur ganzen Fülle der Möglichkeiten als Mensch erst im *Wir*. Doch wurde diese Gabe von zahllosen Philosophien, Religionen, politischen Theorien denaturiert und als Wir-Syndrom zum Werkzeug von Herrschaft uminterpretiert. Auch die Diagnosen dazu sind zahllos. Mir gefällt am besten die Darstellung von Christoph Spehr³⁵. Er hat ein Buch geschrieben, das die Diagnose der gesellschaftlichen Seite darstellt, das Gegenstück zu diesem Text, wo ich mich hier auf die persönliche Seite, das Selbst beschränke. Seinen Therapievorschlagn aus sozialistischem Geiste empfinde ich dagegen als etwas dünn.

Sehr wohl klar bin ich mir über den Hass, der frei werden kann, wenn kein "Wir" mehr in den Seelen der Menschen lebt, wenn sie weder an Gott, an Fortschritt, Nation oder Politik glauben und nicht mal durch Konsum kompensieren können. Dann bleibt ihnen nur noch ein verarmtes Ich, die Alternative Absolutismus oder Nihilismus. Dann kommen die Schimären von Religion, Nation oder Volk und die hilflose Wut über Politiker, die in China nationale Solidarität mit der Exportindustrie üben, aber den Lohnarbeitern zu Hause erklären, die Globalisierung verlange Opfer.

Wenn der ökonomische Zwang eine "traditionell eingewöhnte Lebensform" zerstört, in der sie sich selbst verstehen, wenn niemand sie mehr repräsentiert, dann gehen die Menschen von Opposition zu Widerstand über. Das schrieb Jürgen Habermas 1977; oder in Ulrike Meinhofs Worten: "Wenn es in der vollständigen Durchdringung aller Beziehungen durch den Markt und die Staatsapparate keine Orte und keine Zeit gibt, wo du sagen könntest: von da geh ich aus". Das ist eine sehr allgemeine sozialpsychologische Formel, sie passt auf den Attentäter von Nanterre, auf al-Qaida, die RAF und auf die pubertären Nazischläger. Sie ist so richtig, wie der Kapitalismus, die Moderne, die Rationalisierung allgemein sind. Nur die Reaktionen fallen sehr verschieden aus: Drogenkonsum, Krawall, Amokläufe, Depression und sein Gegenpol Größenwahn, gebündelt in Fundamentalismus, Terror.

Als meine Therapie vom *Wir*-Syndrom hat mir am besten geholfen, zuerst *mich* zu entdecken, *meine* Erwartungen, Absichten, Vorurteile zu prüfen, nach Wegen aus *meinen* sozialen Phantasiesystemen³⁶ zu suchen.

35 Christoph Spehr: "Die Aliens sind unter uns! — Herrschaft und Befreiung im demokratischen Zeitalter"; München, 1999

36 Ronald D. Laing "Das Selbst und die Anderen"; dtb, 1989

In diesen verschiedenen Wirs bin ich das einzige Subjekt, das näher kennen zu lernen mir möglich ist. Niemand anderem als mir kann ich hinter die Stirn oder ins Herz schauen. Mein Ziel ist nicht Individualismus sondern Selbsterkenntnis.

Wie ich dieses *Wir*, jedes dieser verschiedenen *Wirs*, je nach meinen Gemeinschaften und meinen Rollen darin, als auf mich wirkend erlebe, das habe ich erkannt als meine Entscheidung, mehr oder weniger frei, mehr oder weniger bewusst, aber nur von mir getroffen und nur von mir veränderbar. Ich selbst entscheide immer und in jeder Sekunde neu. Wie komme ich zu solchen Entscheidungen? Wer ist das *Ich*, dieses *Selbst*, das entscheidet? Deshalb ist hier mein Thema *Selbsterkenntnis* und dessen andere Seite, *Eigensinn*.

Dieses *Wir* wurde in zahllosen Varianten zur Herrschaft missbraucht, zum Beherrschen durch Einzelne über Viele. Jedes mal, wenn ich solche Worte benutze oder höre wie "*Wir* sollten ..." oder gar "*Wir* müssten zuerst ..." gehen bei mir alle Warnlampen an. Dennoch, wo ich in diesem Text von *Ich* oder *Selbst* schreibe, immer steht als gedankliche Fußnote dabei: "Meine volle Menschlichkeit realisiert sich erst in der menschlichen Gemeinschaft, im *Wir* — ohne Herrschaft". Im *Wir* finden neben den Dingen auch menschliche Probleme Berücksichtigung, weil beides nicht voneinander zu trennen ist. Außerdem sei nicht vergessen, dass Erleben nicht auf einen Einzelnen zurückgehen kann, sondern stets von Vielen abhängig ist, denen man in dieser Zeit begegnet und die oft schon durch ihre Gegenwart etwas Besonderes bewirken, während Andere tätig sind.

Es ist in der Biologie des Menschentiers angelegt, dass wir als Männer oder aber als Frauen gestaltet sind, dass wir deshalb je spezifische Funktionen und ihnen dienende Konstruktionen aufweisen vom unterschiedlichen Körperbau bis zu dessen Detailausstattung wie Knochen, Drüsen, Feinaufbau des Gehirns. Genauso differenzieren die Mythologien aller Zeiten und Weltgegenden die Geschlechter.

So galt vielfach, Frauen *sind* der Macht, den Göttinnen nahe, denn sie allein können gebären und den Säugling nähren. Im Mythos von den Äpfeln der Hesperiden³⁷ und der Freyja³⁸ sind es die Brüste der Frau, an die die Unsterblichkeit der Götter gebunden ist. Männer *haben* nur die Möglichkeit zur Macht und sie mussten dafür erst Rituale erfinden. Oder,

37 Griechischer Mythos: die Hüterinnen der goldenen Äpfel im äußersten Westen; diese Äpfel schenken ewige Jugend; sie zu holen, war eine der zwölf Arbeiten des Herakles.

38 [Altnordisch »Herrin«] (Freia), altnordische Göttin der Liebe und Fruchtbarkeit, Tochter des Vanen Njörd; Schwester des Freyr, Gemahlin Odins.

wie Luisa Francia berichtet³⁹, "um es in der Sprache der Iatmul in Neuguinea zu sagen: Die Männer kämpfen auf abgegrenzten Plätzen mit genau definierten magischen Regeln einen ritualisierten Kampf um die Berechtigung, in die Welt einzutreten, auf der Welt zu sein. Die Frauen sind schon da"⁴⁰. Uns heute ist es möglich, in der Gemeinschaft von Frau *mit* Mann das Gemeinsame Dritte, den Androgyn zu erschaffen. Der steht in seiner Macht noch über den Göttern.

Vor einiger Zeit besuchte Eveline Goodman-Thau, Professorin für Jüdische Kulturgeschichte an der Universität Wien und orthodoxe Rabbinerin, die Kieler Universität und wurde dort interviewt. U.a. sagte sie:

"... Das Judentum ist genau wie das Christentum ein Patriarchat. Gott hat anscheinend nur mit Männern gesprochen. Es sind Männer, die die Verheißungen bekommen haben und die Gottes Wort interpretieren. Das Komische ist, dass in den biblischen Erzählungen zwischen dem Mann und Gott die Frau steht. Immer wenn man nicht weiß, wie es weitergeht, dann fragt man eine Frau. Also sie sind die Retterinnen, die Initiatorinnen, sie sind diejenigen, die in unmöglichen Situationen auch die Geschichte vorantreiben. Mose wäre nicht nach Ägypten gekommen, wenn nicht Zippora, seine Frau, ihm geholfen hätte.

Institutionalisierte Religion ist frauenfeindlich. Das ist nichts Neues. Das ist in allen Religionen dasselbe und das ist auch der Grund, warum ich Rabbinerin geworden bin.

Aber da zu stehen, bei der Inauguration als Rabbinerin, im Prunksaal der Nationalbibliothek in Wien, wo ein großer Teil meiner Familie abgeschlachtet worden ist, das ist schon zu sehen als ein Zeichen — jenseits aller Patriarchats-Gedanken.

Als ich das Ordinat bekommen habe, in einer Privatordination, hatte ich das Gefühl, ich habe jetzt Verantwortung für die Tradition. Dieser

39 Luisa Francia "Ballzauber – Die Magie des Fußballs", München, 2006

40 Der Wert des Mannes hängt von seinem erworbenen Status ab, das heißt, der Mann erwirbt seine Definition arbeitend und sich durchsetzend. In der Männlichkeitskonstruktion wird die Selbststählung erworben. Intimitätsbezogene Erfahrungen, assoziiert mit Gefühl, Intuition, Schwäche, Fürsorge und Nachgiebigkeit, werden als vermeintlich weiblich abgewehrt. Die Unvereinbarkeit der Widersprüche manifestieren sich in den Problemen, die Männer machen und haben. Männer müssten eigentlich darauf aufmerksam machen, dass die gesellschaftlichen Anforderungen sie latent krank und verrückt machen. Das Dilemma beginnt darin, dass Männlichkeitserziehung auch eine (Selbst-)Erziehung zur Durchsetzungs- und Dominanzhaltung verlangt, in der der (vermeintliche?) Genuss männlicher Privilegien öffentlich inszeniert wird. Der Preis für diese Privilegien, den viele Männer zahlen, ist bedingt durch die verleugneten Widersprüche, die sich aus vielfältigen Diffamierungs- und Delegationsprinzipien im männlichen Leben ergeben. (aus <http://www.taz.de/nc/1/archiv/digitaz/artikel/?ressort=me&dig=2008%2F01%2F14%2Fa0131&src=GI&cHash=5fae59852>)

Schritt, also nicht zu sagen, ich werde anerkannt von einer Institution, aber zu sagen, ich bin jetzt wirklich verantwortlich für die Tradition, ist der Schritt, den wir gehen müssen. Und wenn wir das machen, uns frei machen von der Suche nach Anerkennung, wird man uns auch anerkennen, ganz natürlich.

Ich hatte überhaupt kein Problem, mich damit auseinanderzusetzen, dass das patriarchal geprägte Rabbinat mich nie akzeptieren würde als Rabbinerin. Für mich war es nicht das Problem, was mache ich mit denen, aber es war für sie das Problem, was machen sie mit mir.

In orthodoxen Kreisen dagegen wurden schon einige Artikel über meinen Fall geschrieben, die damit einverstanden sind, dass ich Rabbinerin bin. Aber sie haben beschlossen, dass ich keine Gemeinde haben kann, weil Frauen nicht vor einer Gemeinde stehen dürfen. Die Orthodoxie ist prämodern, das muss man schon sagen.

Im Katholizismus ist das so, eine Frau kann nicht ordiniert werden, weil Jesus ein Mann war. Ich würde sagen, im Judentum hat man es schwer, weil man keinen Bart hat. Man kann alles machen, wenn man einen Bart hat, da fragt man auch nicht, wo bist du ordiniert.

Wenn man wirklich etwas erneuern will, dann muss man versuchen, innerhalb der Strukturen diese von innen aufzubrechen.

Schauen Sie, Männer haben immer die Regeln für Männer und Frauen geschrieben. Wir müssen für Männer und Frauen die Regeln schreiben. Ich bin nicht dafür, dass wir nur weibliche Strukturen machen. Auch wenn wir Frauengruppen brauchen, um uns zu verstärken. Wir sind eigentlich in der dritten Phase der feministischen Revolution, die ich als eine der wichtigsten Kulturkritiken betrachte. Es geht in dieser dritten Phase nicht mehr um die Rechte. In der erste Phase haben wir für Rechte gekämpft. Dann waren wir in der Phase der Rollen. Jetzt sind wir in der dritten Phase und die heißt: die Phase der Regeln. Regeln der Partizipation. Wir haben, glaube ich, eingesehen, dass wir nicht mehr zu jedem Preis mitmachen wollen, wenn wir die Regeln nicht bestimmen oder mitbestimmen können. Mitbestimmen heißt, in den bestehenden Strukturen, diese Strukturen von innen aufzubrechen und zu reformieren.

In der Bibel steht: "Höre die Überlieferung deines Vaters und lass nicht locker von der Thora deiner Mutter." (Prediger 1,8). Wir sehen also, dass sie es ist, die an Gott und an der Thora festhält, aber die Thora der Mutter, die weibliche Weisung, ist noch nicht geschrieben worden, weil das Patriarchat das alles übernommen hat. Nach dem Talmud müsste sie dafür sorgen, dass ihr Mann und Sohn rechtzeitig ins Lehrhaus kommen.

Sie ist nicht Hüterin vor dem Tor. Sie ist viel mehr, als "Mutter alles Lebenden" (Gen 3,21) Erhalterin der Welt. Und das war sie auch immer. ..."

Patriarchat hat eine lange Tradition. Trotz dieser Herrschafts-Tradition von legen Befunde der Archäologie die Vermutung nahe, dass frühe Gesellschaften als Matriarchat⁴¹ organisiert mit den Geschlechterunterschieden in freier Kooperation lebten — und solche Gesellschaften⁴² gibt es noch heute⁴³. Irgendwann entstanden Gesellschaften, die auf Herrschaft beruhten. Das haben wir bis heute, bis in die Neuzeit den Adel von Gottes Gnaden, noch immer den Papst und die Hierarchie seiner Priester.

Einen Blick auf die matristische Sicht bot der Internationale Goddess Kongress im Mai 2010 im Schloß Hambach⁴⁴. Der ganze Kongress wurde per Video aufgezeichnet. Die Mitschnitte sind ⁴⁵ zu kaufen

Es ging um Spiritualität in vielen Sichtweisen und das Wahrnehmen der Göttin in vielen Gestalten, bei vielen Völkern, um die Ahninnen, um feministische Theologie, Heilweisen, Politik, Umsetzung im Alltag. Als

41 Die Verwandtschaftsordnung der Urgesellschaft war matrilinear und matrilokal, matrizenrisch oder matristisch, matrifokal oder gylanisch. Das Matriarchat (von lat. mater "Mutter", und griech. arche "Beginn, Ursprung", auch "Herrschaft") ist eine gynozentrische Gesellschaftsstruktur, in der je nach verwendeter Definition entweder Frauen die Macht innehaben oder die frauenzentriert ist, die Gesellschaftsordnung also um die Frauen herum organisiert ist.

Für Vertreterinnen der Frauenbewegung, insbesondere des differentialistischen Zweiges, bedeutet das Matriarchat im besonderen eine Zeit der Ur- und Frühgeschichte, in der die Frauen kulturschöpferisch und prägend gewesen sind, aber nicht geherrscht haben. Die Ethnologie kennt auch heute noch auf allen Kontinenten – außer in Europa – Völker (Ethnien) mit matrilinearen Abstammungsregeln, von denen manche zusätzlich die Matrilokalität praktizieren.

Organisierte Kriege sind untypisch für matriarchale Gesellschaften. Vertreter der Matriarchatsforschung gehen davon aus, dass frühe menschliche Gesellschaften, insbesondere diejenigen der neolithischen Ackerbauern, matriarchal waren. Dies wird u.a. damit begründet, dass archäologische Funde aus dieser Zeit angeblich keine Anzeichen für die Dominanz des Mannes und für Gewalt, Krieg oder Klassenunterschiede ergaben.

Zahlreiche Mythen, Legenden und Märchen sollen Überreste einer matriarchalen Gesellschaftsordnung bewahrt haben und deuten nach Ansicht von Heide Göttner-Abendroth insofern auf ihre Existenz hin. Die alteuropäischen Kulturen vor der Invasion der Kurgan-Leute werden ebenfalls als Matriarchate angesehen. Beispiele sind die von Marija Gimbutas beschriebene Vinca-Kultur, die Bandkeramiker und die Megalithkulturen. Zeitlich wären diese Kulturen ungefähr zwischen 8000 und 3000 v. u. Z. anzusiedeln, wobei sie teilweise auch noch später vor kamen.

<<http://matriarchat.info/>> (Stand: 10/2009), <<http://www.femtopia.de/mana/matriarchat.htm>> Stand: 10/2009.

Die ältesten, archäologisch untersuchten hoch zivilisierten Stadtsiedlungen gab noch vor den Kulturen in den Tälern des Indus, des Nils oder Euphrat und Tigris schon um 7500 v.u.Z. im Donautal - ohne Waffen, ohne Befestigungen, mit vielen Frauen-Idolen. (Harald Haarmann "Geschichte der Sintflut - auf den Spuren der frühen Zivilisationen"; C.H.Beck, 2. Aufl., 2005)

42 Irene Fleiss "Als alle Menschen Schwestern waren"; Christel Götttert Verlag Rüsselsheim, 2006

43 vgl. http://www.alma-mater-akademie.de/pageID_2954749.html (Stand: 02.2008)

44 <<http://www.internationalergoddesskongress2010.de/index.html>>

45 bei <<http://www.avrecord.de/AVRecord/katalog/kongresse.php>>

mein Resümee aus den vielen Eindrücken fällt mir jetzt ein und, natürlich, ist das gefiltert durch meine Brille von meinen alten Glaubenssätzen:

- Es geht um ein Weltbild der Spirale, der unendlichen Fülle in ihrer zyklischen Wiederholung und in dabei ständiger, jedoch unwissbarer Entwicklung.
- Diese Fülle ist Ausdruck der Liebe dieser Schöpfungskraft zu sich selber und zu allen ihren Geschöpfen; ich kann diese Fülle leben, lieben, anbeten im Bewusstsein meiner Liebe zu mir selbst.
- Diese Fülle lebt in drei, je ihren Ordnungen: auf der Erde = z.B. in den Geschöpfen als die Pflanzen, Tiere, Menschen; über der Erde = z.B. in den Geschöpfen als die oberen Götter, Geister, Elemente; und unter der Erde = z.B. in den Geschöpfen als die unteren Götter, Geister, Elemente.
- Diese Fülle ist wahrnehmbar in den ständig entstehenden und vergehenden Bildern all dieser Geschöpfe; und in ihren Bildern können wir mit allen diesen Geschöpfen in dankbaren Kontakt in einem Zustand des Innen kommen.
- Diese Fülle ist unter allen Umständen "gut" in nicht-menschlichem Maße, auch wo ich in meinen menschlichen Wertungen nach gut und böse trennen möchte.
- Solche Trennung macht Angst = Gefühl der Abwesenheit von Liebe. Angst will Sicherheit = ich brauche Besitz, brauche Macht, sei es für mich, sei es von jemand über mich; ich gehe so in meine Ordnung, in den Eigensinn, in ein Weltbild der Linearität und damit heraus der spiraligen Ordnung.
- Patriarchat ist Rückzug in die Linearität, in die Idee von eigenem Besitz, eigener Macht, eigener Ordnung und in den Glauben an ein Außen.
- Alle Religionen berichten von diesem möglichen Zustand des Innen, aber organisieren meist nur einen Glauben an ein Außen und verlangen deshalb Unterwerfung.
- Nach dem Ausleben beider Weltbilder, dem spiraligen und dem linearen, ist es an der Zeit, beide Wege zu verbinden, raus aus der Polarität weiblich-männlich und hin zum, ja, was, wohl erstmal zu einem unabsehbaren Chaotisierungsprozess in der Emulgierung von beidem. Die Spirale dreht sich und wir mit ihr. Unsere Kinder werden es erleben, hoffentlich, und das hängt an jeder/m selber, in Liebe, Freude, Vertrauen und Dankbarkeit. Doch bis heute sind wir noch trainiert, uns innerhalb von Herrschaft zu fühlen.

Herrschaft funktioniert nur, wenn sie akzeptiert wird von den Be-

herrschten. Hoffnungslos, wenn an Herrschaft geglaubt wird. Glauben, das ist ja persönliche Entscheidung. Der dunkle Kern von Herrschaft ist immer Gewalt. Fähige Unterdrücker sind immer erfahrene Unterdrückte. Das bewirkt: Ich mache jemanden außer mir zur Autorität, heißt, ich fühle mich genötigt, jemand anders zum Autor meines Lebens zu berufen. Kant erklärte das so: "Faulheit und Feigheit sind die Ursachen, warum ein so großer Teil der Menschen gerne zeitlebens unmündig bleibt — obwohl die Natur sie längst von fremder Leitung freigesprochen hat. Es ist so bequem, unmündig zu sein". Sich unmündig machen zu können, nicht mehr selbstverantwortlich sein zu können, das ist eine auf Dauer schmerzhaft Illusion. Ich habe meinen Mund ja noch. Immer! Niemand anders als ich bewegt diesen Mund zur gewünschten Antwort.

Es scheint so bequem, an einen Herrn die Verantwortung für sich selbst abzugeben und dafür von ihm einen Auftrag anzunehmen und nur für die Ausführung dieses Auftrags die Verantwortung zu übernehmen, ein braves Kind zu sein, ein guter Schüler, ein verlässlicher Mitarbeiter, ein KZ-Wärter, ein Demokrat (von gr. "demos" = "Volk" und "kratein" = "herrschen". Es geht also weiter um Gehorsam und Herrschaft). Da merke ich gar nicht mehr, wie ich mir selbst fremd geworden bin im Hungern nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung.

Solche Verantwortung ist keine persönliche Antwort auf die Fragen meines Lebens. Sie ist das verwirrende Spiel mit Gelerntem, aus Erinnerungen, Geschichten, alten Verletzungen und der Angst vor Schuld und Scham. Schuld und Scham sind gewöhnlich nur Werkzeuge der Unterdrückung zur Förderung des vorausseilenden Gehorsams.

Das Leben lebt sich selbst. Wenn ich *immer* im Antworten auf *mein* Leben bin, ist Verletzung durch andere wohl denkbar, jedoch sie ist nicht möglich. Selbst wenn mir jemand in einem Verkehrsunfall mit seinem Auto ein Bein abfährt, so bin es doch ich, der aktiv in diese Situation hineingegangen ist als meine Antwort auf mein Leben, wie es sich lebt. Um so mehr — und klarer — ist das im psychologischen Geschehen zu erkennen. Es sind meine Gedanken *über* eine Situation und meine aus diesen Gedanken folgenden Gefühle, nämlich die Erinnerungen an *meine* Verletzungen. Das gilt, wenn ich von jemand etwas höre oder erlebe, dass in mir Stress, Wut, Schmerz, Angst auslösen soll, wie auch genauso, wenn ich mich Verletzendes gegen andere sprechen oder machen lassen. In beiden Fällen verletze ich mich, denn ich wecke mit meinen Gedanken Erinnerungen an solche Gefühle in mir und erwarte sie als dessen Reaktion auch im Gegenüber. Alles Produkte des Riesenprojektors in meinem Kopf,

des Verstandes.⁴⁶

Klar muss sein, wir Menschen sind soziale Wesen und unsere sozialen Organisationen, als Familie, Nachbarschaft, Gemeinde, Land, Staatenbund, haben eine höhere Komplexität als die einfachen Ich-Du-Beziehungen. Das erfordert das kooperative Aushandeln der notwendigen Regeln zwischen den vielen und es erfordert einzelne Menschen, die die Bedürfnisse solcher sozialen Organismen zum Ausdruck bringen können, die politisch denken und handeln können.

Der in Brooklyn lebende Finanzjournalist Surowiecki⁴⁷ zeigt aus Erkenntnissen der Spieltheorie und aus Untersuchungen von Disziplinen wie Politikwissenschaft, Soziologie und Behavioral Finance zahlreiche Beispiele. Viele von uns nehmen grundsätzlich an, dass Experten und wenige Hochbegabte nicht nur über mehr Spezialwissen verfügen, sondern auch zuverlässig bessere Entscheidungen treffen als Gruppen von Durchschnittsbegabten. Tatsächlich sind aber Teams von wahllos zusammengewürfelten Menschen dank ihrer "kollektiven Intelligenz" in der Lage, erstaunlich komplexe Probleme zu lösen — und meist sogar besser als selbst die gescheitesten Einzelpersonen in ihrer Mitte. Anhänger des Genie-Kults werden "Die Weisheit der Vielen" nicht mögen. Fans möglichst weitgehender Demokratieauslegungen bekommen dadurch neue Argumentationshilfen. Bei aller Begeisterung für die "Gruppenintelligenz" übersieht Surowiecki nicht, dass sie in vielerlei Fällen katastrophal versagt. Damit Kollektive auf kluge Weise entscheiden, müssen einige Grundbedingungen erfüllt sein. Unabdingbar ist als erste diese, dass Hierarchien keine einschneidende Rolle bei der Entscheidungsfindung spielen dürfen und so Personen auf niederen Rangstufen verleiten könnten, das eigene Urteil zu unterdrücken.

Dennoch, gesellschaftliche Veränderung erfolgt meist, wenn ein Einzelner diese Bedürfnisse allgemeinverständlich zum Ausdruck bringt, seine Vision daraus kraftvoll in die Tat umsetzt und nicht wegen des Pendelschlags aus der Gegenrichtung sich selbst in Frage stellt. Solche besonderen Menschen zeichnen sich oft dadurch aus, dass sie Vertrauen in die Welt entwickelt haben und ihr politisches wie gesellschaftliches Handeln aus einer gemeinschaftlichen Verantwortung begründen, die aus ihrem Realitätsvertrauen folgt. Von diesem Realitätsvertrauen vor allem handelt

46 vgl.: Anhang 113.3 "Psychophysik 2.0 – Betriebsanleitung für das menschliche Unterbewusstsein" E-Book in <http://www.psychophysik.com/html/e04-psychophysik.html>

47 James Surowiecki: "Die Weisheit der Vielen. Warum Gruppen klüger sind als Einzelne und wie wir das kollektive Wissen für unser wirtschaftliches, soziales und politisches Handeln nutzen können", München, 2005

mein Text.

Bisher habe ich keinen Menschen getroffen, bei dem ich politisches Denken und vor allem politischen Aktionismus anders als Vermeidungsverhalten verstehen kann. So begeben sie sich aus der Suche nach einer besseren Erkenntnis dessen was ist, in die Übung, darüber zu reden. Realität und das Ringen um ihre für alle Bürger sinnvolle und mögliche Veränderung wird ersetzt durch Beschimpfung von Andersgläubigen. Die Krankheit der Rhetorik erfasst die politischen Menschen. Da die persönlich gelebte Erfahrung fehlt, sind sie auf die ausschließlich verbale Stimulation ihrer parteilichen Rhetorik (Selbstbestimmung, Gerechtigkeit, Freiheit, Demokratie usw., usw.) angewiesen und sie kennen nichts als ihre parteiliche Tugend.

Das bedeutet den Sieg der Demagogie über die Aufklärung. Die Unübersichtlichkeit vorhandener Regelungen und die Fülle einander widersprechender Daten verfestigen über Parteiengrenzen hinweg die Ansicht, die meisten Themen seien zu komplex, um von der Bevölkerung verstanden zu werden. So wird vereinfacht bis zur Verfälschung politischer Zusammenhänge. Argumentation ist dann nichts als der fadenscheinige Versuch, an die Stelle der gebotenen Analyse der Notwendigkeiten eine Verdachtspsychologie zu setzen, die keiner Auseinandersetzung mit den Fakten bedarf. An deren Stelle sind Meinungen, Zuschreibungen von Nutzen oder Bedeutung, Vorstellungen über Sachzwänge getreten.

Ich beobachte zwei Politiker in einer Fernseh-Diskussion. Die beiden strahlen eine gut trainierte Vertrauenswürdigkeit aus, wie sie über Kindererziehung und ähnliche unverdächtige, gleichwohl durchaus politische Themen plaudern. Langsam, aber immer deutlicher zeigt ihr geschmeidiger Redefluss, wie für sie nicht Argumente, sondern ihr persönliches Gewicht, ihre Macht als Funktionsträger für die Richtigkeit ihrer Meinung steht. Ihnen steht jedes Urteil zu. Ich nenne das "elitäre Dummheit".

Kann Macht durch öffentliche Abwesenheit wirksam symbolisiert werden? Zweifellos, es gibt die Symbolik der Leere. Der Soziologe Bourdieu hat uns gelehrt, wie die Machteliten symbolische Kommunikation, ja symbolische Formen selbst zu Zwecken des Machterhalts einsetzen. Wie sie den scheinhaften Sachzwang in Symbolik transferieren. Beim Europa-besuch des US-Präsidenten sollen die leeren Straßen und Absperrungen so zum Ausweis einer leider unvermeidlichen Rationalität werden — angesichts der irrationalen, allgegenwärtigen terroristischen Bedrohung. Keine weichen Ziele mehr in den weichen Zentren der Städtebewohner. So die Botschaft. Sicherheit geht vor Bewegungsfreiheit, vor Bürger- und vor

Menschenrechten.

Andreas Maier gibt in "Kirillow", eine minutiöse und in ihrer schonungslosen Genauigkeit beeindruckende Schilderung der Castor-Demonstrationen, und zeigt dadurch die rettungslose Theatralik aller Widerstandsbemühungen und zugleich das Leiden an dieser Vergeblichkeit. Politik ist zu Antipolitik geworden. Die Ebene der täglichen Parteiauseinandersetzungen und der Parlamentsreden ist da vollkommen bedeutungslos. Wahrheit gibt es nicht, oder es gibt sie nur als Totalität des Geredes. Alles Trug und alles Wahrheit!

Dass unsere Wahrnehmung heutzutage mediengesteuert ist, wird als Selbstverständlichkeit hingenommen, deren Folgen nicht weiter geprüft werden. Und dass Politik hochgradig medial funktioniert, ist ein Gemeinplatz geworden, der Veränderungen beschreibt, sich gleichzeitig jedoch deren Analyse entzieht. Politikproduzenten und Medienmacher nehmen die von ihnen geschaffene Realität ratlos, im Ganzen aber billigend in Kauf. Die medialisierte Gesellschaft ist das Ergebnis einer langen und komplizierten Entwicklung, in der technische Innovationen, wirtschaftliche Machtkämpfe und politische Entscheidungen zusammengewirkt haben. Aber man spricht über sie, als wäre sie ein Naturphänomen.

Weltpolitische Ereignisse wie das Ende des Ost-West-Konflikts und eine globale Ökonomie mit ihren Auswirkungen auf die nationale Politik haben ein Klima geschaffen, in dem der Populismus prächtig gedeiht. Zu seinen besonderen Kennzeichen gehört ein schlichtes Denken in Gegensätzen: wir und die anderen, Freunde und Feinde. Anfällig dafür sind keineswegs nur Menschen, die die Nachteile politischer und sozialer Veränderungen zu spüren bekommen, auch unter den Gewinnern gibt es viele, die sich mit diesem bequemen Schematismus aus der Wirklichkeit stellen. Dabei macht der Fall Franz Müntefering, jenes Meisters populistischer Politik, ohne weiteres deutlich: Populismus ist nur denkbar im Kontext der Demokratie. Populismus ist Politik vor den Wahlen und für die Wahlen. Populismus ist Herablassung, Politik fürs Volk.

Ich finde immer mein Vorurteil bestätigt, Politik betreiben in der Mehrzahl Menschen und dafür interessieren sich Menschen, die auf eine besondere, sozial anerkannte Weise mit ihrem eigenen Leiden an den Verhältnissen umgehen, beziehungsweise ihre Ängste daraus durch Machtstreben kompensieren. Sie versuchen im Außen zu verändern oder gar zu bekämpfen, was ihnen in ihrem eigenen Inneren zu betrachten und anzugehen als zu bedrängend oder als zu gefährlich erscheint oder aber ihnen noch gar nicht bewusst werden konnte.

Wohl erscheint mir das als weit gesunder als "die so überaus ansteckende Krankheit der Unempfindlichkeit", wie B. Brecht das mal formulierte. Dennoch, mir scheint, wenn ich die Welt, meine Frau, meine Kinder, meine Firma, die Regierung, die UNO, alle meine Situationen nach meinem Kopf verändern will, so ist das ein sehr ausschweifendes Vorhaben. Zielführender erscheint mir, erstmal meine Bilder von dieser Welt, meiner Frau, meinen Kindern in meinem Kopf zu klären. Unglaublicherweise, sehr schnell ändert sich die Welt. Aus angsterregender Getrenntheit falle ich in Geborgenheit und es eröffnen sich ganz neue Perspektiven zu ganz neuen Entscheidungen. Das erscheint nur so schwer, weil es so unsäglich einfach ist.

Damit bekommt dann auch die Frage nach den Tätern und den Opfern ganz neue Perspektiven. Die Gier nach einem Urteil verblasst und wird überlagert von Mitgefühl, mitleidloses Mitgefühl mit mir und den Anderen.

Der Wunsch, aber ebenso der Widerstand zu vergeben streiten sich oft in uns, nachdem uns Schaden zugefügt wurde. Verzeihen und vergessen, das klappt unter diesen Umständen einfach nicht, denn das schale Gefühl, dass man zum Opfer gemacht wurde, bleibt bestehen und nichts verändert sich. Allzu schnell landen wir in der Opferrolle, wenn wir schmerzvoll klagen: "Du hast mich zutiefst verletzt, betrogen und missbraucht". Schmerzende Worte, Verleumdungen, Handlungen, Ignoranz und vieles mehr - die Erinnerungen daran wüten zerstörend im Körper, die inneren Stimmen peitschen auf uns ein, die Gefühlswelt ist ein einziges Chaos, getränkt von Groll, Wut und Rachegeleuten, aber auch von der peinlichen Scham, dass ausgerechnet uns das passieren musste.

Ein solches Gedankengebäude mit dem dazu passenden Gemütszustand ist das Milieu, in dem sich ein so genanntes Opfer daheim fühlt. Es bekommt auch eine Menge Unterstützung, wenn es dort bleibt; schließlich ist es der Ort, wo die meisten Menschen wohnen. Ja, das Opferland ist ein sehr verführerischer Ort. Eingebettet in Gewohnheit, Bequemlichkeit und Selbstmitleid dient es der eigenen Entlastung, da ja ein anderer die Schuld an dem erlebten Leid trägt. Mitleid und die Zuwendung der Mitmenschen stehen uns deshalb zu.

Durch diese Art von Selbstgerechtigkeit fühlen wir uns in Sicherheit und in inniger Gemeinschaft mit unserem Ego, das "lieber Recht haben will, als glücklich zu sein". Es lässt uns im Glauben, dass der Feind "da draußen" und nicht in uns selbst liegt. Wir müssen ständig jemanden zum Hassen, Kritisieren, Beurteilen und Widersprechen finden, damit wir uns

selbst besser fühlen. Das biologische und wechselseitige innere Angewiesensein auf Liebe, Anerkennung, Wertschätzung schlägt auf paradoxe Weise um in äußeres, ausgedachtes Angewiesen scheinen, ausgedacht und einseitig. Diese selbstbezogene Dynamik bestätigt permanent das übermächtige Glaubenssystem des Ego, das sich auf diese Weise sein eigenes Überleben sichert und extrem unempfindlich ist für Veränderungen. Unsere Entwicklung hängt jedoch weitgehend davon ab, inwieweit es uns gelingt, unsere schlimmste Abhängigkeit zu überwinden: die Abhängigkeit vom Opferarchetyp, der uns in der Vergangenheit festhält und uns unsere Lebensenergie zur Angst zusammenziehen lässt.

Politische Mythen in ihrer modernen Wirksamkeit sind Erzählungen, die die Fakten, die sie verwenden, ihrer geschichtlichen Herkunft und Bedeutung entkleiden. Sie verwandeln sie zu quasi natürlichen Begebenheiten, zu vorgegebenen, schicksalhaften Grundbedingungen, die geschichtlichem Handeln vorausgesetzt sind. In der Politik gibt es ein gutes Gespür für den politischen Mehrwert, der mit dem Opferstatus verbunden ist. Wer die Rolle des Opfers besetzt, kann eine Reihe politischer Prämien einstreichen. Das verschafft ihm Vorteile, die ein Konkurrent, der ohne diese Prämien auskommen muss, in der Regel nicht wettmachen kann. Wer den Opferstatus innehat, kann Ansprüche geltend machen und Verhaltensweisen pflegen, die anderen verboten sind. Die Opfer haben dazu gegenüber den Tätern einen entscheidenden Vorteil: Sie müssen keine Verantwortung für ihre eigenen Taten übernehmen, da diese ja nur eine Reaktion auf die bösen Taten anderer seien. Neu ist dabei nicht, dass sich die Wortführer als unterdrückte Opfer einer politisch korrekten Meinungs-diktatur inszenierten. Auch der herrschste Herrenmensch stellt erst mal klar, dass er eigentlich ein Verfolgter ist. Das ist Klassenkampf von oben

Der politische Mehrwert des Opferstatus resultiert aus der in unserer christlich fundierten Gesellschaft traditionell moralischen Privilegierung des Opfers. Deswegen sind alle, die diesen Status einmal erlangt haben, nicht bloß daran interessiert, ihn auch weiterhin innezuhaben, sondern sie möchten ihn auch mit möglichst wenigen teilen. Je mehr nämlich den Opferstatus innehaben, desto geringer fällt dessen politischer Mehrwert aus. Wie das Geld verliert auch der Opferstatus durch Inflationierung seinen Wert.

Es ist freilich nicht nur die Inflationierung des Opfers, sondern ebenso auch das Unscharfwerden seines Abstands zum Täter, die den politischen Mehrwert des Opferstatus gefährdet. Was im Alltagsleben von jedermann unbesehen zugestanden wird, dass nämlich jeder Täter auch Opfer sein oder zumindest doch gewesen sein oder werden kann — wie

umgekehrt ebenso —, das wird, sobald es um politische Positionierungen geht, heftig bestritten. Hier ist die Unterscheidung zwischen Opfer und Täter nicht länger eine situationsabhängige Momentaufnahme, sondern gerinnt zum permanenten Merkmal. Schon die geringsten Zweifel, die hier aufkommen, müssen im Keim erstickt werden, können sie doch, wenn sie erst einmal um sich greifen, zur Erosion der mit dem Opferstatus verbundenen politisch-moralischen Privilegien führen.

Wenn ich in Selbstbeobachtung mich solchem "*Wir* in Herrschaft" und seinen politischen Opfer- und Täter-Definitionen annähere, kann ich mich leicht von solchen Definitionen trennen. Dann erst kann ich meine ganz persönlichen Opfer- und Täter-Rollen in dem Spiel betrachten und nun sogar auch aus meinen persönlichen Opfer- und Täter-Definitionen her-austreten. Ich finde mich wieder als selbstbestimmtes Subjekt, als Selbstverantwortlicher, als frei Handelnder zwischen selbstverantwortlich Handelnden im Gewebe der Welt.

Diese persönliche Opfermentalität beschreibt Franziska Gerstenberg in den Erzählungen "Wie viel Vögel". Ihre Menschen zeichnen sich durch eine starke Ichbezogenheit aus und scheinen mit ihren Gedanken immer woanders zu sein. Anstatt ihre Probleme zu lösen, laufen sie davon. Es sind Reisende ohne Ziel, immer auf der Suche nach einem großen Glück, das sie nicht artikulieren können. Ihre Figuren wollen sich alle Möglichkeiten offen halten und trauen sich deshalb nicht, Bindungen einzugehen. Sie leben in einer beklemmenden, klaustrophobischen Atmosphäre. Ihr Thema ist die soziale Enge, die Tyrannei der Intimität, die sich in unterschiedlichen Ausprägungen zeigt. Hinter einem scheinbar geordneten Alltag tun sich alpträumhafte Abgründe auf. Die Figuren haben Geheimnisse, die sich erst allmählich entfalten. Sie sind gehemmt, verdrängen ihre Trauer ebenso wie ihre Leidenschaften, bis sich die aufgestauten Gefühle gewaltsam entladen.

Die Antike hat den Menschen von Göttern und Tieren abgegrenzt, Sklaven allerdings gelegentlich als "beseelte Werkzeuge" von frei geborenen Menschen unterschieden. Alle Definitionsversuche der Menschlichkeit des Menschen, etwa als sprechendes oder spielendes Wesen, laufen über Ausschlüsse: Wer keine Sprache hat, ist kein Mensch. Impliziert auch die moderne Menschenwürde einen "Nichtmenschen", der "jeder Würde beraubt" ist? Giorgio Agamben gibt in seinem Essay "Was von Auschwitz bleibt" darauf eine radikale Antwort: Das "nackte Leben", das nicht-menschlich und entwürdigt ist, das keine Sprache hat und keine Erinnerung, musste "abgetrennt werden und zu Grunde gehen, damit ein menschliches Leben Subjekten als eigenes zugeschrieben werden kann".

Im Typus des "Muselmanns", des psychophysisch ausgelaugten Auschwitz-Häftlings, hat Agamben das Paradigma dieses Nichtmenschen gefunden, der die "Begründung des Menschen" erst ermöglichen würde. Der Mensch wird zum Menschen in der Abspaltung des Nichtmenschen. Diese Perspektive stellt Agamben freilich "rückhaltlos in Frage". Er hofft auf ein "messianisches Reich" ohne derartige Spaltungen. Vorerst sei aber unsere Epoche die der Bio-Macht, die derartige Differenzen unaufhörlich produziere. Die Biopolitik "lässt Völker in Bevölkerungen und Bevölkerungen in Muselmänner übergehen". Die andere Seite des Lebensraums eines Volkes sei der Todesraum all jener Bevölkerungen, die vom Volk abgespalten wurden. Man denke nur an die "ethnischen Säuberungen".

Der Muselmann, zitiert Agamben Jean Améry, "hatte keinen Bewusstseinsraum mehr, in dem Gut oder Böse, Edel oder Gemein, Geistig und Ungeistig sich gegenüberstehen konnten. Er war ein wandelnder Leichnam, ein Bündel physischer Funktionen in den letzten Zuckungen."⁴⁸

Zugespielt könnte man sagen, dass inmitten des Konzentrationslagers überhaupt keine Menschen anzutreffen sind; denn der SS-Mann funktioniert wie eine Maschine, Befehle setzt er nach einem konditionierten Programm gehorsam in Handlungen um.

Über den Kommandanten von Auschwitz, Rudolf Höß, heißt es, "dass er kaum mehr als eine Maschine war, die nur dann funktionierte, wenn die Vorgesetzten auf die Befehlsknöpfe drückten". Gewöhnt an den immer wieder beschworenen Befehlsnotstand, hat der SS-Mann jede Instanz, die über einen solchen moralischen Notstand überhaupt urteilen könnte, eingebüßt, um routiniert zu tun, was jedes menschliche Gewissen verhindern müsste. Er ist zum Unmenschen geworden, der sein Opfer zum Nichtmenschen macht.

Der Typus des Muselmanns, den Agamben mit Rekurs auf Augenzeugen beschreibt, erlebt und handelt nur noch im Rahmen seiner reduzierten Vitalfunktionen, gesteuert von Instinkten und Routinen. Bruno Bettelheim nennt ihn eine "monströse biologische Maschine".

Wenn ich mich mitfühlend einschwinge auf diese Bilder von Muselmann und von SS-Mann, bin ich erstmal meinem Geschick dankbar, dass ich dergleichen nur aus Texten kenne, nie bewussten persönlichen, gar unmittelbaren Kontakt mit solchen Menschen hatte. Es könnte mich zerreißen. Die schlimmsten Verbrechen geschehen aus Hunger nach Lie-

48 Imre Kertész beschreibt in seinem Buch "Roman eines Schicksallosen" (Rowohlt-TB, 2005), wie es – natürlicherweise übrigens, ganz klar – zum Muselmann kommt, als Leben, so wie es sich lebt, mit Bedauern, aber nicht mit Bewertungen, Urteilen.

be, Anerkennung, Wertschätzung. Im Hintergrund stehen die Zweifel, ob man gemocht werde oder eine Daseinsberechtigung habe. Wenn diese gekoppelt sind mit dem Auftrag, für eine gute Sache zu kämpfen, wie den Terrorismus oder den Kommunismus zu bekämpfen, sind Terror- und Folterszenen, wie im Irak oder USA, möglich. Manchmal haben wir grausame Angst, ausgestoßen zu werden und folgen deshalb jedem Befehl.

Wer kann schon wirklich sagen, wozu er in extremen Situationen fähig ist. Natürlich hoffe ich, gut zu bleiben, integer, aber wissen kann ich es nicht. Es urteilt sich so leicht — hinterher. Ich kenne nicht die Bedingungen dieser Menschen, geschaffen von ihren Traditionen und ihren landläufigen Karrierebahnen. Denen könnte man sich wohl entziehen. Doch welches Maß an Weitsichtigkeit, Kritikfähigkeit und vor allem an Eigenwilligkeit setzte das voraus! Doch ich kenne wohl das berüchtigt-berühmte Stanford-Gefängnis-Experiment⁴⁹ aus dem Jahre 1971, in dem Zimbardo die extremen Auswirkungen von Gruppendynamik und Rollenverhalten aufzeigte, sowie die erschreckenden Milgram-Gehorsam-Experimente⁵⁰ von 1963, die nahelegen, dass eine staatlich legitimierte und organisierte Massenvernichtung im Prinzip an allen Orten der Erde jederzeit wiederholbar sein könnte.

Neugierig machen mich die Zeugnisse, dass es im KZ nicht nur monströse biologische Maschinen und die funktionierenden Befehlsknopfmaschinen gab. Könnte es sein, dass diese Menschen ihren Bewusstseinsraum, in dem Gut oder Böse, Edel oder Gemein, Geistig und Ungeistig ja nur virtuelle, gesellschaftliche Setzungen sind, davon frei gemacht haben für ihr nacktes Überleben, sehr klug, sehr selbstverantwortlich?

Anlässlich seines 85. Geburtstags wurde JORGE SEMPRÚN in der taz interviewt⁵¹. 1943 fällt er in die Hände der Gestapo und wird in das Konzentrationslager Buchenwald deportiert. Er war im Untergrund und als Kulturminister tätig. taz: Sie werden in wenigen Tagen 85. Aber Ihre Identität beziehen Sie aus dem Konzentrationslager, wo Sie als 20-Jähriger waren. – JS: Ja. – taz: Was bedeutet das konkret? – JS: Die Erfahrung der persönlichen Freiheit. Die bewirkt, dass man sich unter extremen Bedingungen entscheiden kann, Widerstand zu leisten oder zu kapitulieren. – taz: Es ist ein Ort des Todes. – JS: Im Unterschied zum

49 <http://www.prisonexp.org/german/indexg.htm>

50 <http://userpage.fu-berlin.de/~tkleber/sop1.htm>

51 Ausgabe von: 06.12.2008, "Sozialist ohne Partei"; <http://www.taz.de/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=sw&dig=2008%2F12%2F06%2Fa0138&cHash=bf8dd2f0fb>

normalen Leben essen Sie im Lager weniger, schlafen weniger und sterben leichter. Aber der Hauptunterschied ist, dass Sie die freie Wahl haben. Im normalen Leben haben die Leute kaum eine Entscheidung zu treffen. Das wird von der Gesellschaft, von der Familie et cetera für sie erledigt. Aber unter den extremen Bedingungen des Konzentrationslagers, wo alles beschleunigt ist und schärfer und stärker als irgendwo sonst, ist die Wahl entscheidend. Die Wahl, Widerstand zu leisten. Die Wahl, solidarisch zu sein. Die Wahl, nicht vor einem SS-Mann zu kapitulieren, um eine zusätzliche Brotration zu bekommen. – taz: In der größten Unfreiheit haben Sie die Freiheit der Wahl entdeckt. – JS: Die menschliche Freiheit. Und zugleich das radikal Böse. Die Freiheit, das Böse zu tun. Das ist eine grundlegende Erfahrung für mich. Die meine Persönlichkeit bestimmt und strukturiert hat."

Ein Definitionsversuch von Menschlichkeit des Menschen über die Idee des "gelingenden Lebens" würde dazu führen, dass mit dieser Idee eine Forderung aufgerichtet wird, wonach menschliches Leben seine Güte durch den Ausweis seiner Qualität erst erarbeiten oder für die Augen der Anderen erkennbar machen muss. Diese Forderung einer teleologisch ausgerichteten Rechtfertigung menschlichen Lebens schließt ein Urteil über nicht oder noch nicht gelungenes Leben ein. Dagegen kann man als Beispiel die für Christen biblisch bezeugte Geschichte Gottes mit den Menschen ins Feld führen. Die widerstreitet diesem Urteil von "Gelingen" und "Misslingen". Leben ist von vornherein und überschießend über allen aufweisbaren Qualitäten gut. Das zuvorkommende Urteil des Schöpfers am Siebentem Tag "siehe, es war sehr gut", widerstreitet dem Unternehmen, die grundlegende Güte und Akzeptanz des Lebens von Bedingungen abhängig zu machen.⁵² Denn dieser 7. Tag währt bis heute.

Könnte es sein, dass "Menschenwürde" nichts ist, was mir die anderen zubilligen können, sondern immer meine Entscheidung für mich ist? Es gibt die Zeugnisse von den Häftlingen, die diese Entscheidung getroffen haben und deshalb überlebt haben. Für mich ein herausragendes Vorbild ist Viktor E. Frankl (1905 – 1997). Nach dem Überleben von vier Konzentrationslagern hat er die Logotherapie und die Existenzanalyse entwickelt. Logotherapie ist sinn- und wertorientierte Therapie, welche die geistigen Kräfte anspricht und mobilisiert. Die Existenzanalyse gibt der Logotherapie die philosophische Grundlage. Ihre Grundthese: Der Mensch ist ein sich entscheidendes Wesen. Er kann sich immer so oder anders verhalten, und er kann sich weitgehend frei entscheiden.

52 Gunda Schneider-Flume "Leben ist kostbar. Wider die Tyrannei des gelingenden Lebens", Vandenhoeck Transparent, Bd. 66, 2002, 143 S.

Es gibt die Zeugnisse von Wärtern, die sich zur Front abkommandieren ließen. Nach Geltung, Lust, übermäßiger Anerkennung und Macht strebt der Mensch erst dann, wenn sein Wille zum Sinn dauerhaft frustriert wird. Dann erst, meint Frankl, entsteht im Menschen eine existentielle Leere, in die hinein forciertes Lust- und Machtstreben sowie das suchartige Streben nach Anerkennung und Erfolg, aber auch Depression und Neurose sozusagen hineinwuchern.

Kann ein Mensch, der sich für seine Menschenwürde entschieden hat, diese verlieren, weil er überlebensklug nur noch handelt im Rahmen seiner reduzierten Vitalfunktionen, gesteuert von Instinkten und Routinen, auch noch als wandelnder Leichnam, als ein Bündel physischer Funktionen in den letzten Zuckungen? Was wäre das für ein kleinliches und gefährliches Konzept von Menschenwürde! Abhängig von Wahrnehmungen und Meinungen anderer.

Die schrecklichen Konsequenzen finden wir heute in Deutschland bei dem alltäglichen Umgang, inzwischen weitgehend gesetzlich verbrieft, mit allen Abhängigen, den Arbeitslosen, Asylanten, Kranken, Behinderten, Pflegebedürftigen, Kindern und Alten.

Vor einiger Zeit gab es hier im Rathaus eine Ausstellung "Lieber lebendig als normal", Fotos von Frauen mit Behinderungen. Und aus jedem der Gesichter lächelt eine eigene Art von Schönheit; oft ist die Behinderung erst auf den zweiten Blick zu erkennen. Aus einem Bilderrahmen blickt eine junge Frau, die glücklicherweise zur richtigen Zeit geboren wurde. "Wenn es die moderne pränatale Diagnostik schon vor meiner Geburt gegeben hätte, wäre meinen Eltern eine Abtreibung nahe gelegt worden. Zu meinem eigenen Besten. Ich wäre heute nicht am Leben. Ich kann gar nicht sagen, wie wütend ich bin" erklärt sie im Bildtext. Diese Ausstellung ist ein Plädoyer, die Normen weiter zu öffnen oder sie abzuschaffen. Denn Glück hat fast nichts mit "normal" zu tun — und meine Menschenwürde nichts mit den Meinungen rund um mich herum.

Ich kann zu überraschenden, anderen Einsichten kommen, wenn ich in Mitgefühl und ohne Urteil auf mich und erst dann auf die Anderen schaue. Auch könnte ich den Vordersatz unserer deutschen Verfassung "die Menschenwürde ist unantastbar" ernst nehmen, denn da steht nicht, das Leben sei unantastbar — dieser Staat hat sich viele Möglichkeiten zum Töten in seinen Gesetzen geschaffen, vom finalen "Rettungsschuss" in den Polizeigesetzen bis zum Abschuss vollbesetzter Passagiermaschinen, mit einem Terroristen dazwischen, im Flugsicherheitsgesetz, das erst vom Bundesverfassungsgericht gestoppt werden konnte.

Im Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland lautet Artikel 1 Absatz (1) "Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt." Das ist der Grundsatz, unter dem sich dieses Grund-Gesetz mit allen seinen Artikel stellt und unter dem es alle Gesetzgebung, alles Handeln der Behörden und ihre Auslegungen von allen Gesetzen verstanden wissen will. Denn gemäß Artikel 20, Absatz (3) "Die Gesetzgebung ist an die verfassungsmäßige Ordnung, die vollziehende Gewalt und die Rechtsprechung sind an Gesetz und Recht gebunden". Woran will sich der Souverän, das Staatsvolk binden, wir, jeder einzelne Bürger, ich?

Das gilt für die Oberfläche von weltlicher Welt. Doch was bleibt von der "Würde" des Menschen übrig, wenn er im sogenannten göttlichen Grund "zu Grunde" geht? Wenn wir Meister Ekkehard glauben wollen, kostet es ja nicht nur unsere oberflächlichen Titel, sondern auch unseren Namen, ja unser Person-sein, wenn wir in den Grund gelangen wollen. Nicht einmal Gott selber schafft es, laut Ekkehard, je in diesen Grund hineinzugelangen, solange er auf seinen Eigenschaften als allmächtiger Schöpfergott besteht. Das muss alles draußen bleiben, sagt er: das entwirft im Grund. Das heißt, im Grund stehen wir — und sogar Gott — ganz schön nackt da.

Der Mensch wird im Grund seiner Würde entkleidet, radikal – um sie dann neu in Empfang zu nehmen, strahlender, als Adam sie im Paradies je hatte. Nur handelt es sich da um eine Würde, die auf keine Leistungen, Etikette oder Zugehörigkeiten mehr angewiesen ist. Nicht einmal die berühmte "Ebenbildlichkeit" Gottes spielt hier noch eine Rolle, denn solange wir noch von Bildern, Abbildern und Ebenbildern sprechen, sind wir vom Grunde noch meilenweit entfernt. Unsere Würde liegt gerade darin, dass wir nicht "etwas" oder "jemand" sind: Kein Bild, keine Person, kein Dieser oder Jener — sondern der Grund, aus dem all dies hervorgegangen ist.⁵³

So, in diesem rechtlich-oberflächigen wie in diesem geistlich-tiefgründigen Sinne ist die Menschenwürde, nicht das Leben, das höchste Gut. So bin ich geduldig mit mir. Wohl mag ich zuerst eine Zeit lang die Schuld bei den anderen suchen. Das ist zwar albern, denn mit der Schuldzuweisung gebe ich meine Macht an den als schuldigen Täter von mir Identifizierten. So mache ich mich ohnmächtig, zu seinem Opfer — das haben wir schon als Kinder gelernt, z.B. als wir uns am 'bösen' Tisch gestoßen hatten — halte mich fest im Kreislauf von Vorwurf und Ohnmacht. Doch meine Überzeugungen untersuchend kann ich bewusst zurück finden zur Eigen-

53 Hans Torwesten "Der Mut zum Grund" 2007, Via Nova Verlag

macht (vgl. 4.12 Selbstverantwortung). Dann habe ich die Wahl, in jeder Sekunde neu, als frei Handelnder. Ich entscheide mich, ob ich einer Forderung nach einem Tun, Dulden, Unterlassen Folge leiste. — Das kann auf Leben oder Tod gehen.

1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Vorweg, ich bin Kriegskind (*1935), Kind von Kriegskindern (*1909 und *1910) und habe Kinder. Also ist wohl alles, was ich zu diesem Thema schreibe, durchsetzt von meinen blinden Flecken. Zusätzlich, alles, was ich als meine Erfahrungen mit meiner Familie hier schreibe, das wird jemand anders vermutlich ganz anders beschreiben können – zumindest weiß ich, dass meine fast 6 Jahre jüngere Schwester z.B. des festen Glaubens ist, mir seien meine Eltern, die sie als liebevoll und gewährend erinnert, immer und bis heute verhasst, obwohl das schon nie gestimmt hatte – sie waren nur mir nicht sehr Vertraute – und obwohl ich, nach vielen RC-Sitzungen⁵⁴, schon Anfang der 80er Jahre in einem Artikel in der FMK-Zeitschrift⁵⁵ meine Liebe zu meinen Eltern und mein Mich-Aufgehoben-Fühlen in deren Liebe sogar öffentlich gemacht habe (siehe Anhang 13.1, III Personaler Bezug, 12.5, S. 63f).

Der Blick auf die besonderen Schicksale von Kriegskindern, zumal von deutschen Kriegskindern, hat sich erst in den 80er Jahren geöffnet, sehr lange nach den Erfahrungen an Vietnam-Heimkehrern mit Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) in den USA (1958 – 1975) und Kindern aus afrikanischen Kriegsgebieten. Offenbar liegt in Deutschland noch immer ein dickes Tabu darüber, weil z.B. eine Relativierung der Opfer des Naziregimes zu befürchten sei. Andere beklagen die Inflationierung des Trauma-Begriffs. Das mag ja alles richtig sein.

P.A.Levine beschreibt sehr einfühlsam bis zurück ins Mittelalter die Namen und die Folgen solcher traumatischen Ereignisse, das wir heute als Krankheit benennen, und den heilsamen Umgang damit⁵⁶. "Im Verlauf des Zweiten Weltkriegs wurde dem Leid der Soldaten durch die neuen Bezeichnungen jede Würde genommen. Man sterilisierte es zu *Kampfmüdigkeit* oder *Kriegsneurose*. Der erste Begriff suggeriert, ein Soldat müsse sich lediglich an Großmutter's Rat halten und sich lange und gut ausruhen, damit alles wieder in Ordnung kommt. Diese verächtliche Reduzierung war besonders beleidigend und ironisch, wenn man bedenkt, dass viele Soldaten die Fähigkeit zu erholsamem Schlaf völlig verloren hatten. Noch schlimmer war die abwertende Benutzung des Wortes Neurose, das den »Bombenschock« von Soldaten auf einen »Charakterfehler« oder eine

54 "Re-evaluation-Counseling (RC); Vgl. 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

55 "Freundschaft-mit-Kindern-Förderkreis e.V.";
Vgl. 3.3 Bewusstmachen sowie Anhang 13.1 FREUNDSCHAFT MIT KINDERN Heft 4 – 09/1982

56 Peter A. Levine "SPRACHE OHNE WORTE - Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt"; Aus dem Amerikanischen von Karin Petersen; Kösel; 3. Auflage 2012

hartnäckige persönliche Schwäche – wie den »Ödipuskomplex« – reduzierte, statt das Entsetzen zu berücksichtigen, das angesichts explodierender Bomben oder der tiefen Trauer über gefallene Kameraden und des Horrors, dass Menschen sich gegenseitig um bringen, völlig angemessen war. Diese neuen Bezeichnungen trieben einen Keil zwischen Zivilisten, Familien und Ärzte und die brutale Realität des tiefen Leidens der Soldaten." [Levine]

Die Historikerin Svenja Goltermann hat die Leiden der Heimkehrer in die deutsche Nachkriegsgesellschaft untersucht⁵⁷. Niemand kam damals auf die Idee, die Soldaten als traumatisiert zu beschreiben. Nicht mal die Soldaten selbst. Sie hat für ihr Buch (Svenja Goltermann: "Die Gesellschaft der Überlebenden. Deutsche Kriegsheimkehrer und ihre Gewalterfahrungen im Zweiten Weltkrieg"; DVA) psychiatrische Akten von ehemaligen Wehrmachtssoldaten ausgewertet. Das Buch wurde mit dem deutschen Historikerpreis 2008 ausgezeichnet.

Man sollte vorweg sagen, dass die Kriegsheimkehrer nicht in die Psychiatrie gegangen sind, weil sie dachten, dass ihre Störungen eine Folge des Krieges sind. Sie suchten eine Begründung dafür, warum sie sich selber plötzlich so verändert fühlten. Die Mehrzahl der Fälle wurde von ihren Familien in die Psychiatrie gebracht. In den allerersten Nachkriegsjahren stellte sich die Frage noch gar nicht. Die Kriegsofferrente wurde erst 1950 bundeseinheitlich geregelt. Die Kriegsheimkehrer, die nach 1950 in die Psychiatrie kamen, erzählten tatsächlich überwiegend in einer ganz anderen Form. Sie wussten genau, welche Diagnosen anerkannt wurden.

Was Goltermann aus den Akten herausholte, sind narrative Überlieferungen, Erinnerungsfragmente, die im öffentlichen Diskurs nicht auftauchten. Manche Familien werden andere Wege gefunden haben, mit den psychischen Beschwerden ihrer Angehörigen umzugehen. Und damals haben die Psychiater gesagt, "tut uns leid, wir können diesen Zusammenhang zwischen Krieg und psychischen Auffälligkeiten nicht herstellen". Es ist frappierend, dass trotz der Erfahrung von zwei Weltkriegen die psychiatrische Lehrmeinung über einer grenzenlose seelische Belastbarkeit des Menschen nicht erschüttert wurde.

Diese Betrachtungsweise findet sich in ganz Europa. Auch in den USA. Dort war zwar die Psychoanalyse viel verbreiteter, aber die Psychoanalyse sucht den Grund in der frühen Kindheit. Die Diagnose der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) ist erst in den letzten Jahren des

57 <http://www.taz.de/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=tz&dig=2010%2F01%2F06%2Fa0135&cHash=fa49fe27ac>

Vietnamkriegs entstanden, als es eine breite Anti-Vietnamkriegs-Bewegung gab. Da wurden alle anderen, also auch die Holocaust-Überlebenden, mit hineingelesen, so dass wir heute den Eindruck haben, die Diagnose sei in Zusammenhang mit den Holocaust-Überlebenden entstanden.

Es ist uns heute völlig fremd, dass der Krieg nicht mit den Leiden der Menschen in Zusammenhang gebracht wurde. Aber wenn wir die Nachkriegsjahre begreifen wollen, müssen wir das zur Kenntnis nehmen. Selbst die Opfer des Nationalsozialismus sahen über Jahre die Verfolgung nicht als Ursache ihrer psychischen Beschwerden an. Das galt sogar in Staaten wie Israel.

Zweifellos sind die Ergebnisse der Traumaforschung sehr wichtig. Die Historikerin Goltermann sieht aber, dass in die Diagnosefindung und Diagnoseetablierung immer politische Interessen und moralische Wertsetzung eingehen. Insofern interessiert mehr, welche Art von moralischen Wertsetzungen eigentlich dazu führen, dass eine neue Diagnose entsteht. Und welche Auswirkungen hat die Etablierung einer neuen Diagnose dann wieder darauf, wie wir historische Ereignisse wahrnehmen?

Wenn wir pauschal von Traumatisierung sprechen, wird vieles wieder zugedeckt. Dann geraten all diejenigen aus dem Blick, die deshalb litten, weil sie etwa dachten, sie hätten im Krieg versagt, oder denen schlicht der soziale Abstieg zu schaffen machte. Es macht jedenfalls einen kolossalen Unterschied, ob wir ohne oder mit Traumadiagnose auf die Nachkriegszeit zurückblicken. Das ruft ganz andere Bilder vom Krieg auf. Im Übrigen wurde mit der Etablierung der Traumakategorie in den 80er-Jahren eine Art Traumaindustrie angekurbelt, die dazu geführt hat, dass immer mehr Gruppen ihren Opferstatus anerkannt haben wollen und deswegen auf die psychischen Folgen dieser Ereignisse ganz besonders Wert legen. Das heißt, die Anerkennung eines Traumas ist auch zum Prüfstein geworden für die Anerkennung eines Opferstatus. Und die Zahl der Opfergruppen hat sich seither vervielfacht. Es führt im Grunde zu einer Art von Nivellierung, die dem historischen Zusammenhang nicht unbedingt gerecht wird.

In einer historischen Analyse ist dennoch der einzige Weg, sich dem Phänomen zu nähern, sich ihre jeweilige Form der Selbstbeschreibung und ihre -deutung anzuschauen. Goltermanns These ist, dass es Ende der 40er-Jahre völlig andere Selbstbeschreibungen gibt, weil es die Kategorie des Traumas gar nicht gab. Das hat Auswirkungen darauf, wie die Menschen mit sich und anderen umgingen.

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Es geht mir hier nicht um die Opfer oder um die gesellschaftlichen Folgen für uns alle, denn es ist eine inzwischen durch viele Untersuchungen unleugbare Tatsache, dass in jedem dieser Opfer eine Zeitbombe stecken könnte, besonders in ihren Überzeugungen und dem daraus folgenden Handeln, z.B. dem deutschen Umgang miteinander, mit Abhängigen, mit Fremden, sowie in ihrer seelischen und körperlichen Befindlichkeit, z.B. den Auswirkungen auf die Kosten unseres Gesundheitssystems. Nein, zuerst geht mich das selber an: Was gewinne ich an Erkenntnis, wenn ich meine Erinnerungen und Erfahrungen als Kriegskind in meine Bewusstheit lasse? Was ändert sich dann in meinem Handeln? Wie ändern sich meine Beziehungen, z.B. zu meinen Kindern? Immerhin, dieses Kapitel "Kriegskinder und ihre Kinder" zu beginnen, wurde veranlasst durch eines meiner Kinder – über 10 Jahre nach den Anfängen von "Selbsterkenntnis und Eigensinn".

Der US-Politologe Daniel Jonah Goldhagen sagte in einem taz-Interview⁵⁸, wo er u.a. nach den Reaktionen auf sein Buch "Hitlers willige Vollstrecker" gefragt wurde: "Es gab eine Menge Krach und Debatten. Inzwischen ist die wesentliche These dieses Buchs weitgehend akzeptiert worden, nämlich, dass bei der Untersuchung der Gründe für den Holocaust der Fokus weg von Abstraktionen wie dem Terrorstaat hin zu den eigentlichen Tätern und ihren Überzeugungen weisen sollte." Das, meine ich, sollte auch für die Opfer gelten, für alle Opfer, auch die deutschen.

Unser deutsches Opfer-Tabu kann vor dem Hintergrund verstanden werden, dass wir Deutschen unter all den zahllosen Massenmorden in der Geschichte erstmals den industriell gemanagten Massenmord erfunden und sogar exportiert haben. Weiter Goldhagen in dem Interview:

"taz: Sie vergleichen verschiedene Völkermorde miteinander, darunter auch den Holocaust. Zweifeln Sie die Einmaligkeit des Holocaust an?"

Goldhagen: Alle Völkermorde können miteinander verglichen werden, um Unterschiede und ihre Ähnlichkeiten zu analysieren. Natürlich besitzt der Mord an den europäischen Juden singuläre Aspekte, der ihn fundamental von anderen Völkermorden unterscheidet. Was den Holocaust einzigartig macht, ist, dass er der einzige Versuch eines Staates und eines Volks war, auf einem ganzen Kontinent - und zu Ende gedacht auf der ganzen Welt - jede einzelne Frau, jeden einzelnen Mann und jedes einzelne Kind einer Bevölkerungsgruppe zu vernichten. Und der zweite Punkt, der den Holocaust einmalig macht, ist, dass dieser nicht nur von einem Staat und einem Volk durchgeführt wurde, sondern von vielen Staaten und Völ-

58 INTERVIEW: C. AKYOL UND K. HILLENBRAND <http://www.taz.de/1/debatte/theorie/artikel/1/iran-glorifiziert-den-tod>

kern in einer internationalen Völkermord-Koalition. In Deutschland gibt es das Problem, dass einige den Holocaust mit anderen Dingen aus ganz bestimmten politischen Absichten vergleichen, etwa, um zu behaupten, der Holocaust sei weniger schlimm als behauptet."

Neonazis affirmieren eine Herrschaft, die systematisch einen Massenmord an Menschen durchgeführt hat, allein auf Grund der Herkunft der Opfer. Naziherren auf Demonstrationen zu ehren (unter welchen fadenscheinigen Begründungen auch immer), bedeutet also nichts anderes als die Drohung, mit den Verbrechen weiterzumachen, sobald die Neonazis die Macht dazu haben. Der Spruch der Antifa "Faschismus ist keine Meinung, sondern ein Verbrechen" hat durchaus seine Berechtigung.

Dieses Ein-Kriegskind-Sein habe ich immer weit von mir gewiesen. Ich will mich nie als Opfer sehen – und ich war es nie. Mich interessiert hier auch nicht das Thema Schuld (dazu 4.13 Schuld).

Als mir Frau Ingrid Luise Dobrick ihr Buch "Mädchenjahre" (Selbstverlag) schenkte, hat mich das alles sehr berührt. Sie ist Ende 1935 geboren und beschreibt die Verhältnisse so bildhaft - mir geht das tief unter die Haut. Auch wenn unsere Familien, die sozialen Bedingungen oder die Wohnsituationen ganz unterschiedlich sind, sie hat die Stimmungen getroffen, die Atmosphäre dieser Zeit und der Menschen darin, genau so, wie ich das auch erlebt hatte.

Ich bin auch Ende 1935 geboren. "Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind" stand auch in unserem Bücherschrank. Wenn ich mir meinen Vater vor Augen stellen will, kommen mir Erinnerungen an Fotos, nicht die reale Person. Er war wohl fast immer DA, aber war nicht als Mensch vorhanden. Vielleicht so ähnlich, wie Frau Dobrick ihr "Vaterbild" beschreibt, nämlich als nicht greifbar, als "schwarzes Loch".

Meine Mutter, tja, ein bezeichnendes Erlebnis war 1985 eine der mündlichen Prüfungen zum Vordiplom in Psychologie. Da saß der Prof und stellte seine Fragen. Beim Antworten sehe ich Menschen in die Augen - da blickte ich in die kalten, hellgrauen Fischeaugen meiner Mutter; Schluss mit Prüfung, eine glatte Fünf. Allerdings bin ich im nächsten Semester zum selben Prüfer, den das erstaunte und der sich gut erinnerte. Da habe ich mit derselben Vorbereitung (am Abend vorher das Standard-Lehrbuch in den Kopf schmeissen) dann mit befriedigend bestanden.

Noch heute kann ich zwar toll eintreten für meine Aufgaben in Bezug auf andere (z.B. früher als bautechnischer Verwaltungsbeamter oder als Vorstandsmitglied in meinen Vereinen oder für meine Klienten). Aber in

meinen eigenen Angelegenheiten fühle ich mich erstmal stumm.

Aus meiner Kindheit erinnere ich auf die erzieherischen Ambitionen meiner Eltern meine Reaktion als Staunen, Ablehnung, Wut. Als Jugendlicher entwickelte ich mich am Stoizismus der römischen Antike – da ist kein Platz für Hilflosigkeitsgefühle, für Opfersein oder Schuldige. In der Zeit wurde für mich Albert Camus, besonders sein Buch "Der Mythos des Sisyphos" wichtig. Er fasst die Welt auf als nicht von sich aus sinnhaft, weil durch den Menschen erst Sinn erhaltend. So kulminiert das philosophische Fragen für Camus in der für ihn einzig wichtigen Frage, der nach dem Selbstmord. Der Selbstmord ist hier als Lösung, Loslösung von einer sinnlosen Welt gedacht: Warum leben, wenn doch alles sinnlos ist? Allerdings wird der Selbstmord von Camus abgelehnt; sich umbringen hieße, dem Absurden erliegen.

So habe ich mich auch für mich entschieden. Und diese Freiheit der Wahl hat mir geholfen! Geholfen hat mir auch, dass ich in der ganzen Gymnasialzeit stets in Chören und Kantoreien gesungen habe – die Lunge füllen und leeren, sich von diesem Tönen bewegen lassen, die Seele darin schwingen lassen. Ich hatte eine immerhin interessante Kindheit, nur gelegentlich Hunger, keine Flucht, keine Vertreibung, keine vergewaltigte Mutter, kein über Jahre abwesender Vater, schlicht: gutbürgerliche Verhältnisse.

Dann sagte mir einer meiner Söhne vor einiger Zeit, und er geriet dabei schier außer sich und hat das wohl fünfmal atemlos wiederholt "Du bist autoritär, besserwisserisch und selbstsüchtig". Und im übrigen, meine Begeisterung für immer neue Methoden zum Aufräumen in der Seele sei nur Fassade, denn wenn ich meinem Problem näher käme, suchte ich mir eine neue Methode. Nun, was sollte ich dazu sagen. Gefragt, was er denn für ein Problem sähe, denn mir sei keines bewusst, hatte er auch keine Antwort. So hab ich ihm für sein Vertrauen gedankt, mir so offen ins Gesicht springen zu können, denn mir fiel ein, dass ich, meinem Vater direkt gegenüber, sowas nicht mal gedacht hätte, kaum allein im stillen Kämmerlein, obwohl er mir lange und heftig als autoritär, besserwisserisch und selbstsüchtig vorkam.

Meinem Sohn gebe ich bezüglich 'autoritär' unumwunden recht – ich hatte in 40 Berufsjahren selten autoritäre Vorgesetzte, weil ich immer der Autoritärere war. Zu 'besserwisserisch' kann ich sagen, ja, meist weiß ich es besser, weil ich ein 120%er bin im Sammeln und Auswerten von Daten und Informationen bevor ich den Mund aufmache. 'Selbstsüchtig' - da spricht die verletzte Seele des Scheidungswaisen und das will ich nicht re-

lativieren. Interessant ist seine Sicht auf meine Begeisterung für immer neue Methoden zum Aufräumen in der Seele. Ken Wilber⁵⁹, Autor im Bereich der Integralen Theorie und Systematiker von Psychologie, Philosophie, Mystik und Spirituelle Evolution, untersuchte Wege zum Selbst. Er zeigt, wie wir uns ständig uns selber, anderen und der Welt entfremden, indem wir unser gegenwärtiges Erleben in verschiedene Teile zerlegen, die durch Grenzen getrennt sind – eine Trennungsregelung, die zur Folge hat, dass ein Erleben das andere einschneidend stört und das Leben sich selbst bekämpft. Aber all diese Kämpfe werden durch die Grenzen verursacht, die wir in unserem Irrtum um unser Erleben ziehen. Wilber kann zeigen, dass jede Grenze, die wir in unserem Erleben errichten, zu einer Einschränkung unseres Bewusstseins führt. In unserem Erleben gibt es viele solcher Beschränkungen und Grenzen, die zusammen ein Spektrum des Bewusstseins bilden. Wir können in seinem Buch sehen, wie sich verschiedene Therapieformen verschiedenen Ebenen dieses Spektrums genähert haben. Jede Art der Therapie versucht, eine bestimmte Grenze oder einen bestimmten Knoten im Bewusstsein aufzulösen. Und ich bin wohl von Jugend an auf solche Knoten neugierig zugegangen, statt sie auszugrenzen.

Kurz nach jenem Gespräch fiel mir zufällig von Anne-Ev Ustorf "Wir Kinder der Kriegskinder"⁶⁰ in die Hände. Ich habe das Buch in einem Tag mit heißen Ohren gelesen, hatte auf jeder Seite einige Aha-Erlebnisse: Die schreibt über mich, meine Familie und unsere Muster! Mir kam eine Ahnung, was meinem Sohn da vielleicht, wohl noch nicht klar formulierbar, durch den Sinn gehen könnte.

Eine liebe und sehr kluge Freundin, auch Kind von Kriegskindern, der ich von meiner Lektüre und der Begegnung mit meinem Sohn erzählte, bemerkte danach, in den 25 Jahren unseres Umgangs habe sie mich stets als analytischen, informations-versessenen Kopf und als starken Willensmenschen erlebt. Nun erlebe sie mich das erste Mal als empfindsam und von vornherein offen, ein Zustand, den sie sonst erst nach langem Gespräch mit mir aufdecken könne.

Durch sie wurde ich hingewiesen auf weitere Bücher, wie von Helga Spranger "Der Krieg nach dem Krieg"⁶¹ und von Hartmut Radebold u.a.

⁵⁹ Ken Wilber; Wege zum Selbst; (1979) 2. Aufl. 2008, Goldmann Arkana, aus Vorwort, S. 7ff

⁶⁰ Anne-Ev Ustorf "Wir Kinder der Kriegskinder – Die Generation im Schatten des Zweiten Weltkriegs", 3. Aufl., 2009, Verlag Herder, Freiburg

⁶¹ Helga Spranger (Hrsg): "Der Krieg nach dem Krieg – Spätfolgen bei traumatisierten Menschen - Dokumentation einer Tagung"; 2007; Books on Demand GmbH; ISBN 978-3-8334-7954-0

"Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten"⁶², die mir ebensolche Aha-Erlebnisse bereiteten.

Was sich die meisten von uns Heutigen nach 60 Jahren "Frieden" und "Demokratie" kaum mehr vorstellen können, Hartmut Radebold fasst das zusammen:

"... Inzwischen lassen sich für die Jahrgänge 1927-1947 die spezifischen zeitgeschichtlichen Erfahrungen des 2. Weltkrieges und der direkten Nachkriegszeit, der nachfolgende innerpsychische Bearbeitungs- und Abwehrprozess Betroffener sowie die bis heute anhaltenden individuellen Folgen genauer beschreiben. Erst allmählich wird bewusst, dass bereits der 1. Weltkrieg zu entsprechenden Folgen geführt hatte. Weiterhin werden wir zur Zeit mit den transgenerationalen Auswirkungen konfrontiert.

Alle damaligen Kinder und Jugendlichen wurden - je älter desto länger - zuerst in der Schule und ab dem zehnten Lebensjahr zusätzlich in der Hitler-Jugend nach der herrschenden nationalsozialistischen Erziehungsdoktrin erzogen. Bekanntlich gliederte sich die Hitler-Jugend als Jugendorganisation der NSDAP in das "Deutsche Jungvolk" (Jungen von 10 bis 14 Jahren), die "Deutschen Jungmädel" (Mädchen von 10 bis 14 Jahren), die eigentliche Hitler-Jugend (Jungen von 14 bis 18 Jahren) und dem "Bund Deutscher Mädel" (Mädchen von 14 bis 18 Jahren).

Der 2. Weltkrieg (und hierbei insbesondere die 2. Hälfte und die Schlussphase) und die direkte Nachkriegszeit brachten mögliche zeitgeschichtliche Erfahrungen mit sich:

- Miterleben zahlreicher Bombenangriffe und Ausbombungen, teilweises Miterleben der Städtezerstörungen oder des "Feuersturmes" mit zahlreichen Opfern;
- Evakuierungen (der unter Zehnjährigen zusammen mit der Mutter und weiteren jüngeren Geschwistern) oder Kinderlandverschickungen (der über Zehnjährigen mit Trennung von der Mutter und der weiteren Familie);
- Flucht (vor dem näher rückenden Krieg oder nach Hause);
- Hunger und Unterernährung, mangelhafte Versorgung, mangelhafte Behandlungsmöglichkeiten von Krankheiten und Verletzungen;
- Vertreibung, Flucht und später Aufwachsen in einer fremden bis feindselig eingestellten Umwelt (Sprache, Religion, Lebensgewohnheiten etc.) mit der Folge von häufigem langen Hunger oder Unterernährung, Verarmung und sozialem Abstieg der Eltern;
- lang anhaltende (durch Kriegsteilnahme oder Gefangenschaft) oder dauernde (weil gefallen, vermisst, an Krankheit verstorben) väterliche Abwesenheit; dazu kehrten diese

62 Hartmut Radebold, Werner Bohleber, Jürgen Zinnecker "Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten – Interdisziplinäre Studien zur Nachhaltigkeit historischer Erfahrungen über vier Generationen"; 2. Aufl. 2009; Juventa Verlag, Weinheim und München.

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Väter oft physisch oder psychisch versehrt bzw. krank zurück und blieben abgekapselt und unerreichbar;

- zusätzlicher Verlust der Mutter (Status als Vollwaise), der Geschwister oder näherer Verwandter (insbesondere Großeltern);
- Gewalterfahrung (aktiv/passiv), z. B. Verwundungen, Tötungen, Vergewaltigungen.

Zahlen und Fakten sind nüchtern, sie informieren jedoch über das heute kaum noch erinnerte Ausmaß dieser möglichen zeitgeschichtlichen Erfahrungen:

- Im Ersten Weltkrieg betrug bei ca. 13 Millionen Kriegsteilnehmern die deutschen militärischen Verluste bereits ca. 1,8 Millionen ("Todesquote" von ca. 14%).
- Im Zweiten Weltkrieg kamen von mehr als 18 Millionen deutscher Soldaten ca. 5,3 Millionen ums Leben ("Todesquote" von ca. 28%).
- Von den Angehörigen der Geburtsjahrgänge 1910 bis 1925 starb jeder Dritte als Soldat (ca. 34%). Vom Geburtsjahrgang 1920 kamen vier von zehn Männern im Krieg ums Leben. In den Ostgebieten verstarb jede fünfte männliche Person.
- Ca. 14 Millionen Menschen verloren zwischen 1944 und 1947 ihre Heimat. Mehr als 470.000 Zivilisten kamen nachweislich auf der Flucht und während der Vertreibung ums Leben (mehr als die Hälfte Frauen und Kinder). 500.000 wurden Opfer des Bombenkrieges.
- Die Gefallenen/Vermissten hinterließen mehr als 1,7 Millionen Witwen sowie fast 2,5 Millionen Halbwaisen und Vollwaisen. Ungefähr ein Viertel aller Kinder wuchs nach dem Zweiten Weltkrieg auf Dauer ohne Vater auf.
- Im Frühjahr 1947 befanden sich noch 2,3 Millionen Kriegsgefangene in den Lagern der Alliierten und 900.000 in sowjetischen Lagern. 1947 wurden 350.000 entlassen, 1948 rund 500.000 und 1949 weitere 280.000.
- Die Gesamtzahl der Vergewaltigungen wird auf ca. 1,9 Millionen geschätzt, davon 1,4 Millionen in den ehemaligen deutschen Ostgebieten und während der Flucht und Vertreibung, 500.000 in der späteren sowjetischen Besatzungszone, 100.000 in Berlin.

Wichtig erscheint der Hinweis, dass bei Weitem nicht alle Angehörigen der Jahrgänge 1927-1947 von diesen zeitgeschichtlichen Erfahrungen betroffen waren. Dies erklärt auch die so auffallend unterschiedlichen 'Geschichten' über die damalige Zeit, die von "abenteuerlicher Freiheit" bis hin zu "katastrophalen Erfahrungen" reichen. So müssen als damals Betroffene unterschieden werden:

- durch den Krieg und seine Folgen kaum beeinträchtigt aufgewachsene Kinder mit anwesendem Vater (stabile familiale, soziale, materielle und wohnliche Verhältnisse; geschätzt 35-40%);
- Kinder mit zeitweiliger väterlicher Abwesenheit und zeitweilig eingeschränkten Lebensbedingungen bei vorübergehenden belastenden bis beschädigenden Erfahrungen (geschätzt 30-35%);
- Kinder mit lang anhaltender oder andauernder väterlicher Abwesenheit bei in der Regel gleichzeitig dauerhaft eingeschränkten Lebensumständen bei mehrfachen und lang an-

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

haltenden beschädigenden bis traumatisierenden zeitgeschichtlichen Erfahrungen (geschätzt 30-35%) (Radebold 2000; 2005).

Lange Zeit wurde diskutiert, ob Berichte derartiger Erfahrungen überhaupt glaubhaft seien und insbesondere, ob sie nicht während der weiteren Entwicklung (d. h. im Verlauf von Jahrzehnten) zumindest ausgeschmückt, wenn nicht erweitert würden. Eine Meta-Analyse (Hardt/Rutter 2004) bestätigt nachdrücklich den Verlass auf die jeweils berichteten Fakten und weist auf den eher bestehenden Befund des Nichtberichtens derartiger Erfahrungen aufgrund von entsprechenden Abwehrmechanismen hin (Verdrängung, Verleugnung, Bagatellisierung). ..." Soweit Hartmut Radebold.

Zwischen den Menschen mit diesen Erfahrungen bin ich aufgewachsen, auch wenn ich mich zu den geschätzt 35-40% mit stabilen familialen, sozialen, materiellen und wohnlichen Verhältnissen zähle. Welche dieser von Radebold aufgelisteten 'mögliche zeitgeschichtliche Erfahrungen' habe ich gemacht?

- Miterleben zahlreicher Bombenangriffe und 1 mal Ausbombung, 2 mal im Keller eines Hauses während eines Bomben-Treffers, teilweises Miterleben der Städtezerstörungen - insgesamt wurde das Stadtgebiet zu mehr als 65 Prozent zerstört; am stärksten betroffen war mit 94 Prozent die mittelalterliche Altstadt; dem Feuersturm im September 1944 sahen wir in der Evakuierung von einem Hügel aus zu und ich erinnere die hinter vorgehaltener Hand geflüsterten Erzählungen über die in den Kellern gefundenen, auf Aktentaschenformat zusammengeschnurrten Leichen; wenn heute in meinem Ort die Freiwillige Feuerwehr ihre Männer per Dach-Sirene zusammenruft, wenn ich in ein Silvester-Feuerwerk (die "Tannenbäume" rund um das Abwurfgebiet) oder wenn ich unvorbereitet in den Hörbereich von Oberton-Gesang gerate (das entspricht den Interferenzen der Propeller von Bomber-Geschwadern), bereitet mir das Unbehagen;
- Evakuierungen (des unter Zehnjährigen zusammen mit der Mutter und einem jüngeren Geschwister in ein Zimmer und Küche auf einem Einzel-Bauernhof) und nach dem Krieg zum "Aufpäppeln" Kinderlandverschickung (des über Zehnjährigen mit Trennung von der Mutter und der weiteren Familie - ich erinnere den riesigen Schlafsaal und meine brennende Scham, wenn ich auf meiner nassgepissten Matratze aufwachte);
- Flucht (vor dem näher rückenden Bomben-Krieg Mitte 1943 von Berlin ins "Reichsprotectorat Böhmen und Mähren" und einige Monate später "nach Hause" in die Geburtsstadt meiner Eltern - ich erinnere den weißen Email-Nachttopf für meine kleine Schwester, den ich bei diesen beiden endlosen Bahnfahrten am Rucksack tragen musste, an die D-Züge voll Wanzen, Läuse und Flöhe im Polster);
- Aufwachsen in einer fremden bis feindselig eingestellten Umwelt (Sprache: mein Berlinerisch gab in der Schule steten Anlass zu Heiterkeiten, Religion: als Nicht-Katholik in einer Stadt wo sogar die Stellen der Müllmänner im Kath./Ev.luth./Ev.ref.- Proporz besetzt wurden) etc.;
- väterliche Abwesenheit insofern, als mein Vater wie schon sein Vater abgekapselt und unerreichbar blieben (ich erinnere mich an die bis heute wie ein Blitz hochkochende Wut, wenn ich Männer, die sich aus ihren guten Gründen zu einer Elite rechnen, mit demselben Brustton der Überzeugung über Sachverhalte reden hören, von denen sie so wenig wissen wie jeder Otto Normalverbraucher – was ich als "elitäre Dummheit" bezeichne. Und ich erzeuge diesen Brustton genauso gut);

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

- zusätzlicher Verlust mehrerer näherer Verwandter;
- Gewalterfahrung (aktiv/passiv), z. B. Verwundungen von Menschen im Luftschutzraum aus dem Nachbarhaus durch einen Kriechgang kommend sowie die zahllosen Verwundeten in den Lazarett-Zügen).

Als ich 1947 in die Sexta eines Gymnasiums kam, hatten wir zeitweise um 70 Schüler in der Klasse, davon ein nicht unbeträchtlicher Teil Flüchtlingskinder. Ich werde nicht vergessen, wie unser Klassenlehrer, von uns genannt Etzel, einen meiner Freunde, ein 13-jähriger Flüchtling im geschenkten Anzug eines vermutlich 18-jährigen und vorn aufklappenden Schuhen, die mit neuem Bindfaden zugeschnürt waren, deswegen anfuhr "Wir haben zwar den Krieg verloren und müssen mit Bindfaden in den Schuhen rumlaufen, aber wir können ordentlich sein. Färbe das Schuhband ein mit Schuhcreme oder nimm Dreck von der Straße!". In den oberen Klassen waren zahlreiche, für mich "alte" Männer, in umgefärbten Uniformen, teils Arm- oder Beinamputierte, die ihr Abitur nachholen wollten. Ob das wirklich alles für mich nur "interessant" war, wie ich das zu beschreiben pflege? Ob die Stimmung dieser Menschen, ihre Seelenlage wohl doch resonanzhaft mich erreicht hatte?

Welche Erinnerungen habe ich an "zu Hause", an meine Eltern?

Ich erinnere mich an mein Gitterbett und an den Laufstall. Meine Mutter erzählte immer wieder stolz, dass ich schon mit 1 Jahr keine Windel mehr brauchte. Gespielt habe ich in der Wohnung, im Hof des Mietshauses und in dem großen Garten dahinter. Als ich mal in einen Kindergarten sollte, habe ich erschreckt von dem Getümmel, dem Lärm und der Konkurrenz in der Ecke gesessen und bin nach wenigen Tagen schreiend davongelaufen und musste danach nie wieder dahin. Es gab eine Weihnachtsfeier mit vielen Kindern; als der Nikolaus kam, bin ich auch schreiend davongelaufen. Andere Kinder gab es für mich erst in der Schulzeit. Kontakt war in meiner Familie etwas Unübliches; ich erinnere mich nicht an Besuche von oder bei Verwandten. – Die Welt da draußen, nein; ich musste, kaum dass ich sprechen konnte, meinen Namen, Adresse und die Telefonnummer lernen "ich bin Jans Bonte, Hentigstraße 14a, Telefon 500196".

Andererseits hat es mich nach draußen gezogen. An einem lauen Sommerabend hab ich, etwa 4-jährig, mal Stunden einen Sammler von Pferdemit begleitet; der süße Duft von Lindenblüten und die Schärfe der Pferdeäpfel ist mir noch in der Nase. Oder ich, etwa 7-jährig, bin durch die Wuhlheide gezogen und auf einen Hochspannungsmast geklettert; die lächerliche Kleinheit eines Mannes, der plötzlich unten am Fuße erschien und mich runterbrüllen wollte, zieht mir wieder durch den Sinn. Später,

als ich lesen konnte, habe ich alles gelesen, was mir in die Finger kam.

Ich erinnere mich daran, wenn ich nachts als kleines Kind in meinem Gitterbett lag, während meine Eltern ihre gesellschaftlichen Abendverpflichtungen wahrnahmen, wie ich mich ängstigte vor dem bösen Wolf hinter den wehenden, schweren Vorhängen und ich oft nächtelang geschrien habe, und, wie meine Mutter erzählte, dass Fräulein Künstler, die Vermieterin in der Wohnung unter uns, ihr das gesagt habe. Sie aber fand, das macht eine starke Lunge und ein Fenster muss beim Schlafen immer offen sein. Einschlafen konnte ich nur, wenn ich, auf dem Bauch liegend, die Stirn auf die zusammengelegten Hände schlug, bzw. auf dem Rücken liegend, den Kopf hin und her warf. Das ging bis Anfang der Pubertät, dann gab es Aktivitäten am anderen Ende der Wirbelsäule, excessives Masturbieren. Ansonsten habe ich kaum Erinnerungen aus meinen ersten 10 Lebensjahren.

Ich erinnere mich an die blanken SA-Stiefel zuhause im Kleiderschrank. Es könnten auch SS-Stiefel gewesen sein. Denn mein Vater erzählte öfters stolz von unserer Ahnen-Tafel, die für die Bontes bis 1748 zurückreichte, als der Stammvater, ein Hugenotte, von Nantes nach Magdeburg floh. Die Mitglieder der Allgemeinen-SS waren meist Berufstätige, die ihren Dienst in der SS freiwillig und unentgeltlich nach Feierabend versahen. Auch diese unbewaffneten Mitglieder erhielten durch ihre ca. 100.000 hauptberuflichen Führer regelmäßig eine militärische Ausbildung. Man musste nur für sich und seine Frau arische Ahnen bis 1800 nachweisen; wollte man SS-Führer werden, musste der Nachweis bis 1750⁶³ vorliegen. Außerdem musste er sich der SS-Rassenkommission vorstellen. Dort wurde das „rassische Erscheinungsbild“ des Bewerbers in Augenschein genommen, dessen körperliche Kondition und allgemeine Haltung. Diese Ahnen-Tafel liegt heute nur als Konzept vor Reinschrift vor – Mai 45 verbrannte im Küchenofen über Stunden all das möglicherweise Kompromittierende.

Ich erinnere mich an, ja, das Entsetzen meiner Eltern, als sie bemerkten, dass ich zugehört hatte, beide flüsternd hinter der Samt-Portiere am Fenster im Gespräch, wo mein Vater davon erzählte, dass er von seinem Bürofenster im Oberkommando der Wehrmacht (OKW) in Weimar den ununterbrochen aufsteigenden schwarzen Rauch aus den Schloten des Konzentrationslagers Buchenwald sähe. Ich erinnere mich an die hektische Betriebsamkeit meiner Eltern im Garten des Bauernhofs, wohin wir evakuiert waren, als sie im Sommer 1945 die Fotoalben nach kompromittierenden Fotos durchsuchten und die verbrannten.

⁶³ aus http://www.egoisten.de/page144/benesch_st/ss/ss.html Stand 120214

tierenden Fotos durchsuchten und die verbrannten.

Ich weiß nicht, wie oder warum mein Vater 1934, als 25-Jähriger, zum jüngsten Referatsleiter einer Abteilung des Reichswirtschaftsministeriums in Berlin werden konnte, wie er als gesunder 33-Jähriger erst Sommer 1943 eingezogen werden und schon nach 3 Monaten Grundausbildung ins OKW versetzt werden konnte. Angefangen hatte seine Berufslaufbahn als "Handlungsgehilfe", Textilverkäufer bei Leffers. Und seine Obsession, lebenslang, war die Berufsbildung im Einzelhandel, schon als junger Mann im Deutschen Handlungsgehilfenverband. Er war ein besonderer Mensch mit großen Gaben und eisernem Fleiß wie alle seine Geschwister, die alle zu Großen in ihrem Gebiet wurden. Und bald nach dem Krieg war er in seiner Stadt auch wieder ein Großer. Er war sehr stolz darauf, als einziger Verbands-Syndikus unter 80 vergleichbaren Kollegen in Deutschland kein Volljurist zu sein. Und er war sehr stolz darauf, dass ihn, als 20-Jährigen, seine Parteifreunde fragten, ob er für den Reichstag kandidieren wolle und er ihnen dann gesagt habe "Meine Herren, ich habe noch nicht das passive Wahlalter".

Mein Vater lebte für seinen Beruf, Tag und Nacht. Sonntags, nach dem gemeinsamen Frühstück, breitete er seine Fachzeitschriften im Arbeitszimmer aus, um für seine Verbandszeitschrift zu exzerpieren. Nachmittags wurde gewandert, ein Nachhall aus seiner Wandervogelzeit⁶⁴. Ich hasse noch heute selbst Spaziergänge!

Wenn ihm meine Mutter berichtete, schon vor Beginn meiner Schulzeit, dass ich etwas ausgefressen hatte, vollzog er die Strafe mit dem Rohrstock, der auf dem Kleiderschrank seinen festen Platz hatte. Zur Bestrafung gehörte, dass niemand mit mir sprach, oft tagelang. Dieses Schweigen pflegten meine Eltern lebenslang. In der Berliner Zeit gab es auf das Schweigen noch ein Sahnehäubchen: "du kommst in die NAPO-

64 Als Wandervogel wird eine 1896 in Berlin-Steglitz entstandene Bewegung hauptsächlich von Schülern und Studenten bürgerlicher Herkunft bezeichnet, die in einer Phase fortschreitender Industrialisierung der Städte und angeregt durch Ideale der Romantik sich von den engen Vorgaben des schulischen und gesellschaftlichen Umfelds losmachten, um in freier Natur eine eigene Lebensart zu entwickeln. Damit stellte der Wandervogel den Beginn der Jugendbewegung dar, die auch für Reformpädagogik, Freikörperkultur und Lebensreformbewegung im ersten Drittel des 20. Jahrhunderts wichtige Impulse setzte.

Nach der Reichstagswahl 1930, die der NSDAP einen enormen Stimmenzuwachs eingetragen hatte, kam es unter den Mitgliedern der Bünde zu einem auffälligen Politisierungsschub, und im Jahre 1931 konnte ohne Übertreibung behauptet werden, daß die Jungmannschaft fast der gesamten bündischen und evangelischen Jugend aller Richtungen zu großen Teilen entweder der NSDAP und ihren Jugend- und Kampfgruppen angehörte oder doch mindestens auch ohne direkte Erwerbung des Parteibuches «sehr nahe stand».

LA⁶⁵ Dann hatten sie mich weich, denn das fand ich entsetzlich.

Vor Beginn meiner Schulzeit musste ich auswendig lernen, das dieser Mann Adolf Hitler heißt. Sie redeten meist von Fittler, wobei man wissen muss, dass in unserer Familiensprache "fitt" oder "ifitt" dieselbe Bedeutung hatte wie "igittegit" also etwas Schmutziges umschrieb.

Vermutlich habe ich als Heranwachsender meinen Vater später zur Verzweiflung getrieben. Denn ich sollte der Volljurist werden und ich brachte zu jeder Zeugniszeit blaue Briefe⁶⁶ ins Haus. Schon gegen Ende der 1. Klasse musste meine Mutter zur Schule kommen. Fräulein Konrad ließ mitteilen "Jans bockt" – ich konnte nun lesen und mehr interessierte mich an diesem Teilzeitgefängnis nicht. Es gefiel mir gar nicht und ich verstand auch nicht, warum ein Klassenkamerad einen gelben Stern an der Jacke trug und die Horde ihn über die Straße trieb, "Kues, Kues, Appelmus" schrie.

Mein Vater starb 70-jährig, geehrt mit einem Bundesverdienstkreuz, noch immer mit Schreibtisch in seinem alten Büro, am 2. Herzinfarkt und einer Lungenentzündung im Krankenhaus, drei Tage, nachdem ich ihn das erste Mal seit Kindertagen von Herzen berührt hatte, mit einer Reiki-Behandlung⁶⁷ seines bei einem Sturz geprellten Ellenbogens. An dem Tag hatte ich ihm auch das oben erwähnte FMK-Heft überreicht mit meiner "Liebeserklärung". Einen Tag nach dem Tod wurde ich telefonisch von Erkrankung und Tod unterrichtet.

Auch sein Vater, Jans-Oehrich, nach dem ich Jans-Ekkehard heiße, muss ein Besonderer gewesen sein. Sein weißer Schnäuzer und der Borsten-Haarschnitt ist mir vor Augen und der Geruch nach Kautabak in der Nase. Er ging als Bäckergehilfe aus einer kleinen Stadt in Ostfriesland, inzwischen verheiratet mit einem ehemaligen "Kammerkätzchen" des Großherzogs Friedrich August von Oldenburg und Cumberland am Hofe in Rastede, in eine größere Stadt und wurde Postschaffner, zuletzt Postassistent. Mit diesem bescheidenen Einkommen bauten sie ein Mehrfamilienhaus und zogen 4 Kinder groß, 3 Jungen, 1 Mädchen. In den letzten Kriegstagen starb er beim Retten von Sachen aus dem brennenden Haus gegenüber.

65 "nationalpolitische Erziehungsanstalt"; von denen gab es gut 40. Ihr Ideal war: "Glauben. Gehorchen. Kämpfen." In den Napolas sollte die zukünftige Elite des nationalsozialistischen Deutschland gebildet werden. Tatsächlich besetzten viele der Zöglinge später wichtige Positionen in der Bundesrepublik und in der Republik Österreich. Der Dokumentarfilm "Herrenkinder" (2009) von Eduard Erne und Christian Schneider lässt Napola-Zöglinge erzählen

66 Mitteilung der Schule, dass die Versetzung gefährdet sei

67 Vgl. 7.1 Lebensenergie

1946 zogen wir zu dieser Großmutter. Ich schlief 4 Jahre neben ihr im Bett meines Großvaters. Meine Großmutter wählte meinen Konfirmationsspruch aus dem *86. Psalm Gebet in großer Bedrängnis*, Vers 11: "Weise mir, HErr, deinen Weg dass ich wandle in deiner Wahrheit; erhalte mein Herz bei dem Einen, dass ich deinen Namen fürchte."

Die Mutter meiner Mutter hatte auch 4 Kinder, Mädchen, und auch meine Mutter war die Jüngste. Ihr Vater starb, als sie 3 Jahre alt war. Die Mutter ernährte die Familie mit einem Hefehandel, heißt, sie ging früh morgens los mit einem Handwagen zu den Bäckereien. Bis zu ihrer Rückkehr mittags wurde das Kind im Schlafzimmer bei zugezogenen Vorhängen eingeschlossen. Ihre letzten 5 Lebensjahre lag diese Frau im Bett, wie schon deren Mutter, nur die machte das 25 Jahre lang – was für eine Energieleistung. Meine Mutter hat dann wohl entschieden, immer nur zu stehen, vor dem Bett – sie wurde Krankenschwester, "Staatlich Examierte", wie sie betonte. Sie stand auch sonst für sich, z.B. wie sie zwecks Heirat ev.-luth. Konvertierte.

Ihre Familie war streng katholisch und noch als Greisinnen sagten ihre beiden Schwestern, die Älteste starb bei einem Bombenangriff, dass sie für das Seelenheil der jüngsten Schwester beten. Mein jüngerer Cousin, er etwa 9 und ich 11, sagte bei einem Besuch "ich darf nicht mit dir spielen – du bist evangelisch". Bis zum II. Vatikanischen Konzil (1962 - 1965) galt gemäß katholischem Katechismus als Todsünde, eine protestantische Kirche zu besuchen, eine protestantische Bibel zu besitzen oder zu lesen.

Meine Mutter wurde von allen Nachbarn, Bekannten und Freunden gerühmt wegen ihrer Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft gegen jedermann. Wenn die Tür hinter dem Besuch zu war, ging das Donnerwetter weiter an der Stelle, wo es beim Türklingeln unterbrochen wurde. Bei so einem Donnerwetter bemerkte, damals etwa 10-jährig, meine Schwester "Oh Gott, die Fenster sind offen. Lass uns schnell laut lachen, damit die Leute glauben, dass wir eine glückliche Familie sind". Auch meine Mutter muss ob meiner Renitenz gegen die Schule verzweifelt gewesen sein. Sie nahm statt Rohrstock als Erziehungsbeihilfen Kochlöffel, Kleiderbügel und Kohlenschaufel, bis ich endlich, mit 21, in eine Tischlerlehre ging und nur noch zum Schlafen im Haus war.

Meine Mutter war recht körperfern – bis zuletzt. Wenn ich sie zur Begrüßung umarmte, streckte sie die Ellenbogen gerade vor sich, um den Körperkontakt zu minimieren. Sie machte sich um alles Sorgen, um alles bei jeder/m. Und wenn der/m nicht voller Erfolg beschieden war, sagte sie "Siehste, ich hab es doch gewusst!". Wenn ich bei meinen seltenen

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Besuchen begeistert von den aktuell neuen Aufgaben im Beruf erzählte, unterbrach sie das schnell und fragte, bis ins hohe Alter, stereotyp "aber Junge, kannst du das denn?". Denn sie konnte sich nicht bei anderen vergewissern – nur die anderen hatten Recht. Wohl zehn Jahre hörte ich den Spruch, den sie sich von meinem Englischlehrer in der 6. Klasse reinzog "aus dem wird nicht mal ein ordentlicher Straßenfeger". Anderen Lehrern, die sagten "das ist der intelligenteste Junge, den wir auf dieser Schule haben", mochte sie nicht glauben.

Als ich in Münster in der RC-Gemeinschaft war und fast täglich Council-Sitzungen machte, erzählte ich öfter von dieser befreienden Arbeit und von ihren heilsamen Wirkungen. Da wurde sie jedesmal richtig wütend, stoppte das Erzählen und schrie "man soll die alten Sachen ruhen lassen und nicht darin rumrühren. Das bringt doch nichts!".

Als ich ihr meine neue Lebensgefährtin vorstellen wollte, entschied sie, davon nichts wissen zu wollen. Da empfahl ich ihr, wenn sie von mir etwas wissen wolle, könne sie ja anrufen – der Draht von ihrer Stadt zu meiner ist genauso lang wie umgekehrt. Daraufhin hatten wir 8 Jahre totale Funkstille, bis zu ihrer Krankheit. Später erzählte mir meine Schwester, meine Mutter habe keinen Kontakt gesucht, weil sie Angst vor mir gehabt habe, diese Frau, von der ich mir nie vorstellen konnte, das sie vor irgendetwas oder irgendwem Angst haben könnte. War es das, was Jürgen Müller-Hohagen (s.u., S. 81ff) 'Täterhaftigkeit' nennt?

Hochbetagt erkrankte sie an Magenkrebs, der nach einer Operation bald in die Leber metastasierte. Doch sie blieb allein in ihrem Haus, nur 2 mal wöchentlich unterstützt von einer Zugehfrau – und von meiner Schwester, die dauernd von ihrem 200 km entfernten Wohnort kam. Nachdem meine Schwester sie zu sich genommen hatte, starb sie 3 Tage später. Noch am selben Tag fuhr ich hin zur Totenwache, weil meine Schwester und Mann mit ihrem Chor an diesem Abend in einer Aufführung von Mozarts *Requiem* mitsingen wollten. Ich habe ihr dann viel erzählt von unseren guten Zeiten, erzählte, was ich alles durch sie für mein Leben gelernt hatte und habe ihr immer wieder ihren Lieblingspsalm vorgelesen, den Dreiundzwanzigsten:

"Der Herr ist mein Hirte
mir wird nichts mangeln.
Er weidet mich auf einer grünen Aue
und führet mich zum frischen Wasser.
Er erquicket meine Seele.
Er führet mich auf rechter Straße
um seines Namens Willen.
Und ob ich schon wanderte

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

im finstern Tal,
fürchte ich kein Unglück;
denn DU bist bei mir,
DEIN Stecken und Stab trösten mich.
DU bereitest vor mir einen Tisch
im Angesicht meiner Feinde.
DU salbest mein Haupt mit Öl
und schenkst mir voll ein.
Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang
und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.

Und ich habe das Fenster geöffnet, damit die Seele fliegen kann. Dabei zerfiel der Leichnam zusehends. Die Leute des Beerdigungsinstituts waren ungehalten, dass ihnen nicht mitgeteilt worden sei, dass der Leichnam schon 4 Tage liege. Nur der Totenschein konnte sie überzeugen, dass der Tod erst vor 20 Stunden eingetreten war.

Ich habe wohl eine besondere Beziehung zum Tod. Meine älteste Tochter starb in der Stunde, als ich auf einem RC-Workshop (Vgl. 3.3 Bewusstmachen) in einer langen Sitzung mich vom elterlichen, adultistischen⁶⁸ Besitzanspruch auf meine Kinder verabschiedete und ihnen meine absolute Unterstützung für ihre Freiheit und Selbstverantwortung versprochen habe. Am anderen Morgen riefen Freunde an aus der Gegend, wo sie bei ihrer Mutter und deren Mann gelebt hatte. Als ich dort anrief, war der Mann am Telefon und seine ersten Worte waren nur "Woher wissen Sie das?". Da erlebte ich etwas, das mir 1 Jahr später ähnlich beim Tod meines Vaters geschah.

Was hat das alles mit den Untersuchungsergebnissen über Kriegskinder zu tun?

In zwei Artikeln⁶⁹ über Helga Spranger und den Verein kriegskind.de fand ich: "... Die Zeit heilt alle Wunden, heißt ein deutsches Sprichwort. Wie viel Zeit braucht es denn, um Wunden der Seele zu heilen? 60 Jahre sind manchmal nicht genug. Das Leben vieler Kinder des 2. Weltkrieges ist noch heute geprägt von ihren Kriegserlebnissen — oft ohne, dass sie davon wissen. Die Folgen von Extrembelastungen — seien es Krieg, Gewalt im Zivilleben oder Naturkatastrophen — sind seit Menschengedenken bekannt. Eindrucksvolle Schilderungen kennt man schon seit Mitte des 17.

68 "Adultismus" von engl. adult = Erwachsener. Mit Adultismus werden Vorurteile gegenüber einer Person oder einer Personengruppe aus Gründen des Alters bezeichnet. Der Begriff bezieht sich insbesondere auf die Altersdiskriminierung von jungen Menschen, meistens durch Erwachsene gegenüber Jugendlichen und Kindern.

69 Kieler Nachrichten, 23.10.04, Journal, S. 1 "Die Geister des Krieges", und Kölner Stadtanzeiger vom 16.11.2002, MZ Wochenendbeilage / Moderne Zeiten "DIE VERGESSENE GENERATION" VON PETRA PLUWATSCH

Jahrhunderts. Der Begriff der "Schreckneurose", wie man es damals nannte, ist über 100 Jahre alt. 1889 führte Oppenheim den Begriff "Trauma" in die Neuropsychiatrie ein. Im Ersten Weltkrieg sprach man von den Kriegszitterern. Während der Nazizeit galten die Kriegszitterer als Feiglinge. Sie wurden in besondere Einheiten, so genannte „Magenbataillone“, zusammengefasst und vielfach auf Himmelfahrtskommandos geschickt. Man hielt sie ebenso für unwertes Leben wie die jüdische Bevölkerung.

Doch warum kommt man erst jetzt auf dieses Thema zurück, Betroffene hat es schließlich seit jeher gegeben? Das geht vor allem auf die US-amerikanische Forschung bzw. die entsprechenden Kriege in Korea und insbesondere Vietnam zurück. Später erinnerte man sich auch zunehmend an zivile Opfer durch Extrembelastungen, denen die diagnostischen und therapeutischen Erkenntnisse der Militär-Psychiater und -Psychologen natürlich ebenfalls zugute kommen.

Posttraumatisches Belastungssyndrom (PTBS), Posttraumatische Stresssyndrom (PTS) sind in Deutschland erst seit den 80er Jahren anerkannte Krankheiten. Unter diesen Begriffen wird eine verzögerte Reaktion auf ein belastendes Ereignis oder eine außergewöhnliche Bedrohung gesehen, die bei fast jedem Menschen eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würde. Oft treten die Reaktionen erst Monate bis Jahre nach dem Ereignis auf. Ereignisse, die eine posttraumatische Belastungsstörung hervorrufen können, sind z. B. Krieg, schwere Unfälle, Opfer eines Verbrechens, sexueller Missbrauch, Folter, Naturkatastrophen, Chemieunfälle, Brände, Krankenhausaufenthalte insbesondere in frühem Kindesalter etc.⁷⁰ Man schätzt heute aufgrund neuer Untersuchungen, dass etwa 40 bis 60 Prozent aller Menschen irgendwann in ihrem Leben einmal das Opfer eines traumatischen Erlebnisses werden.

Kriegstrauma ist kein Einzelfall. "Es ist eine Epidemie", sagt Dr. Helga Spranger, Ärztin und Psychotherapeutin, eine Traumatisierungsepidemie: "Zur Zeit des 2. Weltkrieges lebten 62 Millionen Menschen in Deutschland, davon sind mindestens ein Drittel, eher zwei Drittel traumatisiert." Was die Kinder im Krieg gesehen haben, die Gräueltaten, was sie gespürt haben, die Todesangst womöglich, aber auch, was sie gehört, gerochen und geschmeckt haben, versinkt tief in ihrer Seele.⁷¹ Heulen der Sirenen,

70 Kann man ein Trauma heilen?
Podcast in <http://www.hpz.com/hypnose-erfolgs-podcast/HPZsPowerPodcast56.mp3>

71 vgl FOCUS-Reportage: "Und nachts fallen wieder Bomben" in
<http://www.focus.de/panorama/reportage/tid-11129/focus-reportage-und-nachts-fallen-wieder-bomben_aid_314789.html> Stand 3.2009

Schreie von verwundeten Menschen, der Geruch verbrannter Körper, der Geschmack verdorbener Speisen. "Ein Überleben ist nur möglich, wenn alles fest im Unbewussten abgeschlossen ist", erklärt Helga Spranger. "Doch die Erlebnisse hinterlassen Spuren und können komplexe seelische oder psychosomatische Krankheitsbilder auslösen."

Heute sind die ehemaligen Kriegskinder im Rentenalter. Sie hielten die Erinnerungen an den Krieg bisher fest in sich verschlossen. Fleißig und pflichtbewusst haben sie ihr Leben im Nachkriegsdeutschland gemeistert. "Man staunt, was diese kranken Menschen bis heute geleistet haben", stellt Helga Spranger fest und erklärt: "Der Ehrgeiz hatte Heilwirkung, durch ihn wurden die Traumata scheinbar überwunden." Oft erst nach vielen Jahrzehnten kommen sie wieder hoch. Schweißausbrüche, Schlaflosigkeit, Schreckhaftigkeit, Unruhezustände, Partnerschaftskonflikte, Depressionen — alles mögliche Symptome einer Kriegstraumatisierung. "Manche Krankheitsbilder treten erst auf, wenn die Menschen älter werden, ihre eigene Gebrechlichkeit spüren", hat Helga Spranger beobachtet. Mitunter reicht ein Geräusch, ein Geruch, ein Geschmack, um die Geister des Krieges zu wecken. "Der Krieg im Kosovo und die Terroranschläge vom 11. September haben Erinnerungen wachgerufen", sagt Helga Spranger. So genannte Retraumatisierungen könnten auch durch persönliche Erlebnisse ausgelöst werden. Etwa der Verlust des Arbeitsplatzes, vorzeitige Berentung und Krankheiten bringen Geschehnisse wieder ins Bewusstsein.

Nicht nur durch persönliche Erlebnisse, auch durch ihre Arbeit als Psychotherapeutin wurde ihr zunehmend die Bedeutung der Schädigungen in der Kindheit für das späte Erwachsenenalter bewusst. Immer wieder hatte Helga Spranger mit Verhaltensweisen von Patienten zu tun, die nicht zu den bekannten Diagnosen passten. Unter anderem ihrer Initiative ist es zu verdanken, dass Ende der 90er Jahre durch eine Tagung das öffentliche Schweigen über die Folgen der Kriegsbeschädigungen gebrochen wurde. Anschließend bildete sich eine Arbeitsgruppe aus Ärzten und Therapeuten und daraus der Verein "Kriegskind.de", dessen Mitbegründerin und Vorsitzende Helga Spranger⁷² ist.

Der Verein widmet sich der Diagnose, Behandlung und Erforschung der Spätfolgen von Kriegstraumata bei Kindern des 2. Weltkrieges und späterer kriegerischer Auseinandersetzungen. Er ist Anlaufstelle für Betroffene und will fachspezifische Kenntnisse vermitteln. Denn Ärzte und Psychotherapeuten sind nach Ansicht von Spranger mit der Diagnose der

72 Helga Spranger, Telefon (04349) 919457. Weitere Infos unter www.kriegskind.de

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Spätfolgen von Kriegstraumata überfordert. Aber es geht dem Verein auch um die sozialen Folgen. Nicht nur die erste Generation Kriegskinder, geboren in den Jahren 1930 bis 1947, seien betroffen, sondern auch zweite und dritte Generationen. Spranger: "Das kann man sich vorstellen wie bei einem Strickmuster: Wenn man einmal eine Masche fallen lässt, verändert sich das Muster, und es verändert sich zunehmend, je länger man strickt."

Typisch für die Kriegskinder sei eine besondere, eine intensive Beziehung zur Mutter. Die Väter waren abwesend, z.B. im Krieg, später in Kriegsgefangenschaften, die Frauen und Kinder auf sich gestellt, traumatisiert und unterernährt. "In diesen schwierigen Zeiten waren Mutter und Kind sehr aufeinander angewiesen, die Heranwachsenden übernahmen früh Verantwortung, es war kein Raum für Kindheit. Sie wurden von ihren Müttern benutzt, beansprucht, und es ist, als ob sie schließlich zum Schatten ihrer Mutter geworden sind." Später hätten diese Kinder Probleme in Partnerschaften oder gingen keine ein. In jedem Fall sei diese feste Bindung laut Spranger für beide Beteiligten sehr schwierig.

Jürgen Müller-Hohagen⁷³ untersucht die Voraussetzungen und Mechanismen für die Übermittlung von Täterhaftigkeit an die nachfolgenden Generationen. Seit mehr als zwanzig Jahren befasst er sich mit seelischen Nachwirkungen der NS-Zeit in ihrer ganzen Breite in einer Beratungsstelle in München sowie in eigener Praxis in Dachau.

Die nationalsozialistische Ideologie war entscheidend auf Gewalt aufgebaut, und zwar nicht nur auf Gewalt im herkömmlichen Sinn, sondern in beispielloser Weise auf der Überwältigung derer, die für minderwertig erklärt und aus der Volksgemeinschaft und schließlich aus der Menschheit ausgeschlossen werden sollten. Es handelte sich dabei, und das ist hier entscheidend, nicht um eine vom Regime bloß ideologisch propagierte, sondern um eine mit allen Mitteln und in gigantischem Umfang von den Volksgenossen praktizierte Gewalt⁷⁴. Auf sie hin war alles gesellschaftliche Handeln zentriert.

73 In : Hartmut Radebold, Werner Bohleber, Jürgen Zinnecker "Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten – Interdisziplinäre Studien zur Nachhaltigkeit historischer Erfahrungen über vier Generationen"; 2. Aufl. 2009;Juventa Verlag, Weinheim und München, S. 155 ff

74 Johanna Haarer, eine Autorin von Erziehungsratgebern, veröffentlichte 1934 ihren erster Ratgeber zur Säuglingspflege: "Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind". Dieser war eng an den von Adolf Hitler in "Mein Kampf" skizzierten Erziehungsvorstellungen orientiert. Die Publikation erreichte bis zur letzten Auflage im Jahre 1987 eine Gesamtauflage von ca. 1,2 Millionen. (Vgl. auch <http://de.wikipedia.org/wiki/Johanna_Haarer> (Stand: 11/2009). Siehe hierzu: Sigrid Chamberlain: "Adolf Hitler, die deutsche Mutter und ihr erstes Kind. Über zwei NS-Erziehungsbücher"; Edition Psychosozial Gießen; 1997

Ideologische Überzeugungen von Beteiligten, ihr begeistertes oder auch distanzierendes Selbstverständnis sind demgegenüber als sekundär zu betrachten. Entscheidend ist: Wie war der konkrete Bezug dieser Person zur Nazi-Gewalt, wie war er damals, wie war er später, was davon wurde fortgeführt? Diese Fragen sind bis heute in Deutschland massiv tabuisiert - auch in der Psychotherapie, auch in Medien und Wissenschaften. Jedenfalls, wenn es um Konkretes geht. Deshalb ist es wichtig, Gewalt, Täterschaft, Täterhaftigkeit in den Mittelpunkt zu stellen und nicht auf ideologische Überzeugungen auszuweichen.

Was heißt hier "Täterhaftigkeit"? Im Zusammenhang mit dem Thema der seelischen Nachwirkungen der NS-Zeit die Worte Täter oder Schuld in den Mund zu nehmen, führt gerade in gebildeteren Kreisen, etwa in Kirchengemeinden oder unter Psychotherapeuten, leicht zu gerunzelten Augenbrauen und der Anmerkung, man wolle doch nicht etwa der unsäglichen These der Kollektivschuld das Wort reden. Dann kann es zu Dynamiken kommen, die so nicht zu erwarten waren. Begriffliche Klärungen greifen plötzlich nicht mehr, vieles gerät ins Rutschen im Angesicht der Realität der extremen Verbrechen und Schuld des NS-Reichs, unter der wir Nachkommen der ehemaligen Volksgenossen bis heute stehen, ob wir es nun wahrhaben wollen oder nicht und was auch immer unsere individuellen Vorfahren konkret gemacht haben. Gleichzeitig ist es doch ganz klar und bedarf eigentlich keiner Erläuterung, dass wir natürlich keine Nazi-Täter sind. Die entscheidende Frage aber geht dahin, ob und wie viel von der gigantischen Nazi-Gewalt auf uns, wie auch immer, bis heute überkommen ist, wie wir damit umgehen, was wir davon eventuell weitertragen.

Mit 'Täterhaftigkeit' meint Müller-Hohagen psychische Dispositionen oder erhöhte Verhaltenswahrscheinlichkeiten in labilen Situationen, wie in Partnerschaftskrisen, in Konflikten mit pubertierenden Kindern oder in der Unüberschaubarkeit hochkomplexer Arbeits- und Verwaltungsprozesse. Es sind Verhaltenswahrscheinlichkeiten, wo dann 'Täterhaftigkeit' im Zweifelsfall nicht das menschliche Antlitz des anderen wahrnehmen lässt, sondern gerade daran zu vorbei schauen, sich gegenmenschlich zu verhalten und den Mitmenschen aufs Spiel zu setzen lässt. Für solche Tendenzen von Täterhaftigkeit sehe ich in manchen unserer öffentlichen Verwaltungen und z.B. in unseren Sozialgesetzen mehr an Kontinuitäten zum NS-Reich, als gemeinhin für möglich gehalten wird⁷⁵. Es handelt sich hier um

75 So beglückte die Agentur für Arbeit in Hamburg zahlreiche Arbeitslose 2009 zu Weihnachten mit einem Drohbrief: Wer seinen Vermieter nicht zu Auskünften nötigt, soll kein Geld mehr erhalten. Das ist offensichtlich unrechtmäßig. Der Grund: Der Fragebogen, der die harmlose Überschrift "Nachweis der Baualtersklasse" trägt, kann nicht vom Hartz- IV-Empfänger selber sondern nur von

eine Mischung von vielleicht allgemein menschlichen, dabei auch spezifisch bürgerlichen Formen der Gewaltsamkeit mit der im NS-Reich praktizierten beispiellosen Gewalt und Vernichtung.

Oben hatte ich erwähnt, dass in jedem dieser Opfer eine Zeitbombe stecken könnte, besonders in ihren Überzeugungen und dem daraus folgenden Handeln. Mir scheint, die Konsequenzen finden wir heute in Deutschland auch bei dem alltäglichen, würdelosen Umgang, inzwischen weitgehend gesetzlich verbrieft, mit allen Abhängigen, wie Arbeitslosen, Angewiesenen auf Sozialhilfe, Asylanten, Kranken, Behinderten, Pflegebedürftigen, Kindern und Alten, und inzwischen muss man wohl die ausgebeuteten Niedriglöhner⁷⁶ dazurechnen, die für "selbst Schuld" und für minderwertig erklärt werden. Und genauso zu erkennen ist das an den Arbeitsbedingungen von und dem Umgang mit den Menschen, die berufsmäßig mit solchen Abhängigen zu tun haben, wie z.B. Krankenschwestern, Altenpflegern, Lehrern, Arzthelferinnen, Sozialarbeitern.

Die Art des Zugangs von Müller-Hohagen über psychologische Beratung und Therapie erlaubt ihm einerseits tiefe Einblicke in Familien ehemaliger Täter oder NS-identifizierter Mitläufer, andererseits haben diese Einblicke auch ihre Grenzen: Stets bedacht sein wollen die geringe Zahl und die jeweils subjektive und nicht konfliktfreie Sicht der Informanten. Diese sind an dieser Stelle geradezu regelhaft die Ausgeschlossenen, die Randfiguren ihrer Familiensysteme. Als außerordentlich typisch hat er über die Jahre hinweg eine Aufspaltung, eine Polarisierung in diesen Familien erfahren, wonach etwa bei vier Kindern drei ganz auf Seiten der Eltern stehen, das vierte dagegen völliger Außenseiter ist, dies meist von

seinem Vermieter ausgefüllt werden. Und genau da liegt das Problem. "Ich kann meinen Vermieter nicht dazu zwingen, dass er die Fragen beantwortet, bekomme aber keine mir zustehenden Leistungen mehr, wenn er es nicht tut".

Zudem wäre die komplette Streichung der Bezüge ohnehin grundsätzlich rechtswidrig, weil das Sozialgericht Kassel und das Landessozialgericht Nordrhein-Westfalen bei vergleichbaren Fällen die komplette Streichung der Bezüge bei Arbeitslosengeld-Empfängern als rechtswidrig verneint haben. Ihre Begründung: Eine "Gefährdung des physischen Existenzminimums" der Leistungsbezieher dürfe auf keinen Fall in Kauf genommen werden - auch wenn sie sich weigerten, bestimmte Anforderungen der Arge zu erfüllen.

Doch damit nicht genug: Da die Arge sich einen Teil der nachgefragten Daten im Zuge der Amtshilfe vom Katasteramt besorgen könnte, unterliegt der Arbeitslose keiner "Mitwirkungspflicht", von deren Erfüllung die Arge weitere Zahlungen abhängig macht. Außerdem wird er durch die geforderte Weitergabe des Fragebogens an seinen Vermieter rechtswidrigerweise gezwungen, sich diesem gegenüber als Langzeitarbeitsloser zu outen. Auch hatte die Arge es im Rahmen ihrer ultimativen Aufforderung in Gutsherrenart unterlassen, ihrer Beratungs- und Anhörungspflicht nachzukommen, so dass ihm als Betroffenen die außergerichtliche "Abklärung des Sachverhalts" abgeschnitten wurde.

Das scheint mir ein deutliches Beispiel für die oben beschriebene "Täterhaftigkeit".

76 siehe z.B. <http://lidl.verdi.de/schwarz-buch/> (Stand: 11/2009)

früher Kindheit an. Gegen diese Ausgeschlossenen hat sich Gewalt von beiden Elternteilen gerichtet in Form von Vernachlässigung, Misshandlungen, sexuellem Missbrauch, Missachtung, massiven Abwertungen bis hin dazu, sie als verrückt zu erklären. Dies geschieht regelhaft, wenn und weil sie das eherne Schweigegebot in den Familien zu verletzen drohen.

Genau das aber ist ihnen eine existenzielle Notwendigkeit, haben sie doch schon als kleine Kinder etwas von der verschwiegenen und verleugneten Gewaltrealität hinter der biedereren Fassade gespürt, sind dringend darauf angewiesen, dass diese Wahrnehmungen und Ahnungen mit ihnen geteilt werden, sehen sich ansonsten tatsächlich der Verrücktheit preisgeben und sind nicht selten als psychiatrisch krank erklärt und in Nervenkliniken eingeliefert worden. Was Müller-Hohagen hierzu wiederholt erfahren habe, erinnert an Folter. Die Kinder, ob sie sich nun angepasst haben oder nicht, hatten gar keine andere Wahl, als ihre gewalttätigen Eltern in ihre Psyche aufzunehmen, insbesondere ins Über-Ich.

Vor diesem Hintergrund ist Müller-Hohagen dazu gekommen, hier von einer speziellen deutschen Unterwelt zu sprechen. Das meint er im doppelten Sinne: einmal mit Blick auf diese Ausgegrenzten, dann aber noch mehr hinsichtlich solcher Familien. Pikant ist dabei, dass es sich des Öfteren um Familien gerade aus den "besten Kreisen" gehandelt hat, bis in die Spitzen von Wirtschaft, Industrie, Wissenschaft, Politik und öffentlicher Verwaltung.

Unter den Ausgegrenzten dieser Täterfamilien ist typisch ein extremes Spannungsverhältnis zwischen dem schon angesprochenen fundamentalen Bedürfnis nach Wahrheit und Wahrhaftigkeit einerseits und andererseits einer tiefen Ausgeliefertheit an die Definitionsmacht von Familie, Umgebung, Gesellschaft in Hinsicht auf das, was dort als normal und was als verrückt gilt – und wer unter die letztere Kategorie fällt. Sie bewegen sich mit ihrem ganzen Leben in massiven Ambivalenzen. Zugleich geschieht dies alles im Verborgenen. Denn sie haben früh gelernt, was geschieht, wenn sie etwas von ihren Wahrnehmungen und Empfindungen zeigen: "Dann war von einem Augenblick auf den anderen der Teufel los."

Hier ist auf einen Punkt speziell hinzuweisen, nämlich auf die Übernahme von Täterhaftigkeit auch bei ihnen, den Ausgegrenzten, die doch eigentlich Opfer ihrer Nazi-identifizierten Eltern sind. Doch wie es auch sonst bekannt ist bei Opfern von Gewalt, etwa von sexuellem Missbrauch oder von Folter, so besteht eine der schlimmsten Folgen darin, dass die Gewalttäter unter Umständen bis tief in die eigene Psyche internalisiert wurden.

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Bezüglich der Angepassten gibt es kaum direkte Erfahrungen, denn ebenso wie sich niemand als NS-Täter gemeldet hat, um diese Problematik zu bearbeiten, gilt das auch für den Kreis der mit ihnen identifizierten Nachkommen. Die Kenntnisse über sie stammen von den Ausgegrenzten. Gleichwohl kann man sagen, dass hier ein ungeahntes Potenzial an Gewalttätigkeit liegt, auch dies ein Teil der angesprochenen deutschen Unterwelt; ein Potenzial an spezifischen, aber verdeckten Tendenzen zu Gewalttätigkeit im privaten wie im öffentlichen Raum.

Das soll nicht allgemein verdächtigen, sondern anregen, solche Tendenzen überhaupt in den Pool des grundsätzlich für möglich gehaltenen aufzunehmen. So richtig es einerseits ist, die Unschuld der Nachgeborenen an den NS-Verbrechen zu betonen, so falsch kann dies werden, wenn die Frage nach möglichen Identifikationen und nach eventuellen untergründigen Kontinuitäten nicht gestellt wird.

Identifizierungen gegenüber Täter-Eltern gehen oft noch weit über das hinaus, was als Identifikation mit dem Aggressor bekannt ist. Das wird auch als "Identifikation mit der Macht" bezeichnet. Ein Konzept, das in diesem Zusammenhang besonders wichtig wurde, ist das der Loyalität: Müller-Hohagen geht davon aus, dass unser Seelenleben, aber auch das soziale Zusammensein bis auf den heutigen Tag in ungeahntem Maße bestimmt ist von unbewussten Loyalitäten mit Nazi-Tendenzen. Auch hier ist nicht an eine einzige festgefügte Form von Loyalität zu denken, sondern an eine Vielzahl und dabei besonders an widerstreitende Loyalitäten.

Im Zusammenhang mit Täterschaft und Täterhaftigkeit ist es wenig sinnvoll, mit Fingern auf andere zu zeigen. Dann setzen nur mit Macht die verschiedenen Abwehrmanöver ein, insbesondere in Richtung des Statements 'Täter, das sind die anderen!'. Viel besser ist es, wenn dem Blick nach außen der auf sich selber vorausgegangen ist, auf die eigene Herkunft in Familie und weiterer Umgebung und auf die eigene Lebenspraxis, und wenn dabei die Frage nach eigener Täterhaftigkeit nicht ausgeklammert wird. Es geht um eine Kultur der von Selbstreflexion getragenen Bemühung um Wahrheit und Wahrhaftigkeit.

Politisch wurde von verschiedenen Seiten das Vertriebenenthema instrumentalisiert: Einerseits wurden von konservativer Seite unrealistische Rückkehrträume geschürt, Kriegsverbrechen der Sieger und Vertriebenen schicksale mit dem Holocaust missbräuchlich gleichgesetzt, andererseits gab es viele, die zwar von Verbrechen durch Deutsche, nicht aber von Verbrechen an Deutschen reden wollten.

Mechanismen der transgenerationalen Traumatisierungen sind in der

psychoanalytischen Literatur über den Holocaust eindrücklich beschrieben. Sie lassen sich auch auf andere Gruppen übertragen, also auch auf durch Kriegseinwirkungen, Flucht und Vertreibung traumatisierte Deutsche. Die Ähnlichkeit der Mechanismen bedeutet keinesfalls eine Relativierung des Holocaust und eine missbräuchliche Gleichsetzung mit deutschen Opferschicksalen. Das Buch "Kinder der Täter, Kinder der Opfer" (Bergmann et al. 1995) ist hierfür ein wichtiger Schritt gewesen. Heute ist es etwas leichter geworden, bei transgenerationalen Mechanismen von ubiquitären Phänomenen auszugehen ohne durch affektiv hoch aufgeladene Diskutanten unbewusst oder bewusst fehlinterpretiert und missverstanden zu werden. Vor diesen Hintergründen ist es auch auf individueller Ebene leichter, ein bisher tabuisiertes Trauma therapeutisch zu bearbeiten.

Erst nach Labilisierung eines unspezifischen, aber charakteristischen Abwehrmusters suchen die meisten Nachfahren psychotherapeutische Hilfe auf. Ereignisse, die Ähnlichkeit mit den Traumatisierungen der Eltern haben, wirken oft auslösend. Denn sprachlich nicht kodierte Inhalte des "kognitiven Unbewussten" sind nur im Vollzug einer aktiven Demonstration zugänglich.

Traumata vertriebener Eltern treten oft als innere oder äußere Konflikte der Kinder wieder auf. In den meisten Fällen ist dies den Patienten völlig unbewusst; die wenigsten thematisieren gezielt ein Kriegs- und Vertreibungstrauma der Eltern. Die meisten lassen hinsichtlich historischer Aspekte eine geradezu auffällige Amnesie oder Indifferenz erkennen. Die Vergangenheit der eigenen Familie ist wegretuschiert, oft durch wirtschaftliche Erfolge in den 50er und 60er Jahren übertüncht.

Ein Trauerprozess der Eltern, mit aggressiven Aspekten in Bezug auf Verlorenes, fand nicht statt. Ambivalente Gefühle werden samt Schuldgefühlen an die Kinder delegiert, besonders dann, wenn bei den Eltern eine Mischung von Täter- und Opferanteilen vorhanden ist. Kinder können Träger elterlicher Schuld, Insuffizienz, Verlustgefühle werden und eine tief in die Struktur verwobene Depression entwickeln.

Kinder Vertriebener wehren diese Depression oft durch manischen Aktionismus ab, indem sie die unbewussten Wünsche der Eltern nach Wiedergutmachung erfüllen. Auch deswegen fällt es ihnen schwer, sich von den Eltern abzulösen. Und auch die Berufswahl kann Abwehr und Reaktionsbildung traumatischer Erlebnisse der Eltern sein. Größenideen, z. B. als mächtiger Helfer unverwundbar zu sein, mit Kontrolle aggressiver Tendenzen und kontraphobischem Abwehrverhalten, zeigt sich durch die

1 Einleitung – 1.6 Kriegskinder und ihre Kinder

Wahl von Berufen, die mit diesen Themen zusammenhängen (Polizist, Soldat, soziale Berufe wie Arzt, Sozialarbeiter).

Durch Vertreibung wurde ein Kulturraum zerstört und die räumliche, zeitliche und soziale Integration des Selbst erschüttert. Viele können die Fragmente ihrer Identität nicht zusammensetzen, sie scheinen drei Generationen gleichzeitig anzugehören. Dies kann in Identitätskonfusion münden. Neben aktiver Täterschaft sind es oft passive Haltungen der Elterngeneration gewesen, die verdrängt wurden: Hierzu zählten der nicht geleistete Widerstand, das einverständige Wegschauen der Zivilbevölkerung, das eingestandene oder bestrittene Wissen über die Vernichtungspolitik, das Mitläufertum in jungen Jahren und die anfängliche Begeisterung für Naziideale. Die Idealisierung der Vergangenheit führte zuweilen zu Schwierigkeiten in der Gegenwart.

Schmerzliche Erinnerungsarbeit ist notwendig. Dies bedeutet die individuelle Bearbeitung eines kollektiven Traumas, die Rekonstruktion des Unglücks der eigenen kollektiv-familiären Vorgeschichte und ein Versuch, die Verheerungen des zweiten Weltkrieges und seiner unbewussten destruktiven Folgen in den Folgegenerationen therapeutisch aufzuarbeiten. Hierfür sind bei Therapeuten psychohistorische Kenntnisse erforderlich.

Praktisch hat es sich als nicht einfach erwiesen, transgenerationale Traumatisierungen positiv zu diagnostizieren: Wie kann sichergestellt werden, dass der fragliche traumatische Zustand, der wegen seines dissoziierten Charakters substantiell nicht mentalisiert werden kann, primär aus psychohistorischer und nicht aus nur familialer Interaktion stammt. Die Vorstellung, mit dem transgenerationalen Trauma auf einen neuen Königsweg zum Unbewussten gestoßen zu sein, trügt!

Eine Patientin, die als Tochter eines Stasi-Offiziers das politisch-existenzielle Ausgestoßen-Sein des Großvaters nach dem Krieg und das nämliche Schicksal ihres Vaters nach der deutschen Wiedervereinigung im Kontext einer bulimischen Erkrankung integrieren konnte, sagte: "Es ist so gut, diese weit zurückreichenden Verbindungen zu sehen und über sie sprechen zu können. Das nimmt mir total den Druck, für alles allein verantwortlich zu sein. Denn die anderen sind auch beteiligt. Ich trage einen Teil, der auf mehrere Schultern gehört!" In einem sehr lesenswerten Beitrag, der sich mit den behandlingstechnischen Problemen von transgenerationalen Störungen befasst, wird auf Lacan verwiesen, der einmal sagte: "Man wird nicht gesund, weil man sich erinnert, sondern man erinnert sich, weil man gesund wird!"

Beginne ich mich zu erinnern? Immerhin hat es 10 Jahre gedauert,

bis ich dieses Kriegskinder-Kapitel eingefügt habe in "Selbsterkenntnis und Eigensinn". Immerhin war dieser Text in diesen 10 Jahren von 25 auf 450 Seiten angeschwollen.

Das Zitat oben, von der Tochter eines Stasi-Offiziers, ließ mich dann im Kriegskinder-Kapitel, 1.6., zusätzlich einfügen das Kapitel 13.1 FREUNDSCHAFT MIT KINDERN - Heft 4 - 09/1982, und, hier in 1.6, den ausdrücklichen Hinweis auf Abschnitt I, "Grundlagen", mit unserem "FMK-Grundsatzpapier" (1979). Das ganze Heft dreht sich um Menschenwürde, Selbstbestimmung und Selbstverantwortung. Ich kann das heute verstehen als den absoluten Widerspruch zu dem, was meine Eltern und ihre Eltern erlebt haben im Kaiserreich und in der Nazidiktatur.

Nachdem ich die OCR-Fassung des Heftes Wort für Wort durchgearbeitet hatte, konnte ich erkennen, dass ich meinem Vater ein wirklich sehr besonderes Geschenk zum 70. Geburtstag gemacht hatte – 3 Tage später ging er in die andere Welt. Und ich bin sehr froh, dass ich vor einigen Jahren von einem Freund, der Workshops mit englischen Medien veranstaltet, zum Besuch so einer Sitzung gedrängt worden bin: Als erstes erschienen zwei Wesenheiten, die ich aus den Beschreibungen des Mediums unzweifelhaft als meine Eltern erkennen konnte. Sie wollten mich zum weiteren Schreiben dieses "Selbsterkenntnis-Eigensinn"-Textes ermuntern. Das sei das, was sie *eigentlich* in ihrem Leben als Wichtigstes empfunden hätten. Zum Schluss der Sitzung kam noch ein anderer Verwandter, den ich nicht identifizieren konnte, und schenkte mir ein Paar von ihm genährter Wanderstiefel, damit ich den Weg gut weitergehen möge.

Mit Joachim Fest, der neun Jahre früher als ich geboren wurde, verbindet mich, dass er zwei Häuser weiter, in der Hentigstraße 13 von Berlin-Karlshorst seine Kindheit verbrachte. Er schrieb 2006 über die oben angedeutete Zeit ein bemerkenswertes Buch⁷⁷ "Ich nicht - Erinnerungen an eine Kindheit und Jugend". Im Nachwort finde ich: Man zeichnet im nachhinein nicht etwa auf, was man erlebt hat, sondern was die Zeit, die wachsende perspektivische Verschiebung sowie der eigene Formwille im Chaos halbverschütteter Erlebnisse daraus gemacht haben. Im ganzen hält man weniger fest, wie es eigentlich gewesen, sondern wie man wurde, wer man ist. ... Die Fragen, die daraus erwachsen, tauchten immer wieder auf. "Was ist Wahrheit?" wollte ich dann wissen und stieß am Ende ein ums andere Mal auf eine Einsicht Sigmund Freuds. Die ungetrübt biographische Wahrheit, schrieb er an Arnold Zweig, sei, bei allem Abmü-

77 Joachim Fest: "Ich nicht – Erinnerungen an eine Kindheit und Jugend"; 2006; Hamburg

hen, "nicht zu haben".

2. Glaubenssätze?

"Nur ich bin für mich verantwortlich!"

"Jeder tut zu jederzeit sein Bestes für sich — unter Berücksichtigung der Informationen, die er hat, und der Regeln, die er zu deren Auswertung kennt. Und er verdient nicht, deswegen von irgendwem zurückgestoßen oder beschuldigt zu werden. Von niemand, auch nicht von sich selbst!"

"Der Geist schafft sich den Körper; ich bin das Geschöpf meiner Schöpfung. Ich bin von mir autorisiert zum Autor des Drehbuchs meines Lebens. Ich bin dessen Regisseur und dessen Hauptdarsteller und dessen wichtigstes Publikum!"

"Ich liebe und akzeptiere mich, so, wie ich bin!"

Ich glaube, dass jeder Mensch nicht nur in seinen Fingerabdrücken einzigartig für die Welt aussieht sondern insgesamt absolut einzigartig ist und absolut einzigartig in die Welt hineinsieht. Absolut einzigartig, wie er sich als Körper und Geist gestaltet, absolut einzigartig in seinem Lebensentwurf. Ich glaube, dass jeder Mensch absolut selbstverantwortlich ist und zugleich absolut gleichwertig zu allen Menschen ist in seiner Würde als Mensch - in der ganzen Skala vom Heiligen bis zum Mörder. Und zugleich glaube ich, dass Menschen sich eher ähnlich sind als unähnlich, dass es für jedes dieser Leben nicht geht um besser oder schlechter sondern um die unendliche Vielfalt menschlicher Erfahrung und Entwicklung für alle Menschen - die Menschheit.

Das sind meine Amication-Kernsätze, einige von meinen wesentlichen Glaubenssätzen, die seit mehr als dreißig Jahren die Schaufenster meines Modells beleuchten, meines Gebäudes aus Glaubenssätzen, Denkregeln und Handlungsanweisungen für mein Leben. Ich erzähle hier von ein paar Stützen und Trägern in dem Gebäude, von ein paar Wänden und Decken und daraus gebildeten Zimmern, die ich bewohne.

Zum Erzählen bediene ich mich vieler Bilder, z.B. auch einiger der aus dem PATHWORK von Eva Pierrakos sowie der ARS REGIA von Siegfried Hermerding, ausgeschmückt mit Bildern von H. v. Foerster, Byron Katie, A. Gruen und vielen anderen.

Warum nehme ich gerade Bilder aus diesen Modellen? Nicht, weil sie mir als die Besten erscheinen von denen, die ich kenne. Ich nehme diese, weil sie so typisch sind für viele landläufige Modelle, weil sie mir ausrei-

chend gut und schlüssig scheinen, weil sie mir Möglichkeiten bieten, sie alle miteinander zu verbinden und noch mit ein paar anderen, weil alle diese Modelle um ein und dasselbe kreisen, weil dieser Text ursprünglich entstanden ist aus einer Mail an die Liste Amication des *Freundschaft mit Kindern*-Förderkreis, wo es um die Bearbeitung von Kindheitsverwirrungen ging, während ich gleichzeitig Manuskripte von Siegfried Hermerding zu deren Veröffentlichung in den ARS-REGIA-Nachrichten formatierte und Teilnehmer einer Pfad-Gruppe war.

Also alles praktische Gründe, keine des Besser oder Schlechter. Keine Bewertung, keine Beurteilung, nur der Versuch von Beschreibung. Nur ein Spiel mit Bildern in Worten, eben nur: Modelle.

Alle diese Modelle kreisen um ein und dasselbe: Wie werde ich frei und komme dahin, ein zufriedenes Leben zu führen? Wie komme ich zum Frieden? Was finde ich an Hindernissen am Wege dahin. Wie löse ich die auf? Wie kann ich die äußeren Hilfskonstruktionen erkennen und auflösen und zurück zu meiner inneren Kraft finden? Da gibt es zahllose Möglichkeiten. Und ich habe hier ein paar typische miteinander verbunden. "Alles, was du jemand anderem sagst, ist, damit du es hörst. Wer hört nicht zu?"

Ich bewohne dieses Gebäude aus Glaubenssätzen. Ich weiß, Glaubenssätze sind Glaubenssätze und nicht "die Realität"; es sind meine Entscheidungen über Ansichten, von Heil, von Ego, Dualität, Nondualität, alles Gedankengebäude. Ich wohne darin, warm, bequem. Und wenn es nicht mehr passt, dann ziehe ich um. Oder reiße den Schuppen ab und baue neu, an anderem Ort, mit anderem Material, anderem Grundriss. Jedenfalls ist das *mein* Haus und nicht ich dessen Auslegeware.

Gläubige Menschen erschrecke ich mit solcher Haltung. Sie wissen sich in einer festen Ordnung, die sie in ihrem Heiligen Buch als die Vorschriften ihres Gottes über richtiges und falsches Leben jederzeit nachlesen können. Das erlebe ich als Parallele zu einer Art Stockholm-Syndrom⁷⁸. Was ist in deren Leben passiert, dass sie sich so sehr von ihrer Selbstverantwortung abtrennen wollten?

Mich macht es gelegentlich wütend, wenn ich Menschen treffe, die

78 Unter dem Stockholm-Syndrom versteht man ein psychologisches Phänomen, bei dem Opfer von Geiselnahmen ein positives emotionales Verhältnis zu ihren Entführern aufbauen. Dies kann dazu führen, dass das Opfer mit den Tätern sympathisiert und mit ihnen kooperiert. Es bestehen erkennbare Parallelen des Stockholm-Syndroms zur Eltern-Kind-Entfremdung. Hierbei handelt es sich um ein Phänomen mit dem Verlust eines Elternteils, nachdem sich die Eltern getrennt haben. Kinder, die von dem entfremdenden Elternteil vollständig in Besitz genommen und instrumentalisiert werden, können diesen gleichartig verherrlichen, während das ausgegrenzte Elternteil zunehmend abgelehnt wird. <<http://de.wikipedia.org/wiki/Stockholm-Syndrom>> 2012-03-13

sich wohl auch aus ihrem Glauben definieren aber dann in ihrem Glaubensgebäude passiv werden, sich wie als Auslegeware betrachten, wie ein Teppich, stumm, passiv. Vielleicht ist dieser Stress gar nicht "wütend". Eher bin ich hilflos, traurig, verwirrt, dass so kluge Menschen sich zur Auslegeware erklären, sich zum Objekt einer Lehre machen, nur weil sie mal so ein schönes, großes Haus betreten haben, ihre Religion, ihre Philosophie, und sich darin wohlfühlen. Es ist deren Angelegenheit. Und auch meine: Ich will Schönheit und Ordnung in meinem Universum. Ich will lebendige Menschen in meinem Universum finden, keine Auslegeware, keine Menschen, die sich hinter Konzepten verschwinden lassen und seien die noch so schlüssig und schön, wie "Ichlosigkeit", "Nondualität", "Nächstenliebe"!

Vielleicht komme ich dem jetzt näher. Meine Eltern fallen mir ein. Eines der eindrucksvollsten Erlebnisse bei meinen ersten Sitzungen zu frühen Situationen auf dem Wickeltisch war "Ich habe was falsch gemacht, denn ich wollte unter Menschen geboren werden, aber bin unter die Roboter geraten", meine Mutter als Roboter.

Inzwischen kann ich wahrnehmen und fühlen, dass sie ihr Bestes für mich auf ihre Art gegeben und getan hat, so wie sie es damals wusste. Ich bin ihr dankbar dafür, denn sie hat mich geboren, denn ich wäre nicht der, der ich heute bin — und ich kann meine und ihre Liebe zwischen uns fühlen. Nur, diese Menschen waren überzeugt von ihrer Verpflichtung zu Erziehung, zu gesellschaftlichen Regeln, zu Konzepten der Herrschaft und der Selbstbeherrschung und sie sahen gute Gründe, ihre Menschlichkeit hinter solchen Fassaden zu verbergen. Ich brauchte vierzig Jahre, bis ich auf die Idee kam, das zu hinterfragen, solange, bis ich meine Ansichten und Gefühle über sie und ihre Konzepte zu untersuchen anfang. Welche Verschwendung an Leben! Welche Sprachlosigkeit! Konnten wir nicht sprechen oder wollten wir das nicht oder glaubten wir, das geht nicht? Es gibt auch sehr schmerzhaft, ja zerstörerische Glaubenssätze.

Dabei kann es so einfach sein, wenn ich nur diese vier Sätze vom Anfang dieses Kapitels stets im Bewusstsein wach behalte, sagen sie doch eigentlich alle dasselbe, wenn auch aus verschiedenen Richtungen geblickt. Ich bin verantwortlich, immer. Ich bin der Autor, immer. Ich liebe und akzeptiere mich, immer. Dann kann ich nichts anderes tun als mein Bestes, immer. Dann gilt das, alle vier Sätze, für alle Wesen in dieser Quantenwelt, immer. Und das will ich in meiner achtsamen Gewahrsamkeit tragen, immer.

3. Fragen und Antworten

3.1 *Warum fragen?*

Warum tun wir das, was wir tun, und, warum so, wie wir es tun? Was nehme ich wahr und was ist Wahn? Wer bin ich? Wer oder was sind für mich diese Instanzen Ich, Selbst, Seele, Geist; wie erkenne und unterscheide ich die? Was heißt "Freier Wille"? Wie ist das mit der Selbstverantwortung? Wie groß ist der Einfluss familiärer Herkunft? Welche Verantwortung tragen wir für andere Menschen? Kann man innere Freiheit gegen äußeren moralischen Druck aufrecht erhalten? Darf man glücklich sein, während die Welt ringsum in Scherben bricht? Ist Schicksal Vorherbestimmung oder die Folge eigener Entscheidungen? Welche Dinge sind es wert, weitergegeben zu werden?

Freier Wille mit Selbstverantwortung, was meint das überhaupt? Hat meine Freiheit, mich zu entscheiden, auch Grenzen? Was ist eine Entscheidung? Kann meine getroffene Entscheidung außerhalb meiner Selbstverantwortung liegen? Kann ich dieser Freiheit zu entscheiden oder dieser Verantwortung für die getroffene Entscheidung ausweichen? Wie werde ich frei und komme dahin, ein zufriedenes Leben zu führen? Wie komme ich zum Frieden? Was finde ich an Hindernissen am Wege dahin und wie löse ich die auf?

Wie lange spüre ich dem schon nach. Meistens aus psychologischen, gruppensdynamischen, familien-soziologischen und gelegentlich auch aus philosophischen, metaphysischen oder esoterischen Blickwinkeln, so wie es meinem Herkommen entspricht.

Nun traf ich mal wieder meine Tochter, damals Physikstudentin. Und die erklärte mir so nebenbei das Ganze aus dem physikalischen Blickwinkel. Alle Existenz ist — quantenphysikalisch — wellenförmig, nichtmateriell. Teilchenförmigkeit ist ein Sonderfall, wie auch das gesamte Geschehen im Newtonschen Weltbild. Warum Leben ohne freien Willen, ohne Selbstverantwortung gar nicht möglich sei? Quantenphysik, hochgeachtete Schulweisheit, macht solche Erklärung möglich⁷⁹. Nichts da mit Philosophie oder Metaphysik. Nicht die Dinge oder die Verhältnisse sind das Problem. Es ist das Sehen. Aber das sagte vor zweieinhalb tausend Jah-

79 vgl. David Bohm: "Die implizite Ordnung. Grundlagen eines dynamischen Holismus"; München, 1984

3 Fragen und Antworten – 3.1 Warum fragen?

ren schon Heraklit: "Nicht die Dinge spielen uns Possen — die Sinne sind schlechte Zeugen".

Spätestens seit Kant wissen wir auch theoretisch begründet, dass wir die Welt nicht so, wie sie ist, erkennen *können*. Das sogenannte Ding an sich (also die Welt, wie sie wirklich ist) ist nicht erkennbar. Mir verbleibt, die Möglichkeiten und Grenzen meiner menschlichen Erkenntnis zu sondieren und aus dieser Perspektive und im Bewusstsein dieser Perspektivität zu denken und zu handeln. Lebenskunst ist Reflexion des Lebens, bezieht sich auf das alltägliche Leben, braucht die Nähe und den Kontakt mit der Vielheit. Abstinenz, Schweigen und Distanz sind Instrumente, Werkzeuge für ein reflektiertes Leben, nicht das Ziel. Wer das Alltägliche undialektisch verdrängt, könnte eingeholt werden von dessen Rache. So entstehen dann Wahnsysteme.

3.2 Welche Antworten?

Ich will nun nicht versuchen, diese hochspezialisierte Wissenschaftssprache hier zu zitieren, zumal ich kein Physiker bin und die physikalisch-mathematischen Theorien nicht missbrauchen will 'als Beweis' — es könnte nur Unsinn⁸⁰ dabei herauskommen. Nur soviel, Licht besteht entweder aus Wellen oder aber aus Mini-Teilchen, den Photonen. Es ist eine Funktion der Art von Messung des Beobachters, ob er Teilchen und von denen ihren Ort bzw. ihren Impuls in seiner Untersuchung findet — oder aber Wellen. Beides zugleich ist unmöglich! Dass ein Elementarteilchen gleichzeitig ein Korpuskel und eine Welle sein soll, also ein *Ding* und ein *Zustand*, das vermögen wir uns wegen der Beschränktheit unserer Sinne nicht mehr vorzustellen, wenn wir es auch mathematisch widerspruchsfrei beschreiben können.

Als Photonen verhalten sie sich, wie andere Elementarteilchen, völlig unlogisch. Sie machen einfach was sie wollen. Dieses Chaos lässt sich paradoxerweise in exakte mathematische Formeln fassen. Am besten könnte man das Verhalten der Elementarteilchen damit erklären, dass sie eine Art von Bewusstsein haben⁸¹. Neben ihrer Existenz als Materie oder als Energie scheint für sie Information grundlegend zu sein. Als Wellen überlagern sie sich, treten in Resonanz, wobei sie sich gegenseitig verstärken oder auslöschen. Sie breiten sich aus und das grenzenlos. Ein kleines Teelicht auf dem Mond wäre hier auf der Erde mit modernen Teleskopen sichtbar.

Diese quantenphysikalischen Gedanken in den Alltag weitergeführt: Es ist meine Entscheidung, ob ich mich verstehe zusammengesetzt aus Teilchen an Orten und damit als abgetrenntes Individuum *gegenüber* der Welt, vor der ich mich hinter meiner Mauer aus Ansichten, aus Angst, Stolz und Eigensinn verstecken will, ob ich Geist verstehen will als Funktion der Neuronen meines Hirns, als 'Homunkulus'. Oder ob ich mich verstehe als Wellenpaket mit Impulsen, grenzenlos und mit allem andern verbunden *in* der Welt, wo der Geist sich meinen Körper ausbildet und wo Angst, Stolz, Eigensinn nur wie Geschmacksverstärker wirken für die Buntheit meines Lebens, für meine momentane Ichheit. Oder aber: Ob ich mich verstehe als beides zugleich, Teil und Ganzes, gesondert und

80 vgl.: Alan Sokal und Jean Bricmont "Eleganter Unsinn — wie die Denker der Postmoderne die Wissenschaften mißbrauchen"; C.H.Beck, München, 1999

81 Burkhard Heim "Über den nichtmateriellen Hintergrund der Welt und seine Wirkung"; vgl. auch http://www.engon.de/protosimplex/px_heimd.htm und in Walter Dröscher, Burkhard Heim: Strukturen der physikalischen Welt und ihre nichtmaterielle Seite, Band 3, Resch, Innsbruck 1996, ISBN 3-85382-059-X

grenzenlos, Ichheit und Licht im Licht!

Die für unser Denken schwerwiegendste Folgerung ist jedoch, dass eine objektive Beobachtung unmöglich ist. Egal, was wir beobachten: wir sind immer allverbundene Mitspieler und bestimmen letztlich, was in der sogenannten Realität für unser Bewusstsein wirklich wird. Objektivität ist nichts als eine Bewusstseinsstörung.

Es ist nicht leicht, zu entscheiden zwischen Teilchen- oder Wellenexistenz, weil Verhaltensmuster und Grundüberzeugungen so hartnäckig und so lange gesellschaftlich tradiert sind. Es ist auch keine einfache Entscheidung, weil mir weitgehend die Vorstellungskraft fehlt, wie ich das, was in der mathematischen Abstraktion von Physikern anerkannt ist und mir erklärbar wäre, ich mir in der Alltagsebene für mich handgreiflich machen könnte.

Für meinen Zweck hier verkürze ich diese beiden Gedankenmodelle von Teilchen oder Wellen sehr heftig. Dieser physikalische Dualismus⁸² entsteht nicht in der Natur, sondern aufgrund der Unfähigkeit oder der Gewohnheiten unseres Intellekts. Wir wollen als Polaritäten sehen: Einatmen — ausatmen, Mann — Frau, heiß — kalt, Yang — Yin, Idee — Form. Es scheint so, dass dieser Dualismus nur eine wichtige Funktion hat für unser Funktionieren im gewöhnlichen Alltag.

In der Sicht der Gnosis ist das Licht in sich nicht polar und auch nicht notwendiger polarer Gegensatz zur Dunkelheit. Wenn ich an einem Sommertag in einem verschlossenen, dunklen Haus die Fensterläden öffne, dann wird es nicht draußen dunkel, sondern das Zimmer wird von Sonne durchflutet. Und umgekehrt strahlt das Licht aus dem nachts erhellten Haus hinaus in die Dunkelheit.

Das Licht steht zur Finsternis in unüberbrückbarem Gegensatz. Licht und Finsternis wesen und existieren aus eigener Kraft und bedingen einander nicht, sagt Zarathustra. Polare Gegensätze dagegen bedingen einander und sind zwei Seiten einer Sache, einer Idee oder Form. Und — in jeder Sache oder Idee ist Licht und Dunkel zugleich enthalten.

Für den Physiker beinhalten beide Gedankenmodelle, Teilchen und Welle, Wechselwirkungen; die Welt der Teilchen⁸³ ist genauso kommunikativ wie die der Wellen. Auch wenn Teilchen und Anti-Teilchen, im Experiment zusammengebracht, sich gegenseitig vernichten zu Energie, kann

82 zu dem religiösen Dualismus siehe Abschn. 10.5 Erlösung und zum Nondualismus 7.6 Das Ich untersuchen

83 vgl. Richard P. Feynman: "QED. Die seltsame Theorie des Lichts und der Materie"; Piper, 1985

man mit weniger materialistisch gefärbter Wertung sagen, sie geben ihre Individualität auf und vereinigen sich zu einem neuen Ganzen auf höherer Ebene, nämlich zu Licht. Materie ist eine lebendige Beziehungsstruktur! Was im Mikrokosmos nun langsam entdeckt wird, das kennen wir im Großen schon länger: von den Zellen eines Organismus bis zu den Organismen eines Ökosystems finden wir immer hochkooperative und hochkomplexe Beziehungsstrukturen.

Beispiele für meine "Wellen-Variante" bieten die Texte der Mystiker aller Zeiten und Kulturräume. Da wimmelt es von scheinbar blumigen Umschreibungen und Paradoxien. Wie lange habe ich gebraucht, einen Schlüssel dazu suchend, um dann zu merken, dass die Türen meist offen stehen. Will ich denn über ihre Schwelle treten?

Der Psychoanalytiker C. G. Jung spricht vom 'Kollektiven Unterbewusstsein'. Der Philosoph Teilhard de Chardin nannte es als Entfaltung des Geistigen 'Noosphäre'. Rupert Sheldrake macht erfolgreiche Experimente mit 'morphogenetischen Feldern'. An der Princeton University läuft ein weltweites Großexperiment 'Global Consciousness Projekt', das z.B. Effekte des weltweiten Bewusstseins im Aufschreis vom 11. September 2001 auf elektronische Zufallsgeneratoren deutlich aufweist⁸⁴.

Das 'Global Consciousness Projekt' zeigt, dass das globale Bewusstsein auch ohne weltweite Medien und Fernsehausstrahlungen funktioniert, erkennbar daran, dass das globale Bewusstsein bereits um 4:00 Uhr alarmiert war (siehe Abbildung 3 in der u.a. deutschen Website), also fast fünf Stunden, bevor das erste Flugzeug einschlug (8:45) und sechseinhalb Stunden vor Eintreffen des zweiten Flugzeugs (10:30). Da dieser Terroranschlag bis 8:45 Uhr weder den Behörden bekannt war noch in den Medien vorher darüber berichtet wurde, hat das globale Bewusstsein also schon ab dem Moment reagiert, in dem die Flugzeugentführer begonnen hatten, ihren Plan in die Tat umzusetzen! Das sind erste Beweise für das Vorhandensein morphologischer Felder, die alle Menschen offensichtlich auch dann verbinden, wenn die Wahrnehmung eines Ereignisses nur außersinnlich erfolgt.

Wir könnten uns verstehen als "Quanten-Götter", Wesen grenzenloser Fähigkeiten. Doch jeder von ihnen existiert allein, der Existenz der Anderen nicht bewusst und unfähig, sich als schöpferisches Wesen zu beweisen. Nur durch die Schöpfung einer gemeinsamen Wirklichkeit kann der Quanten-Gott seiner selbst und anderer bewusst werden. Die Quan-

84 <http://noosphere.princeton.edu/> (Stand: 01/2003);
deutsch z.B. in: <http://www.mtec-ag.de/dasneueste.asp?lang=de> (Stand: 01/2005)

ten-Götter unterzeichnen eine Konvention der Absichtlichkeit, ihr Motiv für die Unterzeichnung ist Liebe. Die Konvention ist geschrieben mit der Feder der Absichtlichkeit auf dem Papier von Raum und Zeit, mit der Tinte von Masse und Energie. Materie ist das Medium, Sein ist die Botschaft⁸⁵.

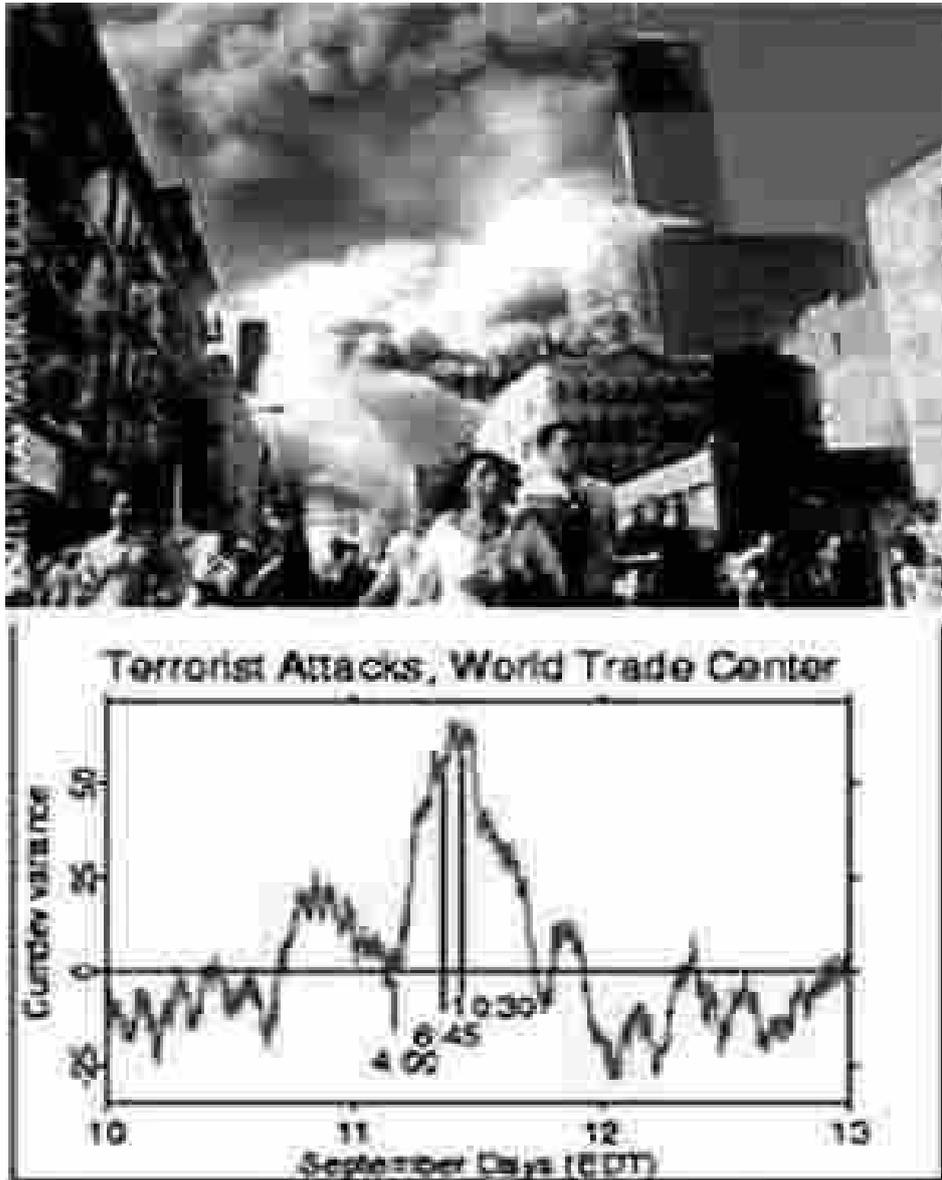


Abbildung 3 aus <http://www.mtec-ag.de/dasneueste.asp?lang=de>
Das globale Bewusstsein funktioniert, erkennbar daran, dass es bereits um 4:00 Uhr alarmiert, also fast fünf Stunden, bevor das erste Flugzeug einschlug (8:45)

85 Jeff Love: "Die Quantengötter — Ein neues Verständnis der Kabbalah mit praktischer Gebrauchsanweisung"; Hamburg, 1994

3.3 **Bewusstmachen**

Ein Beispiel für meine "Teilchen-Variante" ist eine Mitteilung in der Amication-Mailingliste, die mich sehr bewegt hatte, genauer, was darin als Schrei in meinem Ohr geklungen hat und zum Anlass für die Anfänge dieses Textes wurde: "Ich bin enttäuscht! Ich hab 15 Jahre mit einem Unhold gelebt! Ich bin ja so dumm!" Unabhängig von dieser realen Person ist das ein allgemeingültiges Ereignis von Schmerz, Wut, Verwirrung.

Ich habe solche Ereignisse von Schmerz, Wut, Verwirrung so oft erlebt, bei mir und bei anderen. Nachträglich bin ich dankbar dafür! Hat doch dieses Erleben den Schmerz, die Angst und Wut, die Verwirrung, die ich vormals erlebt habe, nun ganz neu fruchtbar gemacht. Das Bewusstmachen diesen Erlebens war erstens hilfreich und befreiend für mich im Alltag und zum anderen nützlich für mein immer tieferes Verständnis meiner Sicht von Selbstverantwortung, der Idee Amication.

Diese Idee eröffnet eine alle Lebensbereiche umfassende spezielle — postmoderne, postpatriarchalische und postpädagogische — Weltsicht. Ihr Fachausdruck heute ist "Amication". Amication ist abgeleitet vom lateinischen "amicus" (Freund) und drückt das zentrale Element dieser Weltsicht aus: Die freundliche Beziehung des Menschen zu sich selbst, zum anderen und zur Welt. Diese Idee entstand aus der Verbindung von Ideen der weltweiten Bürgerrechtsbewegung, hier als Kinderrechtsbewegung, der daraus folgenden Antipädagogik⁸⁶ und der aus beidem folgenden Psychodynamik.

Um diese Idee herum haben Hubertus von Schoenebeck und ich 1978 einen Verein⁸⁷ mitgegründet. Der breitet sich heute aus bis in die Nachbarländer von Deutschland, zur Unterstützung der Menschen, die in dieser Weltsicht ihr Leben führen wollen — ihre Beziehung zu sich selbst

86 Der Begriff "Antipädagogik" wurden zuerst von Heinrich Kupfer 1974 in "Antipsychiatrie und Antipädagogik" benutzt (in: Die Deutsche Schule, 66. Jg. Nr. 9, 1974, S. 591 – 604).

Uns hier dient er zur Kennzeichnung einer erziehungsfreien Theorie der Lebensführung und des selbstbestimmten Umgangs mit sich selbst und miteinander.

Antipädagogik ist keinesfalls zu verwechseln mit "antiautoritär". Antipädagogisch empfindende Eltern wollen ihren Kindern nicht die Autorität als die Älteren vorenthalten. Sie wissen, dass sie die Partner oder gar Freunde ihrer Kindern erstmal nicht sein können, denn in der Generationenreihe stehen sie hinter, nicht neben ihren Kindern. Sie verstehen sich als liebende Begleiter und Unterstützer, soweit sie das wollen und glauben zu können.

87 Freundschaft mit Kindern - Förderkreis e.V. -

Dr. Hubertus von Schoenebeck - Am Dorfe 4 - D-29342 Wienhausen

Telefon: 051 49 - 98 70 43 – Fax: 051 49 - 98 70 65 - E-Mail: amication@t-online.de

(Vereinsregister Nr. 2338 - beim Registergericht des Amtsgerichts Münster

<http://www.amication.de> sowie hier: Anhang 13.1 FREUNDSCHAFT MIT KINDERN, Heft 4, 1982

und zu ihren Mit-Menschen, insbesondere zu jungen Menschen. In Polen gehört diese Weltsicht inzwischen zum Prüfungsstoff der Pädagogikstudenten.

Kann man eine Weltsicht lernen, eine freundliche Beziehung, solches Bewusstmachen? Das geht wohl nicht wie Vokabeln lernen. Es geht nicht um Fortschritte. Ich verwässere mir die Schönheit des Lernens nicht durch das Haften an Zielen. Ich übe einfach um des Übens willen, mit Leidenschaft und ohne Motiv. Es kommt erstmal darauf an zu sehen, wie ich in meinem Alltag wirklich lebe. Solange ich das nicht klar sehe, bleibt die Frage nach einem amicitativen Leben spekulativ. Mit "klar" meine ich, dass ich unmittelbar, d.h. ohne zu bewerten, weder beschuldigen noch beschönigen, erfasse, weshalb ich so lebe, wie ich lebe.

Hinsehen und alles Sinnlose und Unwahre wegräumen ist wichtiger, als ein Leben lang nach dem Wahren und Sinnvollen zu streben. Wenn ich mich einer Sache ernsthaft widme und durch Üben immer tiefer eindringe, werde ich vielleicht Augenblicke der Befreiung erleben. Das sind flüchtige Nebensächlichkeiten. Befreiung ist nicht das Ziel. Befreiung ist das Üben in diesem Augenblick, in allem, was ich tue.⁸⁸

In einem Artikel über 'Gedichte im Deutschunterricht' fand ich vom siebenjährigen Adi, zu Schulbeginn kaum der deutschen Sprache mächtig:

Ich pflückte eine Blume,
kletterte auf einen Baum,
band die Blume fest an den
Baum und ging weg
Am nächsten Morgen
blühte der ganze Baum.

Und von einem Mädchen einer vierten Klasse:

Ich schreie laut und weine
Dicke Tränen sie laufen
Meine Backen hinunter
Sie kitzeln mich
Das tröstet mich ein wenig
Doch dann treffen die Tränen
meinen Mund
ich schlucke sie runter
Und alles geht von vorne los!

88 Ray Brooks "Ich ging den Weg der Zenflöte – Eine spirituelle und künstlerische Autobiographie"; 2000; München

Wie lange will ich dieses Spiel mit den kleinen Tröstungen weitertreiben, wo doch damit alles immer wieder von vorne losgeht? Wann endlich will ich aufhören, an den Symptomen und Tröstungen zu werkeln, und wann beginnen, mich auf den Kern einzulassen, auf meine Wahrheit?

Eine Neu-Orientierung unserer Aufmerksamkeit hätte eine Wieder-Orientierung auf die Welt zur Folge. In seinem Bestseller "Flow. Das Geheimnis des Glücks", in dem der Bewusstseinszustand glückseligen Integriertseins erforscht wird, der durch völliges Vertieftsein in eine sinnvolle Aufgabe entsteht, schreibt der Psychologe Mihaly Csikszentmihalyi: "Die Form und der Inhalt des Lebens hängen davon ab, auf welche Weise Aufmerksamkeit aufgebracht worden ist. Ganz anders geartete Realitäten werden zum Vorschein kommen, je nachdem wie sie eingesetzt wird".

Vielleicht ist das der Grund dafür, dass der amerikanische Schriftsteller William Carlos Williams immer einen Block mit sich herumtrug, auf dessen Deckblatt er geschrieben hatte: "Dinge, welche mir bis heute entgangen waren und die ich heute bemerkt habe". Sich solche Notizen zu machen war für Williams eine Methode, seine Aufmerksamkeit zu kultivieren, zu vergrößern und neu auszurichten, und zwar auf die Außenwelt wie auf die Innenwelt, was sicherlich eine Vorbedingung für Poesie ist.

Unterschiedliche Kulturen haben erkannt, wie wichtig es ist, die Kunst des Aufmerksamseins zu entwickeln, um so den Grundstock unserer Erfahrungen zu erweitern. Deswegen haben sie eine Vielfalt von Ritualen und Übungen ausgebildet, vom Meditieren, Betreiben bestimmter Kampfsportarten und zeremonieller Teezubereitung bei den Japanern bis hin zum Betrachten eines Gartens bei den Chinesen und das Durchwandern eines Labyrinths bei den Europäern. Das sind alles Systeme, die dazu entwickelt wurden, um unsere Aufmerksamkeit auf etwas zu fokussieren und neu auszurichten, so dass wir Aspekte der Realität wahrzunehmen vermögen, die uns vorher möglicherweise entgangen sind.

Jeder von uns fertigt sich seinen eigenen Plan von der Realität an, hat eine eigene Methode, sein Wissen zu kodieren, die sich von der jedes anderen Menschen auf der Welt unterscheidet.

Deshalb ist auch jede wissenschaftliche Aussage, jedes wissenschaftliche Buch, jedes wissenschaftliche Lehrgebäude nichts als die persönliche Kodierung des Menschen oder der Gruppe von Menschen, die diese Meinung vertreten, "Mein-ung" nicht "Dein-ung". Deshalb ist jedes Denkmodell unvollkommen, offen für neue Antworten auf alte Fragen. Naturwissenschaft beschreibt nicht die Natur, wie sie ist, sondern nur unseren jeweiligen Blick darauf, wie er sich im Moment des Nachdenkens oder

Schreibens darüber dem Schreiber darstellt. Das wussten die Theologen schon immer: "Gott ist unwissbar"; und die Physiker zeigen es mit ihren quantenphysikalischen Formeln zur Welterklärung, die viele Dimensionen hinausgehen über unsere bekannten vier der Raum-Zeit.

Doch einiges von dem, was wir codieren, bleibt unserem Blick verborgen, es schwebt irgendwo schattenhaft am Rand unseres Bewusstseins. Wenn wir die normalerweise "lauten" Partien unseres Verstandes dämpfen und unsere Aufmerksamkeit auf die verschatteten, ruhigeren Regionen des Geistes lenken, vernehmen wir vielleicht den für gewöhnlich nicht gehörten "Gesang" unseres persönlichen und uns ganz und gar eigenen Codes, einen Gesang, der die Berührung durch unsere Aufmerksamkeit braucht, damit seine Lautstärke zunimmt.

Vielleicht hatte Rumi, der islamische Sufi-Dichter des dreizehnten Jahrhunderts, eine solche Art des Beachtens im Sinn, als er schrieb:

Im Namen dieses Ortes,
Den wir atmend trinken, bleibt still wie eine Blume,
Dass die Nachtvögel ihren Gesang beginnen.

4 Wissen und Wahrheit?

4.1 Daten, Information und Wissen

Kann ich überhaupt meine Informationen, gar Wissen weitergeben? Wie entsteht aus Lesen neues Wissen? Problematisch ist die verbreitete Neigung, das bisher exponentielle Wachstum digital gespeicherter und übertragener Daten als Zuwachs von Information oder Wissen zu interpretieren.

Der Arbeitskreis "Nachhaltige Informationsgesellschaft" des Ausschusses "Umweltinformatik" der Gesellschaft für Informatik e. V. (GI) erarbeitet ein Memorandum "Nachhaltige Informationsgesellschaft". Im derzeitigen (2003) Entwurf⁸⁹ heißt es zu Daten, Information und Wissen:

" ...

- Daten sind in Form von Zeichen (d.h. als Zahlen, Texte oder Bilder) codierte Erfahrungen.
- Aus Daten werden Informationen, wenn sie von einem System (Individuum oder Organisation) im Kontext seiner Relevanzkriterien interpretiert werden.
- Aus Information wird Wissen, wenn die Information in den Erfahrungskontext eines Systems eingebettet wird. Erst die gesellschaftlich vermittelte Fähigkeit, Daten zu "lesen", macht daraus Information. Wenn das Individuum sie schließlich im eigenen Lebenszusammenhang umzusetzen vermag, dann ist aus Information Wissen geworden. Wenn man auch Organisationen (Systeme von Individuen) als Träger von Wissen und Information auffasst, gelten für sie analoge Aussagen.

Da Relevanz und Erfahrung systemspezifisch sind und zwei Systeme praktisch nie über gleiche Relevanzen oder Erfahrungen verfügen können, ist es genau genommen unmöglich, Information oder gar Wissen zwischen zwei Systemen zu "übertragen". Was übertragen werden kann, sind ausschließlich Daten. Aus diesem Blickwinkel betrachtet, ist Kommunikation kein Vorgang der Informations- oder Wissensübertragung, sondern führt vielmehr zur *Entstehung*

89 zitiert in <http://www.opentheory.org/wissen-ressource/text.phtml> (Stand: 20.01.2003)
- Volltext Memorandum "Nachhaltige Informationsgesellschaft", Fraunhofer IRB Verlag, 2004,
aus <http://publica.fraunhofer.de/starweb/servlet.starweb?path=pub.web&search=N-20549>

4 Wissen und Wahrheit? – 4.1 Daten, Information und Wissen

neuer Information und danach neuen Wissens beim Empfänger.

..."

Diese Definitionen hat Gregory Bateson, ein Kybernetiker, etwas, in den Konsequenzen radikaler, anders formuliert⁹⁰:

- Ein Datum ist ein Unterschied (für eine Maschine oder einen Organismus) zu einem vorherigen Zustand. Das kann also so ziemlich alles sein. Zustand ist hier im weitest möglichen Sinn zu verstehen.
- Eine Information ist ein Unterschied, der für den Organismus einen Unterschied macht (oder für die Maschine). Von den vielen Unterschieden werden einige zu Informationen dadurch, dass sie in einen Kontext von Relevanz gestellt werden.
- Wissen ist eine Information von den vielen Informationen, die der Organismus die ganze Zeit verarbeitet, die für ihn wieder einen Unterschied macht. Damit wird diese Information in einen (logisch höhergradigen) zweiten Kontext von Bedeutung oder Sinn gestellt.

Der letzte Schritt ist eine ziemlich abstrakte Sache, mit der Bateson aber wirklich Sinn und Bedeutung meint. Auch kommt die Maschine wahrscheinlich nicht auf diese letzte Stufe. Wissen bleibt immer noch Daten, mit dem einzigen Unterschied, dass diese Daten in zweifache Kontexte von Relevanz (auf der ersten Ebene) und Sinn oder Bedeutung (auf der zweiten Ebene) eingebunden sind. Dieser äußere Kontext ist in der Regel sozialer Natur. Es sind Bedeutungsräume, Kulturen, Gemeinschaften. Wissen ist so die Einbindung von Daten in einen dynamischen und sozialen Prozess.

Wie ich, das Individuum, zu den Unterschieden komme, zu neuen Daten, Informationen, Wissen, und dies schließlich im eigenen Lebenszusammenhang in Handeln umzusetzen vermag, wie es bei mir als Empfänger, im prallen Leben, zur Entstehung neuer Information und neuen Wissens kommen kann, das möchte ich hier untersuchen.

Neues Wissen? Einerseits hat mein Wissen nur eine gewisse Halbwertszeit, als Ingenieur nur eine von etwa 5 Jahren, andererseits wächst die Menge des Wissens der Menschheit exponentiell; derzeit wird sie alle vier Jahre verdoppelt. Auf die im Internet abgelegte Informationsfülle haben die Suchmaschinen nur zu etwa 2 Prozent Zugriff. Dieses 'Wissen der Menschheit', das ist ja erstmal nur das Wissen von Wenigen; für alle anderen Menschen sind das Daten, meist nicht mal Informationen.

Neues Wissen, brauche ich das? Berührt mein Wissen Wesentliches,

das für mich Wesentliche, das meinem Wesen Gemäße? Passen mein Wissen und meine Fähigkeiten zu einander und passen sie zu dem, was mir am Herzen liegt? Identifiziere ich mich mit meinem Wissen und gerate ich dadurch in Kämpfe mit der Realität? Mache ich meine Selbstwertgefühle abhängig von den mir zugeschriebenen Kompetenzen und könnte mich das ängstlich machen, nicht genügend zu wissen? Kann ich immer erkennen, wie wenig objektiv und wie sehr gefühlsmäßig aufgeladen mein Wissen ist? Bin ich achtsam mit mir und meinem Wissen? Könnte das, was ich "mein Wissen" nenne, einfach ein großer Urwald sein, prallvolle Natur, prall voller Leben, voll neuer Gerüche, Farben, Geräusche, in denen ich lebe, mich bewege und ernähre, in denen ich glücklich bin?

Der buddhistische Friedenslehrer Thich Nhat Hanh⁹¹ schlägt 14 Übungen zur Orientierung im Umgang mit Wissen vor. Die ersten drei möchte ich hier im vollen Wortlaut wiedergeben:

Erste Achtsamkeitsübung — Offenheit: Im Bewusstsein des Leides, das durch Fanatismus und Intoleranz entsteht, sind wir entschlossen, keine Lehrmeinungen, Theorien oder Ideologien, einschließlich der buddhistischen, zu vergöttern und diesen nicht anzuhängen. Buddhistische Lehren sind Hilfsmittel, die es uns ermöglichen, durch tiefes Schauen Verstehen und Mitgefühl zu entwickeln. Sie sind keine Dogmen, für die gekämpft, getötet oder gestorben werden sollte.

Zweite Achtsamkeitsübung — Nicht-Haften an Ansichten: Im Bewusstsein des Leides, das durch Anhaften an Ansichten und falschen Wahrnehmungen entsteht, sind wir entschlossen, Engstirnigkeit zu vermeiden und uns nicht an unsere gegenwärtigen Ansichten zu binden. Wir wollen das Nicht-Anhaften an Ansichten üben, um für die Einsichten und Erfahrungen anderer offen zu sein. Wir sind uns bewusst, dass unser derzeitiges Wissen keine unveränderliche, absolute Wahrheit ist. Da sich Wahrheit nur im Leben selbst findet, wollen wir in jedem Augenblick das Leben in uns und um uns herum achtsam wahrnehmen und bereit sein, ein Leben lang zu lernen.

Dritte Achtsamkeitsübung — Freiheit des Denkens: Im Bewusstsein des Leides, das durch das Aufzwingen von Meinungen entsteht, sind wir entschlossen, niemandem — auch nicht Kindern — unsere Meinungen aufzunötigen, weder durch Autorität, Drohung, Geld, Propaganda noch Indoktrination. Wir wollen das Recht anderer respektieren, anders zu sein und selbst zu wählen, an was

91 Thich Nhat Hanh "Das Wunder der Achtsamkeit"; Theseus Verlag (die gesamten 14 Regeln finden sich auch auf www.achtsame-wirtschaft.de/achtsam.html (Stand: 20.01.2003))

sie glauben und wofür sie sich entscheiden. Wir wollen jedoch anderen in anteilnehmendem Gespräch helfen, Fanatismus und Engstirnigkeit zu überwinden.

Nun sind Daten und Informationen und besonders je deren Unterschiede nicht einfach vorhanden, sondern sie sind abhängig vom Blickwinkel, unter dem ein Betrachter sie erkennt. Kenn Wilber schrieb dazu⁹²:

"... Meine *subjektive* und innere Welt, die viele Namen hat - Bewusstsein, Gewahrsein, Geist, Seele, Vorstellung, Idealismus -, fällt also durchaus nicht mit meiner *objektiven* und äußeren Beschreibung der Welt zusammen, die ebenfalls viele Namen hat: Gehirn, Natur, Materialismus, materielle, biophysische, empirische Welt. Es gibt ein Innen und ein Außen, Geist und Gehirn, Subjektivität und Objektivität, Idealismus und Materialismus, Innenschau und Positivismus, Hermeneutik und Empirismus usw.

Es erstaunt daher nicht, dass sich praktisch vom Beginn des menschlichen Erkenntnisstrebens an die Theoretiker für einen dieser beiden ganz unterschiedlichen und anscheinend miteinander unverträglichen Erkenntniswege entschieden haben, den inneren oder den äußeren. Von der Psychologie bis zur Theologie, von der Philosophie bis zur Metaphysik, von der Anthropologie bis zur Soziologie war das menschliche Erkenntnisstreben praktisch immer in diese beiden Richtungen gespalten.

Auf der einen Seite gibt es also diejenigen Ansätze, die von objektiven, empirischen und oft auch quantifizierbaren Beobachtungsdaten ausgehen. Diese Richtungen - nennen wir sie die "äußeren", "naturalistischen" oder "empirisch-analytischen" Richtungen - betrachten die physische oder empirische Welt als das Grundlegende, und für sie müssen alle Theorien streng in empirischen Beobachtungsdaten verankert sein.

Selbst in der *Theologie* und der *Metaphysik* geht dieser naturalistische Ansatz von bestimmten empirischen und materiellen Daten aus und versucht, die Existenz des Geistes von empirischen Befunden herzuleiten (wie z. B. das teleologische Argument).

Diesen naturalistischen und empirischen Ansätzen stehen andere gegenüber, die von der Unmittelbarkeit des Bewusstseins selbst ausgehen; nennen wir sie die "inneren" oder die "introspektiven und interpretativen" Ansätze. Diese leugnen nicht die Bedeutung empirischer und objektiver

92 in Ken Wilber: "Das Wahre, Schöne, Gute"; (Originalausgabe 1997); 2002; Fischer-TB im Kapitel "Ein integrales Verständnis des Wahren, Schönen, Guten" (aus den S. 32 - 53)

Daten, aber sie verweisen wie William James darauf, dass "Datum" definiert ist als "unmittelbare Erfahrung", und die einzige wirklich unmittelbare Erfahrung, die wir alle haben, ist unsere eigene unmittelbare und innere Erfahrung. Mit anderen Worten, das Ur-Datum ist dasjenige des Bewusstseins, der Intentionalität, des unmittelbaren gelebten Gewahrseins, und alles andere, von der Existenz von Elektronen bis zur Existenz neuronaler Pfade, sind Ableitungen aus dem unmittelbaren erlebten Gewahrsein. Diese sekundären Ableitungen können sehr wahr und sehr wichtig sein, aber sie sind und bleiben sekundär und Ableitungen von der primären Tatsache der unmittelbaren Erfahrung.

In der *Philosophie* selbst ist dies natürlich die tiefe Kluft zwischen dem angelsächsischen und dem kontinentaleuropäischen Ansatz der Moderne, ein Unterschied, den beide Lager nicht unter den Teppich kehren (sondern durch die lustvolle Kritik aneinander noch herausstreichen). Der typisch angelsächsische (britische und amerikanische) Ansatz ist empirisch-analytisch. Dies wiederum erschien den großen kontinentaleuropäischen Philosophen immer als unglaublich naiv, seicht und sogar primitiv. Die sogenannte "empirische" Welt ist in einer sehr bedeutsamen Weise nicht einfach *Wahrnehmung*, sondern *Deutung*.

Mit anderen Worten, die angeblich einfache "empirische" und "objektive" Welt ist nicht einfach "da draußen" vorhanden, wo man sie nur anzuschauen brauchte. Vielmehr ist die "objektive" Welt in subjektive und intersubjektive Zusammenhänge und Hintergründe eingebettet, die in vielerlei Weise festlegen, was in dieser "empirischen" Welt gesehen wird und gesehen werden kann.

Die Tatsache, dass diese beiden Ansätze, der äußere und der innere, der objektivistische und der subjektivistische, sich auf allen menschlichen Wissensgebieten nachdrücklich und beharrlich behauptet haben, sollte uns etwas sagen: dass nämlich beide Ansätze zutiefst signifikant sind. Beide sind für uns von unschätzbbarer Wichtigkeit.

Wenn man nun die Beispiele genauer betrachtet, die ich für die verschiedenen Formen von Erkenntnisansätzen gegeben habe, stellt man fest, dass sie nicht in zwei, sondern vielmehr in vier große Kategorien zerfallen, weil der innere und der äußere Ansatz aus einem individuellen und einem kollektiven Teil bestehen.

Mit anderen Worten, man kann sich jeder Erscheinung aus einer "inneren" und einer "äußeren" Sichtweise nähern, aber auch als Individuum und als Angehöriger eines Kollektivs. Innerhalb dieser vier Lager gibt es große und sehr einflussreiche Schulen. Das nachfolgende Diagramm 1

enthält die Namen einiger bekannter Theoretiker jedes dieser vier Lager. Oben Links (OL) ist "innen" und "individuell" (z. B. Freud). Oben Rechts (OR) ist "außen" und "individuell" (z. B. Behaviorismus). Unten Links (UL) ist "innen" und "kollektiv" (z. B. die kulturellen Werte und Weltsichten einer Gruppe, wie sie die interpretative Soziologie untersucht). Unten Rechts (UR) schließlich ist "außen" und "kollektiv" (z. B. das objektive gesellschaftliche Aktionssystem, wie es die Systemtheorie erkundet).



Diagramm 1

Um noch einmal auf das innere Denken selbst (OL) zurückzukommen: Man beachte, dass es nur in bezug auf den eigenen kulturellen Hintergrund einen Sinn ergibt. Wenn ich eine andere Sprache sprechen würde, würde sich der Gedanke aus anderen Symbolen zusammensetzen und

hätte ganz andere Bedeutungen. Die kulturelle Gemeinschaft dient also als *intrinsischer Hintergrund* und *Kontext* für alle individuellen Gedanken, die ich haben kann. Meine Gedanken tauchen nicht aus dem Nichts in meinem Kopf auf, sondern aus einem kulturellen Hintergrund, und wie weit ich mich auch von diesem Hintergrund entfernen mag, kann ich ihn doch niemals ganz hinter mir lassen.

Meine Kultur selbst ist aber nicht einfach körperlos, schwebt, nicht in einem idealistischen leeren Raum. Sie hat materielle Komponenten, wie auch meine eigenen individuellen Gedanken materielle Korrelate im Gehirn haben. Alle *kulturellen* Ereignisse haben *soziale* Entsprechungen. Zu diesen konkreten sozialen Komponenten zählen Technikformen, Produktionskräfte (gartenbauliche, ackerbauliche, industrielle usw.), konkrete Institutionen, schriftlich festgelegte Codes und Muster, geopolitische Orte usw. Dies ist der untere rechte Quadrant, das soziale Aktionssystem. Diese konkreten materiellen Komponenten, das bestehende *Gesellschaftssystem*, sind entscheidend für die kulturelle Weltsicht, in deren Rahmen meine eigenen Gedanken auftauchen.

Mein angeblich "individueller Gedanke" ist also in Wirklichkeit ein Phänomen, dem (mindestens) diese vier Aspekte eigentümlich sind, der *intentionale*, der *verhaltensmäßige*, der *kulturelle* und der *soziale*. Schreiten wir den holistischen Kreis ab: Das Gesellschaftssystem hat einen starken Einfluss auf die kulturelle Weltsicht, die die Bandbreite möglicher individueller Gedanken begrenzt, die sich wiederum in physiologischen Reaktionen im Gehirn niederschlagen. Diesen Kreis kann man in jeder Richtung abschreiten. Die Quadranten sind alle miteinander verwoben und determinieren einander. Sie sind die Ursache aller anderen Quadranten in konzentrischen Kreisen von Kontexten in Kontexten ohne Ende.

Meiner Ansicht nach gibt es diese vier großen Bereiche menschlicher Erkenntnis einfach deshalb, weil diese vier Aspekte des menschlichen Seins sehr konkret, sehr beständig, sehr tief sind.

Jedem dieser "vier Quadranten" ist eine bestimmte Art von Wahrheit oder ein, mit Habermas' Ausdruck, "Geltungsanspruch" zu eigen, das heißt, eine andere Art und Weise, Daten und Evidenz zu sammeln und zu sichten. Eine kurze Übersicht hierzu zeigt *Diagramm 2*. Wenn ich sage, dass keiner dieser Quadranten auf die übrigen reduziert werden kann, dann bedeutet dies auch, dass keine ihrer jeweiligen Wahrheiten verworfen oder verkürzt werden kann.

Nachfolgend einige kurze Beispiele für die verschiedenen Geltungsansprüche oder "Arten von Wahrheit", wobei ich die vier Quadranten von

Diagramm 1 und 2 durchgehe.

Die Form von Wahrheit, die man im oberen rechten Quadranten findet, wird als repräsentationale, propositionale oder Wahrheit der Adäquation bezeichnet. Eine Aussage ist propositional wahr, wenn sie mit einer objektiven Tatsache übereinstimmt. "Draußen regnet es" ist eine *wahre* Aussage, wenn dies zum gegebenen Zeitpunkt den Fakten entspricht. Propositionen sind mit einfachen empirischen, objektiven Beobachtungsdaten verknüpft, und wenn diese Propositionen zutreffen, werden sie als wahr bezeichnet. Mit anderen Worten, wenn die *Landkarte* mit dem *Gelände* übereinstimmt, nennt man sie eine wahre Repräsentation oder

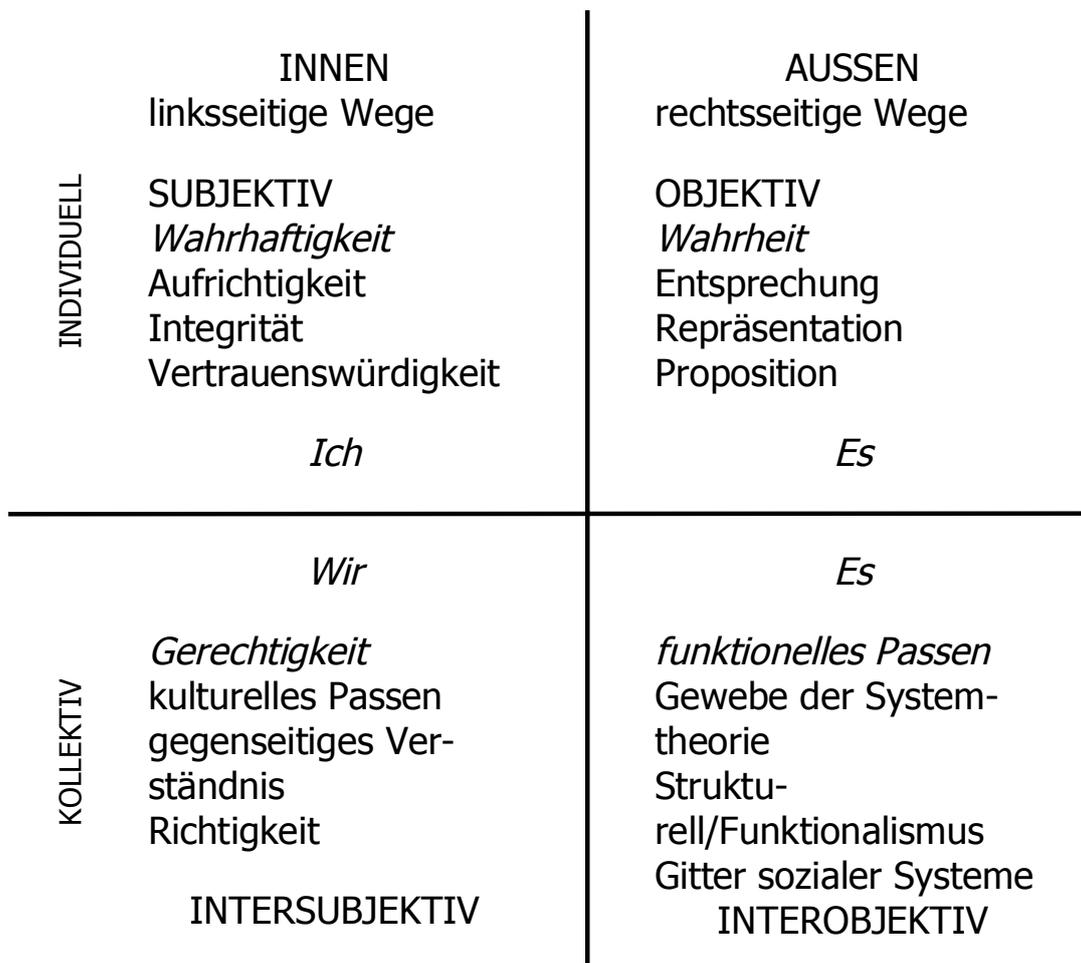


Diagramm 2

Adäquation ("Wir machen uns Bilder von Tatsachen"). Die meisten Menschen sind mit dieser Art von Wahrheit recht gut vertraut. Sie ist die Grundlage eines großen Teils der empirischen Wissenschaften, aber auch unseres ganz alltäglichen Lebens. Propositionale Wahrheit ist so allgemein, dass man sie auch mit Wahrheit schlechthin gleichsetzt.

Im oberen linken Quadranten dagegen lautet die Frage nicht, ob es draußen regnet. Sie lautet vielmehr: Wenn ich Ihnen sage, dass es draußen regnet, sage ich dann die Wahrheit oder lüge ich? Sie lautet nicht, ob die Landkarte mit dem Gelände übereinstimmt, sondern vielmehr, ob man dem Kartographen trauen kann.

Wir haben es hier ja weniger mit äußerlichem und beobachtbarem Verhalten zu tun als vielmehr mit inneren Zuständen, und dieses Innere eines anderen Menschen ist mir nur durch Gespräch und Interpretation zugänglich. Wenn ich nicht nur etwas über Ihr Verhalten in Erfahrung bringen möchte, sondern darüber, was Sie empfinden oder denken, dann muss ich mit Ihnen reden und interpretieren, was Sie sagen. Aber wenn Sie mir von Ihrem inneren Zustand berichten, können Sie auch lügen. Ja, man kann sich sogar selbst belügen.

Die Suche nach dieser Art von innerer Wahrheit heißt der Geltungsanspruch Wahrhaftigkeit, Verlässlichkeit, Aufrichtigkeit (OL). Wenn ich in meinen Aussagen unaufrichtig bin, bekommen Sie keineswegs eine genaue Phänomenologie meiner inneren Zustände, sondern nur eine Kette von Täuschungen und Verheimlichungen. Wenn ich mich schon die ganze Zeit selbst belüge, werde ich darüber hinaus aufrichtig glauben, die Wahrheit zu sagen, und nichts im Kurvenbild des Elektroenzephalographen wird den geringsten Hinweis darauf geben. Soviel zu empirischen Tests.

Die Physiologie der Meditation stützt sich also auf objektive Daten, deren Messlatte die propositionale Wahrheit ist, während sich die Phänomenologie der Meditation auf subjektive Daten stützt, deren Messlatte die Wahrhaftigkeit ist. Wir haben hier ein sehr anschauliches Beispiel dafür, wie der obere rechte und der obere linke Quadrant sich mit ihren je unterschiedlichen, aber gleichermaßen wichtigen Geltungsansprüchen dem Bewusstsein zu nähern versuchen.

Die beiden unteren Quadranten, der innerlich-kollektive und der äußerlich-kollektive, gehen über das Individuelle hinaus und befassen sich mit dem Kollektiven oder Gemeinschaftlichen. Wie wir bei dem Beispiel des Regentanzes der Hopi gesehen haben, nähert sich der untere rechte Quadrant dem Gemeinschaftlichen aus einer äußerlichen und objektiven Haltung und versucht, den Status der einzelnen Mitglieder unter dem Gesichtspunkt ihres *funktionellen Passens* gegenüber dem objektiven Ganzen zu erklären. Dieser Ansatz versucht also mit seinem Geltungsanspruch jedes Individuum in ein objektives Netz einzuordnen, das in vielerlei Hinsicht die Funktion eines jeden Teils festlegt. Die Wahrheit liegt für

diese Ansätze des unteren rechten Quadranten in der objektiven Vernetzung individueller Teile, so dass das objektive, empirische Ganze, das "Gesamtsystem", die primäre Wirklichkeit ist. Das aus einer empirischen Haltung betrachtete objektive Verhalten des ganzen gesellschaftlichen Aktionssystems bildet die Messlatte, nach der Wahrheiten in diesem Bereich beurteilt werden. Der Geltungsanspruch dieses Quadranten ist, mit anderen Worten, *funktionelles Passen*, so dass jede Proposition in das Gewebe des Gesamtsystems eingebunden sein muss.

Wenn der untere rechte Quadrant zu erklären versucht, wie Objekte in einem funktionellen Ganzen oder Geflecht empirischer Prozesse zusammenpassen, so versucht der untere linke Quadrant zu verstehen, wie *Subjekte* in einem Akt *gegenseitigen Verständnisses* zusammenpassen.

Anders ausgedrückt: Wenn ich mit jemandem zusammenziehe, nehmen wir nicht nur denselben empirischen und physischen Raum ein, sondern auch denselben intersubjektiven Raum gegenseitiger Wahrnehmung und Anerkennung. Wir müssen dann Mittel und Wege finden, die beiderseitigen Rechte und diejenigen der Gemeinschaft anzuerkennen und zu achten, und diese Rechte sind nicht im objektiven Stoff festgeschrieben, noch sind sie einfach eine Frage meiner eigenen individuellen Aufrichtigkeit, noch eine solche des funktionellen Zusammenpassens empirischer Ereignisse, sondern vielmehr eine Frage des Zusammenfügens unserer Seelen in einem intersubjektiven Raum, das es uns erlaubt, einander anzuerkennen und zu achten.

Was wir also brauchen, ist nicht nur Wahrheit, nicht nur Wahrhaftigkeit und nicht nur funktionales Passen, sondern auch Gerechtigkeit, Aufrichtigkeit, Güte und Fairness.

Dieser intersubjektive Raum (unser gemeinsamer Hintergrund und unsere gemeinsamen Weltsichten) ist ein wesentliches Element unseres Menschseins, ohne das es unsere individuellen subjektiven Identitäten nicht gäbe und ohne das wir keine objektiven Wirklichkeiten wahrnehmen könnten.

Man beachte, dass die beiden kollektiven Ansätze gleichermaßen *holistisch* sind; dagegen betrachten die Gesellschaftswissenschaften das Ganze eher in einer objektiven oder empirischen Haltung von außen, während die kulturelle Hermeneutik sich dem Ganzen von innen aus einem empathischen Verstehenwollen nähert. Der Geltungsanspruch der ersteren ist funktionelles Passen oder Systemvernetzung, ein interobjektives Zusammenpassen eines jeden objektiven Prozesses mit jedem anderen Prozess. Der Geltungsanspruch der letzteren ist kulturelles Passen

oder gegenseitige Anerkennung, die intersubjektive Vernetzung, die nicht zu einer objektiven Verknüpfung von Systemen führt, sondern zum gegenseitigen Verständnis von Menschen. Mit anderen Worten, das eine ist äußerer, das andere innerer Holismus.

(Es ist leicht zu zeigen, dass die meisten Theoretiker, die sich "holistisch" nennen, in Wirklichkeit bloß äußere Holisten sind. *Bisher hat noch niemand einen "Holismus" vorgelegt, der tatsächlich alle vier Quadranten auf allen ihren Ebenen umfassen würde.*)

Das Entscheidende ist nun, dass alle diese vier Geltungsansprüche ihre jeweils eigene Form von Evidenz und Daten besitzen, weshalb bestimmte Behauptungen innerhalb eines jeden Anspruchs *beurteilt*, das heißt bestätigt oder verworfen, bekräftigt oder zurückgewiesen werden können. Damit ist jeder dieser Ansprüche offen für das allentscheidende Falsifikationskriterium jeder echten Erkenntnis.

Jeder weiß, wie die Falsifikation in den empirischen Wissenschaften funktioniert: Landkarten, Modelle und Bilder, die nicht mit den empirischen Befunden vereinbar sind, können durch Beibringung weiterer Fakten schließlich für ungültig erklärt werden. Derselbe Falsifikationsgrundsatz ist aber auf alle echten Geltungsansprüche anwendbar, weshalb in allen vier Quadranten überhaupt erst *Lernen* möglich ist: Irrtümer werden durch weitere Evidenz in diesen Quadranten beseitigt.

Diese drei Stränge allen echten Wissenserwerbs (Injunktion/ Experiment, Daten/ Datensammlung, Bestätigung/ Rechtfertigung durch die Gemeinschaft Kompetenter) sind in allen Geltungsansprüchen vorhanden, die selbst wiederum in den ganz realen Daseinsbereichen des Menschen verankert sind, dem intentionalen, dem verhaltensmäßigen, dem kulturellen und dem sozialen. Mit anderen Worten, diese sehr realen Bereiche bilden das Fundament unseres Strebens nach Wahrhaftigkeit, Wahrheit, Gerechtigkeit und funktionellem Passen, wobei sich der Fortschritt auf diesen Gebieten jeweils mittels der Prüfsteine Injunktion, Daten und Bestätigung vollzieht.

Diese vier gleich wichtigen Geltungsansprüche oder "Wahrheitstypen" sind in *Diagramm 2* dargestellt. Neben das Achsenkreuz habe ich in die Ecken der vier Quadranten die Wörter "Ich", "Wir" und "Es" geschrieben. Dies hat seinen Grund darin, dass jeder dieser vier Quadranten in einer anderen Sprache beschrieben wird. Sie besitzen eine jeweils unterschiedliche, aber völlig gültige Phänomenologie, weshalb sie in einer eigenen Sprache beschrieben werden müssen.

So werden die Ereignisse und Daten des oberen linken Quadranten in

einer "Ich/Sprache" beschrieben, die Ereignisse und Daten des unteren linken Quadranten in einer "Wir/Sprache". Die beiden rechten Quadranten sind empirisch und äußerlich, weshalb sie in einer "Es-Sprache" beschrieben werden können. Damit lassen sich die vier Quadranten auf drei einfache Bereiche zurückführen: Ich, Wir und Es, die ich die Großen Drei nenne.

Aber weil sich keiner der Quadranten auf einen anderen reduzieren lässt, können auch diese Sprachen nicht auf eine der anderen reduziert werden. Jeder Quadrant ist außerordentlich wichtig und bildet einen wesentlichen Bestandteil des Weltganzen. Und ganz gewiss sind sie wesentlicher Bestandteil eines umfassenden Verständnisses der Psychologie und Soziologie des Menschen. Nachfolgend einige wenige der wichtigsten Elemente dieser drei Hauptgebiete des Ich, Wir und Es:

Ich (OL): Bewusstsein, Subjektivität, Selbst und Selbstausdruck (u. a. Kunst und Ästhetik), Wahrhaftigkeit, Aufrichtigkeit.

Wir (UL): Ethik und Moral, Weltsichten, gemeinsamer Kontext, Kultur, intersubjektive Bedeutung, gegenseitiges Verständnis, Angemessenheit, Gerechtigkeit.

Es (OR und UR): Wissenschaft und Technik, objektive Natur, empirische Formen (u. a. Gehirn und Gesellschaftssysteme), propositionale Wahrheit (Singular und funktionelles Passen).

Wie überlebensfähig die "linksseitigen" Ansätze der Introspektion, der Interpretation und des Bewusstseins (die dem "Ich"- und dem "Wir"-Bereich zugewandt sind) sich auch erwiesen haben, haben wir es doch im Westen seit etwa dreihundert Jahren mit einem massiven und aggressiven Versuch der modernen Wissenschaft und der einseitig rechtsseitigen Ansätze zu tun, den ganzen Kosmos auf ein Bündel von "Es-heiten" zu reduzieren. Der Ich- und der Wir-Bereich wurden dabei von den Es-Bereichen, vom wissenschaftlichen Materialismus, vom Positivismus, Behaviorismus, Empirismus und den objektivistisch-äußerlichen Ansätzen fast vollständig usurpiert.

Dieser rechtsseitige Imperialismus, der der westlichen Moderne seinen Stempel aufgedrückt hat, wird allgemein als *Szientismus* bezeichnet, bei dem es sich, wie ich ihn definieren würde, um den Glauben handelt, die ganze Welt ließe sich in einer Es-Sprache erklären. Er besteht in der Annahme, dass sich alle subjektiven und intersubjektiven Räume ohne Rest auf das Verhalten objektiver Prozesse reduzieren lassen, dass sich menschliches und nichtmenschliches Inneres vollständig als holistisches System dynamisch miteinander verflochtener Es-heiten darstellen lassen.

..."

Soweit Ken Wilber. Mir scheint diese Sicht auf "Daten" grundlegend wichtig und hilfreich, wenn ich mir meine Wege zu Selbsterkenntnis und zum Eigensinn deutlich machen möchte.

4.2 Bilder

Die Bilder aller Sinnesmodalitäten kommen aus dem Unbewussten, diesem dem Tagesbewusstsein nicht zugänglichen Bereich des Bewusstseins. Sie werden zu Klang. Der Klang umschreibt Inhalt. Im Tagesbewusstsein, das wie eine sehr dünne, aber undurchsichtige Haut das Unbewusste umhüllt, wird aus dem Klang dann Bedeutung und so kommen schließlich die Bilder zu Worten in Sätzen.

Wenn ich in zehn Jahren diese Sätze lesen werde, werden mir möglicherweise ganz andere Bedeutungen und neue Bilder entstehen, falls ich mich nicht durch Erinnern bewegungslos gemacht und so mich in meiner Tradition festgebunden habe. "Die Sätze, die ich schreibe, sagen mir etwas, das ich vorher nicht gewusst habe" hörte ich einmal von Martin Walser in einem Interview.

Damit verliert der Spruch "was kümmert mich mein Geschwätz von gestern" diesen Anhauch von Zynismus. Er verwandelt sich in das liebevoll, distanzierte Anerkenntnis meiner nicht vorausschaubaren Fülle von Möglichkeiten. Was tue oder sage ich wohl als nächstes?

Worte drücken nur einen winzigen Bestandteil dessen aus, was der Mensch weiß. Denn was wir denken oder gar sagen können, ist immer unermesslich viel weniger als das, was wir erfahren. Der Grund dafür ist, dass sich ein Ereignis genauso endlos beschreiben lässt, wie man einen Zentimeter endlos unterteilen kann; außerdem gibt es auch noch Erfahrungen, die überhaupt nicht der Struktur unserer Sprache entsprechen. Solche Erfahrungen sind unaussprechlich, lassen sich folglich sprachlich genauso wenig fassen, wie man Wasser mit einem Sieb schöpfen kann.

Allerdings steht der Intellektuelle, also der Mensch als Meister der Sprache, immer in der Gefahr, das, was zu *wissen* möglich ist, auf das beschränken zu wollen, was in Worten ihm zu *beschreiben* möglich ist. Folglich neigt er dazu, den Kopf zu schütteln und misstrauisch zu werden, wenn jemand versucht, mit Hilfe der gewöhnlichen Sprache auf eine Erfahrung hinzudeuten, welche die Logik dieser Sprache erschüttert, also auf eine Erfahrung, die sich mit Worten nur um den Preis umschreiben lässt, dass diese Worte ihren geläufigen Sinn verlieren.

Der Intellektuelle wird dann skeptisch und vermutet, hier werde verworren und mit unscharfen Begriffen gedacht, und er schließt daraus, hinter einem so offensichtlich sinnlosen Gebrauch von Wörtern können

keine wirkliche Erfahrung stecken.⁹³

Die Wörter kommen aus dem Bewusstsein. Hier, auf dem Papier, wäre das Bewusste nicht anders mitteilbar. Die Wörter sind nur ein kleiner Bruchteil der gewöhnlichen, direkten Kommunikation zwischen Menschen, wo mit 93% der Ausdruck von Stimme und Körper überwiegen beim Transportieren dessen, was 'eigentlich' zwischen den Gesprächspartnern ausgetauscht werden will. Darüber hinaus, diese restlichen 7% Wörter sind nur ein geradezu winziger Bruchteil dessen, was wir als *'Wirklichkeit'* erleben. Doch, wir schreiben als sei das Wort die Wirklichkeit. Können wir überhaupt erkennen, ob die Fakten die Sprache oder ob die Sprache die Fakten schafft? Vielleicht müssten wir dafür die wahren Meister der Sprache, die Poeten, fragen.

Der Dichter und Übersetzer Oskar Pastior sinniert "Übersetzen ist das falsche Wort für eine Sache, die es nicht gibt" und "Was steckt in diesem Text, was zeigt sich mir?" Als "sich selbst lesendes Unding" hat er die Sprache in einer Frankfurter Poetikvorlesung einmal charakterisiert: "Man kann sie hören, aber nicht anfassen. Es ist in ihr angelegt, dass man sie mehrfach benutzt, dass sich Texte mit ihrer Umgebung, ihrem Gegenüber verändern". Der Text entsteht erst beim Lesen, im Kontakt mit dem Lesenden, und bei jeder Lesung neu. So ist Rezeption immer die Fabrikation von Bedeutung.

93 Alan Watts: "Leben ist jetzt"; Freiburg, 1998, (Herder-Tb)

4.3 *Sprache*

Bei der Firma The Word Company kann man Protonyme kaufen; der Berliner Adib Fricke produziert Wörter ohne jeglichen Inhalt, mit absolut keiner Funktion oder Bedeutung aufgeladen. Auch wenn Privatpersonen sich bisher kaum zum Erwerb von Yemmels, Flogo oder Onomono hinreißen ließen, es gibt trotzdem Geschäftserfolge von Frickes Wortfabrik. Die Galerie für zeitgenössische Kunst in Leipzig etwa hatte vor einigen Jahren für sechs Monate die Lizenz an dem Wort Ontom erworben, um es für einen Ausstellungstitel zu nutzen. Mit der vermeintlichen Inhaltslosigkeit seiner Wörter verbindet der Wortschöpfer eine weitere Botschaft: hinnehmen, dass etwas da ist, ohne sofort nach dem Sinn zu fragen. Eine Weisheit, die Fricke durchaus auf andere Lebensbereiche übertragen wissen will.

Meine eigenen, ganz besonderen Erfahrungen mit Sprache hatte ich erlebt in zwei "Kulturschocks", beim Übergang vom gutbürgerlichen Gymnasiasten mit humanistischer Halbbildung zum "Stift", Auszubildender in einer Tischlerfirma, und bei einem längeren Aufenthalt in Persien sowie in 35 Jahren zwischen Ingenieuren und Juristen in einer Bundesverwaltung.

Diese Tischlergesellen sprachen plattdeutsch, ihre Gedanken kreisten um völlig Anderes als mir je durch den Kopf gegangen war und sie kamen dabei zu völlig anderen Schlüssen. Meine beiden persischen Kommilitonen, die ich immer wie "normale Deutsche" erlebt hatte, veränderten sich, je näher wir der Grenze zwischen Türkei und Persien kamen. Sie fühlten anders, redeten anders, handelten anders. Ich war mir sicher, $2 \times 2 = 4$ wäre auch bei ihnen richtig aber auf anderen Wegen. Im Lande selbst, in der Familie lebend, konnten wir uns bald über alles austauschen, über die Welt, den Glauben, die Politik, ich mit einem Kurzlehrbuch der Persischen Sprache in der einen Hand und mit der anderen und dem ganzen Körper gestikulierend.

Da kam mir die Idee, dass das Sprechen in Wörtern nur eine Art Röhre sei, in der das "Eigentliche", das Mitzuteilende auf ganz andere Art nur transportiert wird. Vor allem wurde mir handgreiflich deutlich, dass Menschen eher ähnlich als unähnlich sind. Sie sind unter allen Umständen Menschen je eigener Würde, auch wenn ich ihre Absichten, Wörter oder Handlungen nicht verstehe. Warum sollte ich das auch müssen? Die Würde reicht!

Doch zugleich, auf einer intellektuellen Ebene, reden wir über Dinge. Im Satz, gesprochen oder geschrieben, vollzieht sich unser Verhältnis zu den Dingen und zu uns selbst. Der Grund, warum der Mensch die Dinge

und auch sich objektiviert, ist, dass er sich auf alles in einer Satzsprache bezieht. Nur die prädikative Struktur unserer Sprache macht es möglich, sich auf Dinge zu beziehen, die unabhängig von der Sprechsituation sind.

Sprachen sind nicht angeboren. Sie entstehen und verfallen, sind Kulturgut und es gibt deren so viele, wie Kulturvarianten denkbar sind. So kann das Studium einer Sprache, besonders ihrer Etymologie, auch eine Form der Archäologie sein. Jedes Wort ist ein winziges Fenster zum Charakter eines Volkes und ist ebenso wichtig zu seinem Verständnis wie ein ausgegrabenes Werkzeug oder eine Waffe. Mit Namen und Wörtern verbindet sich ein ganzes Bild und wir können versuchen, die damalige Welt zu rekonstruieren, damit wir die unsere besser verstehen.

Angeboren ist jedoch die Befähigung zur Sprachbildung, und zwar überall, wo Sprachen entstehen und bestehen können. Sie dienen der Kommunikation innerhalb größerer Funktionseinheiten. So hätten, heißt es, wichtig für ihr Überleben, die Inuit in der Arktis etwa 200 Begriffe für "weiß", die Massai, ein Hirtenvolk, über 100 Begriffe für "grün", die Tibeter, die sich seit 1300 Jahren mit der Erforschung der geistigen Welt befassen, haben über 20 Begriffe für "Seele/Geist" und wir haben zahllose Begriffe für Maschinen und ihre Teile — jede dieser Sprachen einzigartig in ihrer Erzählweise von der Welt und in ihrer Essenz kaum übersetzbar in eine der anderen.

Die Anlage zur Sprachschöpfung hat eine als solche erkennbare Struktur, eben die Grammatik, die der Lautbildung schon bei Säuglingen Ordnung verleiht und damit Sinn gibt. Ohne eine definierbare Anlage entsteht nicht, was wir als Kultur erkennen könnten. Solche Veranlagungen bilden auch das Gerüst für ihre Entwicklung und deren Ausdruck. Sie gehören somit zum Mutterboden der Psyche. Hypothesen, die diese Vorbedingung zu jedweder Psychogestalt ausschließen, sind wie Seifenblasen, die wohl schillern mögen, bevor sie platzen, aber nichts anderes darstellen als umhüllte Luft.

Sprache bildet das Bewusstsein einer Sprechergemeinschaft ab. Chinesen, mit ihren gerade 600 Silben, jedoch in hochdifferenzierten Tonlagen und in 50.000 Schriftzeichen, tun das anders als Deutsche; Grammatiken mit Subjekt, Prädikat, Objekt anders als solche ohne, deklinierende Sprachen wie die Indogermanischen, anders als agglutinierenden Sprachen wie das Türkische und das Japanische, wo die grammatische Funktion durch das Anbringen von Affixen kenntlich gemacht wird.

Der chinesische Begriff für Natur lautet *tzu-jan* und bedeutet "das, was so, wie es ist, aus sich selbst ist", oder "das, was geschieht". Bemer-

kenswert, dass die Grammatik aller großen europäischen Sprachen in einer Weise beschaffen ist, dass wir uns schwer tun, uns einen Prozess vorzustellen, der aus sich selbst geschieht. Bei uns braucht jedes Tätigkeitswort ein Hauptwort als Subjekt, also jemanden, der es lenkt, und wir stellen uns vor, dass nichts geordnet ist, wenn es nicht jemand oder etwas ordnet, also, wenn nicht jemand dafür verantwortlich ist. Folglich macht uns die Vorstellung eines Prozesses, der sich aus sich selbst ereignet, erstmal Unbehagen, ja, Angst, weil ihn keine Autorität zu lenken scheint, die man zur Verantwortung ziehen könnte.

Im Chinesischen heißt Physik 'wu li'. Da aber Chinesen eine sehr bildhafte Sprache haben, einzelne Silben durch andere Betonung oder einen anderen Kontext ganz neue Bedeutungen bekommen und alles sowieso viel komplizierter ist, hat wu li mehrere Interpretationsmöglichkeiten, die Gary Zukav in 'Die tanzenden wu li Meister' wundervoll darstellt:

- wu li — Physik
- wu li — Strukturen organischer Energie
- wu li — mein Weg
- wu li — Unsinn
- wu li — ich halte an meinen Vorstellungen fest
- wu li — Erleuchtung

Wie sieht die Welt aus von Menschen, deren Sprache gar keinen Begriff hat für *haben* und, z.B. wie bei Sinti und Roma, keine besitzanzeigenden Fürwörter enthält? Immer bildet die Sprache das ganze Bewusstsein ab, ist Abbild der Traditionen von Wirklichkeiten der Sprecher. Ihr Klang umschreibt den Inhalt.

Aber sicher gibt es da noch mehr. Es spricht mir aus dem Herzen, was Mircea Eliade schreibt in *Isabelle und die Wasser des Teufels*: "Ich denke mit Hilfe von Formen, die sich im Gleichgewicht oder im Ungleichgewicht befinden, mit Hilfe von Klängen, Steinen und Farben. Das Schreiben hat die Kraft des Denkens völlig geschwächt, hat den Geist vom Wort entfernt und natürlich auch von der Idee. Das sage ich nur, damit man versteht, warum meine Geschichte verrückt erscheinen könnte. Alles, was man schreibt, entfernt sich fatal von der Wirklichkeit. Damit das Schreiben noch eine Spur von Realität aufweist, haben gewisse Menschen eine andere Realität erfunden, die sie durch einfache Sätze, genaue Begriffe und korrekte grammatikalische Bezüge glauben ausdrücken zu können. Ich bin einer von den wenigen, die es ablehnen, klar zu schreiben."

Doch so platt sind Sprache und Bewusstsein nicht gekoppelt. Im Jahr 2002 machte der Zoologe Alex Kacelnik, Leiter des Ökologischen Forschungslabors der Oxford Universität, die verblüffende Entdeckung, dass

die Krähendame Betty sich aus Draht, einem Material, mit dem sie keinerlei Erfahrung hatte, einen Haken bog. Die Benutzung und Herstellung von Werkzeugen setzt zumindest eine kurzfristige Planung und die Anpassung des Verhaltens an eine völlig neue und unvorhersehbare Situation voraus, was ein Kriterium bewussten Verhaltens ist.

Das Beispiel der Krähen⁹⁴ ist vielleicht das beeindruckendste, aber nicht das einzige. In den letzten zehn Jahren wurden viele Experimente gemacht, deren Ergebnisse immer deutlicher darauf hinweisen, dass verschiedene Tierarten zumindest eine einfache Form von bewussten Gedanken und Gefühlen besitzen. Dennoch tobt unter Experten ein Streit über diese Frage. Zumal immer noch viele meinen, erst die komplexe Sprache des Menschen habe Bewusstsein möglich gemacht. Aber die Indizien mehren sich, dass dem nicht so ist.

Antonio Damasio, Professor für Neurologie und Leiter des Departments für Neurologie der Universität Iowa, lernte durch seine vielen Patienten mit verschiedensten Gehirnschädigungen und Geistesausfällen, dass Bewusstsein nicht eine Folge der Sprache ist, sondern, dass der fundamentale Bewusstseinsstrom beim Menschen unablässig in Sprache *übersetzt* wird. Und nicht nur das. Durch die Betrachtung von Erkrankungen, die das Bewusstsein entweder beeinträchtigten oder intakt ließen, stellte er fest, dass es eine einfache und grundlegende Form, das Kernbewusstsein, und eine komplexe, erweiterte Form des Bewusstseins gibt.

Das Wesen des Kernbewusstseins, schreibt Damasio, ist das Gefühl von sich selbst, als individuellem Wesen, das mit der eigenen Existenz und der anderer befasst ist. Die dafür nötigen Hirnstrukturen sind alten evolutionären Ursprungs und kommen bei zahlreichen nichtmenschlichen Arten vor. Das Kernbewusstsein, hat Damasio festgestellt, ist die unentbehrliche Grundlage des erweiterten Bewusstseins, welches nach vorne und nach hinten über das Hier und Jetzt des Kernbewusstseins hinausreicht. Das Hier und Jetzt wird von gerade soviel Vergangenheit und Zukunft des erweiterten Bewusstseins flankiert, wie nötig ist, um das Jetzt hinreichend zu erhellen. In seiner vermutlich vollkommensten Ausprägung, wie beim Menschen, umfasse das erweiterte Bewusstsein ein ganzes Leben, von der Wiege bis in die Zukunft hinein.

Das erweiterte Bewusstsein ist jedoch nicht gleichzusetzen mit Intel-

94 a- Josef H. Reichholf Rabenschwarze Intelligenz - was wir von Krähen lernen können"; 2009; München

b- Videoaufzeichnung eines Vortrags von Joshua Klein mit dem Titel "The amazing intelligence of crows" (englisch, aber mit eindrucksvollen Filmchen) - <http://www.ted.com/talks/view/id/261>

c- Raben als taktische Betrüger - <http://sciencev1.orf.at/science/news/67205> (Stand: 4/2010)

lizenzen, so Damasio, sondern ist deren Voraussetzung. Es ist damit befasst, dem Organismus einen möglichst weiten Wissenshorizont verfügbar zu machen, wohingegen Intelligenz mit der Fähigkeit zu tun hat, Wissen so erfolgreich zu handhaben, dass neue Reaktionen geplant und ausgeführt werden können. Eben das, was Kacelniks kluge Krähe tat. — Und vielleicht tun wir mit Sprache etwas ganz anderes als unsere Lehrer glauben; was, nämlich nur übersetzen! Wodurch unterscheidet sich der Mensch eigentlich von dem genetisch zu 99% baugleichen Bonobo-Äffchen? Das eine Prozent brauchen wir, um uns als etwas Besseres zu fühlen. — Wer ist hier der Dummere?

David Miall von der Universität von Alberta, in der Fachzeitschrift *Human Nature*, verglich mit Hilfe eines Computerprogramms die Sprach- und Lautmuster typischer Babysprache mit denen klassischer Dichtung. Er fand dabei überraschend viele Übereinstimmungen. "Die Babysprache ist voll von poetischen Zügen: Metrik und Phonetik — also Rhythmus und Laute — folgten den gleichen Regeln wie in der Dichtung", fasst er seine Ergebnisse zusammen. Beides sei dazu gemacht, Aufmerksamkeit zu erregen und zu steuern. Dieser Befund legt den Schluss nahe, dass Babys kaum sprachlos sind, wenn sie auch im Erwachsenenalter nicht sprechen.

Sprache zu lernen findet in Stufen statt. Die erste, die natürliche, ist das Hören und Sprechen in der Familie. Die zweite ist schon künstlich, Unterricht *über* Sprache: Lesen-, Schreiben-, neue Methoden-Lernen. All die anderen Verständigungssysteme kennen- und beherrschen zu lernen, bildliche, tönende, technische, numerische, findet *durch* Sprache statt. Das Lernen dieser Systeme erfordert das Lernen weiterer und vielfältiger Zeichensysteme. Die dritte Stufe ist erreicht, wenn man mit dem Gelernten frei umgehen kann, wenn man lesen, verstehen, sich aneignen kann, was vorliegt, sowie, vielleicht neben dem Neulernen noch wichtiger, wenn man frei umlernen und frei wieder verlernen kann. Auf dieser Stufe bleiben wir wohl immer 'Auszubildende'.

Eine vierte und fünfte Stufe, die, auf die es mir hier im Zusammenhang dieses Textes besonders ankommt, zieht sich quer durch diese drei Stufen.

Das ist als vierte die des Erkennens der oben schon erwähnten Traditionen. Stefan Meretz nennt das vielleicht treffender "mentale Modelle"⁹⁵, in Anlehnung an Jürgen Renn⁹⁶. Ein "mentales Modell" ist eine überindividuelle, orientierende, bildhafte Verdichtung theoretischer Erkenntnisse.

95 in http://www.opentheory.org/kf_mentales_modell/text.phtml?lang=de

96 Jürgen Renn »Auf den Schultern von Riesen und Zwergen«. Berlin, 2006

Theoretische Erkenntnisse können dabei sowohl "Alltagstheorien" wie auch wissenschaftliche Theorien sein oder eine Mischung von beidem. Ein mentales Modell bildet ein kognitives Verständnis- und Verständigungsra-ster. Treffen — bildhaft gesprochen — stark abweichende mentale Modelle aufeinander, wie sie von konkreten Menschen verwendet werden, so schlägt eine Verständigung meist fehl, da sich zu wenige "Resonanzpunkte" finden lassen. Eine Diskussion ist dann trotz u.U. gleicher Wortwahl meist wenig fruchtbar.

"Tradition zu achten" muss nicht heißen, in eine Art von Vergangen-heitssklerose zu verfallen oder die Asche anzubeten, sondern kann das Weiterreichen der Flamme bedeuten, mindestens, die Glut unter der Asche zu pflegen, diesen Niederschlag von Wahrnehmungs- und Denk-Geschichte des Sprechers, seiner Familie, seiner jeweiligen flexiblen, ziel- und zweckorientierten Gruppe mit deren Rollenverteilungen wie auch der Gegenseitigsbeziehung zwischen diesen Rollen, seiner Sprechergemein-schaft, der Gemeinschaftsstrukturen seines Kulturkreises, seiner Sprach-familie. Jedes Wort hat eine Geschichte und, noch mehr, erzählt eine Ge-schichte, erzählt Geschichten über Geschichten, ist Traum und ist Traum in einem Traum.

Die fünfte Stufe entspricht der dritten, wenn man mit der Tradition als etwas Gelerntem frei umgehen kann, sich ihres Wirkens bewusst zu werden, wo man frei umlernen und frei auch verlernen kann. Diese fünfte entzieht sich den Worten und trotzdem schreibe ich darüber diesen Text.

Jede unserer sozialen Lösungen und ganz sicher jede ihrer Benen-nungen ist historisch und zeitbedingt, daher grundsätzlich als überwind-bar und fraglich zu bezeichnen — frag-würdig im ernstesten Sinne dieses großen zwiespältigen Ausdruckles!

Gedanken gehen als Sprache durch den Kopf. Es ist doch alles ganz einfach! Beim Radeln zum Einkaufen oder in der Badewanne scheint mir alles sonnenklar: So ist es! Unnötig, eine von diesen Einsichten aufzu-schreiben — ist doch alles ganz selbstverständlich. Zurück am Schreib-tisch aber habe ich einen Teil davon vergessen und was mir gerade noch klar schien, erscheint nun als zweifelhaft. Gibt es krisenfeste Einsichten? Doch, manche Einsichten sind stark genug, solche Krisen zu überstehen, und dazu gehören folgende: Sprache wirkt hypnotisch. Dass wir hypnoti-sierbar sind, hat evolutionsbiologisch eventuell sogar genau diesen Sinn: Wir sind sprachlich konditionierbar und konnten so zu dieser besonderen Art sozialer Wesen werden. Sprache sorgt für Zusammenhalt. Und weil wir hypnotisierbar sind, sind wir auf Personen fixierbar, das ist eine Basis

persönlicher Bindungen.

Sind Sie in Form? Nein? Nun, auch schlechte Form ist eine Form. Aber sie könnte besser werden. Oder schlechter. Jede Form könnte auch anders aussehen. Nicht nur die eigene Kondition, alles, was überhaupt formbar ist, kann immer auch anders geformt werden.⁹⁷

Dies gilt für Körper, deren Figur man modelliert oder plastisch verändert, für die Reaktionsgeschwindigkeit des Bewusstseins von Piloten oder Ego-Shootern, für die flache oder steile Hierarchie in Behörden oder Unternehmen oder für den höflichen oder intimen Verlauf von Unterhaltungen unter vier Augen. Jedes Gespräch könnte eine andere Form annehmen und anders verlaufen, man muss nur andere Formulierungen wählen oder eine andere Tonlage. Ob man nun mit Sprache, Materie, organischen, psychischen oder sozialen Systemen, mit Personen oder Organisationen zu tun hat — nichts, was man tut, steht in Verlauf und Ergebnis "von Natur aus" fest, alles lässt sich so oder so "in Form" bringen.

Wenn man also davon spricht, etwas habe eine Form, dann impliziert dies zugleich, dass auch andere Formen denkbar wären. Dies gilt für Kuchen, die Kinder im Sandkasten formen, genauso wie für so weit reichende Gebilde wie die "westliche Kultur", denn sowohl Sandkuchen als auch Kulturen können andere Gestalt haben als die, deren Form wir gerade auf diesem Spielplatz oder in unserer Sicht auf diese Weltregion beobachten.

Jede Form kommt immer nur als "Selektion" aus einem "Auswahlbereich" zustande. Der Bereich, aus dem selektiert wird, kann aus Zutaten oder Worten, Kleidern oder Waren bestehen. Gemeinsam ist ihnen, dass sie Elemente bilden, die erst noch ausgesucht und kombiniert werden müssen, bevor sie Sinn machen. Die Gesamtsumme aller deutschen Wörter ist noch kein vernünftiger Satz, ein Haufen Gemüse und Gewürze noch keinen guten Eintopf und ein Warenlager von Modeartikeln noch kein elegantes Ensemble. Erst die Selektion führt zur Form.

Wenn Form Selektion aus einem Auswahlbereich ist, dann ist ganz offensichtlich die entscheidende Frage, wie es zu einer bestimmten Form kommt und zu keiner möglichen anderen. Warum so entscheiden und nicht anders? Warum Salz und nicht Pfeffer, warum Fliege statt Krawatte?

Es geht in allen diesen Fällen um die "Konditionierung von Freiheitsgraden" auf beiden Seiten, der der Form und der ihres Mediums. Dies ist aber immer schon geschehen, wenn man Formen beobachtet, denn die Entscheidung für etwas Bestimmtes und gegen vieles Unbestimmte ist

97 Dirk Baecker: "Form und Formen der Kommunikation". Suhrkamp, Frankfurt/M, 2005

immer schon gefallen. Zum Smoking passt die Fliege eben doch am besten, und was man sonst alles noch hätte anziehen können, verbleibt in einem Bereich des Möglichen, dessen Konditionen darüber entscheiden, was überhaupt ausgewählt werden kann.

Welche Auswahl aus meinem Selbst nehme ich als Selbsterkenntnis in mein Bewusstsein, was als Eigensinn? Wie schreibe ich darüber?

4.4 Schreiben

Die Bedeutungen der Wörter sind nicht nur in verschiedenen sozialen Zusammenhängen gelernte Vereinbarungen. Jeder Entwurf eines Satzes nimmt bereits seinen Erfolg im jeweiligen sozialen Zusammenhang und seine Gegenwirkung als Erwartung vorweg, um sich dann an der Diskrepanz zwischen beobachtetem Erfolg und der Erwartung weiter zu formen.

Welchen beobachtbaren Erfolg findet der Schreiber und in welchem sozialen Zusammenhang befindet er sich? Ich bemerke staunend, dass allein schon das Ausdrücken dieses Textes und ihn, dann als 'fertiges' Buch in der Hand haltend, zu lesen, mir sofort wieder eine Fülle von noch fehlenden und unbedingt wichtigen Sätzen bringt, wo ich doch erst gedruckt hatte, nachdem ich sicher war: es gibt nichts mehr zu ergänzen. "Die Sätze, die ich schreibe, sagen mir etwas, dass ich vorher nicht gewusst habe". Aber erst musste ich sie schreiben und dann konnte ich sie lesen und dann höre ich, was ich vorher nicht gewusst habe. Um wie vieles stärker mag das für jeden Leser gelten! — Und wie wenig erfahre ich davon?

Die besonderen Bedeutungen entstehen vielfach erst im Moment des Schreibens in dem Spiel des Schreibers mit seinen Bildern, wie er sie in Worte fasst, sowie im Moment des Lesens in dem Spiel des Lesers, wie er sie auffasst und in eigene Bilder überträgt. So gesehen erscheint es ziemlich tollkühn, sich zu äußern, erst recht sich schriftlich zu äußern. Doch, wunderbare Macht der Vereinbarungen, wunderbare Gewohnheit des Lernens, allein der deutsche Buchmarkt berichtet aus 2001 von 90.000 Büchern nur an Neuerscheinungen.

Der Schreiber malt mit seinen Worten seine Bilder aus seinem Bewusstsein. Jeder Satz fragt den Leser "Verstehst Du mich?". Der Leser malt seine Antwort als seine Bilder ins eigene Bewusstsein. Die Bilder des Schreibers zeugen von dessen Wahrnehmung. Legt der Leser dessen Bilder über seine ursprünglichen, hat der Schreiber ihn über—zeugt: Der Leser nimmt jetzt eine andere Wahrnehmung als wahr an.

Mir erscheint das wie diese neuen headset-Bildschirme, die man wie eine Brille aufsetzt. Mein Verstand ist der Schirm und sein Computer. Ich programmiere und manipulierte, was auf dem Schirm erscheint. Doch dahinter, jenseits des Schirms, das ahne ich manchmal, gibt es noch mehr, anderes, die "wirkliche" Wirklichkeit, das Leben, das sich kaum programmieren lässt. Meist halte ich das Geschehen auf dem Bildschirm für "wirklich", denn es wirkt ja auf mich. Das sind meine Konzepte von Leben. Ich kann mir von anderen kein Wissen übertragen lassen. Ich kann nur Daten

zur Kenntnis nehmen, daraus die für mich relevanten Informationen filtern und die in den Kontext meines Wissens einbauen, mich überzeugen lassen. So ist jedes Konzept für jeden anders, auch wenn sie gleich klingen, weil wir dieselben Wörter dafür benutzen.

So kann es mir leicht geschehen, dass ich die Kratzer auf der Brille analysiere statt das Leben dahinter, meine Welt. Für die Welt der Konzepte haben wir Vereinbarungen über die passenden Worte, und die haben für jeden unterschiedliche Bedeutungen im unterschiedlichen Gefüge seines Wissens und daraus macht er sein ganz persönliche Wahrnehmung.

4.5 Wahrnehmen

Wahrnehmen ist ein interessantes Phänomen. Man kann nicht 'falschnehmen'; es gibt kein Wort dafür. Wahrnehmen — falschnehmen sind Wörter aus verschiedenen Begriffsfeldern. Wahrnehmen hat etwas mit erkennen zu tun, falschnehmen etwas mit bewerten.

Nur wenn meine Umwelt meine Wahrheit nicht akzeptiert, hat sie ein Wort dafür: "Wahnsinn". Statt wahr nun Wahn. Es kann sehr bewegend sein, zumindest empfand ich es jedes Mal so, mit einem Menschen im psychotischen Schub zu kommunizieren. Schnell wird klar, seine Welt ist ebenso schlüssig und zusammenhängend wie meine, völlig wahr. Nur, ich stehe draußen. Da ich zur Mehrheit gehöre, darf ich mir anmaßen, meine Wahrheit 'Wirklichkeit' zu nennen und seine 'Wahn'. Mein Chauvinismus!

Wie mit meiner Brille, die ich nicht sehen kann, aber ohne die ich diese Buchstaben nicht klar sähe, so kannst Du selber im Folgenden ein kleines Experiment mit diesem Phänomen 'sehen' machen und Deine Gewohnheiten über das 'wirkliche' und 'richtige' Wahrnehmen überprüfen:



Halte mit der linken Hand das linke Auge zu. Mit dem rechten Auge fixiere ständig das Zeichen links und nähere Dich ihm auf 10 cm. Nun vergrößere den Abstand. Zwischen 25 und 40 cm verschwindet das Zeichen rechts: Du hast den blinden Fleck entdeckt, die Stelle, wo der Sehnerv das rechte Auge verlässt. Das Faszinierende an dieser Erklärung ist jedoch, dass sie das weit tiefere Rätsel ignoriert, nämlich, wieso wir trotz dieses physiologischen blinden Flecks unser Gesichtsfeld fleckenlos und geschlossen wahrnehmen, vor allem, wieso wir ihn in einen 'kognitiven blinden Fleck' schieben wollen oder können.

Wir stellen nicht mehr die fundamentale Frage, "Wieso kommt es, dass wir nicht *sehen*, dass wir *nicht* sehen?" Das betritt die dunklen Tiefen eines Unwissens II. Ordnung, wo wir nicht wissen, dass wir nichts wissen. Wenn ich nicht sehe, dass ich blind bin, bin ich blind. Doch wenn ich sehe, dass ich blind bin, sehe ich. Wie kann ich wissen, was in meinem Unbewussten steckt? Indem ich schaue, was passiert. Dann ist keine Entscheidung notwendig. Meine Stille zeigt mir, was aufsteigt; im Fühlen, nicht als Ge-Fühle.

Wenn ich mich diesem Unwissen II. Ordnung anzunähern versuche,

scheint es so, als hätten wir nicht nur einen blinden Fleck, sondern als läge fast unsere gesamte Wahrnehmung, bis auf ein paar Informationen, welche die Filterungen überstehen, in diesem blinden Fleck. Ein Computerprogramm zur Berechnung von Wellen besteht zu 5 % aus Programmzeilen, welche die Wellen berechnen. Die restlichen 95% dienen der Visualisierung dieser Information auf dem Bildschirm in eine für uns interpretierbare Form.

So ähnlich macht es unser Gehirn auch: aus einem minimalen Anteil an *zugelassener* Information wird mit einem Riesenaufwand die Wahrnehmung geformt, notfalls mit an das Weltbild angepassten oder dafür frei erfundenen Daten. Aus sehr wenig originellem Denken mache ich mir ganz viele Gedanken, Verstandes-Erinnerungen an Denken, oft genug nur Erinnerungen an Gelesenes, welches ich mit meinem Weltbild, meiner Tradition vereinbaren konnte. So gesehen ist 'sich Gedanken machen' nichts weiter als das planmäßige Umschichten von Vorurteilen: ich habe recht und gleich noch mehr.

Das Verwickelte an unserer Wahrnehmung ist, dass wir in der Regel keine Ahnung haben, wie groß der Bereich ist, den wir *nicht* betrachten, denn wir betrachten meist nur, was uns Erinnerung vertraut macht, *zugelassene* Informationen. Erinnerung aber ist ein Konstrukt. Was ist meine erste Erinnerung? Der Weihnachtsbaumbrand bei Tante Josefa? Die Bombennächte im Keller des Berliner Mietshauses? Halt! Bin ich ganz sicher, dass das tatsächlich *meine* Erinnerung ist — keine Familiensaga, kein Film, kein Gelesenes?

Martin Kluger, in "Der Vogel, der spazieren ging", sagte dazu, "Die Grundeinsamkeit des Menschen wird dort nicht geheilt", aber, erläutert er, Familie sei eine prima Maschine zur Produktion von wahren und erfundenen Geschichten. "Ob Oma den Titanic-Untergang wirklich überlebt hat, ist egal, entscheidend ist, ob sie es gut erzählt." Es gibt reichlich zu greifen, aber man bekommt eigentlich nichts zu fassen.

Jede Erinnerung ist ein Geheimnis, das sich am Ende entpuppt als ganze Kette von Geheimnissen, an deren Ende doch keine "Aufklärung" steht, sondern allenfalls ein Einblick in die vielen Motive, die Erzählen oder die Schweigen haben kann. Im Bestehen auf der Subjektivität der Erinnerungen führen wir uns vor, wie angreifbar diese sind, mit ihren innewohnenden Verschachtelungen des Beschönigens und des Verleugnens, nicht nur von Schuld, auch von Ohnmacht, von solcher gegenüber einem Regime der Umwelt genauso wie gegenüber den eigenen Gefühlen.

SOFI OKSANEN, Tochter einer estnischen Mutter und eines finnischen Vaters, schrieb in der taz u.a.: "Nach dem Mythenforscher Roland Barthes sind Mythen ein Instrument der konservativen Machtausübung, die gebraucht werden, um seinen eigenen Platz in der Geschichte zu definieren. Eine Nation braucht sie, um ihr Selbstbild über ihren Ursprung und ihre Beziehungen zur übrigen Welt zu bestimmen. ... Die Doktorarbeit von Annika Oksanen "Siirtolaisena Singaporessa" ("Als Migrantin in Singapur", 2006) behandelt das Leben von finnischen Frauen, die wegen der Arbeit ihrer Männer nach Singapur gezogen sind. ... Oksanen zeigt in ihrer Dissertation, dass die Gattinnen in Singapur keine öffentliche Geschichte haben, eine Geschichte, die die subjektiven Bedeutungen in größeren kulturellen und institutionellen Geschichten verbindet. Die Soziologin Margaret Somers nennt dies eine narrative Stille. Sie beschädigt das Individuum, denn sie verhindert, dass ein Subjekt konstruiert werden kann: Das, was ein Mensch überhaupt über das Leben weiß, ist die Folge von einer großen Menge von öffentlichen Geschichten, in die man seine jeweilige Lebenssituation hineinversetzen kann. Vielleicht wurde ich Schriftstellerin nicht nur, weil ich inmitten von offiziellen und nichtoffiziellen Wahrheiten aufgewachsen bin, sondern auch, weil es für mich keine passenden öffentlichen Geschichten über Weiblichkeit und nationale Identität gab. Ich musste meine eigene weibliche Geschichte und Identität selbst schaffen, ich muss sie immer wieder selbst aufschreiben. ... Das Schweigen und das Zum-Schweigen-Bringen sind Formen von Terror und als solche effektiv. Bis zur Unabhängigkeit war es den Esten verboten, über ihr Leben öffentliche Geschichten, die wichtig für die Bildung des Subjekts gewesen wären, zu erzählen. Es gab lediglich politisch korrekte Geschichten, die das Erlebte nicht wiedergaben. Ähnlich waren auch die Geschichten über die Esten in Finnland."

Bleiben wir misstrauisch. Autobiografisches Erinnern gleicht nicht dem Datenabruf von einer Festplatte. Unsere Autobiographie, das haben Hirnforscher und Psychologen bei ihren Untersuchungen gefunden, ist ein Konstrukt. Mit jedem Abruf einer Erinnerung verändert sich ihr Inhalt, manche Vergangenheit wird von Mal zu Mal goldener, denn mit jeder neuen Speicherung geht der Duft des letzten Abrufs mit ein. Geschichte wird montiert — Gehörtes, Gelesenes, Gesehenes wird als eigenes Erlebnis wahrgenommen.

Für das Gehirn ist das Aufrufen einer Erinnerung eine Art Zeitreise, haben amerikanische Psychologen nachgewiesen. Schon bevor der Gedanke an eine ganz spezielle Begebenheit ins Bewusstsein gelangt, werden genau die gleichen Hirnareale aktiviert wie zu der Zeit, als diese Erin-

nerung entstand. Dabei folgt das Gehirn einer ausgeklügelten Strategie: Zuerst ruft es lediglich Erinnerungen an allgemeine Informationen aus dem Umfeld des Ereignisses ab, die dann Erinnerungen an immer mehr Details heraufbeschwören, bis das gesamte Aktivitätsmuster wiederhergestellt ist. Gleichzeitig gehen die allgemeine Informationen aus dem Umfeld während dieses Erinnerns in eine Verbindung mit dem ursprünglichen Erinnern des Ereignisses. So kann dann aus einer schrecklichen Schulzeit mit Steisstromlern als Lehrern mit jedem Klassentreffen zunehmend eine rührselige Zeit rund um einige Schmunzelmuster werden.

Woran wir uns erinnern und wie, hat darum oft weitaus mehr mit dem Fragen in der Gegenwart zu tun als mit dem Geschehen in der Vergangenheit.

Das gilt nicht nur für unser individuelles Erinnern, sondern auch für das kollektive Gedächtnis. Es ist nicht starr, sondern im immer währenden Wandel begriffen. Es ist manipulierbar und fragil — mit gravierenden Auswirkungen. Die wurden deutlich z.B. für die politische Erinnerungsdebatte auf dem ZEIT-Forum 'Gedächtnis und Erinnerung' am 8. Dezember 2003 in Berlin⁹⁸. Die Monate davor waren von Erinnerungsdebatten geprägt: um das Berliner Mahnmal für die ermordeten Juden, das Zentrum gegen Vertreibung, die NS-Vergangenheit der deutschen Germanistik. In allen Debatten stoßen autobiografisches und kollektives Gedächtnis aufeinander, persönliche Aussagen und offizielle Akten, individuelles Erinnern und Strategie einer Gedächtnispolitik.

Welche Gedächtniskultur wollen wir? Was will ich als meine Vergangenheit wahrnehmen? Die Hirnforschung hätte eine Antwort: Unser Denken ist manipulierbar. Darum kann und muss es sich immer wieder hinterfragen lassen. Auch unser kollektives Erinnern lässt sich nicht in Stein meißeln, der Wandel ist ein Teil von ihm. Und nicht zuletzt, Psychotherapie nutzt das, um ihre Klienten zu unterstützen, sich von den Verwirrungen und Glaubenssätzen ihrer Vergangenheit zu befreien — es ist nie zu spät, eine sinnvolle Kindheit gehabt zu haben.

Was wir überzeugt als Erinnerung ausgeben, ist in Wirklichkeit eine Form des Geschichtenerzählens. Wie dem auch sei, wenn wir über die Vergangenheit reden, lügen wir mit jedem Atemzug. Freundlicher sagte das der Hirnforscher Wolf Singer im Jahr 2000 im Eröffnungsvortrag des 43. Deutschen Historikertags "Wir sehen, was zu sehen nützlich ist". Er schloss mit der Provokation, Geschichte sei eine datengestützte Erfindung.

98 http://www.zeit.de/2003/52/montierte_geschichte- (Stand 8/2008)

Die "Lüge" ist ein Ausdruck der Freiheit. Da das Wort "Lüge" negativ besetzt ist, würde ich lieber sagen: Die Macht der Interpretation liegt jederzeit bei jedem selbst. Diese Freiheit zu nutzen verleiht Eigenmacht, die Macht, das eigene Sein, den eigenen Weg selbst zu gestalten, ohne innerlich an die äußere Geschichte gebunden zu sein. Es gibt eine interpretatorische Wahl, die nicht schon durch die äußerliche Handlung determiniert ist. Alle Wege sind offen!

Schwierig wird es ja immer erst, wenn zwei gegenläufige Wahrheiten aufeinander treffen und die Inhaber derselben die jeweils eigene als die einzig richtige und somit wahre postulieren. Das gehört zum Thema "recht haben", sich leiden machen am Kampf mit der Realität.

Gegen die naive Vorstellung, die eigenen Wahrnehmungen lieferten sicheres Wissen, wenden sich bereits die frühesten abendländischen Texte der Philosophie, wie die Schriften von Platon, vor allem der Dialog Theaitetos. Sokrates, dem in diesem Text die Rolle des Gesprächsführers zufällt, hat nur Spott übrig für die Vorstellung, nach der eine einfache Verbindung von den Gegenständen über die Sinnesorgane zum Wahrgenommenen und von dort zum Wissen bestünde, als ob in dieser Reihenfolge eines aus dem anderen hervorginge.

Doch die Hauptaufgabe des Gehirns ist es, ein Verhalten zu erzeugen, mit dem ich als Mensch in meiner spezifischen Umwelt — der natürlichen, der sozialen und der von mir mit meinen *zugelassenen* Informationen ausgedachten — überleben kann. Wenn diese Umwelt sehr komplex ist — und das ist sie —, dann überfordert eine komplette Abbildung unser Aufnahmevermögen völlig. Im Klartext: Wahrnehmung ist nicht Abbildung, sondern Interaktion. Die Welt, in der wir bewusst leben, ist nicht die Wiedergabe unserer realen Umwelt, sondern vor allem ein Produkt aus unseren Überlebenszielen und unserem Gedächtnis und damit unserer Erfahrung. Die aktuellen Sinnesreize sind nur der Anlass für unser Gehirn, bewährte Konstrukte aus dem Gedächtnis abzurufen. Das, was wir wahrnehmen, ist also nichts als eine Konstruktion unseres Gehirns. Gibt es überhaupt eine Umwelt?

Philosophisch gesprochen können wir natürlich überhaupt keine Gewissheit haben über die Existenz einer Welt außerhalb unseres Kopfes. Wir haben nur die Gewissheit über unsere eigenen Sinnesdaten. Ob diese Sinneseindrücke aus einer äußeren Welt stammen, kann ich nicht unmittelbar überprüfen. Ich kann sie ja nicht anfassen, sondern was mein Gehirn verarbeitet, sind immer nur Sinneseindrücke, von meinen druckempfindlichen Tastsensoren in meinen Fingerspitzen etwa oder von meinen

Maschinen, die entsprechend meinem Weltbild konstruiert sind. Die Frage kann also nicht sein, ob ich nachweisen kann, dass es eine unabhängige Welt gibt, sondern nur, ob es plausibel ist, von ihrer Existenz auszugehen. Meine Antwort für mich: Es ist zumindest wahrscheinlich, dass es eine äußere Welt gibt, zumindest solange ich der Teilchen-Hypothese folge.

Und in welcher Beziehung steht diese reale Welt mit der in meinem Kopf? Gibt es überhaupt eine Beziehung? Es mag eine bewusstseinsunabhängige Umwelt geben, wir können aber ihre Existenz nie beweisen, und wir können auch nichts über sie aussagen. Ich will das an einem Beispiel erklären: In der Welt außerhalb unseres Kopfes gibt es keine Farben, das ist physikalisch klar, aber es gibt Licht unterschiedlicher Wellenlängen. Stopp, sagt der radikale Konstruktivist: Der Begriff Wellenlänge ist eine Konstruktion der Physik, und kein Physiker würde sagen, dass Wellenlängen objektiv existieren. Es gibt vielmehr Phänomene, die Physiker auf der Grundlage einer bestimmten einheitlichen Sprache mit dem Begriff Wellenlänge bezeichnen. Wir nehmen also nur bestimmte Phänomene wahr, die wir mit Begriffen belegen, denen wir eine Farbe zuschreiben, oder die wir rund oder eckig nennen. Wie viel diese Begriffe taugen, um die reale Umwelt zu beschreiben, weiß kein Mensch.

Zumindest kann festgehalten werden, dass sich über die Jahrtausenden der Evolution die Maschine im Kopf für einen optimalen Umgang mit der Welt da draußen so entwickelt hat. Der Evolutionspsychologe Steven Pinker beschreibt⁹⁹ das sehr plausibel von der Standardausrüstung bis zur Liebe und Sinn des Lebens.

Auch der radikale Konstruktivist wird nicht bezweifeln, dass es Dinge gibt, die wir bunt oder rund nennen, und über die wir uns auch mit Hunden und Papageien einigen können, sie für bunt oder rund zu halten. Was diese verschiedenen Gehirne aber wirklich wahrnehmen, und was das mit der Umwelt außerhalb eines Bewusstseins zu tun hat, können wir grundsätzlich nicht sagen. Sobald ich Dinge beschreibe, sagt der radikale Konstruktivist, tue ich das in menschlichen Begriffen. Diese Form einer Beschreibung von Dingen muss strikt unterschieden werden von der Art ihrer Existenz außerhalb des menschlichen Bewusstseins.

Doch so wie wir das tiefe Rätsel ignorieren, nämlich, wieso wir den physiologischen blinden Flecks in einen 'kognitiven blinden Fleck' verpacken, so ignorieren wir bei den Diskussionen um 'Objektivität' und 'objektive' Realität unseren ganz persönlichen Beitrag dazu und unser ganz persönliches Interesse. Wenn es sich beweisen ließe, dass es objektive Reali-

99 Steven Pinker „Denken – Wie das Denken im Kopf entsteht“; Fischer TB, 2. Aufl., 2011, 767 S.

tät gibt, gäbe es auch objektive Sachzwänge und ich könnte nicht uneingeschränkt und jederzeit selbstverantwortlich sein, sondern das könnte ich dann auch Gott, Mama oder dem Kaiser überlassen. Wie 'richtiges' Wahrnehmen sei, bestimmen die dann.

Hauptaufgabe des Gehirns ist es, ein Verhalten zu erzeugen mit dem ich überleben kann. Gedanken und Bewusstsein sind dabei zwei Seiten. Bewusstsein funktioniert auch ohne Gedanken, nicht aber umgekehrt. Jürgen Fischer ¹⁰⁰ – seit 1994 betreibt er mit www.orgon.de eine der umfangreichsten Webseiten zur Orgonomie, seit über 30 Jahren stellt er die Geräte her, die von Wilhelm Reich entwickelt wurden, und lehrt die sinnliche Wahrnehmung der Lebensenergie und wie sie als Tor zur Gegenwärtigkeit genutzt werden kann – hat seine praktischen Erfahrungen und Erkenntnisse 2011 zusammengefasst in dem Buch "Sexuelle Liebe im JETZT oder Die zweite sexuelle Revolution". In Bezug auf mein Thema hier, Wahrnehmen, gibt er eine konsistente Zusammenfassung der Lehren von Wilhelm Reich und von Eckhart Tolle, von Charakterpanzer und Schmerzkörper. Dadurch bekommen die psychologischen und neurobiologischen, eher trocken, wissenschaftlichen Aspekte hier plötzlich einen neuen und für mich als Anwender lebensfreundlichen Hintergrund: Ich kann mich aus der scheinbaren Geschlossenheit von objektiven Sachzwängen, von Gedankenwelten lösen. Ich kann mich als lebendig pulsierende Existenz verbinden mit der meiner Partnerin. Das macht unser gesamtes Leben zu einem lebendigen Wahrnehmen in Bewusstheit.

100 Jürgen Fischer "Sexuelle Liebe im JETZT oder Die zweite sexuelle Revolution": 2011, Books on Demand, ISBN: 9783842344679, <<http://www.orgon.de/SexuelleLiebe.htm>>

4.6 **Objektivität**

Die Gesellschaft, in der ich lebe, hat sich seit Generationen eingeschworen auf ein materialistisches Weltbild. Das könnte ein Erbe der Zeit der Aufklärung sein – weg vom Mystizismus, mit der sich die Kirche ihre Macht erhalten wollte, hin zum Objektivismus der Wissenschaft. In seinem 2009 erschienenen Buch "Realometer" stellt von Schlegell den Objektivismus der Aufklärung als Propaganda infrage. Während Edgar Allan Poe mit "The Great Balloon Hoax" ganz offensichtlich die Wirklichkeit manipulierte, konstruierte die Aufklärung die Illusion einer bestehenden, abgeschlossenen Wirklichkeit, eines Gegenstandes, der von außen neutral analysiert und bewertet werden konnte. Laut von Schlegell diente diese Darstellung - das "unsichtbare Buch" der Aufklärung - der Verhüllung der Wirklichkeit und wurde damit Teil einer ideologischen Operation.

Das Denkmodell des naiven Realismus legt uns nahe zu glauben: Wir Menschen stehen unserer Außenwelt als neutrale Beobachter gegenüber, und unsere Sinnesorgane bilden diese Außenwelt naturgetreu in unser Gehirn ab. Doch wir sehen von der Außenwelt nur einen außerordentlich beschränkten Ausschnitt. Die objektive Realität umfasst zumindest mehr, als wir von ihr wahrnehmen können. Selbst das, was wir mit unseren Sinnesorganen wahrnehmen können, nehmen wir nicht so wahr, wie es wirklich ist.

Auch der Anteil der objektiven Realität, den wir wahrnehmen können, ist mit dem Bild, das wir uns von ihm machen, nicht identisch. Was wir von unserer Außenwelt wahrnehmen, sind nicht Objekte, Bewegungen, Szenerien — diese entstehen erst in unserem Gehirn — sondern lediglich Lichtintensitäts- oder Schalldruck-Verteilungen, die von den Objekten herrühren.

Der Begriff "Realität" wird im allgemeinen auf die Außenwelt bzw. auf Ereignisse der Außenwelt bezogen. Die Außenwelt als Realität wird unabhängig vom Menschen (Beobachter) gesehen. Der Mensch kann die Außenwelt über seine Sinne wahrnehmen. Der Umgang mit der Umwelt umfasst also nur eine Untermenge von Realitäten, eine eingeschränkte Realität, die den Sinnen zugänglich ist.

Es ist hier angebracht, eine (logische) Unterscheidung zwischen den Begriffen Realität und Wirklichkeit zu treffen. "Die Realität" das ist Alles, das Universum und der ganze Rest. Realitäten wirken teilweise auf Menschen ein. Doch nur dieser (kleine!) Teil Einwirkung von Realitäten auf den Menschen wird als Wirklichkeit erfahren. Diese Einwirkung von Realitäten geschieht über das Erleben von Ereignissen und deren physischer,

psychischer und mentaler Verarbeitung. Ereignisse finden im Raum und nacheinanderfolgend im Sinne einer Ereigniskette (Geschehen) statt, d. h. sie sind Punkte einer vierdimensionalen Raumzeit. Diese Art von Ereignissen ist quantifizierbar. Sie betreffen die Physis.

Es stellt sich nun die Frage, ob es außerhalb der Raumzeit logische Bereiche gibt, in denen ein Geschehen definierbar ist bzw. ob es andere logische Bereiche gibt, die nicht physischer Art sind. Ereignisse betreffen nicht nur die Außenwelt; sie können sich auch als Ereignisse des psychischen Innenraumes manifestieren. Ereignisse des Innenlebens, wie z. B. Träume sind nicht quantifizierbar, da sie allein qualitativer Art sind.

Trotz der qualitativen Eigenschaften psychischer Erlebnisräume können die Ereignisse dieser Erlebnisräume die Außenwelt beeinflussen und somit quantifizierbare Auswirkungen haben (Beispiele hierfür sind Visionen, Träume und Vorstellungen). Es ergibt sich hier die Frage nach der Definierbarkeit "qualitativer Bereiche" außerhalb der Raumzeit.

Lange vor aller Neurobiologie skizziert Freud die Entstehung des Psychischen lapidar mit wenigen Federstrichen in einem Brief: "Du weißt, ich arbeite mit der Annahme, dass unser psychischer Mechanismus durch Aufeinanderschichtung entstanden ist, indem von Zeit zu Zeit das vorhandene Material von Erinnerungsspuren eine Umordnung nach neuen Beziehungen, eine Umschrift erfährt. Das wesentlich Neue an meiner Theorie ist also die Behauptung, dass das Gedächtnis nicht einfach, sondern mehrfach vorhanden ist, in verschiedenen Arten von Zeichen niedergelegt."

Unsere persönliche Realität, die Wirklichkeit, ist von unseren Erfahrungen geprägt und verändert so das Bild der äußeren Realität im persönlichen Bewusstsein. Unterschiede in wahrgenommenen Objekten sind also nicht unbedingt vorgegeben, sondern werden von uns selbst oder von dem Kreis, dem wir angehören, gesetzt, attribuiert. Gerade dies macht einen Kulturkreis, eine Nation, eine Partei, eine Familie aus, dass die ihr angehörenden Menschen bezüglich ihrer Erlebniswelten ganz bestimmte gemeinsamen Prioritäten setzen. Unsere persönliche Erlebniswelt wird in entscheidender Form geprägt durch Traditionen, kulturelle Einflüsse und durch individuelle Unterschiede.

Die zwingende Schlussfolgerung ist, dass wir die objektive Realität (bzw. das Bild des Ausschnitts von ihr, das uns die Sinne zeigen) im Gehirn interpretieren und wir erst dadurch unsere persönliche Realität schaffen. Ja, der radikale Konstruktivismus behauptet und beweist in allen von ihm bisher untersuchten Wissenschaftsgebieten, bisher unwiderlegt, dass

unsere gesamte Erlebniswelt, die Wirklichkeit, vollständig vom Gehirn konstruiert wird, wobei die äußeren Sinneseindrücke lediglich *als Anregungen* zu Hilfe genommen werden.

Was wir auch tun, wir arbeiten immer nur mit Wahrnehmungen von Objekten, nie mit den Objekten selbst. Dieses führt uns zu der vielleicht überraschenden, aber doch nicht widerlegbaren Feststellung, dass die objektive Realität etwas ist, was wir nie werden erkennen können, ja, wir können nicht einmal mit Bestimmtheit sagen, ob es sie überhaupt gibt.¹⁰¹

Damit sind wir bei einer Grundaussage östlicher und indianischer Philosophien angelangt, die als objektive Realität die Welt des Geistes ansehen, während die materielle Welt, die wir mit unseren fünf Sinnen wahrnehmen, für sie nur eine vom Geist geschaffene Welt des Scheins darstellt. Dennoch, allein diese uns allen mehr oder weniger gemeinsame Formenwelt macht Kommunikation über unser äußeres Erleben erst möglich und erzeugt gleichzeitig in uns den Eindruck eines kollektiven Erlebens.

Es ist uns Menschen unmöglich zu beweisen, ob es den materiellen Kosmos überhaupt gäbe, wenn es keine Menschen gäbe, die ihn wahrnehmen und miteinander über ihn reden. Und auch unsere Messinstrumente, als materielle Konstruktionen, bilden nur ab, was ihren Erbauern vorgegeben ist im Rahmen ihrer *zugelassenen* Informationen, als einer ideellen Konstruktion, wie und was wahrzunehmen sei. Was kann man erkennen? Was kann man bezeugen? Und wie zuverlässig ist man dabei?

Stanislav Grof (* 1931 in Prag) ist ein Medizinphilosoph, Psychotherapeut und Psychiater. Er rief 1978 zusammen mit den Gründern des Esalen-Instituts, Michael Murphy und Richard Price die ITA (International Transpersonal Association) ins Leben und gilt als einer der Begründer der transpersonalen Psychologie. Er entwickelte zusammen mit seiner Frau Christina Grof die Technik des holotropen Atmens, die er aber immer als ungenügenden Ersatz für eine LSD-Therapie sah. Grof hat es sich zur Lebensaufgabe gemacht, ungewöhnliche Bewusstseinszustände bzw. "Bewusstseinsweiterungen" – zunächst erzeugt durch Drogen, später durch Atemtechniken oder hervorgerufen durch psychische Erkrankungen (wie Psychosen) und in Ausnahmesituationen – zu erforschen.

Er schreibt¹⁰² "In »normalen« oder gewöhnlichen Bewusstseinszu-

101 Grazyna Fosar, Franz Bludau: "Der kosmische Mensch — Ein Weg zum Denken zu kommen"; Frankfurt; 3. Aufl., 1997

102 Stanislav Grof "Das Abenteuer der Selbstentdeckung - Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände"; 1987; München, Kösel

ständen erfahren wir uns selbst als innerhalb der Grenzen unseres physischen Körpers existierend (Körperbild). Die Wahrnehmung der Umwelt wird durch die Reichweite der Sinnesorgane eingeschränkt. Sowohl unsere Innenwahrnehmung (Interozeption) als auch die Wahrnehmung unserer Außenwelt (Exterozeption) bewegen sich innerhalb der gewöhnlichen räumlichen und zeitlichen Grenzen. Unter normalen Umständen können wir in lebendiger Weise und mit allen unseren Sinnen nur die Ereignisse im gegenwärtigen Augenblick und in unserer unmittelbaren Umgebung erfahren. Vergangene Ereignisse können wir uns wieder ins Gedächtnis rufen, zukünftige Ereignisse gibt es nur in unserer Vorahnung oder Phantasie, aber wir können weder die Vergangenheit noch die Zukunft unmittelbar erfahren. In transpersonalen Erlebnissen hingegen, wie sie sich in psychedelischen Sitzungen, in erfahrungsorientierter Selbsterforschung ohne Anwendung von Drogen, in Trancezuständen, Meditationen oder spontan einstellen können, scheinen eine oder mehrere der genannten Beschränkungen nicht mehr zu existieren.

Auf der Grundlage dieser Erörterungen lassen sich transpersonale Erfahrungen definieren als die erlebensmäßige Ausdehnung oder Erweiterung des Bewusstseins über die gewöhnlichen Grenzen des Körper-Ich sowie über die Beschränkungen von Raum und Zeit. Zu diesen Erfahrungen zählen die unterschiedlichsten Phänomene, die auf verschiedenen Realitätsebenen auftreten können. In einem gewissen Sinn umfasst das gesamte Spektrum transpersonaler Erlebnisse die Existenz selber. Bevor ich weiter auf diese Art von Erfahrungen eingehe, möchte ich zwei neue Begriffe einführen, die ich später (S. 285 f) ausführlicher erklären und besprechen werde. Sie beziehen sich auf zwei einander ergänzende Formen des Bewusstseins, in denen wir uns selber und die Welt erfahren können.

Hylotropes oder materieorientiertes Bewusstsein ist der Begriff, den ich für die normale, alltägliche Erfahrung dessen anwende, was übereinstimmend als Realität aufgefasst wird. Das holotrope Bewusstsein oder das Bewusstsein, das auf Ganzheit und Totalität der Existenz abzielt, charakterisiert bestimmte außergewöhnliche psychische Zustände, etwa meditative, mystische oder psychedelische Erfahrungen. Es lässt sich auch in vielen spontan auftretenden Erlebnissen beobachten, die von der gegenwärtigen Psychiatrie als psychotisch klassifiziert werden.

Im hylotropen Bewusstseinszustand erfahren wir lediglich einen sehr abgegrenzten und spezifischen Ausschnitt der phänomenalen Welt oder dessen, was übereinstimmend als Realität aufgefasst wird. Diese Erfahrung schreitet von einem Augenblick zum nächsten fort. Art und Umfang dieses bruchstückhaften Erlebens von Realität sind eindeutig definiert

durch unsere räumlichen und zeitlichen Koordinaten in der phänomenalen Welt, die anatomischen und physiologischen Beschränkungen unserer Sinnesorgane sowie die physischen Merkmale der Umgebung.

In einem holotropen Bewusstseinszustand kann man zusätzlich den Zugang zu allen übrigen Aspekten der Existenz gewinnen. Damit sind nicht nur die individuelle biologische, psychologische, soziale, rassische und spirituelle Vorgeschichte sowie Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der gesamten phänomenalen Welt gemeint, sondern auch viele andere Bereiche und Ebenen der Realität, die von den großen mystischen Traditionen der Welt beschrieben worden sind. Ein wissenschaftlicher Vergleich der mystischen Schriften zeigt, dass sich die meisten Lehren dieser Art in einem komplexen und hierarchischen Schichtenmodell der Realität vereinigen lassen, das sowohl phänomenale als auch transpersonale Aspekte der Existenz einbezieht (Wilber 1980).

Der grobstoffliche Erfahrungsbereich umfasst die Welt des Bewusstseins im normalen Wachzustand und die Realität, wie sie uns durch die Sinnesorgane vermittelt wird. Das entsprechende Weltbild und In-der-Welt-Sein beruhen ausschließlich auf Informationen, die vom physischen Körper und der materiellen Welt stammen, auf dem linearen Kausalitätsprinzip und auf der Newtonschen Auffassung von Zeit und Raum. Viele Systeme der philosophia perennis haben aber zusätzlich mehrere transpersonale Bereiche oder Ebenen der Existenz erkannt und erforscht, die gewöhnlich als die feinstoffliche, die kausale und die letzte oder absolute Ebene bezeichnet werden.

Transpersonale Erfahrungen haben viele eigentümliche Merkmale, die die fundamentalsten Annahmen der materialistischen Wissenschaft und des mechanistischen Weltbildes ins Wanken bringen. Forscher, die diese faszinierenden Phänomene ernsthaft untersucht bzw. sie selber erlebt haben, erkennen, dass die Versuche der traditionellen Psychiatrie, sie als irrelevante Phantasiegebilde oder Produkte pathologischer Gehirnp Prozesse abzutun, oberflächlich und dem wahren Sachverhalt nicht angemessen sind. Jedes unvoreingenommene Studium des transpersonalen Bereichs in der Psyche muss zu der Schlussfolgerung führen, dass die dabei gemachten Beobachtungen eine Herausforderung des Kartesisch-Newtonschen Paradigmas der westlichen Wissenschaft darstellen.

Transpersonale Erfahrungen stellen sich zwar beim einzelnen Menschen im Laufe einer tiefgehenden Selbsterforschung ein, doch lassen sie sich nicht einfach als innerpsychische Phänomene im konventionellen Sinn interpretieren. Zum einen bilden sie im Erleben ein durchgehendes Konti-

num mit biographischen und perinatalen Erfahrungen. Zum anderen scheinen sie unmittelbar - ohne Vermittlung der Sinnesorgane - Informationsquellen zu erschließen, die eindeutig außerhalb dessen liegen, was man herkömmlicherweise zum Individuum rechnet.

Berichte von Personen, die Episoden aus ihrer embryonalen Existenz, den Augenblick der Empfängnis und Elemente des Zell-, Gewebe- oder Organbewusstseins erlebt haben, enthalten eine Fülle richtiger Erkenntnisse über die anatomischen, physiologischen und biochemischen Aspekte der beteiligten Prozesse. Ebenso vermitteln Ahnen-Erfahrungen, rassische und kollektive Erinnerungen im Jungschen Sinn sowie Erinnerungen an frühere Inkarnationen sehr spezifische Details über die Architektur, die Kleidung, die Waffen, die Kunst, die Sozialstruktur und die religiöse Praxis der betreffenden Kultur und Zeitepoche, ja sogar konkrete historische Ereignisse. Personen, die phylogenetische Erfahrungen gehabt oder sich mit existierenden anderen Lebensformen identifiziert haben, empfanden ihre Erlebnisse nicht nur als ungewöhnlich überzeugend und authentisch, sondern erwarben dabei auch außergewöhnliche Erkenntnisse über die Psyche der betreffenden Tiere, ihre besonderen Verhaltensweisen oder ihre spezifischen Fortpflanzungszyklen. In manchen Fällen liefen mit solchen Erlebnissen archaische, für Menschen nicht charakteristische Muskelinnervationen oder sogar komplexere Verhaltensweisen wie etwa ein Werbungstanz parallel.

Bei denjenigen, die sich mit Pflanzen oder Teilen von Pflanzen identifiziert haben, stellen sich gelegentlich bemerkenswerte Erkenntnisse über botanische Prozesse ein, etwa über die Samenkeimung, die Photosynthese in Blättern, die Rolle der Auxine im Wachstum einer Pflanze, den Wasser- und Mineralienaustausch in den Wurzeln oder die Bestäubung. Ebenso häufig ist die feste Überzeugung, die Existenz lebloser Materie oder anorganischer Prozesse angenommen zu haben, also zum Wasser des Ozeans, zu Feuer, zu einem Blitz, einem Vulkan, einem Tornado, zu Gold, zu einem Diamanten, zu Granit oder sogar zu Sternen, Galaxien, Atomen und Molekülen geworden zu sein. Auch diese Erfahrungen können manchmal neue und wichtige Informationen über verschiedene Aspekte der Natur vermitteln.

Die philosophische Herausforderung, die in den oben beschriebenen Beobachtungen steckt, ist an sich schon gewaltig. Sie wird aber noch weiter durch die Tatsache verstärkt, dass transpersonale Erfahrungen, die die materielle Welt korrekt widerspiegeln, offenbar auf dem selben Kontinuum wie solche Erfahrungen liegen bzw. mit Erfahrungen engstens verknüpft sind, deren Inhalt gemäß dem westlichen Weltbild nicht Teil der

objektiven Realität ist. In diesem Zusammenhang könnten wir die Jung-schen Archetypen anführen, die Welt der Gottheiten, Dämonen, Halbgöt-ter und Überhelden sowie die komplexen Handlungsabläufe aus Mythos, Legende und Märchen."

Diese Erfahrungen kann jeder Mensch machen, der sich einlässt auf die vielen Techniken, die im Laufe der Menschheitsgeschichte von den verschiedensten Kulturen entwickelt wurden oder wie sie die Grofs und die vielen von ihnen Ausgebildeten mit dem holotropen Atmen anbieten. Wir sollten also zurückhaltend sein, wenn wir schulmäßige Psychologen und Psychiater von ihren abschließenden wissenschaftlichen Erkenntnis-sen sprechen hören, solange ihre Schulen nicht die seit hundert Jahren immer weiter vertieften und verbreiterten Erkenntnisse der Quantenphy-sik über die zugleich teilchenhafte und wellenhafte Existenz des Univer-sums einbeziehen.

William James, der Vater der amerikanischen experimentellen Psy-chologie, schrieb 1890 "Bis vor wenigen Jahren nahmen die Philosophen an, dass es einen typischen menschlichen Verstand gebe, dem der eines jeden einzelnen Menschen ähnele (...). Seit jüngster Zeit jedoch hat sich eine Fülle von Erkenntnissen ergeben, die uns zeigen, wie falsch diese Ansicht ist."

Heute, 113 Jahre und zahllose Experimente von Psychologen, Neuro-logen und Neurobiologen weiter, ist es sicher, das jeder einzelne mensch-liche Verstand seine ganz eigene Art und Weise besitzt, die Welt wahrzu-nehmen. Besonders ungewöhnlich und besonders eindrucksvoll ist das am Beispiel von Synästhetikern¹⁰³ zu finden¹⁰⁴. Schließlich leben so alle Neu-geborenen, 30 bis 50 Prozent der Kinder und jeder 2000. Erwachsene¹⁰⁵.

Patrizia Duffy schreibt über die erste Konfrontation ihrer Fähigkeit mit der Umwelt:

"Die Bestürzung meines Vaters steigerte sich noch, als er erfuhr, dass seine Tochter nicht nur farbige Buchstaben sah, sondern auch

103 Synästhesie : die (Mit-)Erregung eines Sinnesorgans durch einen nicht spezifischen Reiz, die zu gleichzeitigem Erleben verschiedener Sinneseindrücke bei Reizung von nur einem Sinnesorgan führt

104 z.B. von Patrizia Duffy: " Jeder blaue Buchstabe duftet nach Zimt — Wie Synästhetiker die Welt erleben"; deutsch: München, 2003

105 Audio-CD: IST MEIN BLAU DEIN BLAU? mit *Hinderk M. Emrich*; www.suppose.de/texte/emrich.html
- Neurophilosophische Überlegungen zur *Synästhesie* mit *Hinderk M. Emrich* Konzeption und Re-gie: Klaus Sander, Anja Theismann Erzähler: *Hinderk M. Emrich*, ...
oder auch in <http://www.synaesthesiewerkstatt.de/synaesthesie.htm>

farbige Zahlen, und dass sie sogar Zeit als etwas Farbiges wahrnahm: Eine Woche war ein bunter Gehsteig, der mit sieben quadratischen Platten — einer für jeden Tag — gepflastert war, und ein Jahr stellte sich mir als eine lang gestreckte Kette von zwölf bunten Rechtecken dar. Mein Vater war über meine Schilderungen überrascht, und ich war überrascht über seine Überraschung. Für mich war es einer dieser Momente im Prozess des Erwachsenwerdens, in dem man eine Ahnung davon erhält, dass die Welt möglicherweise nicht so ist, wie man sie bislang wahrzunehmen gelernt hat. Es war ein Moment, in dem die grundlegendste aller Fragen, die Frage, die Menschen gesellschaftlich miteinander verbindet — "Siehst du das, was ich sehe?" — in einem luftleeren Raum zu schweben und keinerlei Bezug auf gemeinsam Erfahrenes zu nehmen schien.

Ich fühlte mich auf einmal auf einer eigenen privaten Insel von marieblauen Cs, dunkelbraunen Ds, grün funkelnden Siebenen und weinroten Vs ausgesetzt. Ich fragte mich, was ich sonst noch anders als der Rest der Welt sah. Was sah der Rest der Welt, das ich nicht sah? Mir kam der Gedanke, dass vielleicht jeder Mensch auf der Welt irgendeine kleine merkwürdige Eigenschaft hinsichtlich seiner Wahrnehmung besaß, deren er sich nicht bewusst war und die ihn auf seine private Insel verbannte und ihn auf mysteriöse Weise von allen anderen abtrennte. Und ganz plötzlich überkam mich das Schwindel erregende Gefühl, dass es viele dieser privaten Inseln geben könnte.

Einige Leute haben mich gefragt, warum ich meine farbigen Wörter als Kind niemandem gegenüber erwähnt habe. Es kam mir eben nie in den Sinn, über sie zu sprechen. Sie waren einfach Teil der Welt, die zu entdecken ich im Begriff war. In jenem Alter verwoben sich verschiedene Vorkommnisse unauflösbar miteinander, um sich zu einem einzigen Gebilde gelebter Erfahrung zusammenzufügen. Ich kam nie auf den Gedanken, dieses Gebilde aufzulösen und die Muster, die ich wahrnahm, zu beschreiben, so als ob sie etwas Ungewöhnliches wären."

Und aus dem Erwachsenenleben berichtet Duffy:

"Im Leben hängt so viel von der Frage ab: "Siehst Du das, was ich sehe?" Carol und ich sitzen zusammen in ihrem Loft in Downtown Manhattan und streiten bei einer Tasse Bancha-Tee über die Farbe des Buchstabens L. Wir sind uns über die Farben vieler Buchstaben uneins, doch ihr Beharren darauf, dass das L schwarz mit blauen Schattierungen sei, kommt mir besonders absurd vor, denn ich sehe das wirklich komplett anders. "Schwarz mit blauen Schattierungen ist die Farbe, die Veronicas Haar in den Archie-

Comics hat", sage ich. "Aber es ist nicht die Farbe von L. L kann doch ganz klar nur von einem äußerst blassen, äußerst zarten Gelb sein." "Ganz klar ist nur, dass dein L Vitamine braucht", entgegnet Carol daraufhin.

Und ganz klar ist, dass irgend etwas in jedem von uns will, dass die spezifische Art und Weise, in der wir die Welt färben, dominiert. Mein Streit mit Carol über die Farbe des Buchstabens L scheint diese allgemein menschliche Tendenz auf eine etwas ungewöhnliche Weise deutlich zu machen.

Bei unseren Treffen zanken Carol und ich uns immer, um gleich darauf gemeinsam zu kichern, denn es bedeutet eine große Erleichterung, mit jemandem zusammensitzen, der sagen kann: "ja, ich sehe das, was du siehst, wenn du es auch in der falschen Farbe siehst".

Für jeden von uns Menschen hängt unendlich viel von der Frage ab: "Siehst du das, was ich sehe?" Es ist die fundamentalste aller Fragen, die Menschen gesellschaftlich zusammenschmiedet. Die Antwort auf diese Frage ist entscheidend für sehr viele verschiedene Dinge in unserem Leben: dafür, für wie gesund in geistiger Hinsicht man uns erachtet, aber auch dafür, wer die anderen Menschen sein werden, die für uns von Bedeutung sind, unsere Freunde fürs Leben, unsere Verbündeten am Arbeitsplatz, unsere Ehepartner. Die Leute sehen es im Allgemeinen als gegeben an, dass die meisten anderen Menschen, die es auf der Welt gibt, das sehen, was sie selbst sehen. Für einen Synästhetiker — einleuchtend, aber gilt das nicht in gewisser Hinsicht für jeden Menschen — ist die Sachlage viel komplizierter.

Es sind nicht nur die farbigen Buchstaben, die ein Band zwischen Carol und mir schmieden. Es ist das lebenslange Gefühl, dass zwischen unseren Wahrnehmungen und denen des ganzen Restes der Menschheit eine unerklärliche Lücke klafft. Es ist die Erfahrung und das Empfinden, einer Minderheit anzugehören, was diese Wahrnehmungen betrifft, Wahrnehmungen, die von der Welt im Allgemeinen nicht anerkannt werden. Es ist das dadurch entstehende dringende Bedürfnis, der eigenen Sicht der Dinge Ausdruck zu verleihen und sich mit anderen zu verbinden, die dasselbe sehen oder bereit sind, es sich anzuschauen."

Jedes Mal, wenn wir etwas Neues lernen, wird das neue Wissens-Territorium *da draußen* angeschlossen an den existierenden Korpus des Wissens, den wir in uns haben, weil irgendein Aspekt des Wissens oder die Art und Weise, in der es repräsentiert wird, als Brücke zu fungieren vermag. Das kann für den einen der Klang eines Wortes sein, für den anderen der Geruch im Zimmer beim Lesen oder die Härte des Sitzes beim

Lernen. Alle diese Brücken bleiben mit dem Begriff verbunden.

Es mag schon sehr eigentümlich erscheinen, doch einige vor einiger Zeit angestellte linguistische Untersuchungen haben ergeben, dass der neurale Prozess, mit dem wir Sprache speichern, in höchstem Maße persönlich ist. Francis Crick, der Mitentdecker der Doppelhelixstruktur von DNA, hat auch Untersuchungen durchgeführt, die darauf hinweisen, dass die Art und Weise, in der jeder von uns Sprache codiert, so einzigartig und unverwechselbar ist wie seine oder ihre Fingerabdrücke. Jeder Einzelne von uns besitzt ein eigenes neurales Schema, das seiner oder ihrer Sprachfähigkeit zugrunde liegt.

Mit Hilfe ihrer Untersuchungen von Hirnaktivität während der Verwendung von Sprache haben Dr. Crick und sein Team am Salk Institute in La Jolla, Kalifornien, herausgefunden, dass verschiedene Aspekte von Sprache in verschiedenen Regionen des Gehirns weiterverarbeitet werden. Im Unterschied zu dem, was man bislang annahm, gibt es kein allein zuständiges Sprachzentrum in der linken Gehirnhälfte, das aktiviert wird, wenn man Wörter hört, spricht oder an sie denkt, sondern vielmehr werden eine Reihe verschiedener Zentren, die über den visuellen und den auditiven Cortex verteilt sind, zugleich aktiviert, und die Informationen aus jedem dieser Zentren verbinden sich, um die persönliche Gesamtbedeutung des Wortes mit allen relevanten Implikationen zu bilden.

Man muss unbedingt der Tatsache eingedenk bleiben, dass das neurale Muster linguistischen Speicherns eines jeden Einzelnen von uns einzigartig und einmalig ist und in keinem anderen menschlichen Gehirn noch einmal vorkommt. Und das, was für den Spracherwerb gefunden wurde, dürfte analog für jeden Wissenserwerb und alle Erinnerungen gelten. So wie jeder Mensch für die Welt einmalig aussieht, so sieht er auch einmalig in die Welt hinein. Einen Menschen wie Sie gab es nie vorher und wird es später nie wieder geben.

Wenn wir begreifen, dass unsere Wirklichkeit nur so real ist, wie wir sie zu erkennen vermögen, dann brauchen wir nicht mehr vor der wachsenden Unübersichtlichkeit dieser Welt zu verzweifeln. Sie ist nur ein Spiegel unseres eigenen Bewusstseinsstandes. Durch die persönlichen Lernprozesse kann jeder von uns beginnen, seine eigene Wirklichkeit wieder als einfach zu erkennen und damit ein Ziel seiner irdischen Existenz zu erlangen.

Oder, einfacher und alltäglicher, ich finde zurück zu Muße. Was wir alle in Kindertagen konnten: den Geschmack der Unwiederholbarkeit jedes Moments genießen, sich davon ergreifen lassen, zweckfrei, lustvoll,

mitfühlend und beherzt. Und, was ich als Kind schon heimlich über die Erwachsenen dachte, aber mich nie traute, es laut zu sagen, jetzt ist es wissenschaftlich erwiesen — Objektivität ist nichts als eine Bewusstseinsstörung.

4.7 *Wahrnehmen*

Aus einem anderen Blickwinkel hat dieses "sich Gedanken machen ist nur planmäßiges Umschichten von Vorurteilen" große Ähnlichkeit mit den Computerviren. Das Heimtückische hier an diesem virtuellen Virus ist, dass er im physikalisch-biologischen Sinne gar nicht existiert. Es gibt ihn nicht in der Natur. Er ist eher als eine Art Geist-Virus¹⁰⁶ zu verstehen. Und wir können daran krank und leidend werden wie an einem körperlichen Virus.

Um diesem "Virus" auf die Spur zu kommen, bedarf es einer neuen Art von Wahrnehmung, die virtuelle Art der Wahrnehmung. Um diese virtuelle Wahrnehmung von der realen Wahrnehmung unterscheiden zu können, werde ich sie 'Wahnnehmung' nennen. D.h. reale Dinge werden '*wahrgenommen*', aber virtuelle Dinge werden '*wahngenommen*'. Wir brauchen für die 'Wahnnehmung' keine neuen Instrumente, sondern eine neue Denkart, die dann zu einer neuen Deutungsweise führt — und das bestimmt, was wir wahrnehmen.

Das Wort *Wahn* ist vom altertümlichen Tätigkeitswort "wähnen" abgeleitet und bedeutet nichts anderes als *denken*. Das germanische Wort *waan* entspricht dem lateinisch-griechischen Wort "phan", wie man es u.a. in "Phantom" und in "Phantasie" findet (gr. lat. *phantasia* = 'Einbildung, geistiges Bild'). Erst im 18. Jahrhundert gerät es in die semantische Nähe zum nicht verwandten Wort *wana*, aus dem sich Wahnsinn abgeleitet hat (ahd. mhd. *wan* 'fehlend, leer').

Ich halte es durchaus für sinnvoll, das alte Wort 'Wahn' in seiner ursprünglich neutralen Bedeutung wieder zu aktivieren. Es ermöglicht uns nämlich, eine Art von Dualität zwischen Wahr und Wahn herzustellen, analog zur Unterscheidung zwischen Realität und Virtualität. Der Begriff *wahn* bezieht sich demnach auf gedachte, subjektive Gegebenheiten, die nur psychisch, denkend veränderbar sind, während *wahr* sich auf objektive Eigenschaften bezieht, die nur physisch, körperlich zu verändern sind. Oder anders herum gesagt: objektive Eigenschaften sind wahrlich und subjektive Gegebenheiten sind wahnlich.

Die meisten Dinge sind ja nicht bloß materiell vorhanden, sondern wir geben ihnen auch Attribute: sie haben einen Zweck, eine Funktion, einen Nutzen, einen Sinn oder eine Bedeutung. Diese Qualitäten wurden

106 http://www.muc.de/~heuvel/papers/virtuelle_viren_1.html und ... [_2.html](#) (Stand: 01/2003); zuletzt in http://www.satsangforum.de/satsang/topic/wahrheit-und-wahn_3385.html (Stand 8/08) (vollständiger Text in Anhang 13.2) zu "leiden" siehe auch http://www.muc.de/~heuvel/papers/passion_de.html

von Menschen vergeben, verliehen, zugeordnet, erfunden und letztlich auch so empfunden. Ein Attribut ist somit ein Merkmal, das *angegeben* wird. Als Übersetzung des Wortes *Attribut* ist deshalb *Gegebenheit* passender als der allgemein verwendete Ausdruck *Eigenschaft*. Eine *Eigenschaft* bezeichnet nämlich ein physikalisch vorhandenes Merkmal.

Dabei sollte nicht übersehen werden, dass Sprache ja nur bemerken kann oder will, was für die Menschen dieser Sprache aus ihrer menschlichen oder gesellschaftlichen Sicht bemerkenswert erscheint. Eigentlich sind also auch die Eigenschaften Gegebenes, Erfundenes; "der Ball ist rot und leicht", das kann ich nur für mich und die anderen Menschen wissen, mit denen ich darüber rede – wie sieht er aus für einen Farbenblinden, für eine Biene, einen Hund. Das kann keiner wissen! Das Wort *Eigenschaft* bedeutet buchstäblich nur: Was dem Ding zu eigen ist – nach Menschenmaß. Das Wichtigste an einer Eigenschaft ist, dass sie objektiv-materiell nach menschlichen Bezugssystemen vorhanden ist; also unabhängig davon, wie ein einzelner Mensch sie bewertet. Das steht im Gegensatz zu einer Gegebenheit, die ein subjektiv-ideelles, von uns persönlich oder gesellschaftlich vergebenes oder vereinbartes Merkmal ist.

Eigenschaften sind im materiellen Sinne vorhanden und können, im Prinzip, mit den Sinnesorganen wahrgenommen werden oder mittels Instrumenten objektiv festgestellt werden. Im Gegensatz dazu müssen *Gegebenheiten* subjektiv, persönlich empfunden oder geistig erkannt werden und anerkannt werden, da sie vom Bewusstsein selbst zugeschrieben, zugeordnet, eingesetzt oder auf andere Weise angegeben ("attribuiert") wurden. Gegebenheiten können also nicht mittels Sinnesorganen oder Instrumenten wahrgenommen werden, sondern müssen geistig wahrgenommen (gewähnt, geargöhnt, erwähnt, erdacht) werden.

Die Unterscheidung nach *Eigenschaft* und *Gegebenheit* ist wichtig, bedeutet sie doch, dass nur *Eigenschaften* physikalisch-materiell verändert werden können. *Gegebenheiten* dagegen erfahren ihren Wandel auf dem geistig-intellektuellen Weg. Wenn uns also eine Gegebenheit stört, dann liegt das meistens an unseren Ansichten und Bewertungen, d.h. wir müssen unsere geistige Haltung ändern. Das geschieht am besten durch Nachdenken und im Gespräch mit anderen, also psychisch, kaum durch physischen Einsatz.

Die Unterscheidung zwischen Eigenschaften für Gegenstände der Realität und Gegebenheiten für Gegenstände der Virtualität ist eine Sichtweise, die dazu dient, festzustellen ob etwas real oder virtual ist. Anstelle von Realität und Virtualität, könnte man auch '*Wahrheit*' und

'*Wahrheit*' sagen. Die *Wahrheiten* (Realitäten) werden mittels unserer körperlichen Sinnesorgane, auch vermittelt durch Instrumente, wahrgenommen, während die *Wahnheiten* (Virtualitäten) mittels unserer geistigen Fähigkeiten wahrgenommen werden.

Der Unterschied zwischen Realität und Virtualität ist nur durch Wechseln von einer Sichtweise auf eine andere zu erkennen, d.h. es handelt sich um eine geistige Umschaltung von einer Deutungsweise auf eine andere. Man könnte, in diesem Zusammenhang von einem "*Wahrnehmungsmodus*" reden. D.h. Körper und Geist, Realität und Virtualität usw. erscheinen uns als verschiedene Dinge, weil sie durch verschiedene Wahrnehmungsmodi gesehen werden. Das Wahrnehmungssystem erzeugt, abhängig vom gewählten Wahrnehmungsmodus, unterschiedliche Erscheinungen. Im späteren Abschnitt über das "präsentative System" kommen wir hierauf noch zurück.

Unsere Ansichten bestimmen, was wir sehen und wie wir es sehen; deswegen heißt es auch *Ansichten*. D.h. was wir sehen, ist weitgehend davon abhängig, was wir meinen, glauben oder wissen. Der Begriff '*Ansicht*' ist also wörtlich zu nehmen. Auch die Ideen, die wir gedanklich erfinden, führen zu neuen Deutungsweisen und Ansichten und somit zu neuen Wahrnehmungen bzw. Wahnnehmungen. So gibt es dann einen Bewusstseinsraum, in dem Gut oder Böse, Edel oder Gemein, Geistig und Ungeistig sich gegenüberstehen könnten.

Das Virtuelle hat Macht. Das Wort "virtuell" (von lat. vis = Kraft, virtus = Macht) beinhaltet die Bedeutung 'wirksam' oder 'wirkungsvoll'. Aber wie kann etwas, das es in der Realität gar nicht gibt, überhaupt eine Wirkung haben?

4.8 Vorstellungen

Um zu verstehen, woher die Wirkung des Virtuellen kommt, ist es vielleicht sinnvoll, das System unseres Denkapparats (d.h. Verstand und Gehirn, einschließlich Nerven, Hormone und Immunsystem) als aus zwei Teilen bestehend zu betrachten: Das eine ist das *präsentative System*, das andere ist das *reaktive System*. Das *präsentative System* erzeugt die virtuellen (psychischen) Präsentationen, die Sichtweisen, den persönlichen *Eindruck* von einer Situation. Das *reaktive System* erzeugt die realen (physischen) Reaktionen, den persönlichen *Ausdruck* für eine Situation.

Das reaktive System kann ausschließlich die virtuellen Präsentationen "sehen" und reagiert dementsprechend. Die Reaktionen werden also erst durch die Präsentationen ausgelöst. D.h. das präsentative System kann mittels seines geistigen Vorstellungsinhalts körperliche Reaktionen auslösen. Daher kommt die Macht des Geistes über den Körper.

Betrachten wir zuerst das präsentative System. Die virtuelle Präsentation könnte man sich als eine geistige Art von Anzeige-Tafel vorstellen. Diese Anzeige hat eine ähnliche Funktion wie ein Bildschirm am Computer. Die Präsentation erscheint auf einem geistigen "Schirm", wo sowohl reale als auch virtuelle Dinge *in einer(!) Ansicht(!)* gezeigt werden. Die realen Dinge (*Eigenschaften*) werden von den Sinnesorganen wahrgenommen und auf den Schirm projiziert. Sie kommen also aus der Realität, während die virtuellen Dinge (*Gegebenheiten*) bereits in unserem Bewusstsein und Gedächtnis vorhanden sind (sie wurden ja von uns selbst vergeben) und werden zugleich und deckungsgleich auf den Schirm projiziert. Die virtuellen Gegebenheiten beeinflussen so die direkte Wahrnehmung der Realität; sie fließen buchstäblich in die Wahrnehmung hinein.

Wahrnehmung von Eigenschaften und Wahnnehmung von Gegebenheiten vermischen sich, erstmal ununterscheidbar, als *eine Ansicht*. Sie bilden in unserem Geist ein einziges virtuelles Bild als scharf umrissene Gestalt vor dem undeutlichen Hintergrund. Dieses geistige Bild nun ist die "virtuelle Präsentation", wovon hier die Rede ist. In dieser Präsentation spielt es keine Rolle mehr, ob etwas wahr oder wahn ist. Das reaktive System richtet sich nur nach der Gesamt-Erscheinung auf dem Schirm und kann nicht wissen, welche Anteile virtuell oder real wären.

Deshalb hat jede Angelegenheit drei Seiten: Meine Ansicht davon, die Ansicht des Anderen davon und die Sicht, die wir beide nicht kennen, unsere gemeinsame Schnittmenge von Unwissen II. Ordnung.

Wie gesagt, Erdachtes, Gemeintes, Geglaubtes oder Gewusstes mi-

schen sich ununterscheidbar in die Präsentation ein und deshalb können wir keine reine Vorstellung der Realität erreichen. Grundsätzlich! Nie! Was in der Präsentation erscheint, ist weder Abbild der Realität, noch ist es vollkommen eingebildet; es ist mehr wie ein Modell oder eine Landkarte oder eine andere Art von symbolischer Darstellung, wo z.B. auf einem Kartenblatt Straßenzüge mit ihren Häuserfronten (Eigenschaften, Wahrheiten) *und* Buslinien (Gegebenheiten, Wahrheiten) eingezeichnet sind. Das, was auf dem Bildschirm des präsentativen System erscheint, das ist "meine Wahrheit".

Das reaktive System ist vollständig davon abhängig, was in der virtuellen Präsentation gezeigt wird. Wenn die Präsentation (Anzeige) stimmt, wird die Reaktion vermutlich auch richtig sein. Ist die Präsentation dagegen falsch, so ist die Reaktion wohl ebenfalls verkehrt.

Das reaktive System reagiert auf eine Simulation genauso, wie auf eine richtige Realität. In beiden Fällen hat die Reaktion eine reale Auswirkung, weil sie physiologische bzw. biochemische Reaktionen im Körper auslöst. Das reaktive System antwortet nämlich, indem es Drüsen veranlasst, Hormone auszuschütten, die wiederum den Blutdruck, die Muskelspannung und die Regulation der Organe verändern samt deren psychischen Auswirkungen. Welche Drüsen aktiviert und welche Hormone ausgeschüttet werden, hängt weitgehend davon ab, was in der Präsentation steht. Der physiologische Zustand, in den das reaktive System den Körper versetzt, steht also in direkter Beziehung zum Inhalt der geistigen (virtuellen) Präsentation. Was immer man glaubt oder meint oder weiß, dementsprechend reagiert das System.

Schmerz als Reaktion auf Beziehungskrisen oder Verluste ist keine "Einbildung". Neurobiologisch konnte zweifelsfrei nachgewiesen werden, dass bei solchem sozialen Stress tatsächlich das Schmerzzentrum gereizt wird. Wenn Mediziner seelisches Leiden und psychische oder psychosomatische Symptome, für die sich scheinbar "kein Befund" erheben lässt, in den Bereich der Einbildung verweisen, so ist das nicht nur bar jeder ärztlichen Kompetenz, sondern auch sachlich falsch¹⁰⁷.

Das virtuelle System zeigt Gegebenheiten, die von ihm selbst vergeben wurden. Es bezieht sich aber nicht nur auf sich selbst, es bekommt auch Rückmeldungen von sich selbst (durch s.g. propriozeptive¹⁰⁸ Rück-

107 Joachim Bauer "Prinzip Menschlichkeit – Warum wir von Natur aus kooperieren"; Hamburg; 2006

108 Proprium = das Eigene; "propriozeptive Rückkopplung" die beteiligten Sinneszellen können keine Reize aus der Umwelt empfangen, sondern nur aus dem Körper. Damit erhält sich, unabhängig von der wechselhaften Umwelt, der Organismus in sich selbst stabil.

kopplung) und kann sich dadurch selbst anpassen. So können wir uns selbst als ein anpassendes, lernfähiges und selbstregulierendes System betrachten. D.h. Gedanken, die wir jetzt denken, beeinflussen unsere künftigen Gedanken. Wir haben also die Fähigkeit, uns selbst aufzubauen, umzubauen und so gar abzubauen. Voraussetzung, dies auch willentlich zu tun, ist, dass wir uns nicht als reales, sondern als virtuelles Wesen betrachten.

Als virtuelles Wesen sind wir wesentlich dynamischer, beweglicher und eben auch veränderbarer, als wenn wir uns selbst als eine Realität betrachten. Die Auffassung, uns als virtuelles Wesen zu betrachten, befähigt uns, mit uns selbst virtuell zu "spielen". Das lässt uns, sozusagen, zu virtuellen Künstlern werden. Der virtuelle Virtuose ist, in diesem Falle, identisch mit seinem virtuellen Kunstwerk. Diese Möglichkeit hätten wir nicht, wenn wir uns selbst als reales Wesen ansähen. In diesem Falle glaubten wir nämlich, an die Realität gebunden zu sein, die aber nicht so leicht zu ändern ist. Dieser Glauben an die Realität ist wie ein Anker, der uns festhält.

Das virtuelle Ich birgt auch virtuelle Gefahren. Das virtuelle System des Menschen (die Psyche) ist ein unglaublich raffiniertes und kompliziertes System. Es bietet phantastische Möglichkeiten. Der Umgang mit sich selbst muss aber gekonnt sein: Das virtuelle System ist wie ein zweischneidiges Schwert; auf der einen Seite ermöglicht es eine fast unbegrenzte aufbauende Kreativität, auf der anderen Seite ermöglicht es eine ebenso große Zerstörung. Wir haben es selbst in der Hand, ob wir kreativ oder zerstörerisch sind. Wenn wir uns unseres kreativen und des zerstörerischen Potentials bewusst sind, dann wissen wir auch um die damit verbundene enorme Verantwortung für uns selbst.¹⁰⁹

109 vgl hierzu auch: Anhang 113.3 " Psychophysik 2.0 – Betriebsanleitung für das menschliche Unterbewusstsein". Komplette als E-Book in <http://www.psychophysik.com/html/e04-psychophysik.html>

4.9 Gedankenfehler auflösen

Ein Mensch in der Natur ist von vielen Gefahren umgeben: Verhungern, Verdursten, Erfrieren, Blitzschlag, giftige Pflanze, Giftschlangen, große Raubtiere, Steinschlag und Wetterumschwünge bedrohen ihn existenziell mit dem Tod — ein hungriger Löwe bleibt hungrig, egal, was ich über ihn denke. Wir, in einer Hochzivilisation, bewegen uns in der virtuellen Sicherheit von virtuellen Regelwerken, z.B. Rechtsvorschriften und Bedienungsanleitungen, deren Beachtung wir bewusstlos auch von allen anderen Menschen voraussetzen — "weil nicht sein kann, was nicht sein darf". Und so meinen wir, Unfälle 'passieren'.

Wir Menschen haben Zivilisationen aufgebaut, die fast ausschließlich aus Virtualitäten (erdachten Konzepten) bestehen. In der Natur spielen Virtualitäten keine große Rolle, aber in der Zivilisation birgt eine Verwechslung zwischen Realität und Virtualität große Gefahren in sich. Die Gefahr besteht darin, dass Gedachtes, Geglaubtes oder Gemeintes für echt angesehen wird und somit reales Leid verursachen kann.

Wenn das virtuelle Selbst vermeintlich bedroht ist, dann lässt das präsentative System es so aussehen, als ob dieses "Ich" in realer Gefahr wäre. Das so getäuschte reaktive System reagiert dementsprechend und versetzt den Körper in Alarmzustand (indem es die passenden Hormone ausschüttet). Aber wie kann ein virtuelles Wesen wie mein Selbst in realer Gefahr sein? Die Gefahr ist eingebildet und somit virtuell. Unser System reagiert aber auf virtuelle Gefahren wie auf reale Gefahren.

Das Problem liegt in der Unzulänglichkeit des präsentativen Systems. Dieses System kreiert seine Erscheinungen ohne ausreichend zwischen Phantasie und Wirklichkeit bzw. Wahnheit und Wahrheit unterscheiden zu können — es kann nur *eine* komplexe *Ansicht* liefern. Das reaktive System kann demzufolge auch nicht differenziert reagieren. Psychische Verletzungen können also echt weh tun oder krank machen, weil dadurch physische Reaktionen ausgelöst werden.

Anstatt dass die Psyche nun die falschen Realitäten als Virtualitäten erkennt, versucht sie mit der Auswirkung der Reaktionen fertig zu werden. Das entspricht jedoch nur einer kurzsichtigen Symptombehandlung. Die von der vermeintlichen "Realität" ausgelösten psychischen Schmerzen und Spannungen müssen jetzt gelindert, umgeleitet oder sonst irgendwie unschädlich gemacht werden. Das geht oft nur mit komplizierten Selbsttäuschungsmanövern und Verdrängungsmechanismen: Das ist aber dann der reine Wahnsinn.

Nur auf Grund der Präsentation veranlasst unser reaktives System Hormonausschüttungen und damit physiologische Reaktionen. Anschließend werden diese Reaktionen dann oft als Beweis für die Echtheit der Präsentation empfunden, was den Glauben an dessen Realitätsgehalt festigt. Auf diese Weise entsteht eine Art Gedankenschleife im Bewusstsein, die die Existenz des 'Virus' aufrecht erhält und ihn sogar wachsen lässt. D.h. der Virus ernährt sich von unserem Bewusstsein. Ich nenne das "den Virus mästen".

Es wäre sinnvoll, wenn wir ein virtuelles Immunsystem kreieren könnten. Gedanken können auch rückwirkend unser Denken beeinflussen. Ein neuer Gedanke ist eine neue, virtuelle Gegebenheit in unserem Bewusstsein. So gesehen gleicht es einem virtuellen Schöpfungsakt, wenn wir ein neues intellektuelles Konzept erfinden. Der virtuelle Virus ist ein gedanklicher Virus. Wir bräuchten deshalb ein gedankliches Immunsystem.

Es würde also ausreichen, das virtuelle Immunsystem gedanklich zu schaffen. Das klingt fantastisch und so ist es auch. Virtuelle Dinge werden nämlich tatsächlich dadurch erzeugt, indem man sie denkt! Ich nenne diesen gedanklichen Schöpfungsakt "virtualisieren". Also, warum sollten wir uns kein virtuelles Immunsystem virtualisieren? Das ist sogar ziemlich einfach, denn in der Realität muss ja nichts getan werden, es ist nur eine Idee, aber mehr braucht es auch nicht. Sie brauchen für diese Idee nichts zu bezahlen und es gibt auch sonst nichts zu kaufen; Sie haben schon alles was Sie brauchen.

Der virtuelle Anti-Virus ist das Wichtigste am virtuellen Immunsystem. Der Anti-Virus ist ein Gedanke, der Gedankenfehler aufdeckt. In den Kapiteln 7 "Wo und was ist Ich?" und 8 "Wer antwortet?", insbesondere in 8.3 "Untersuchen von Gedanken" habe ich eine besonders einfache der vielen möglichen Techniken an praktischen Beispielen dargestellt. Und eigentlich handelt dieser ganze Text davon, wie ich mir über meine Wahrheiten und Wahnheiten klar zu werden versuche.

Wahr- und Wahnnehmung werden zusammengenommen in *einer* Gestalt, die sich aus dem Hintergrund von Leben heraushebt. Dabei wird der Hintergrund unsichtbar. Mit Änderung der Ausrichtung von Aufmerksamkeit wandelt sich *ein* Teil des Hintergrunds zur neuen *einen* Gestalt im Folgen auf den Strahl der Aufmerksamkeit. So kann mit der Richtung der Achtsamkeit dann letztlich auch die Relativität von Wahnnehmungen deutlich werden und auch so die Wirkung von Gedankenfehlern aufgehoben werden, mit stetigem Üben stetig leichter.

Die Wirkung des Anti-Virus besteht in seiner Fähigkeit, virtuelle Viren zu erkennen. Die Auswirkung dieser Erkenntnis ist, dass vermeintliche Wahrheiten und sogenannte Realitäten jetzt korrekterweise als Wahnheiten bzw. Virtualitäten erkannt werden. Das Ergebnis dieser Erkenntnis ist, dass die virtuellen Viren ihre falsche "Realität" verlieren. Sie verlieren damit aber auch ihren Einfluss auf das reaktive System.

Da das virtuelle System lernfähig ist, verändert diese Erkenntnis das virtuelle System durch Rückwirkung auf sich selbst, wobei es eine wichtige Mutation in einer sehr tiefen Schicht unseres Bewusstseins vollzieht. Die virtuellen Viren sind dann tot! Das System kann sich jetzt selbst wieder normalisieren. Das Hormonsystem beruhigt sich und das Immunsystem stabilisiert sich. Für die geistige und körperliche Gesundheit wäre es also gut, das Bewusstsein von virtuellen Viren zu befreien.

Die heilende Wirkung des Anti-Virus fängt zwar sofort an, aber es braucht wohl noch einige Zeit, um das Bewusstsein vollständig von Viren zu reinigen. Dann werden Sie aber langsam bemerken, wie die psychologisch verstehbaren Spannungen nachlassen, die psychisch bedingten körperlichen Krankheiten sich auflösen und die natürliche Intelligenz der Psyche sich allmählich wiederherstellt.

Nur, Obacht, dies soll kein neuer Wettbewerb werden "Viren killen". Das würde auf das Mästen eines neuen Virus hinauslaufen. Es ist nur mein liebevolles Spiel mit *meiner Wahrheit*. Und dazu, wie Organisatoren in ihrer Gebrauchspsychologie zu umschreiben pflegen, beachte ich die

"Sechs Schritte zur Kommunikation im Lernprozess":

Gesagt — bedeutet noch nicht gehört
gehört — bedeutet noch nicht verstanden
verstanden — bedeutet noch nicht einverstanden
einverstanden — bedeutet noch nicht gelernt
gelernt — bedeutet noch nicht behalten
behalten — bedeutet noch nicht angewendet

Das ist wie das Schälen von Zwiebeln: sechs Schalen, und jede erfordert jedes mal von neuem das ganze Programm von Motivation und Achtsamkeit. Auch bei mir für mich! Wie vieles habe ich schon gehört, mit vielem bin ich einverstanden, vieles ist mir bewusst, aber was davon werde ich an in meinem Leben?

4.10 Überzeugungen

Das Gegenteil von Wahrheit ist nicht Lüge, sondern Überzeugung. Oder, anders gewendet mit Heinz v. Foerster, Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners. Und Nikolaus von Kues, Philosoph und Theologe an der Grenze zwischen Mittelalter und Neuzeit, bewies, dass es in der Unendlichkeit des Reiches Gottes keine Lüge gibt. Denn alles ist Gott und Gott ist Wahrheit. Darum ist alles wahr, darum kann es Lüge nicht geben.

Es gibt nur die eine Wahrheit, meine Wahrheit und die kann durchaus schmerzhaft im Kampf mit der Realität liegen. Woran merke ich das? Wenn ich, mit dem Kopf in den wolkigen Gefilden meiner Gedanken, mit den Füßen auf den Boden der Realität stoße, dann erlebe ich Stress, komme in Kampf mit der Realität. Und diesen Kampf verliere ich nur einmal, nämlich immer.

Im Vorurteil ist uns die Welt ganz in die Hand gegeben. Wie der Südländer, der Skandinavier oder der US-Amerikaner tickt, das wissen wir gemeinhin, schon bevor wir jemals einen davon zu Gesicht bekommen oder den Fuß in ein fremdes Land gesetzt haben. Irritierenderweise nimmt dieses erfahrungsfreie Bescheidwissen mit wachsender Entfernung zum behandelten Gegenstand sogar zu.

Am sichersten sind wir uns bei den fremdesten Kulturen. Wo noch unbeschwert die Rede von "primitiven Stämmen" von den Lippen geht, darf zumindest die Primitivität des Urteils als gesichert gelten. "Die Schwarzen schnackeln zu viel", verkündete eine Achtung gebietende Vertreterin des deutschen Hochadels zur besten TV-Sendezeit: weswegen sie zu Recht mit Lustseuchen in die Grube fahren. Der Konnex von Stamm, Stammhirn und Stammtisch ist unverkennbar — und offenkundig schichtneutral. Gloria von Thurn und Taxis erntete jedenfalls mehr Beifall als Kritik, wahrscheinlich weil ihr Publikum mit "den Schwarzen" just dieselbe Erfahrung gemacht hatte. Erfahrung? Wo eigentlich?

"Vorurteile bedrohen den zivilen Zustand von europäischen Ländern", so fassten Prof. Andreas Zick und Dr. Beate Küpper die Botschaft einer repräsentativen Umfrage zu Vorurteilen und Diskriminierungen in Großbritannien, Frankreich, Deutschland, Italien, den Niederlanden, Portugal, Polen und Ungarn zusammen¹¹⁰. Das Institut für interdisziplinäre Konflikt- und Gewaltforschung der Universität Bielefeld hat in acht europäischen Ländern eine Studie durchgeführt, die 2009 veröffentlicht wurde. Die WissenschaftlerInnen haben für ihre repräsentative Studie je 1.000 Staats-

110 <http://www.amadeu-antonio-stiftung.de/aktuelles/europaeische-zustaende/> (Stand: 8/09)

bürger in den 8 Ländern befragt. Sie zeigen, dass unterschiedliche Vorurteile in einem "Syndrom der gruppenbezogenen Menschenfeindlichkeit" zusammenhängen.

Wer also für ein Vorurteil anfällig ist, ist dies mit großer Wahrscheinlichkeit auch für andere. Denn der Kern, so die Wissenschaftler, sei "eine Ideologie der Ungleichheit". Für Deutschland untersuchen die Bielefelder dies seit vielen Jahren in einer Langzeitstudie unter der Leitung von Wilhelm Heitmeyer; auf europäischer Ebene ist es die erste Studie dieser Art. In dieser Studie liegt Deutschland bei allen Fragen im Mittelfeld.

Mehr als die Hälfte der Europäer in diesen Ländern (50.4%) teilen negative Einstellungen gegenüber Immigranten und stimmen der Aussage zu: "Es gibt zu viele Einwanderer." 31.1% der Befragten meinen, "es gäbe eine natürliche Hierarchie zwischen schwarzen und weißen Menschen". 24.5% unterstellen, dass "Juden zu viel Einfluss" in ihrem Land haben. Anti-muslimische Vorurteile sind weit geteilt in ost- und westeuropäischen Ländern, und jeder zweite Europäer (54.4%) nimmt den Islam als "Religion der Intoleranz" wahr. Immer noch behauptet eine Mehrheit der Europäer (60.2%) sexistische Einstellungen, die Frauen auf traditionelle Geschlechtsrollen festlegen, die ökonomische Ungleichheit befördern. 42.6% verneinen gleiche Rechte für homosexuell orientierte Personen und sieht Homosexualität als unmoralisch.

Zu den Ursachen für gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit gehören nach Ansicht der Wissenschaftler autoritäre Einstellungen, ein subjektives Gefühl der Bedrohung durch Fremde und die Zurückweisung von kultureller Unterschiedlichkeit.¹¹¹

Erfahrung, sagt man, sei der Todfeind des Vorurteils, weil sich an ihr die realitätsferne Abgeschlossenheit unseres heimlichen Weltbilds breche. Nur — warum trauen wir dann unseren Vorurteilen meist mehr als der erlebten Wirklichkeit? Unter anderem deshalb, weil sie älter als die eigene Erfahrung sind. Vorurteile im interkulturellen Bereich sind holzschnittartig simplifizierte Verdichtungen der oft jahrhundertealten Geschichte zwischen "uns" und "den anderen". Wobei es weniger um die faktische Historie als um die Phantasien und Ängste geht, die "die anderen" hervorrufen.

Oder, anders ausgedrückt, es geht um die kulturellen Reibungsflächen, die sie für die Projektion unserer Ängste bieten. Kollektive Ängste können eine ungeheure Zeittiefe haben. Sie bieten sich aktuellen Ressentiments als Andockstation an. Sie ermöglichen es offen irrationalen Per-

111 <http://www.taz.de/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=in&dig=2009%2F11%2F14%2Fa01111&cHash=4e79acd06a/&type=98>

spektiven, sich geschickt mit demokratisch klingenden Argumenten zu verbinden — womit sich wiederum Stimmen beim Wahlvolk gewinnen lassen. Die Welt ist ein rhetorisches Gebilde, gemacht von Millionen und Abermillionen von Menschen. Die Welt, die für mich in meinem Alltag ein Dorf war, öffnet sich nun. Jetzt geht es ums große Ganze, oder, bescheidener formuliert: um Politik mittels Rhetorik. Alles was ist, ist Geschwätz. Dennoch gibt es so etwas wie eine Handlung. Es passiert sogar eine ganze Menge. Das Geschehen wird allerdings weniger vollbracht als herbeigeredet.

Atomkrieg, Waldsterben, Aids, Super-GAU, Y2K-Bang, Sars und nun die Vogelgrippe — die eigentliche Epidemie, die die modernen Gesellschaften gepackt hat, ist die Kultur der Panik. Eine ganze Generation wurde vor zwei Jahrzehnten politisiert, weil sie der Überzeugung war, es sei eher wahrscheinlich als unwahrscheinlich, dass die Menschheit innerhalb der näheren Zukunft ausgelöscht werde.

Es fügt sich trefflich, dass in diesen Tagen, da die Vogelgrippe-Infektion über Ural und Kaukasus in unsere Nähe flattert, der britische Soziologe Frank Furedi sein Buch "Politics of Fear" veröffentlichte. Ohne die Gefahren zu leugnen analysiert er, wie sich der Umgang mit ihnen in den vergangenen Jahrhunderten und Jahrtausenden veränderte. Und heute, das kann man seine Schlüsselthese nennen, hat die Angst "ihr Verhältnis zur Erfahrung verloren".

Mussten auch frühere Geschlechter einen Umgang mit der Emotion der Angst finden, so war diese doch immer eine Reaktion auf Gefahren, die sich in ihrem konkreten Blickfeld befanden. Allenfalls reagierten sie auf reale Gefahren mit Angstabstraktion, indem sie einen strafenden Gott imaginierten, dessen Walten in etwa so unerklärlich war wie heute das von Viren oder Hühnern. Bemerkenswert, dies nur nebenbei, ist in diesem Kontext die Volte des Christentums, das gerade darauf mit dem bekannten Imperativ reagierte: "Fürchtet Euch nicht."

Wie auch immer, Angst ist einfach ein emotionaler Mechanismus, sich gegenüber realen Gefahren zu orientieren, so Furedi. Heute dagegen "scheinen wir uns geradezu vor allem zu fürchten". Die Furcht selbst produziert bisweilen die Gefahren: Wir fürchten um unseren Gesundheitszustand — und das macht uns krank. Auch die heutige Kriminalitätspolitik ist ganz wesentlich damit beschäftigt, in der Gesellschaft das Gefühl der Bedrohung zu bearbeiten, das bekanntlich in keinem Verhältnis zur realen

Kriminalität steht^{112 113}. Die moderne Angst also ist eher eine Anleitung zur Desorientierung als zur Orientierung.

Der Aufstieg der Angst-Industrie ist sowohl Ursache als auch Folge — man kann das wirklich nur mehr schwer auseinander halten. Medien, Politik, Versicherungsunternehmen, Pharmaindustrie, Ökogruppen, sie alle existieren innerhalb dieses Komplexes der Angst — und leben damit auch

112 Prof. Dr. Christian Pfeiffer, 2000 bis 2003 Niedersächsischer Justizminister und seit März 2003 Vorstand/ Direktor des Kriminologischen Forschungsinstitut Niedersachsen e.V., wies darauf hin, dass seit 1990 in Deutschland die Zahl der Schwermriminalität um mehr als 40% zurückgegangen ist. Dagegen ist im selben Zeitraum die Belegung der Gefängnisse um mehr als 40% gestiegen. Der Staat versuche, durch die Verschärfung der Strafgesetze der Bevölkerung ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln, weil er in Zeiten der Globalisierung die existentielle Sicherheit seiner Bürger nicht mehr gewährleisten kann.

113 In der Rubrick Wissenschaft der taz v. 1.6.2012 (Blindflug in der Kriminalpolitik; VON OTTO DIEDERICHS) wird gezeigt, wie je nach politischer Couleur und Eigeninteressen Polizeiliche Kriminalitätsstatistik (PKS-Zahlen), die vom Bundeskriminalamt (BKA) zusammengestellten Zahlen polizeilicher Tätigkeitsdaten, ausgeschlachtet werden.

Der Kriminologieprofessor Wolfgang Heinz von der Universität Konstanz erklärte kürzlich auf einer Tagung der Friedrich-Ebert-Stiftung in Berlin vor Politikern und Kriminalisten "Das Einzige, was wir sicher wissen, ist, dass wir nichts wissen". "Medienkriminalität" nennt er das. In der Bevölkerung werde die Kriminalitätsentwicklung, insbesondere deren schwere Formen, hierdurch dramatisch überschätzt.

Für den "Blindflug" in der Kriminalpolitik haben Heinz und weitere renommierte Kollegen gleich mehrere Faktoren ausgemacht. Über Kriminalitätsbekämpfung und Strafverfolgung werden mehrere Statistiken mit unterschiedlichen Kriterien an verschiedenen Stellen in Bund und Ländern geführt. Was davon schließlich an die Gerichte weitergegeben wird, erscheint in einer Justizgeschäftsstatistik der Strafgerichte. Die wiederum sagt nichts über die Prozessergebnisse aus, dafür gibt es extra eine Strafverfolgungsstatistik. Und natürlich gibt es auch für den späteren Strafvollzug drei eigene Statistiken.

Soweit bei dem Wirrwarr eine langfristige Aussage zur Kriminalitätsentwicklung in Deutschland überhaupt möglich ist, so sieht das Ergebnis nach Heinz Untersuchungen dann folgendermaßen aus: Zunächst wird der mutmaßliche Anstieg der registrierten Kriminalität (laut aktueller PKS im Jahre 2011 um 1 Prozent auf 5,99 Millionen Straftaten) durch die folgenden staatsanwaltschaftlichen Verfahren wieder entkriminalisiert - zum Beispiel durch Verfahrenseinstellung oder Herabstufung zu einer Ordnungswidrigkeit. Welche Tat- und Tätergruppen dies jedoch betrifft oder was eventuell auf einer Änderung der Beurteilungsmaßstäbe beruht, lässt sich dabei nicht feststellen. So wurden etwa 2010 von rund 3,3 Millionen polizeilich aufgeklärten Verbrechenstatbeständen nur in 60.200 Fällen die Täter auch zu Gefängnisstrafen verurteilt, während sie in den übrigen mit anderen Sanktionen belegt wurden. Worauf diese Diskrepanz beruht, vermag Professor Heinz nicht zu sagen.

Während durch den alljährlichen Alarmismus der Sicherheitspolitiker so die öffentliche Kriminalitätswahrnehmung mit fast 30 Prozent deutlich über der tatsächlichen Entwicklung liegt, geht sie in Wahrheit zurück. Autodiebstahl ("Kaum gestohlen, schon in Polen") in den Jahren 1999 bis 2009 um 57 Prozent zurückgegangen - in der Einschätzung der Bevölkerung im gleichen Zeitraum 34 Prozent gestiegen. Noch deutlicher beim Wohnungseinbruch (Wahrnehmung plus 43 Prozent, Rückgang minus 24 Prozent), bei Mord (Wahrnehmung plus 19 Prozent, Rückgang minus 38 Prozent), ähnlich bei Betrugsstraftaten, "Handtaschenraub" oder Jugendstraftaten. Nirgendwo allerdings liegen Wahrnehmung und Wahrheit soweit auseinander wie bei den immer wieder erneut medienträchtigen Sexualmorden (Wahrnehmung um 56 Prozent gestiegen, tatsächlicher Rückgang ebenfalls bei 56 Prozent). Besonders eindrucksvoll ist auch sein Forschungsergebnis zur Wirtschaftskriminalität, die im Jahr 2010 einen registrierten Gesamtschaden von 8,4 Milliarden Euro verursachte. Für 55 Prozent dieser gewaltigen Summe allerdings sind lediglich 3 Prozent der Täter verantwortlich. Es ist also nicht der Ladendieb, der hier die großen Schäden verursacht.

von ihm. Es wäre natürlich ein vulgärmaterialistischer, verschwörungstheoretischer Unsinn zu sagen, sie seien seine Ursache. Sie sind sowohl Verstärker dieses Prozesses wie auch das Angebot, welches sich die gestiegene Nachfrage schafft; und oft ist die Angst nur die unintendierte Folge des Versuches, Gefahren aus der Welt zu schaffen.

Fast schon eine Pointe: Wir leben in einer Moderne der umfassenden Risikominimierung — die man dennoch nicht "Sicherheitsgesellschaft" nennt, sondern, mit einem Soziologenwort, das Furore machte, als "Risikogesellschaft" beschreibt.¹¹⁴

Wirklichkeit ist das, was wirkt. Die Wahrnehmungen wirken ebenso wie die Wahnnehmungen. Da ja alles Soziale überwiegend aus Zuschreibungen, Bedeutungen, also Virtualitäten besteht, sind meine Wahnnehmungen für mich besonders notwendig, um in der Welt und der Gesellschaft um mich herum normal leben zu können — solange mich das nicht in Stress, Leiden oder gar Krankheit bringt. Spätestens dann lohnt es sich, nach meinen Gedankenfehlern Ausschau zu halten.

Zufriedenheit ist eine Funktion des Anspruchsniveaus. Das 'halbvoll' oder 'halbleere' Glas ist eine stehenden Redensart. Die universalen, grundlegenden Gegenkräfte sind Ausdehnen — Zusammenziehen, oder noch anders geblickt, Lust — Angst. Es ist nicht unabhängig von mir, ob mein Blick in die Welt mir die Fülle zeigt oder den Mangel, ob ich leben will lustvoll hinein in diese Fülle oder angstvoll heraus aus dem Mangel. Leider sollte ich schon als Kind lernen, dass die Fehler rot unterstrichen werden, nicht aber das Gelungene in grün, dass der Eifer der Erwachsenen, denen es ja nachzueifern galt, meinen Mängeln galt.

Ich war vor einiger Zeit im Pfingstcamp der Freundschaft-mit-Kindern-Leute (www.amication.de). Bei der Theorie hatten wir es mit dem "sich das Leben schönreden" statt es sich gewohnheitsmäßig 'schlechtreden'. Wir sind ja von Kind auf trainiert im schlechtreden: Zu schwierig, zu teuer, nicht genug, nicht zum rechten Zeitpunkt, ich sollte nicht, ich müsste aber, eben immer die Fehler rot unterstreichen.

Warum nicht das Gelungene grün unterstreichen? 'Lieben was ist' mit Verstärker. "Obwohl ich Angst habe, liebe und akzeptiere ich mich so wie ich bin"¹¹⁵. Also nicht nur durch das Untersuchen der Gedankenfehler das Leiden am Kampf mit der Realität auflösen, sondern dann gerade die Freude an der Realität pflegen und stärken. Den Kontakt mit der Realität

114 ROBERT MISIK, taz Nr. 7796 vom 18.10.2005

115 Rainer und Regina Franke: "Sorgenfrei in Minuten"; Random House, 2006.

per Kampf nun umleiten in lustvolle Umarmung der Realität. Es ist wie es ist und es ist schön! Und dieses, Obacht, hat nichts zu tun mit "positivem Denken", was ja meist nur Ausflucht ist — mit Suchtmerkmalen!

Ich kann nicht leugnen, ein Leben des Ausdehnens in die Fülle erscheint mir erstrebenswerter als eines des Zusammenziehens im Mangel. Ich sehe mich lieber als aktiv Handelnden denn als passiv Behandelten, Opfer der Verhältnisse. Ich habe sehr liebe und hochgeschätzte Freunde, die es vehement ablehnen, das als 'Krankheit' zu sehen, was ich bei ihnen als "schwere Depression" glaube benennen zu müssen. Und sie können sich dabei auf eine ganze Reihe berühmter Philosophen berufen, die den Unsinn des Lebens und die Gnade von Suizid feiern. Cioran wurde damit 84 Jahre alt!¹¹⁶

Ja, oft passiert Erstaunliches. Wenn ich ihnen andere Blickwinkel anbiete auf das, was sie als ihre Probleme mit der Welt benennen, wollen sie mich "bekehren". Sie erwarten, ich sollte sie fragen "erkläre mir deine Welt, damit ich auch leiden kann wie du". Das geschieht meist als Forderung, nicht als Angebot oder Vorschlag, damit wir uns leichter verstehen könnten, als Forderung zur vehementen Verteidigung ihrer Würde als Leidende, eine Würde, die ich ja gerade anerkannt habe mit meinem Vorschlag zu alternativen Blickwinkeln.

Manche dieser Freunde sagen, die sogenannten glücklichen Menschen seien die banalen; sie gehen der Realität aus dem Weg und denken nie über Wichtiges nach. Mir scheint eher, unsere Gesellschaft hat eine wenig weise Neigung entwickelt, nur die Dinge als wichtig zu betrachten, die nüchtern und ernst sind, besonders solche, die in die Algebra des Verstandes eingepasst werden können. Die Wirklichkeit ist subjektiv. Viele der sogenannten unglücklichen Menschen haben sich für den Blick in den Mangel entschieden. Zum Leben dieser Menschen gehört das Vermissen dessen, was ihnen entgangen ist; am sichersten aber verdirbt man es sich selbst, wenn man gering schätzt und nur als vorläufigen Ersatz begreift, was das eigene, nicht perfekte Leben tatsächlich an Gutem zu bieten hat. Jedes Leben hat seine eigenen Herausforderungen und Reize, es ist nicht bloß der Vorspann zu einem ungewissen Happy-End.

Meine Freunde mögen Recht haben mit den Fröhlich-Dummen, nur dass die weniger glücklich als leer im Kopf sind. Die Schwermütig-Klugen sind genauso lächerlich. Denn wenn man schwermütig ist, fängt man an, sich selbst eine Menge Aufmerksamkeit zu schenken. Und man fängt an,

¹¹⁶ Emile Michele Cioran, *8.4.1911, +20.6.1995, schrieb "der hauptmangel der philosophie liegt darin, dass sie zu erträglich ist."

sich ach so furchtbar ernst zu nehmen. Die wirklich glücklichen Leute, das heißt, die Leute, die sich wirklich mögen, die denken nicht allzu viel über sich nach. Der unglückliche Mensch verschmäht es, wenn man versucht, ihn aufzuheitern, weil es bedeutet, dass er aufhören müsste, über sich selbst nachzudenken, und statt dessen anfangen könnte, dem Universum eine gewisse Aufmerksamkeit zu schenken. Unglück ist vielleicht die höchste Form des Sichgehenlassens, was die Sufis zu dem Spruch veranlasste "Es hat keiner das Recht, vor Allah über ein Unglück zu klagen, ehe er das Glück darin nicht erkannt hat".

Mangel oder Fülle sind also keine Sache des Besser oder Schlechter — es sind auch nur Überzeugungen. Nicht die Dinge oder die Verhältnisse sind das Problem. Es ist das Sehen. Mehr noch, es sind die zum Sehen gewählten Blickwinkel auf die Dinge oder die Verhältnisse. Genauer, es ist meine getroffene Wahl für einen bestimmten Blickwinkel, weil die mich blind machen kann für alles außerhalb dieses Winkels. Wie umfassend ist mein "Blinder Fleck? Unwissenheit II. Ordnung!

Ändere ich meine Überzeugungen, meint, die Regeln nach denen ich neue Bilder zu den Zeugen für meine Wahrheit erkläre und die alten damit überlagere, so ändert sich meine Wahrnehmung, meint, was ich als "meine Wahrheit" nehme. Damit ändert sich im präsentativen System die persönliche, meine 'objektive' Realität. Von Abraham Lincoln wird der Satz überliefert: "Die meisten Menschen sind so glücklich, wie sie selbst es sich vorgenommen haben." Vielleicht eine grobe Vereinfachung. Wer weiß es wirklich?

Und was ist mit den inneren Zwängen, wie Vererbung, Erziehung, Krankheit? Und erst die äußeren Zwänge, wie Kapitalismus, Folter, Vulkanausbruch? Ist das Natur? Sind das "SEPs" (selbsterfüllende Prophezeiungen)? Kann ich wirklich beweisen, dass ich ahnungslos und unbeteiligt 'da hinein geraten' bin, und, wenn ich 'drin stecke', zum Leben oder zum Sterben mich entscheide? Nichts davon kann ich wirklich beweisen.

Beweisen kann ich nur, dass ich zu allem und jedem im Kopf meine Bilder habe und drum herum meine Geschichten. Beweisen kann ich nur, dass ich zu jeder Geschichte Gleichgesinnte finden kann — und Uneinsichtige, solche, die mir das Gegenteil einreden wollen. Die Uneinsichtigen verurteile ich und fühle mich dann noch schlechter.

Die Uneinsichtigen sind nicht zu überzeugen: Sie wollen nicht hinein sehen in die Bilder meines Kopfes, ihre Bilder nicht überlagern lassen von meinen. Ströme von Wirklichkeiten, Ströme von Entscheidungen, alles bei jedem in eigener Selbstverantwortung aus freiem Willen.

Zwänge? Wille steht gegen Wille, Wahrnehmung gegen Wahrnehmung. Der Konzern schließt die Fabrik und 6000 Menschen sind arbeitslos. Al Qaida bombt Flugzeuge in die WT-Wolkenkratzer und 2803 Menschen sterben. Mutter Erde zuckt vor Sumatra mit einer Wimper und der folgende Tsunami bringt fast 300.000 Menschen von Sumatra bis Südafrika den Tod. Da steigt in mir Hilflosigkeit auf. Entspricht diese automatische Gefühlsreaktion meiner Wirklichkeit? Tiefes Mitgefühl, Schmerz, ja! Opfergefühle, Angst, Wut, hm? Wer weiß es wirklich?

4.11 Urteilen

Wie ist das mit all meinen Bewertungen, Attributen und Urteilen? Meine Gefühle, die ja meist mit den Gedanken in einer Situation aufsteigen, bewerten nach gut oder böse, wohlig oder unwohl. Sind sie mehr als körperliche Erinnerungen an ähnliche Situationen, sind sie auch nur Urteile, ja, Vorurteile? Sind sie Glaubenssätze des Bauchhirns? Ge-Fühle sind etwas Abgeleitetes, nicht das originale Fühlen. Könnte es sein, dass "vernünftige" Urteile und "unvernünftige" Gefühle nur unterschiedliche Erzählweisen über Situationen sind, Familientraditionen, nationale, kulturelle Traditionen, wie über Vergangenheit und Zukunft zu erzählen sei?

Ich rede nicht von Fühlen, dieser Erfahrung von Ganzheit, die ein Säugling ausstrahlt, wenn er an seinem großen Zeh nuckelt. Ich rede auch nicht von so etwas wie der "Hochzeit der Hände", wie Andreas Moritz, der große Silberschmied diese Ganzheitserfahrung nannte, wenn aus der Blechronde sich die Form des Bechers unter dem Hammer aufzieht zur idealen Form in dem gedankenfreien Zusammenspiel, der Einheit von Haltehand, Hammerhand, Ohr, Auge und Hirn.

Ich will auch nicht jener philosophischen Abhilfe das Wort geben, die man seit je in jenem 'göttlichen Funken' namens 'Vernunft' gesucht hat, durch den sich der Mensch vom Tier unterscheidet, und der es ihm ermöglichte, sich über die närrischen Schwächen und eitlen Anmaßungen seiner Leidenschaften zu erheben. Das Problem scheint ausgerechnet dort zu liegen, wo wir immer nach der Lösung gesucht haben, im so dunkelhaften wie kraftlosen Begriff der Vernunft. Die Lösung, ja, Auflösung des Problems könnte sich gerade da verbergen — in unseren so wenig erforschten und so gering geschätzten Leidenschaften¹¹⁷. Alle Tiere haben genau die Fähigkeiten, die sie zu ihrer Erhaltung brauchen. Der Mensch allein besitzt überflüssige. Ist es nicht merkwürdig, dass dieser Überfluss zum Werkzeug seines Elends wird?

Wir sagen "den kann ich nicht riechen", wenn wir über jemand negativ urteilen. Interessanterweise finden wir in der deutschen Sprache viele Redewendungen, die sich — zumindest vordergründig — auf das Riechen beziehen: "Mir stinkt's", "das ist anrücklich", "verdufte endlich!", "es stinkt zum Himmel", "ich kann ihn/sie nicht riechen", "ich habe die Nase gestrichen voll", "Geld stinkt nicht", "ich kann mich auf meine Nase verlassen", "jemand hat ein feines Näschen", "muss ich dir das aus der Nase ziehen?", "die Nase über etwas rümpfen", "ich rieche den Braten", "die Nase

117 Robert C. Solomon: "Gefühle und der Sinn des Lebens"; Zweitausendeins, 3. Aufl., 2001

in anderer Leute Angelegenheiten stecken", "sie müssen sich erst beschnuppern", "ich bin stinkig", "mit der Nase vorn sein", "seine Nase passt mir nicht", "sich eine goldene Nase verdienen", "immer der Nase nach", "jemandem etwas auf die Nase binden", "jemandem auf der Nase herumtanzen", "das rieche ich drei Meilen gegen den Wind", "das konnte ich doch nicht riechen!", "das ist mir schnuppe", "sie schnüffelt in meinen Angelegenheiten", "er hat seine Duftmarke hinterlassen", "Eigenlob stinkt". Hier geht es oft um unangenehme Erlebnisse oder aber um ein feines Gespür, Vor-Ahnungen und In-stinkt (!).

Nun fanden Wissenschaftler, zwar bei Studien mit der Nase, dass da und auch bei Eindrücken anderer Sinne der Mandelkern im Stammhirn die Intensität der Gefühle bestimmt und das Stirnhirn die positive oder negative Bewertung vornimmt. Dennoch scheint die Nase eine besondere Stellung innerhalb der Gefühlswelt zu besitzen. Aus dem Riechhirn sind im Verlaufe der Evolution immerhin weite Teile unseres Großhirns entstanden.

Die Neurophysiologen haben gezeigt, dass wir noch heute in unseren Schädeln ein — funktionierendes und intaktes — reptilisches Gehirn mit uns herumtragen. Das reptilische Gehirn ist kein abstrakter Begriff, es ist anatomisch real. Wenn uns der kalte Schweiß ausbricht, wenn blinde Wut uns erfasst oder wenn wir uns ganz einfach überheblich und nüchtern fühlen, können wir sicher sein, dass in diesem Moment das reptilische Gehirn unser Bewusstsein bestimmt.

Als das Zeitalter der Reptilien zu Ende ging, tauchten die ersten Blumen auf — und die Säugetiere. Diese unsere Vorfahren entwickelten ein weiteres Gehirn. Das neu entwickelte Mittelhirn oder Mesencephalon, das sich über das alte Diencephalon oder Zwischenhirn gebreitet hatte, ließe sich im engeren Sinne als Säugetierhirn bezeichnen. Für das Säugetierbewusstsein sind Wärme, Großherzigkeit, Loyalität, Liebe, Freude, Schmerz, Humor, Stolz, Konkurrenz, intellektuelle Neugierde und ein Sinn für Kunst und Musik charakteristisch.

In den Spätzeiten des Säugetiers entwickelten wir ein drittes Gehirn. Dies ist das Großhirn oder Telencephalon, dessen wichtigsten Teil die Großhirnrinde bildet, eine dichte, etwa drei Millimeter starke Schicht von Nervenfasern, die sich ganz einfach wie eine Mantel über das bereits bestehende Säugetier-Hirn breitete.

Robert Bly geht davon aus, das Ganze hinge irgendwie mit dem Licht zusammen. Wenn das reptilische Gehirn dem Kalten und das Säugetier-Gehirn dem Warmen entspricht, so entspricht die Großhirnrinde dem

Licht. Denn das dritte Gehirn hat viele Ähnlichkeiten mit den Blumen, und die Blumen ziehen ihre Energie aus dem Licht. Wenn wir denken, wenn wir kreative Ideen hervorbringen, kommt es buchstäblich zu einem Aufblühen. Die Großhirnrinde ist lichtempfindlich und kann ihrerseits durch höhere Formen mentaler Aktivität, zum Beispiel durch Meditation oder liturgischen Gesang, erleuchtet werden. Die Alten meinten es nicht metaphorisch, wenn sie von "Erleuchtung" sprachen.

Meine Tradition ist janusköpfig. Ein Gesicht schaut in die Vergangenheit, auf meine Wurzeln. Es zeigt mir zahllose Urteile, Vorurteile, was die Dinge zu bedeuten hätten, wie ich zu handeln hätte, ohne mich entscheiden zu müssen. Das andere Gesicht zeigt mir die Zukunft, das, was aus mir und meinen Wurzeln hervorwächst, die Geschöpfe und ihre Schöpfer. Beide Sichten zeigen erstmal Wahlmöglichkeiten, zeigen die erfahrenen und die erfahrbaren Chancen und Risiken, erfahrenen von mir, meinen Vorfahren und meinen Mitgesellen in dieser Gesellschaft.

Problematisch wird das erst, wenn die zusammenziehende Angst mich hindert, in die jetzige Situation hinein mich lustvoll, beherzt auszu dehnen, das Neue wahrzunehmen, mich auf dieses Spiel meiner ständig fließenden Wahrheit einzulassen, mich neu zu entscheiden, jetzt ganz anders zu sehen und zu handeln als vorher. Denn ich bin ja, meine Tradition, ein Verstandesmensch. Es ist der Job des Verstandes, immer recht zu haben und dies zu beweisen.

Und so macht er sich aus den gegebenen Anlässen Gedanken und Gefühle und beweist ihre Berechtigung. Zu jeder ihn interessierenden Situation findet er eine Interpretation und dann Argumente, dass diese Interpretation richtig sei. Oben nannte ich das "den Virus mästen". Meine Interpretationen und Argumente finden aber oft nicht nur Freunde. Solche Ablehnung kommt aus der Umwelt und genauso irgendwo aus mir selber. Das verwirrt, macht Angst, Schmerz, Wut — wo ich doch so recht habe.

4.12 *Selbstverantwortung*

Die Wirklichkeit ist das, was ich auf mich und in mir als wirkend, als Alltagsbewusstsein, erlebe, wahrnehme und wahrnehme, *meine Wahrheit*, Folge meiner Wahr-Gebung. Die erlebe ich als ununterbrochenen, nie unterbrechbaren Strom von Situationen, mit denen ich denkend, fühlend, handelnd umgehe, verwoben bin. Ich kann nicht *nicht* kommunizieren. Selbst, wenn ich in selbstvergessener Meditation unter diesen Strom tauche, dann nur in eine andere Wirklichkeit meines anderen Bewusstseins, auch in Narkose oder sogar im Koma¹¹⁸. Ich selbst antworte ununterbrechbar. Wie auch immer ich diesen Strom verarbeite zu Fühlen, Denken, Handeln, auf welcher Ebene von Bewusstsein das auch immer sein mag, welchem Aspekt von "Ich" auch immer ich oder ein Beobachter das zuschreiben mag, ich selbst entscheide, wie ich antworte, wahrgebe.

Wahrgeben heißt, *ich* gebe mir aus meiner für mich erkennbaren Welt aus den zahllosen nur die Daten ins Bewusstsein, die für mich zu meinen relevanten Informationen *zugelassen* werden und schließlich zu meinem Wissen, zu meiner Wahrheit werden. Um meines Überlebens willen habe *ich* schon als Säugling begierig die Codes meiner Zentral-Sozialpartner aufgesaugt, wie es der klugen Konstruktion des menschlichen Gehirns, besonders in den ersten drei Lebensjahren, entspricht. *Ich* habe mit meiner Weise die Welt zu erleben mir die Landkarten über diese Welt gezeichnet und die Landkarten dieser Landkarten.

Das alles *weiß* ich, denn das sind Ergebnisse von psychologischer und biologischer Forschung. Zusätzlich *glaube* ich, dass sich jedes Wesen in seine Einkörperung wählt, dass die Eltern und die Gesellschaft nicht mir zugestoßen sind. Nie hat irgendjemand in meinen Kopf gefasst und mir zwangsweise eine Information eingetrichtert - das ist zwar der traditionelle Traum aller Erzieher, aber das funktioniert so nicht. Meine Gene sind nur die Blaupausen - ob sie aus dem Schrank geholt und aktiviert werden, das obliegt meiner Epigenetik¹¹⁹. Ich habe das alles aktiv wahrgegeben, nicht passiv wahrgenommen. Und, ich ahne mich dabei als bewegt von Kräften, für die ich vielleicht nur ein Staubkorn bin.

118 Rosina Sonnenschmidt: "Dialog mit den Sprachlosen"; in Zeitschrift raum&zeit, Nr 105, 106, 107, 108; Mai – Dez. 2000 über Kommunikation mit Langzeit-Komapatienten

119 z.B. Wohnort und Lebensstil entscheiden mit, wie sich die genetische Information einer Zelle ausprägt. Einen Nachweis für diese These erbrachten 2009 australische und US-amerikanische Forscher. "Welche Gene des Menschen exprimiert werden und in welchem Ausmaß dies geschieht, hängt vor allem davon ab, wo man wohnt und welchen Lebensstil man führt", berichtet Studienautor Peter Visscher vom Queensland Institute of Medical Research.

Diesen selbst erzeugten Strom von Verarbeiten, Entscheiden, Antworten auf den Strom meiner Wahrheiten über den Strom der Situationen des Lebens, nur dies allein, nenne ich hier Selbstverantwortung (so wie vor den ständig brandenden Wellen des Ozeans der ständig veränderte, aber feste und lückenlose Strand des Festlands besteht). Ich selbst antworte ununterbrechbar handelnd, sei es durch Wahrnehmen, Denken, Fühlen, Entscheiden oder Tun, Dulden, Unterlassen¹²⁰.

So auf *meine Wahrheit* schauend kann ich dann auch gelassen auf all meine Verwirrungen, auf Verdrängtes, Verleugnetes, Ererbtes zumindest ahnend schauen. Wahrheit kann wohl nichts gänzlich Relatives sein. Ich will glauben, dass sie eng verbunden ist mit der Grundkraft des Universums, mit Liebe, oder in einem Einstein-Wort, das sie in Princeton in Stein gemeißelt haben: "Raffiniert ist der Herrgott, aber boshaft ist Er nicht". Diese Grundkraft Liebe entspricht wohl dem, was Lao Dzi das Tao nennt: "Aus dem Tao entsteht Eins", Liebe. Daraus entstehen die Zwei, Liebe als Ausdehnendes, z.B. Neugier, Lust, sowie die Abwesenheit von Liebe, Nicht-Liebe als Zusammenziehendes, z.B. Angst. Aus den Zweien entsteht Drei, das gemeinsame Spiel der Zwei. Aus Drei entstehen die 10.000 Dinge, die Erscheinung unserer Welt.

So antwortend kann ich nicht anders handeln als richtig. Selbst wenn ich bewusst Schlechtes tue, dann aus meinen zu der Zeit guten Gründen. "Jeder tut zu jederzeit sein Bestes für sich - unter Berücksichtigung der Informationen, die er hat, und der Regeln, die er zu deren Auswertung kennt. Und er verdient nicht, deswegen von irgendwem zurückgestoßen oder beschuldigt zu werden. Von niemand, auch nicht von sich selbst!"¹²¹. Dieses "Beste" ist nicht als Wertung zu verstehen, aus moralischen, sozialen, gesundheitlichen oder welchen Gesichtspunkten auch immer. Es ist einfach eine biologisch vielleicht erklärbare Grundintention jedes lebenden Organismus, das Driften der Evolution. Selbst wenn ich bewusst Schlechtes tue, gegen mich oder andere, dann aus meinen zu der Zeit guten und wohl meist unbewussten Gründen.

Bedeutet die Entscheidung für die Idee, in Selbstverantwortung zu leben, mehr Freiheit? Durch die Entscheidung steigert sich die Fähigkeit, achtsam zu sein, und schließlich erweitert sich das Feld der Aufmerksam-

120 vgl. auch: http://www.amication.de/was_bedeutet_selbstverantwortung.htm sowie hier Anhang 13.1 FREUNDSCHAFT MIT KINDERN - Heft 4 - 09/1982

121 So formuliert das die Policy der Internationalen Community des Reevaluation-Counseling. Anders formuliert ist es eine der Grund-Vorannahmen der NLP-Leute "Menschen sind nicht neurotisch, verrückt oder gebrochen. Sie treffen stets die beste Wahl aus dem, was ihnen an Optionen zur Verfügung steht. Sie funktionieren in ihrem Modell der Welt".

keit zum Gewährsein, und dieses beginnt, das grundlegende Nicht-Wissen, mein das Unwissen II. Ordnung zu durchdringen. Aus diesem Gewährsein resultiert eine weitere Einsicht in das Wesen der Erfahrung, was wiederum das Bedürfnis und die Fähigkeit stärkt, den ganzen Zyklus bindender Gewohnheitsmuster aufzulösen, der auf Nicht-Wissen und egozentrisch-absichtsvollern Handeln basiert. Der unaufmerksame, unbewusste Geisteszustand ist dumpf - in einen dicken Kokon aus abschweifenden Gedanken, Vorurteilen und solipsistischen Grübeleien eingehüllt. Wenn die Achtsamkeit zunimmt, wächst auch die Fähigkeit, die Elemente der Erfahrung auszukosten. Die Buddhisten lehren, in der Achtsamkeit/Gewahrseins-Meditation geht es nicht darum, den Geist von der phänomenalen Welt abzulösen; vielmehr soll sie den Geist befähigen, ganz in der Welt präsent zu sein. Das Ziel liegt nicht darin, Handeln zu vermeiden, sondern ganz in den eigenen Handlungen präsent zu sein, so dass das Verhalten immer verantwortlicher und bewusster wird.

In der modernen Gesellschaft bedeutet Freiheit meist, nach Belieben tun und lassen zu können, was man möchte. Die Sicht auf das Entstehen von Handeln in gegenseitiger Abhängigkeit ist jedoch etwas völlig anderes. (Ein zeitgenössischer buddhistischer Lehrer veröffentlichte sogar ein Buch mit dem Titel "The Myth of Freedom.") Aus dem Ichgefühl heraus zu tun, was man möchte (absichtsvolles Tun), gilt in diesem System als das unfreieste Handeln. Denn es ist durch Zyklen der Konditionierung an die Vergangenheit gekettet und führt zu weiterer Versklavung in der Zukunft durch Gewohnheitsmuster. Zunehmend freier zu werden bedeutet, der Bedingungen und besonderen Möglichkeiten einer aktuellen Situation gewahr zu sein und zu uneingeschränktem Handeln fähig zu sein - also nicht durch Anhaften und egoistische Willensakte bedingt zu sein. Diese Offenheit und Sensitivität umfasst nicht nur die unmittelbare Sphäre der eigenen Wahrnehmung. Sie befähigen einen auch, andere zu respektieren und mitfühlende Einsicht in ihre Konflikte zu entwickeln. Die Ahnung vieler Übender, dass solche Offenheit und Authentizität im menschlichen Leben möglich ist, erklärt die Vitalität der Achtsamkeit/Gewahrseins-Tradition. Außerdem veranschaulicht sie, dass eine hochentwickelte theoretische Tradition ganz natürlich mit alltäglichen menschlichen Anliegen verwoben werden kann. Und ganz Ähnliches gibt unsere, ganz westliche Idee, in Selbstverantwortung zu leben.

Ein Mensch, der sich im Wald verirrt, macht nichts falsch, er hat lediglich seinen Weg verloren. Aber er muss sich deswegen keine Vorwürfe machen. Der Verirrte im Wald, der sich selbst beschuldigt, sich Vorwürfe macht, der nur noch verwirrter ist und einem Zusammenbruch nahe, ver-

liert seine klare Denkfähigkeit und die Ruhe, die der Instinkt braucht, um den rechten Weg zu finden. Und auch weiß ich sehr wohl aus meiner langen Erfahrung, dass wenn ich nach einer bestimmten Straße suche und 10 verschiedene Leute nach dem Weg frage, ich mindestens 5 verschiedene Antworten bekomme und immer noch nicht weiß, was die richtige Auskunft ist.

"Handeln enthält Magie, Anmut und Kraft". So tue ich zu jeder Zeit mein Bestes. Es geht nicht anders, dieser Strom ist ununterbrechbar! Das Leben lebt sich und mich mittendrin und es widerspricht dem "Gesetz" da, wo das nicht dem Leben dient, sondern sich unter dem Schein falscher Versprechen von "Gelingen" zum Herrn des Lebens macht, um gerade so eine lebensabträgliche Wirkung zu entfalten. So, in meiner inneren Welt jederzeit zu 100 % selbstverantwortlich mein Bestes tuend, mag ich in der äußeren Welt durchaus völlig unverantwortlich erscheinen. — Doch, will ich aus der Sicht der Mitmenschen Recht haben oder will ich aus meiner Sicht frei sein?

Mit jeder Antwort erschaffe ich mir neue Erfahrung, bewusste oder (meistens) unbewusste. Und so werde ich zum Schöpfer meines Universums mit mir im Mittelpunkt, meiner *persönlichen Realität*, mit der ich die Illusion der Abgetrenntheit aus der Ganzheit des Seins erzeuge. Illusion kann aus sich selbst nicht existieren. Ohne das sie erzeugende und erhaltende Ich-Bewusstsein löst sie sich sofort auf in nichts. Ohne diese Illusion, z.B. der Macher meines Universums zu sein, *lebe* ich einfach — das Leben lebt sich selbst. Und mit dem Paradoxon, mein Schöpfer und dennoch nicht der Macher zu sein, kann ich meistens gut leben.

Im Zusammenhang dieses Textes interessiert mich deshalb nicht so sehr, *warum* oder *was* ich denke, zu *was* ich mich entscheide, schon gar nicht, ob ich das für richtig oder falsch halten sollte, weil das in diesem Strom schnell wechseln könnte. Ich finde es sehr viel spannender, *wie* ich denke, *wie* ich zu Entscheidungen komme. *Woher* kommen die Entscheidungen? *Wohin* führen sie mich? Wie kann ich *real* und *virtual*, Wahrheit und Wahnheit unterscheiden? Wie kann ich die Gedankenfehler in meinen Wahnnehmungen aufdecken, mein Leiden beenden und meine Selbstverantwortung klären? Wo fing meine Selbstverantwortung an?

Bereits vorgeburtlich sind die Menschen von Natur aus zur Selbstverantwortung ausgebildet. Mit Hormonen, biochemischen Möglichkeiten und vielen anderen vom embryonalen Organismus selbst gesteuerten Prozessen regeln die Embryos ihren Nahrungs- und Sauerstoffbedarf, ihren Schlaf, ihre gesamte Entwicklung. Immer wieder entscheiden sie selbst,

unendlich viele große und kleine Dinge in ihrem beginnenden Leben. Wann soll zum Beispiel die erste Bewegung erfolgen, mit dem Finger, der Hand, dem Arm, dem Bein, dem Kopf, dem Rumpf, dem Körper.

Und schließlich sind sie es, die ihre Geburt einleiten, nicht die Mutter: Nach etwa neun Monaten der Entwicklung spürt jeder Fötus selbst, wann der rechte Zeitpunkt für ihn gekommen ist. Und das Ungeborene gibt den entscheidenden Hormonausstoß in den Körper der Mutter, um damit die Wehentätigkeit auszulösen, die es unterstützen soll, wenn es *sich* durch den Geburtskanal in die Unabhängigkeit stemmt.

Alle Kinder kommen als hochwertig ausgebildete und trainierte Selbstverantwortler auf die Welt und rufen den Erwachsenen zu: *"Ich bin für mich selbst verantwortlich! Das ist jeder Mensch, vom Anfang bis zum Tod! Ich habe es gut gelernt, für mich verantwortlich zu sein, es gehört zu meinem Wesen, zum menschlichen Wesen! Erkennt und achtet es!"* Können wir, als von Erzogenen erzogene, das hören?

Diese Selbstverantwortung hat also lange vor meiner Geburt eingesetzt und sie wird erst kurz nach dem Tod meines Körpers enden. Wohl können Unterdrücker oder wohlmeinende Erzieher (nur zu meinem Besten natürlich) mit ihren Wahnnehmungen mich glauben machen, mein Strom von Verarbeiten, Entscheiden, Antworten sei scheinbar nicht in Ordnung und ich könne, ja, müsse an dessen Stelle ihren setzen.

Wohl kann mich solcher Glaube krank und irre machen, wenn ich daraus meine eigenen Wahnnehmungen erzeuge und sie für real halte. Aber ich kann mich neu entscheiden und bei geeigneter Unterstützung durch mich allein oder durch andere zu jeder Zeit in die erfahrbare und erlebbare Gewissheit dieses nie unterbrechbaren Stroms meiner Selbstverantwortung zurückfinden, meine Wahrheit neu erkennen. Ich kann mich zu jeder Zeit neu entscheiden und so den Rahmen meiner *zugelassenen* Informationen erweitern.

Ich könnte. Will ich das denn überhaupt? Will ich *meine* Wahrheit wissen, meine Barrieren von Wahnheiten benennen? In welchen Lebensbereichen will ich das, in welchen nicht? Was halte ich in meinem Leben, in der Gesellschaft in der ich lebe, für unveränderlich, für als zu akzeptierendes, für gottgegeben? Kann ich beweisen, dass das wahr ist? Wie reagiere ich, wenn ich das glaube? Was, fürchte ich, könnte schlimmstenfalls passieren, wenn ich von diesem Glauben abginge? Gibt es einen stressfreien, einen friedfertigen Grund, an diesem Glauben festzuhalten? Wer wäre ich, wie würde ich leben ohne diesen Glauben? Wie könnte eine gedankliche Umkehrung dieses Glaubenssatzes lauten? Fühlt sich diese Um-

kehrung ebenso wahr an oder womöglich wahrer?

So wichtig dieses Verantwortung-Übernehmen auch sein mag, es ist doch nur die eine Seite der Gleichung. Wer sein Leben aktiv selbst in die Hand nehmen will, wird auch lernen, wann er loslassen und sich fügen will, wann er sich dem Strom überlassen will, ohne sich zu wehren – und auch das ist ein Kern aktiven Antwortens. Loslassen oder In-die-Hand-Nehmen — das ist natürlich auch wieder nur eine andere Formulierung der Frage von Sein oder Tun, jener uralten Polarität von Yin und Yang, die tausend Gestalten annimmt und nie auszuschöpfen ist. Nicht dass Yin *oder* Yang richtiger wäre oder Sein besser als Tun — man muss vielmehr die Balance finden, die natürliche Harmonie von Yin und Yang, die von den alten Chinesen Tao genannt wurde. Tun und Sein, beherrschen und zulassen, Widerstand und Öffnung, Kampf und Ergebung, wollen und annehmen — hier den Ausgleich, die Balance zu finden, könnte eine interessante Aufgabe sein. Wir kommen immer wieder auf diese Frage der Balance zurück, jedes mal unter einem etwas anderen Blickwinkel.

In diesem Text hier sehe ich auf mich *in* dieser Welt. Wer ist dieses Selbst, dieses Ich und wie verbindet es sich *mit* dieser Welt - oder setzt sich damit auseinander? Aber auch der Blickwinkel *auf* diese Welt und wie sie auf dieses Selbst/Ich wirkt, ist genauso von Belang.

Zeev Sternhell schrieb: Der Krieg gegen die Werte der Aufklärung wird in unseren Tagen mit derselben Entschlossenheit geführt wie in den beiden vergangenen Jahrhunderten. Im politischen Denken der mächtigen und hartnäckigen Antiaufklärer hat das Individuum nur in Bezug auf die Gemeinschaft Sinn; es existiert nur im konkret Besonderen, nicht im abstrakt Allgemeinen. Folglich muss im Vordergrund stehen, was Menschen unterscheidet und voneinander trennt: das, was ihre Identität ausmacht und nicht nur auf Vernunft zurückzuführen ist. Die Enzyklopädie Diderots und d'Alemberts definierte den Begriff der Nation im Sinne der Aufklärung als "eine große Anzahl von Menschen, die ein bestimmtes umgrenztes Territorium bewohnen und derselben Regierung untertan sind". Kein Wort von Geschichte, Kultur, Sprache und Religion. So also, all seiner Eigentümlichkeiten entledigt, ist der Staatsbürger (citoyen) in die Welt gekommen. Auf dieser Grundlage befreite die Französische Revolution die Juden und die schwarzen Sklaven. Zum ersten Mal in der Geschichte waren alle Bewohner eines Landes derselben Regierung untertan und die Bürger frei und gleich vor dem Gesetz. Dieser Begriff der Nation, um es noch einmal zu verdeutlichen, rückte keine soziologische oder kulturelle Bewandnis ins Zentrum, sondern war Ausdruck des Bemühens der aufklärerischen Denker, die Widerstände der Geschichte zu überwinden, das

Individuum von den bestimmenden Kräften seiner Zeit, vor allem der Religion, zu befreien und seine Autonomie zu betonen.

Die amerikanische Rechte, die religiös-nationalistische und annexionistische Rechte in Israel sowie die Islamisten auf der ganzen Welt haben Teil an einem Denken, das eine andere Moderne will: eine Moderne, die die Nation als den Idealtypus einer gewachsenen und Gott zugewandten Gemeinschaft ansieht, deren Triebfedern unabhängig sind vom individuellen Willen und von der Vernunft, da die Menschen ein Bedürfnis nach dem Heiligen haben und ein Bedürfnis danach, zu gehorchen. Dies setzt offenkundig eine Zukunftsvision voraus, die der der Aufklärung diametral entgegengesetzt ist: Sich ein neues Fundament geben zu wollen, kann nur eine Todsünde sein und ins Verderben führen. Die Neokonservativen - auch die französischen - haben die Französische Revolution immer für ein Werk des Teufels gehalten und ihr die glorreiche englische Revolution von 1688/1689 sowie die Geburt der Vereinigten Staaten gegenübergestellt. Dennoch waren diese drei Revolutionen Gründungsereignisse, die Regierungsformen an die Macht brachten, wie es sie nie zuvor gegeben hatte; der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung und der französischen Deklaration der Menschenrechte liegen dieselben Prinzipien zugrunde.¹²²

Wenn ich mein Bewusstsein von Selbst-Verantwortung wirklich ernst nehmen kann, wenn mein Bewusstsein eindeutig geworden ist hinsichtlich der Tatsache, dass ich nichts tun kann als jederzeit zu meinem Besten für mich, dann werde ich, nicht nur der Logik folgend, sondern aus meinem Herzen, diese Selbstverantwortung, dieses jederzeit sein Bestes tun für sich, auch jedem anderen Menschen, ja jedem Wesen zubilligen. Nicht nur "zubilligen" sondern zwangsläufig erwarten, ja wünschen.

Doch dann fühle ich mich sofort in eine Werte-Diskussion hineingezogen. Wenn kulturelle Differenz nicht mit einem Konsens über Basiswerte verbunden werde, sei eine Fragmentierung, also ein Zersplittern der Gesellschaft, nicht aufzuhalten, fasst es Bassam Tibi, 2009 emeritierter Göttinger Politikwissenschaftler und Islamexperte in seinem Buch "Euro-Islam - Die Lösung eines Zivilisationskonfliktes", zusammen. Genau das passiere bei "Multikulti", wo keine universellen Werte gelten, sondern jeder seine eigenen Regeln habe. Im Gegensatz dazu plädiert Tibi für Kulturpluralismus unter dem Dach eines einheitlichen, europäisch-säkularen Wertekanons. Solange der nicht greife, würden Islamisten die Rechtssi-

122 „Nation, Gemeinschaft, Glaube - Ein Staat braucht Bürger, keine Fundamentalisten“; in Le Monde diplomatique Nr. 9394 vom 14.1.2011, Seite 3; von Zeev Sternhell. Historiker, emeritierter Professor der Hebräischen Universität Jerusalem (Stand 2011 01 25 in: <<http://www.monde-diplomatique.de/pm/2011/01/14/a0035.text.name,askU9uMgv.n,0>>)

cherheit und Toleranz in Europa weiter ausnutzen, um die Islamisierung voranzutreiben.

Was könnten diese Werte sein? Meine Liebste sagte spontan "Na, z.B. Pünktlichkeit". Nun, wir Deutschen leben mit dem internationalen Vorurteil deutsch = pünktlich. In südlichen Ländern, in ganz Südamerika wäre jemand höchst unhöflich, wenn er nicht eine halbe Stunden nach der vereinbarten Uhrzeit vor der Tür stünde. Und was sagt mir meine Brockhaus-CD dazu?

"... Vieles scheint am Ende des 20. Jahrhunderts darauf hinzudeuten, dass sich die Menschheit unumkehrbar auf dem Weg in die "Weltgesellschaft" befindet. Freihandel und ökonomischer Wettbewerb, Menschenrechte und Demokratisierung haben sich zu Grundprinzipien entwickelt, die von den meisten Regierungen der Welt (zumindest offiziell) anerkannt werden. Entgegen der These, dass diese Vereinheitlichung der Welt und ihre Zusammenschumpfung zum "globalen Dorf" das "Ende der Geschichte" bezeichne, diagnostizieren einige Beobachter jedoch zugleich eine wachsende kulturelle Entfernung und eine sich verschärfende Konfrontation zwischen den unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen. In der gegenwärtigen sozialphilosophischen Diskussion über Universalismus und Partikularismus lassen sich verschiedene Grundpositionen unterscheiden, die die Frage, was politische und soziale Normen und Regelungen des Zusammenlebens zu begründen und zu rechtfertigen vermag und woraus politisch-soziale Gemeinwesen die für die soziale Integration erforderliche Gemeinwohlorientierung beziehen, unterschiedlich beantworten.

Essenzialistische Positionen, die ihre Argumente vor allem in Auseinandersetzung mit der aristotelischen Tradition entwickeln, setzen kulturunabhängige menschliche Grundbedürfnisse voraus. Darüber hinaus nehmen sie spezifische menschliche Fähigkeiten und Fertigkeiten an, die zu entwickeln im Interesse eines jeden Individuums liege.

Libérale Positionen, die meist in der Kantischen Tradition stehen, betrachten einen solchen Versuch, die Merkmale gelingenden Lebens kulturübergreifend festzulegen, mit Skepsis. Dazu scheint ihnen die menschliche Natur zu veränderlich und kulturbedingt zu sein. Sie setzen ihr Vertrauen jedoch in die menschliche Vernunft- und Sprachfähigkeit und leiten daraus die Idee ab, dass es allgemein gültige Verfahren gebe, die verbindliche rechtliche und politische Regelungen zu rechtfertigen vermögen. Zwang dürfe daher niemals durch eine partikuläre Konzeption des Guten gerechtfertigt werden; das Rechte habe stets Vorrang vor dem Guten.

Der Kommunitarismus richtet sich kritisch gegen die liberal-individua-

listischen Positionen und lehnt deren verfahrensethischen Ansatz aus zwei Gründen ab: Zum einen erschienen die liberalen Prinzipien nur "vernünftig" und zustimmungsfähig vor dem Hintergrund der abendländischen Kultur und ihrer Traditionen; was den Liberalen als neutrale Grundlage für das Zusammenleben unterschiedlicher Kulturen und als Ideal gelingenden Lebens erscheine, sei Ausdruck einer bestimmten Kultur und ihrer Konzeption des Guten. Zum anderen griffen gerade das Bemühen um kulturelle Neutralität sowie die Beschränkung auf formale und individuelle Rechte die Fundamente auch der liberalen Gesellschaften an, weil jedes intakte soziale Zusammenleben auf eine allgemein gültige Definition des Guten und auf gemeinsame Werte angewiesen sei.

Kommunitaristen nehmen also mit den Essenzialisten an, dass Gemeinschaften nicht ohne eine allgemein anerkannte Definition von substanziellen Werten und kulturellen Gütern auszukommen vermögen, die allein eine verbindliche Festlegung des Rechten ermöglichen; daher habe das Gute Vorrang vor dem Rechten. Sie gehen jedoch mit den Liberalen davon aus, dass solche Werte und Güter nur innerhalb partikularer Kulturen und Gemeinschaften entstehen und als "rational" erscheinen können. Entgegen den beiden universalistischen Positionen betont der Kommunitarismus daher die unaufhebbare Partikularität aller Vorstellungen des Guten und Rechten und verzichtet deshalb auf kulturübergreifende Ordnungsvorschläge.

In diesem Punkt stimmt der Kommunitarismus mit "postmodernen" Positionen überein, zu denen auch poststrukturalistische und dekonstruktivistische Theorien zu rechnen sind. Nach ihnen sind alle normativen Orientierungen und moralischen Systeme historisch kontingent: Sie stellen das Ergebnis von "Sprachspielen" und den damit verknüpften Lebensformen dar, die stets das jeweils Abweichende, Nicht-Artikulierbare, "Anderere" auszuschließen oder einzuschränken versuchen und die daher immer auch als Ausfluss spezifischer Macht- und Autoritätsstrukturen verstanden werden müssen.

Postmoderne Strömungen misstrauen grundsätzlich sowohl der Konzeption einer universellen Vernunft als auch der Idee individueller Autonomie, die sie als einseitiges Produkt des abendländischen Logozentrismus zu entlarven trachten. Jede Form von Politik, Recht und Moral lässt sich auf diese Weise als repressiv oder ideologisch dekonstruieren; allerdings ist es für diesen Ansatz unmöglich, eine repressionsfreie Ordnungs- oder Moralkonzeption als Gegenentwurf zu entwickeln. Jede der drei anderen Positionen erscheint aus postmoderner Perspektive zwangsläufig als "kulturimperialistisch".

So schaffen die Anerkennung der sozialen Bedingtheit und der kulturellen Geprägtheit der Individuen und die daraus erwachsende Wertschätzung des Gemeinwesens als "gemeinsames Projekt" nach Ansicht der Kommunitaristen erst die Motivation dafür, die Idee sozialer Gerechtigkeit politisch zu verwirklichen und demokratische Mitbestimmung aktiv wahrzunehmen. ..."

Wenn ich das alles auf die Ebene meines alltäglichen Lebens herunterziehe, bleibt mir im Sinn nur das biologische Bedürfniss nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung in der Fülle des Seins, im "Wir ohne Herrschaft", das der Neurobiologe Joachim Bauer beschreibt in "Prinzip Menschlichkeit - Warum wir von Natur aus kooperieren". Alles, was ich gefunden habe über "Terroristen" - im engeren Sinne, denn inzwischen wird ja jeder, der nicht mit den Verhältnissen einverstanden ist, ob als Demonstrant in Kopenhagen beim Klimagipfel oder als jemand, der die Atom-Lobby behindert, nach polizeilichen Regeln gegen Terrorismus behandelt -, dass diese Menschen unter großem Hunger leiden. Das ist nicht nur schlicht Hunger nach Essen und Arbeit, wie bei den Jugendlichen in den Slums, sondern, wie die Söhne reicher Araber, hungern sie alle nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung. Alle diese Menschen aber leben im starren Blick auf den Mangel. Dieser Mangel erzeugt Absolutismus und/oder Nihilismus.

Was tue ich, was kann ich beitragen, in meiner gelebten Selbstverantwortung, diesen Hunger zu stillen? Keinem kann ich Arbeit beschaffen. Keinem kann ich eine Sitzung aufs Auge drücken, worin er zurückfinden könnte zum Blick auf die Fülle, mit dem wir alle geboren sind. Vielleicht kann ich nur diese, meine Haltung ausstrahlen, z.B. sitzend vor diesem Bildschirm und solche Texte verfassend. Und jedes Echo kann ich mit meiner ganzen Person entgegennehmen und beantworten. Und weiterhin muss ich wohl zu jederzeit die Balance finden, die natürliche Harmonie von Yin und Yang, hier: in meiner Bedingtheit als Individuum und als Mitgeselle in dieser Gesellschaft. Vielleicht verstehe ich dann auch "Kulturpluralismus" besser.

Zu diesem Abschnitt über die Selbstverantwortung habe ich einige Mails bekommen. Einige Sätze haben mich sehr berührt, ich habe mich an meine Ängste und Nöte erinnert. Ich erlebe 'meine Verantwortung' als etwas Freies und Frohes und gelegentlich auch Schweres, weil ich manchmal auf jede meiner möglichen Entscheidungen ein anderes Unglück erwarten könnte.

So schrieb jemand

"Ich bin verantwortlich. Kann ich wirklich wissen, ob das wahr ist? Nein. Ich weiß, so wie ich dieses Leben sehe, vor allem wie es mir zu Anfang von außen beigebracht wurde, und alles das, was ich so lernte, basiert auf Angst. Meine "normale" Weltansicht basiert auf Angst. Alles was ich später für mich gelernt habe, steht auf diesem Fundament oder habe ich aus meiner Auseinandersetzung damit gefunden. Ich kann also nicht wissen, was der Wahrheit entspricht."

Ich höre diesen Schmerz und diese Angst. Doch, wie sieht 'Verantwortung' aus, wo Angst ist? Ist dann solches Antworten nicht nur heillooses Reagieren? Könnten die Angst-Glaubenssätze untersucht werden?

"Wie fühlt sich das an zu denken: Ich bin verantwortlich? Dann ist Verantwortung immer verbunden mit Kontrolle, Manipulation, Leiten und Lenken, andere lehren und be-lehren. In meinem Körper zieht sich alles zusammen."

Hier steckt für mich der Knackpunkt: "Kontrolle, Manipulation, Leiten und Lenken, andere lehren und be-lehren", da stecke ich ja immer in den Angelegenheiten anderer. Da geht es gar nicht um meine Verantwortung für mein Leben. — Doch, auch wenn ich meinen Kindern dazwischenfahre, geht es um mich. Ich reiße sie vor der roten Ampel von der Straße, weil sie *mir* lebend lieber sind als tot.

"Ohne den Gedanken 'ich bin verantwortlich' wäre ich ruhig, gelassen. Kein Problem. Nichts zu tun. Brauche nichts zu organisieren. Nichts zu kontrollieren. In meinem Körper breitet sich Leichtigkeit aus."

Denn das Leben lebt sich und mich mittendrin. Ich bin dann nicht mehr in der Illusion von 'Macher'. Ich liebe, was ist, und tue mein Bestes (vermutlich fällt mir hinterher meist noch etwas Besseres ein — aber das ist später, nicht jetzt und hier).

Ich antworte, in jeder Sekunde neu, auf mein Leben. Ich erlebe die Situationen meines Lebens und antworte durch mein Handeln darauf. Und weil dieses Erleben — Handeln ein ununterbrochener und ununterbrechbarer Fluss ist, deutet unsere Sprache das mit der Vorsilbe 'ver-' an. Im etymologischen Wörterbuch fand ich dazu "... 'ver-' dient auch der Verstärkung, z.B. 'verschließen', 'verabreden', ...".

Und mit dieser Verstärkung von 'antworten' zum 'verantworten' deute ich durch mein Sprechen an, dass ich, klar doch, der Macher bin. Womit ich mich wieder in den Netzen von Unterdrückung verfangen könnte: 'Jans muss ..', 'Jans darf nicht ..', 'Jans hätte..', 'Jans sollte endlich..' — statt mich im freien Spiel meines Lebens zu erfreuen und mich in der Liebe des Universums zu sich selber, in meinem Gestern und Heute, Oben und Unten geborgen zu wissen, in lückenloser, bewusster Selbstverantwortung, mitfühlend und beherzt.

Jemand schrieb, das anders gewendet:

4 Wissen und Wahrheit? – 4.12 Selbstverantwortung

Ich sehe deine Traurigkeit in deinen Augen, weil ich meine im Spiegel sehe

Ich spüre deine Schmerzen, weil ich voller Schmerz bin

Ich höre deine Bitterkeit, weil ich Bitterkeit empfinde

Ich spüre deine Wut, weil ich meine in den Bauch hinein fresse und sie nicht raus lasse

Ich spüre deine Verletzlichkeit, weil ich tief in mir nach Liebe schreie

Ich spüre deine Sehnsucht nach Liebe, weil ich mich danach verzehre

Ich spüre das alles, weil ich du bin und du ich

Und dazu eine Variation des Themas im Langtext:

Ich sehe mich in Dir, dem Spiegel.

Aber deshalb begeben sich doch nicht in Deine Angelegenheiten!

Ich kann es gar nicht - ich könnte es uns nur glauben machen.

Ich bin Dir dankbar, dass Du mich meinen Schmerz wahrnehmen lässt im Spiegel des Deinen.

Aber deshalb will ich Dir doch nicht Deinen Schmerz wegmachen!

Ich kann es gar nicht - ich könnte es uns nur glauben machen.

Vielleicht kann ich durch Deine Spiegel-Hilfe leichter meinen Schmerz auflösen.

Zu meiner Freude an Schönheit und Ordnung in meinem Universum!

Das weiß ich — und könnte es Dich nicht mal glauben machen.

Vielleicht kannst Du durch dieses Beispiel leichter Deinen Schmerz auflösen.

Zu meiner Freude an Schönheit und Ordnung in meinem Universum.

Das weiß ich — und könnte es Dich nicht mal glauben machen.

Zu unserer Freude an Schönheit und Ordnung in unserem Universum!

Wie schön, wenn wir das beide wissen werden.

Ich spüre das alles, weil ich du bin und du ich

jeder ein Souverän, beide in Resonanz miteinander.

Zu meiner Freude an Schönheit und Ordnung in meinem Universum!

Was aber, wenn ich diese Bewusstheit, Souverän zu sein, mit der ja jeder Säugling zur Welt kam, vergessen habe. Dafür könnte ja schon der Säugling überlebenswichtige Gründe gehabt haben? Was aber, wenn ich diese Fähigkeit zur Resonanz umbiege von meiner Identität hin zu einer Identifikation mit den anderen, auch aus guten, klugen Gründen? Ich könnte dann glauben, mir selber fremd zu sein.

Das Thema "Entfremdung" in seiner philosophischen Abstraktion setzt die Annahme eines metaphysischen Wesens des Menschen voraus, von dem man sich entfremden könne; unterstellt, Personen verfügten

über ein wahres inneres "Selbst", einen Kern, den sie in ihrem Leben verfehlen können; oder, Menschen könnten von ihren "richtigen" Wünschen entfremdet sein, auch wenn sie von diesen gar nichts wissen; oder schließlich, wir wären nur dann ganz bei uns, wenn wir keine Rollen spielen, unverstellt durchs Leben gehen.

Die in Frankfurt lehrende Philosophin Rahel Jaeggi¹²³ weiß, dass es keinen "Maßstab (...) für die Echtheit von Bedürfnissen" gibt und dass das "eigentliche oder wahre Selbst" nichts ist, was irgendwo "innen lokalisiert" wäre — weil es doch keine Wahrheit des Selbst jenseits seiner Äußerungen gibt. Auch entwickelt sich das Selbst in der Auseinandersetzung mit den äußeren Bedingungen, und diejenigen, die sich von fremden Wünschen leiten lassen, haben sie schließlich selbst.

Doch, so lautet der Einwand Jaeggis, wenn wir uns auch nicht unserem "eigentlichen Wesen" entfremden können, gibt es doch entfremdete Weisen des Lebensvollzugs. "Entfremdungskritik unter heutigen Bedingungen darf nicht, muss aber auch nicht in einem starken Sinn 'essenzialistisch'¹²⁴ oder 'metaphysisch' begründet sein." Die Frage ist, ob es einem gelingt, "sich zu sich und den Verhältnissen, in denen man lebt und von denen man bestimmt ist, in Beziehung zu setzen, sie sich aneignen zu können".

Nicht dass wir Rollen spielen ist das Problem — entscheidend ist, ob wir Autoren des Skripts sind. Wenngleich gewiss niemand alleiniger Autor seines Lebensvollzugs ist, so sollte er doch zumindest als Coautor seiner selbst amtieren. "Was hier entfremdend wirkt, sind nicht die Rollen per se, sondern die Unmöglichkeit, sich in ihnen angemessen zu artikulieren", formuliert Jaeggi und: "Die Suche nach Authentizität jenseits solcher Formen wäre ein sinnloses Unterfangen — diejenige nach Authentizität in ihnen ein immer wieder neu sich stellendes Problem." Unhaltbar ist die Behauptung, "dass wir durch Rollen überhaupt 'unserer selbst entfremdet' sind", sehr wohl aber sind wir es "manchmal in Rollen".

123 Rahel Jaeggi: "Entfremdung - Zur Aktualität eines sozialphilosophischen Problems". Campus Verlag, Frankfurt 2005

124 Essenzialistische Positionen setzen kulturunabhängige menschliche Grundbedürfnisse voraus, neben Ernährung und Fortpflanzung etwa auch das Bedürfnis nach Natur, nach Spiel und Kunst. Darüber hinaus nehmen sie spezifische menschliche Fähigkeiten und Fertigkeiten an, die zu entwickeln im Interesse eines jeden Individuums liege. Hieraus ergebe sich die Möglichkeit, nicht nur einen Katalog universeller Rechte zu definieren, sondern die "Qualität des Lebens" in verschiedenen Kulturen nach dem Kriterium der Verwirklichung der menschlichen Natur von einem neutralen Standpunkt aus zu beurteilen. Eine Sichtweise im Kommunitarismus, einer Politischen Philosophie, entwickelt am Ende des 20. Jahrhunderts, als vieles darauf hinzudeuten, dass sich die Menschheit unumkehrbar auf dem Weg in die "Weltgesellschaft" befindet.

Entfremdung, so die Autorin, ist eine spezifische Form von Machtverlust: Man driftet durchs Leben, die Dinge passieren einfach, das eigene Leben nimmt sich als selbstständiges Geschehen aus, "auf das man keinen Einfluss hat". Sich mit der Welt nicht entfremdet in Beziehung zu setzen, heißt, sich diese anzueignen. Diese Aneignung ist getragen von der Fähigkeit, die Umstände des eigenen Lebens auch zu prägen.

Gerade in diesem Sinn ist das "entwickelte Selbst" nichts vorgängig Gegebenes, sondern Resultat eines Aneignungsprozesses. So ist auch erklärbar, dass sich jemand verändern, aber doch authentisch bleiben kann. Veränderung heißt weder notwendigerweise, sich seinem Selbst zu entfremden, noch sich diesem zu nähern; unauthentisch kann aber sehr wohl der Prozess der Veränderung sein. Die Frage ist nicht, ob Subjekte alte Ideale, Lebensweisen etc. aufgeben, sondern "wie sie sie aufgeben". Jaeggi: "Entscheidend ist, ob man den Prozess in die eigene Lebensgeschichte bzw. das eigene Selbstverständnis integrieren kann." Denn schließlich, so Jaeggi, geht es darum, "mit sich selbst umgehen zu können".

Ich sehe es so: Gesellschaftliche Rollen sind Möglichkeiten des Ausdrucks, sie entfremden nicht automatisch. Man kann eine neue ausprobieren und merken, dass man sich komplett wohl fühlt damit. Mein Grundgefühl ist: Jetzt will ich doch mal sehen, was hier noch so alles geht. Bestimmt eine ganze Menge. Für so eine Einstellung ist ein gewisses Maß an Pathos und auch an Naivität nötig. Es war ein großer Moment, als ich kapierte: Ich bin bereit dafür.

Ich versuche noch eine Definition von Selbstverantwortung:

"Selbstverantwortung beginnt mit der Bereitschaft, Ursache in den Angelegenheiten meines Lebens zu sein." Letztendlich ist es ein Weltbild, von dem aus ich gewählt habe, mein Leben zu leben.

Selbstverantwortung ist nicht Bürde, Verschulden, Lob, Vorwurf, Verdienst, Schande oder Schuld. Bei Selbstverantwortung gibt es keine Bewertung von gut oder schlecht, richtig oder falsch. Da ist einfach, was ist, und das ist meine *Haltung*.

Bewusst selbstverantwortlich zu sein beginnt mit der Bereitschaft, mit einer Situation umzugehen von dem Blickwinkel im Leben aus, dass ich der Verursacher davon bin, was ich tue, was ich habe und wer ich bin. Das ist nicht die *Wahrheit*. Es ist ein *Ort*, an dem ich stehen kann.

Niemand kann mich verantwortlich machen, noch kann ich einem anderen Verantwortlichkeit auferlegen. Es ist keine Würde, die ich mir selbst gebe — es ist ein kraftvoller Kontext, der sich so hinterlässt, dass

ich freudig in der Angelegenheit meines Lebens selbst etwas zu sagen habe. Vielleicht ist das der Kern von *Menschenwürde*. (vgl. 1.5 Wir-Syndrom und Herrschaft, Opfer und Täter)

Noch einmal anders gewendet. Am meisten habe ich unter Selbstvorwürfen und Schuldgefühlen gelitten. Mein sorgfältig gehütetes Geheimnis ist mein Verdacht, ja, meine Überzeugung: Wenn ich anders gehandelt hätte, dann wäre ich nicht verletzt worden. Das entwickelt sich zu einem festen Glaubenssatz, zur Weltanschauung. Ich werde immer distanzierter zu dieser gefährlichen Welt, damit auch niemand an mich ran kommt. Um diese Not zu wenden, ist es für mich nun noch mehr erforderlich, einem anderen die Schuld an meinem Unglück zu geben. Der Trugschluss liegt in meinem Beharren, dass ich nur unschuldig bin, wenn jemand anders die Schuld hat. Alle meine Abwehrstrategien bewirken nur, mich weiter in diesem Unglück festzuhalten. Und ich, der von Erzogenen Erzogene, habe diese Wahl getroffen.

Da passierte etwas und ich fühlte mich verwirrt, verletzt, missbraucht. Vielleicht eine Sache von zehn Minuten; von da an bin ich es selbst, der nicht aufhört, sich damit zu quälen, jahrelang. Einer muss ja "Schuld" sein. Wie wäre es mit anderer Wortwahl: "verantwortlich"? - Ich antworte, ununterbrochen. Ich kann nicht *nicht* antworten, ich kann nicht mich *nicht* ausdehnen oder zusammenziehen, lustvoll hin in dieses oder ängstlich weg von diesem Leben, meinem Leben. Wenn ich das schließlich erkenne, bin ich frei. Der Schlüssel zum Leben ist, die Wahrheit zu erkennen und es sich zu gönnen, sie auch zu leben. Mit dieser Erkenntnis ver-gebe ich mir. Die Kehrseite meiner Lüge über mein Unglück ist meine Vergebung. Mein Geschenk an mich.

Dieses Geschenk gibt mir, was ich immer wollte: ich brauche nicht mehr Opfer zu sein. Das gibt mir absolute Macht und Gelassenheit für mein Leben. Ich bin hundertprozentig verantwortlich für meinen Schmerz und meine Freude. Ich bin es immer schon gewesen. Durch das Vergeben, nämlich indem ich erkenne, was wirklich geschah, bin ich frei.

"Bis man wirklich Verantwortung übernimmt, gibt es Zweifel, die Möglichkeit, sich zurückzuziehen und immer Ineffizienz. Was alle Handlungen von Initiative (oder Schöpfung) angeht, so gibt es eine elementare Wahrheit, deren Nichtbeachtung zahllose Ideen und hervorragende Pläne umbringt: dass in dem Moment, in dem man sich definitiv verpflichtet, sich die Vorsehung ebenfalls bewegt. Alle möglichen Dinge, die sonst nie passiert wären, passieren, um einem zu helfen. Ein ganzer Strom von Ereignissen folgt

4 Wissen und Wahrheit? – 4.12 Selbstverantwortung

aufgrund der Entscheidung und bringt zu eigenen Gunsten alle Arten von Vorfällen und Begegnungen und materieller Unterstützung, von denen kein Mensch geglaubt hätte, dass sie auf diesem Wege kommen würden. Was immer du meinst oder glaubst, tun zu können, beginne es. Handeln enthält Magie, Anmut und Kraft."

Johann Wolfgang von Goethe

4.13 *Schuld*

Immer wenn ich im Zusammenhang mit Unrecht und Vergebung das Wort 'Verantwortung' hörte, hörte ich innerlich auch den Begriff 'Schuld'. Wer ist unschuldig, wer ist schuld? Der Täter soll gefälligst die Schuld auf sich nehmen, dann glaube ich mich frei. Sein Geständnis würde mich befreien. Doch das stimmt nicht. Indem er die Schuld auf sich nimmt, die ich ihm auferlegen will, vergrößert sich die Schuld, die ich mir aufbürde.

Das Gewissen quält. Meist sagt das Gewissen ganz laut "du solltest jetzt...", viel öfter aber sehr leise "Hast du die Liebe vergessen?". Gewissen ist ein doppelter Drang, einmal der des biologischen Bedürfnisses zu Liebe, Anerkennung, Wertschätzung im Sein, im "Wir ohne Herrschaft", das der Neurobiologe Joachim Bauer beschreibt in "Prinzip Menschlichkeit - Warum wir von Natur aus kooperieren" und schon 100 Jahre früher der Naturwissenschaftler Kropotkin 1902 in "Gegenseitige Hilfe in der Tier- und Menschenwelt". Dieses Bedürfnis lebt sich als freudiges Schenken und Empfangen aus der Fülle. Doch zum anderen verwandelt sich das zum neurotischen Zwang¹²⁵ im Haben, im "Wir unter Herrschaft", in Unterdrückung. Dieser Zwang nährt sich aus Regeln über Fordern und Zuteilen aus dem Mangel. Dann wird Liebe, Anerkennung, Wertschätzung zum virtuellen LAW-Virus¹²⁶.

So hat das "Gewissen" ein doppeltes Gesicht, einerseits die biologische Gewissheit, im "Wir ohne Herrschaft", immer Liebe, Anerkennung, Wertschätzung empfangen und schenken zu können, andererseits die neurotische Gewissheit, im Herrschafts-Wir, doch gefälligst Liebe, Anerkennung, Wertschätzung erlangen und abgeben zu sollen. In beiden Arten von Gewissheit kann ich verfehlen.

Wenn ich in der Stunde meines Todes das Buch meines Lebens aufschlage, kann mir deutlich werden, wo ich Liebe verfehlt habe, wo ich Liebe ausgeschlagen oder nicht verschenkt hatte. Das ist nicht Schuld - das ist Schmerz; da hatte mein Gewissen gefragt "Hast du die Liebe vergessen?". Da war ich in Sünde gefallen (griech. hamartía = Zielverfehlung, harmatáno = (ver)fehlen, nicht erreichen, entbehren, vergessen) - ich hatte mich vergessen (vgl. 9.2 Sünde).

125 BYRON KATIE, MICHAEL KATZ "Ich brauche deine Liebe - stimmt das? - Liebe finden, ohne danach zu suchen"; ISBN: 978-3-442-33743-9

126 vgl. 1.5 Wir-Syndrom und Herrschaft, Opfer und Täter, wo sich JORGE SEMPRÚN zu seiner Erfahrung der persönlichen Freiheit der Wahl im Konzentrationslager äußert. Und es ist auch meine Wahl und Entscheidung, ob ich ein Leben führe und ein Gewissen pflege in der Fülle oder aus dem Mangel. Sowie auch vgl. 4.7 Wahnnehmen zum virtuellen Virus

Sünde im christlichen Sinne recht verstanden ist nur möglich, wenn die Motivation des Sünders in Lieblosigkeit besteht. Den Begriff "Sünde" auf die Bereiche Sexualität, Essen und Trinken, Gedanken und Phantasien, den gesamten Bereich von Lebensäußerungen auszuweiten, ist nichts anderes als der Versuch einer wie auch immer definierten Kontrollinstanz, alle diese Lebensäußerungen unter ihren Einfluss zu bringen. Die Auswirkungen einer solchen Kontrollhaltung sind unabsehbar und sie zeigen sich in den alles durchdringenden Schuldgefühlen und in der allgegenwärtigen Angst, die die Angehörigen einer so kontrollierten Gesellschaft, z.B. unserer christlich-abendländischen, beherrschen.¹²⁷

Auf der 2. Variante von Gewissheit beruht das "Gewissen", das sagt "du solltest jetzt...". Das wollen ihren Anhängern die Religionen, Staatsapparate und die in ihnen verfassten Gruppen, wie z.B. Familien, Parteien, Bünde eintrichtern, um ihre Herrschaft zu festigen. Das tun sie mit dem Schüren der Angst vor Schuld.

Schuld ist ein großes Thema. Ganze Industrien, wie z.B. Banken und Versicherungen, leben davon. Berufsstände wie z.B. Juristen, Sozialarbeiter, Polizisten und viele mehr sind dadurch entstanden. Der Duden - Die deutsche Rechtschreibung, 2004, liefert 51 Begriffe. Der Brockhaus, 2002, wirft zum Suchwort <Schuld> 69 Artikel aus, hier insbesondere:

Schuld, *Philosophie, Religion*: 1) etwas, das man tun soll, eine Schuldigkeit; 2) Schuldigwerden, die Übertretung eines im Rahmen eines allgemeinen Normenkodex vorgegebenen beziehungsweise auf Gott oder die Götter zurückgeführten Gesetzes oder Gebots oder das Bewusstsein, der erkannten sittlichen beziehungsweise religiösen Pflicht zuwidergehandelt zu haben. Beurteilungsinstanzen der Schuld sind das eigene Gewissen, vor dem das Individuum sich als schuldig erfährt (Schulderfahrung, Schuldgefühl), Gott, die anderen Menschen. Die Religionen und das antike Drama zeigen, dass Schuldigwerden eine Urerfahrung des Menschen darstellt. (Sünde)

Schuld, *Psychoanalyse*: Das (v.a. neurotische) Schuldgefühl, die subjektive, bewusste oder unbewusste Überzeugung, einer Person Unrecht angetan oder gegen ein Gebot oder Gesetz verstoßen zu haben, wird psychoanalytisch v.a. als Ausdruck eines innerpsychischen Konflikts gedeutet; in der Therapie wird dessen Bewältigung versucht.

Schuld, *Strafrecht*: die Vorwerfbarkeit der Willensbildung des Täters. Sie setzt voraus, dass der Täter statt des rechtswidrigen einen normge-

127 Varda Hasselmann und Frank Schmolke "Welten der Seele - Trancebotschaften eines Mediums"; 1993; München

mäßigen Handlungswillens hätte bilden können; Schuld ist gegeben bei Vorsatz oder Fahrlässigkeit. Das Vorliegen von Schuld ist Voraussetzung für die Bestrafung und Grundlage für die Zumessung der Strafe. Schuldabschließungsgründe (Entschuldigungsgründe) sind v.a. Schuldunfähigkeit, entschuldigender Notstand (§35 StGB), unvermeidbarer Verbotsirrtum und Tatbestandsirrtum (Irrtum). Die Schuldfrage (ob der Angeklagte der Tat schuldig ist) besteht aus der Beweisfrage (ob die Begehung der Tat durch den Angeklagten erwiesen ist) und der Frage nach der Gesetzesanwendung (Subsumtion; ob ein im Strafgesetz bezeichneter Tatbestand vorliegt). Sie umfasst ferner die Strafe ausschließende, mindernde oder erhöhende Umstände.

Schuld, *Zivilrecht*: 1) als Verbindlichkeit die Verpflichtung des Schuldners zu einer Leistung (Tun oder Unterlassen) aufgrund eines Schuldverhältnisses; 2) als Vorwerfbarkeit die Bewertung eines menschlichen Verhaltens (Verschulden).

Das "Deutsches Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm", Der Digitale Grimm, liefert ebenfalls viele Seiten, von denen ich nur kleine Auszüge zeigen will:

[15,1870] SCHULD [Lfg. 15,10], f. zahlungsverpflichtung, vergehen, ursache.

I. form und verwandtschaft.

1) schuld ist ein verbalabstractum zu dem german. verbum (präteritopräsens) skulan (s. sollen), das ausserhalb des german. nur in den baltischen sprachen entsprechungen hat, vgl. lit. skeliù, inf. skelėti schulden, skylù, inf. skilti in schuld geraten, skolà schuld, altpreusz. skellants schuldig, skallisnan (acc.) pflicht, schuldigkeit, ...

II. bedeutung.

1) seiner herkunft entsprechend bezeichnet schuld zunächst etwas, was man soll oder schuldig ist, eine verpflichtung oder eine leistung, wozu man verbunden ist. doch ist diese verwendung nur in den früheren perioden der deutschen sprache lebendig: althd. sô i? mîn scult (schuldigkeit) uuâri, ...

2) in der neuern sprache ist die verwendung von schuld auf einen speciellen fall eingeschränkt, nämlich auf die verpflichtung zu einer geldzahlung, die aus einem vorhergegangenen darlehen erwächst, das geld, das man von jemand entliehen hat und ihm zurückzuzahlen verpflichtet ist; ganz analog dem lat. debitum und seinen romanischen nachkommen. diese bedeutung ist mnd. noch nicht üblich, wol aber ...

SCHULD [Lfg. 15,10], adj. schuldig, die ursache bildend.

1) die altgerm. dialecte kennen ein adj. skuld, das eigentlich nichts als das part. perf. pass. zu skulan, ist, wie das subst. schuld des verba-abstractum (also der vorgänger unserer Neubildung gesollt). es ist in folgenden sprachen bezeugt: goth. in der verbindung skuld ist man soll, musz, darf, es ist erlaubt, und substantiviert skuldo, n. das schuldige, gebührende: usgibiþ nu allaim skuldo. ...

2) erst nhd. begegnet schuld wieder in adjectivischer function und zwar ganz in der bedeutung 7 bez. 8 des substantivs. es ist kaum anzunehmen, dasz das alte adjectiv darin fortleben sollte; dazu ist die zeitliche kluft zu grosz, und auch die bedeutung weicht ab. es ist also wol nur das subst. schuld in prädicativer verwendung und ohne artikel (selten die schuld sein: ...

Und der Grimm bringt es für mich auf den Punkt: Es geht hier stets um ein SOLLEN. Etwas zu sollen kommt aus dem Feld der Gegebenheiten, der Wahnheiten, aus der Welt der Virtualität, nicht der Realität. Zu sollen ist Gedachtes, ist nicht leben. Das Universum, so mein fester Glaube, ist ein konkreter Ausdruck seiner Liebe zu sich selber. Darum kennt es kein Sollen, also auch keine Schuld. Die Planeten kreisen um ihre Sonne nicht weil sie das sollen – es ist ihr Leben. Meine Herzmuskelzellen spannen und entspannen nicht weil sie das sollen – es ist ihr Leben. Leben ist ständige, unvorhersehbare Evolution, ist Driften, kein Sollen zu einem Ziel. Nur weil ich mich in meinen Geschichten über eine Vergangenheit festhänge, lasse ich mir Gedanken kommen über Ziele, ich sollte gleich, morgen, bis an mein Lebensende dieses oder jenes sollen, wollen, mögen, dürfen, müssen. Und so, wenn ich der Forderung dieses "Gewissens" nicht folge, mache ich mich "schuldig", vor mir und vor allem den Anderen.

Meine Unschuld finde ich erst wieder, indem ich die Verantwortung für mein eigenes Leben völlig annehme. Das ist allein meine Angelegenheit. Und der andere muss die Wahrheit über die von ihm getroffene Wahl selbst herausfinden. Er muss sich selbst befreien. Für mein Leben spielt nur das eine Rolle, was ich mir selbst antue. Meine Selbstverantwortung bedeutet, aus dem Zustand meiner Wahrheit zu antworten. Wenn das Opfer seine Verantwortung an sich selbst zurück gibt, nimmt es seine Macht und Gelassenheit zurück, wird ein frei und in Eigenmacht Handelnder. Als Freie und Souveräne gehen wir aufeinander zu und miteinander um. Verantwortung hat nichts mit Schuld zu tun.

Im Buch meines Lebens wird verzeichnet sein, wo ich um dieser von

den Institutionen geschürten Angst willen mich in meiner Liebe zu mir verfehlt, mich nicht beschenkt habe, wo ich mich nicht mehr als freier Souverän erkannt habe und mich blind gemacht habe selbst für die Liebe der anderen Freien. Das laute "Gewissen" des "du solltest ..", das könnte der Verstand sein mit seinem ununterbrochenen Berechnen von möglichem Nutzen-Aufwand zu möglichen Strafen, seinem sich Sorgen und sich Ärgern, mein Ego. Das leise "Gewissen", das könnte die Stimme der Seele sein. Die begleitet mich auf Schritt und Tritt, immerzu. Sie drängt sich nicht auf, aber wenn ich nach ihr schauen würde, wäre sie da.

4.14 **Entscheidung**

Was meint "Entscheidung"? Wilhelm Wundt, der Begründer der deutschen experimentellen Psychologie, definierte zu Ende des 19. Jahrhunderts:

"Den der Handlung unmittelbar vorausgehenden psychischen Vorgang des mehr oder weniger plötzlichen Herrschendwerdens des entscheidenden Motivs nennen wir bei den Willkürhandlungen im allgemeinen die Entscheidung, bei den Wahlhandlungen die EntschlieÙung. Hier weist das erste Wort nur auf die Scheidung des herrschenden von den andern Motiven hin, während das zweite durch seinen Zusammenhang mit dem Zeitwort 'schließen' andeutet, dass der Vorgang als ein Endergebnis aus mehreren Vorbedingungen betrachtet wird. Abzuweisen ist die Ansicht, als ob die Willensentschließung ein logischer Schlussprozess oder dergleichen sei. Entscheidung und Entschließung sind von Gefühlen begleitet."

Es gibt prinzipiell entscheidbare und prinzipiell unentscheidbare Fragen. Bei den entscheidbaren entscheide ich ja nicht wirklich. Ich muss nur in einem logischen Netz nach dessen Regeln mich entschließen, von einem Knoten über das nächste logische Verbindungsglied zum nächsten Knoten zu gehen bis zur Antwort. Die Schlussfolgerungen in der Logik der Regel führt mein Handeln zur Antwort. Genau nur das leistete der Schachcomputer "Deep Blue", der den Schachweltmeister Kasparow bezwang. Bei den unentscheidbaren Fragen fehlt solche Regel — oder es gibt zusätzlich eine Regel II. Ordnung, also eine Regel, die die Logik der Regeln I. Ordnung nach jeder Anwendung verändert und die deshalb in die Unwissbarkeit führt. Da kann ich nur das herrschende von den andern Motiven scheiden.

Die Frage nach dem Ursprung der Welt hat eine "Urknall-Antwort", eine "Schöpfungs-Antwort" und die der vielen Mythen vieler Völker. Oder: Für die europäisch-christliche Frage nach der Transsubstantiation oder Konsubstantiation (Brot und Wein im Abendmahl *sind* bzw. *bedeuten* Leib und Blut Christi) haben wohl über eine Million Menschen ihr Leben gegeben, um entweder ihre Entscheidung bezüglich der Frage nicht aufzugeben oder sie anderen aufzuzwingen.

Nur die Fragen, die *prinzipiell nicht* entscheidbar sind, fordern echtes Entscheiden. Da müssen wir an der Wegekreuzung wählen, entweder rechts oder aber links oder aber geradeaus zu gehen — ohne zu wissen, wie wir damit unsere Zukunft verzweigen. Es ist nämlich so, dass die Verwirklichung eines Werts unvermeidlich einen anderen Wert verwirkt —

und damit dessen Wachhund auf den Plan ruft. Mit meiner Wahl für die eine Möglichkeit habe ich mich gegen alle meine anderen Möglichkeiten entschieden. Das ist wie es ist — bis es anders ist.

Der Mensch ist frei, so zu entscheiden, wie er entscheiden will, oder, mit seiner Entscheidung der Mensch zu sein, der er sein will. Aber mit dieser Freiheit fällt mit den Entscheidungen auch die Verantwortung auf jeden Einzelnen und damit ist der Weg der Ethik betreten worden. Jean Paul Sartre beschrieb das als die Kaffeehausszene: Der Kellner spielt die Kellnerrolle mit Distanz, geht also nicht voll im Kellner-Sein auf. Ganz im Gegensatz zur Kaffeetasse. Wie alle Dinge sei sie das, was sie sei, sagt der Philosoph. Diese Distanz macht das menschliche Bewusstsein aus. Und das verleiht dem Menschen Freiheit. Oder bürdet sie ihm auf, denn Freiheit wird nicht nur im positiven Sinne erlebt.

Die Freiheit, sich immer wieder neu entscheiden zu können, bringt die volle Verantwortung für den Entscheider mit sich, selbständig zu denken, eine eigene, bewusste Haltung einzunehmen — oder eben auch nicht. Wer hinsichtlich der Lebensfragen eine starre Identität entwickelt, zum Beispiel sich nur gesellschaftlich determiniert sehen will, zum Beispiel sein ganzes Leben lang in jeder Sekunde Kellner bleibt, wird dinghaft, ähnelt in gewisser Hinsicht der Kaffeetasse, die immer bleibt, was sie ist. Diese Dinghaftigkeit macht unfrei. Darum die Slogans der Freundschaft-mit-Kindern-Leute: "Erziehung? Nein, danke!" Wohl statt dessen: "Unterstützen statt erziehen". Denn, tatsächlich, ich kann nur für mich selbst verantwortlich sein. Und, natürlich, ich hatte Lust, zu meiner Autorität zu stehen und auch, mich an dem Widerstand meiner Kinder zu reiben und, anders gesehen, mich an der Kraft meiner Kinder in ihrem Widerstand zu freuen — wie gehe ich mit Autorität um und wie lebe ich sie ihnen vor.

Nur ich bin für mich verantwortlich, durch Handeln antwortend auf meine Wahr- und Wahnnehmung dieses Stroms von Situationen, meine Wahrheit.

Sicher habe ich meinen Kindern, als sie klein waren, gelegentlich Dinge aus der Hand genommen. Ich hatte ja einige Jahrzehnte Erfahrungsvorsprung, hielt mich für über besser informiert unseren Alltag, war stärker und länger als sie. Sie konnten nicht ihr Fläschchen warm machen. Die Handlungskompetenz lag teilweise bei mir. Die Entscheidungskompetenz, z.B. wann es Zeit für das Fläschchen sei, hatten sie. Natürlich habe ich mich nur zu oft über ihren Willen hinweggesetzt, weil es mir anders in den Kram passte, weil ich Angst hatte, weil ich zu arrogant in meinem Erwachsenenwillen vor ihrem stand, weil ich es aus Gewohnheit

anders für richtig hielt, weil ich sie schützen wollte, aber meistens wohl wissend, so entscheide ich meinetwegen, zu meinem Besten, als Antwort auf meine Wahrnehmung dieses Stroms von Situationen.

Nur für mich kann ich verantwortlich sein, durch Handeln antwortend auf *meine* Wahr- und Wahrnehmung dieses Stroms von Situationen, meine Wahrheit. Bestenfalls unterstützen kann ich Dich, und auch nur mit meinen Wahrheiten unterstützen bei Deinem Entscheiden und Antworten in Deinem Leben. Natürlich liegt mir das Wohl meiner Lieben am Herzen und ich mache alle Anstrengungen, damit es ihnen wohl ergehe. Ich will Schönheit und Ordnung in meinem Universum. Darin enthalten sind auch meine Lieben. Doch das tue ich meinetwegen, um meiner Freude willen an ihrem Wohlergehen. Diese Freude ist meine Angelegenheit. Mein Glücklich-Sein ist verbunden mit dem Glücklich-Sein der Anderen. "Meine volle Menschlichkeit realisiert sich erst in der menschlichen Gemeinschaft, im *Wir* — ohne Herrschaft". — Resonanz der Wellenpakete.

Einzig in meinen Kopf kann ich, mühsam genug, rein schauen. Ich kann nur wissen, was zu meinem Besten ist — in meiner Selbstverantwortung und meinem Entscheiden. Ich kann nicht wissen, was ich Dir unschuldigerweise weitergebe an Verwirrungen, Urteilen, Ansichtsweisen. Ich weiß inzwischen nur: Bei allem, was nichts mit Liebe zu tun hat, da bin ich verwirrt. Wie Du meine Unterstützung auffasst, als Hilfe oder Übergriff, ob Du sie annimmst oder ablehnst, das steht in Deiner Selbstverantwortung und Deinem Entscheiden.

Das Wellenpaket moduliert die Resonanz, in der es mit allen anderen verbunden ist. Und es lässt sich modulieren. In unvorhersagbarer Weise springen die Impulse von einer Ebene zur anderen, vielleicht nach statistischem Zufall, in freiem Willen. Anders als eine triviale Maschine, ein totes geschlossenes System, ist diese nichttriviale 'Maschine'¹²⁸, bin ich, als lebendes offenes System mit Regeln II. Ordnung, nach jeder Entscheidung eine andere 'Maschine'. Freier Wille! Wer weiß, was ich als nächstes tue?

Will ich selber wollen? Will ich geschoben werden? Träume ich davon, zum Wollen-Dürfen die Erlaubnis zu kriegen? Will ich die vielen Möglichkeiten einer Situation sehen, Chancen und Schwierigkeiten, oder will ich es beim Suchen von Schwierigkeiten bewenden lassen, mich als 'Bedenkenträger' profilieren?

Will ich mich in der Vielfalt der Möglichkeiten verirren, nur die Rezepte lesen und ihre Zutaten kaufen, aber nie ein ganzes Menü kochen *und* es dann auch genießen? Will ich vor dem Risiko in Lähmung verfallen

128 zu "nichttriviale Maschine" siehe Abschn. 5.2 Systeme

oder mich davon anspornen lassen? Will ich mein Bewusstsein bestimmt sehen von der Gesellschaft (welchen ihrer Teile?) oder als gleichwertig mit dem meiner Mitgesellen? Freier Wille, alles meine Entscheidungen, auch da, wo ich "in Dienst genommen" werde von größeren Kräften¹²⁹.

Die Gedanken sind so stark im Kopf, dass die Welt sie reflektiert. Der Kopf ist ein mächtiger Projektor. Das Wort 'Projektor' meine ich im weitesten Sinne, sowohl als Projektion (psychoanalytisch: Mich stört diese Verhaltensweise, weil ich sie an mir selbst nicht leiden kann) als auch im Sinne von Übertragung (Ich kritisiere an Dir, was ich früher in anderen Situationen erlebt habe). Die Welt zu verändern wird verblüffend einfach, wenn ich die Dias in dem einen Projektor verändere, allein in meinem Kopf.

Für manche Menschen, die sich verbunden haben mit der Vorstellung, sie seien Opfer, seien Abhängige der Verhältnisse um sie herum, erzeugt dieser Gedanke nur Ablehnung, ja, Wut — und die Wut macht sie wieder zu Tätern. Ohne das 'Dias schieben' zu erüben, werden sie nie erfahren, ob es zu ihrer Wut sinnvolle Alternativen gibt. Da ist sie wieder: Die Unwissenheit der II. Ordnung.

129 Viele Kulturkreise legen besonderen Wert auf die Verbindung der Lebenden zu ihren Ahnen. Erstaunliche Veränderungen ereignen sich in den Beziehungen zwischen Familienmitgliedern, wenn einer von ihnen in einer Familienaufstellung nach Hellinger die Taten eines Ahns von Herzen gewürdigt hat. Und es gibt viele Wege zu solchen von außen betrachtet verblüffenden Kontakten (z.B. <http://www.mediale-familienaufstellung.de/> oder http://www.harald-homberger.de/pdf/yoga_aktuell_juni_juli.pdf)

4.15 Ethik

Ich will hier nichts von Ethik schreiben. Zu sehr fürchte ich, wenn hier Ethik auftaucht, explizit wird, würde ihr Atem erstickt in den Debatten über Moral. Solange ich mich von der Welt getrennt erkläre und die Welt sozusagen nur durch ein Guckloch betrachte, kann ich den anderen da draußen sagen, wie sie sich verhalten sollen: "*Du* sollst...", "*Du* sollst nicht...". Man kann getrost moralisieren. Erkläre ich mich jedoch zu einem Teil der Welt, so muss ich mein Tun verantworten: "*ich* will...", "*ich* will nicht...". Das ist die Grundlage der Ethik. Aber wer möchte schon für sein Tun verantwortlich sein? Es ist doch viel beruhigender, diese Last einem anderen aufzubürden.

Bitte, verstehe das nicht als Bewertung. Ich will nicht beurteilen, Schuld oder Unschuld behaupten, sondern nur die Phänomene beschreiben, verschiedene Sichten auf die Erscheinungen und ihr unglaublich spannendes Spiel miteinander und mich als einen der Spieler. Magst Du mitspielen, weiter lesend, nachdenkend, hier mit mir, mit meinen Worten und Bildern spielen? Ein Spiel nicht ohne Risiko: Du könntest manches hinterher anders wahrnehmen. Du könntest Dich überzeugen mit Neuem. Und dann?

Diese Entscheidung, ob ich mich von der Welt getrennt erkläre oder ob ich mich jedoch zu ihrem Teil erkläre, hat ja Folgen. Im ersten Fall mache ich den unrealistischen Versuch, mein Bewusstsein als von dem der Gesellschaft bestimmt zu glauben, bin 'außer mir', sehe mich ständig in der Gefahr, zum Opfer der Verhältnisse oder zum Täter gegen sie zu werden. Im zweiten Fall kann ich die Welt zu meiner 'Maschine' nehmen, bin ich Handelnder zwischen Handelnden, Wellenpaket in Resonanz. Wer wäre ich ohne meine Geschichten?

Lassen Sie einmal folgendes Zitat auf sich wirken: "Du musst selbst die Veränderung sein, die du in der Welt sehen willst" Mahatma Gandhi. Dieses Zitat beinhaltet einen — wenn nicht so gar den einzigen — Schlüssel für eine bessere Welt: nämlich bei sich selbst anzufangen. Stellen Sie sich also vielleicht einmal die Frage: "Wie will ich *mich* verändern, damit die Welt besser wird?" Zugegeben, das ist eine schwierige Frage. Aber eine, die einen sehr konstruktiven Weg einschlägt.

4.16 *Wissenschaft*

Irgendwann begannen die Menschen zu zweifeln. Irgendwann glaubten sie einfach nicht mehr, dass die Schwalben sich im Winter in Sümpfen eingraben, um dort die kalte Jahreszeit zu überdauern. Seit Aristoteles war diese Vorstellung von Generation zu Generation weitergegeben worden. Der Zweifel wurde zum Keim der Forschung, und im 18. Jahrhundert wollte man es genauer wissen: Der Schulmann und Schriftsteller Johann Frisch band einigen Vögeln rote Fäden ans Bein und verfolgte, ob deren Farbe nach einem Winter im Morast verblasst war. Doch sie leuchteten auch im Frühjahr noch in knalligem Rot. Die Theorie der Überwinterung im Sumpf war widerlegt - und die Methode der Vogelberingung geboren. Um 1840 entstand die Vogelzugforschung.

Wissenschaft hat viele Gesichter. In Zeiten von Markt, Konkurrenz und Demoskopie erweist sich ein Teil von Wissenschaft als käuflich. Als "habilitierte Pharmareferenten" hat z.B. Ingrid Mühlhauser einen Teil der universitären Chefärzte vor kurzem bezeichnet. Die Hamburger Professorin für Gesundheit meinte damit die enge Verbindung vieler Hochschullehrer mit der Pharmaindustrie. Kaum ein Chefarzt in der Medizin, der nicht einen lukrativen Beratervertrag mit einem Pillenhersteller eingegangen ist oder sich ebenso einseitige wie mittelmäßige Vorträge auf Pharmaveranstaltungen fürstlich honorieren lässt. Längst macht das Schlagwort von den "Mietmäulern" in der Branche die Runde¹³⁰. Denn es gilt hier "Eminenz vor Evidenz".

Gerade im Gesundheitsmarkt ist "wissenschaftlich" ziemlich zur Werbefloskel verkommen. Wie in der Kleidermode die Farbpaletten, so wechseln hier, streng "wissenschaftlich" bewiesen und "wissenschaftlich" notwendig, die Moden von Operationstechniken oder Medikationsschemata. Und wenn ruchbar wird, dass zig Menschen deshalb gestorben sind, dann wird sang- und klanglos eine neue Mode kreiert, angeregt von der Pharma- oder der Medizingeräte-Industrie, die nur ihre positiv-positiven Versuchsreihen veröffentlicht und diese mit Statistiken belegt, für die ein Student anderer Fachrichtungen aus dem Seminar gejagt würde.

Bisher durfte die Pharmaindustrie in Deutschland nicht für verschrei-

130 Aus dem Markt der Gesetzlichen Krankenkassen (GKV) von pro Jahr (2006) etwas mehr als 22 Milliarden Euro zieht die Pharmaindustrie an direkten Einnahmen zwischen 13 und 14 Milliarden. Davon gehen fünf Milliarden ins Marketing; zwei Milliarden sind allein für Pharmareferenten reserviert, 1,5 Milliarden für die ärztliche Fortbildung; eine Milliarde wird für so genannte Anwendungsbeobachtungen bereitgestellt. — In den Jahren 1990 bis 2001 sind gerade mal vier tatsächlich neue Präparate entstanden.

bungspflichtige Arzneimittel werben. EU-Industriekommissar Verheugen will das ändern. Der Leiter des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG), Peter Sawicki, lehnt das Aufweichen des Werbeverbots ab. Schon die Informationen für Ärzte seien wenig fundiert, den Patienten werde es ähnlich ergehen: "90 Prozent der Informationen, die Ärzte von Pharmavertretern bekommen, sind nicht durch Studien gestützt. Im besten Falle sind sie unvollständig, im schlimmsten Falle schlicht falsch und gelogen", sagt er. Das IQWiG hat den staatlichen Auftrag, für Patienten unabhängige Informationen für Therapiemöglichkeiten zu erarbeiten.¹³¹

Die Marketingstrategien der weltgrößten Pharmakonzerne haben mittlerweile völlig gesunde und beschwerdefreie Menschen ins Visier genommen. Die Stimmungsschwankungen des Alltagslebens mit ihren Hochs und Tiefs gelten heute als mentale Störungen. Völlig normale Beschwerden sind zu Besorgnis erregenden Krankheitssymptomen erklärt worden, und immer mehr gesunde Menschen werden per "wissenschaftlicher" Untersuchungen zu Patienten umdefiniert.

Da wird Schüchternheit auf einmal zum Symptom für allgemeine Angststörungen und prämenstruelle Spannungen werden zu einer Geisteskrankheit, der man den Titel "prämenstruelle dysphorische Störung" verleiht. Ganz alltägliche sexuelle Schwierigkeiten sieht man als sexuelle Störungen oder die natürlichen, altersbedingten hormonellen Veränderungen als durch Hormonmangel ausgelöstes Krankheitsbild namens Menopause. Und ein unkonzentrierter Büroangestellter leidet heutzutage gleich unter der Krankheit, die man AADD (Adult Attention Deficit Disorder) nennt. Schon die Tatsache, dass jemand zu einer "Risikogruppe" gehört, ist zu einer eigenständigen Krankheit geworden. Deswegen leiden Frauen mittleren Alters heute unter einer schleichenden Knochenerkrankung mit Namen Osteoporose, und durchaus fitte Männer in den besten Jahren bekommen ein lebenslanges Krankheitsbild namens "erhöhter Cholesterinspiegel" bescheinigt.

Erst vor einiger Zeit hieß es in einem Bericht des Informationsdienstes Reuters Business Insight, dass sich die Möglichkeit, "neue Krankheitsmärkte zu schaffen", in Milliardenumsätzen auf dem Medikamentenmarkt niederschlagen werde. Eine der wichtigsten Strategien, heißt es dort, habe zum Ziel, die Wahrnehmung zu beeinflussen, die normale Leute von ihren kleinen Wehwehchen haben, so dass "natürliche Vorgänge" zu medizinischen Indikationen werden. Man muss die Menschen davon

131 taz vom 11.12.2008 "Medien wollen mit Medizin mehr verdienen"

"überzeugen", dass "alle möglichen Probleme, die sie bis dahin vielleicht nur als lästige Sache hingenommen haben" — Haarausfall, Falten oder sexuelle Schwierigkeiten — nunmehr als Probleme gelten, die eine "medizinische Behandlung verdienen".

Der ungesunde Einfluss der pharmazeutischen Industrie hat sich mittlerweile zu einem weltweiten Skandal ausgewachsen. Er verzerrt die medizinische Forschung, er korrumpiert die medizinische Praxis, und er untergräbt das Vertrauen der Patienten in ihre Ärzte. Die Unterdrückung unwillkommener Forschungsarbeiten über Antidepressiva, die Risiken bestimmter Medikamente gegen Arthritis und Ermittlungen über die mutmaßliche Bestechung von Ärzten in Italien und in den USA sind nur die jüngsten Beispiele in einer ganzen Kette peinlicher Begebenheiten.

Ein klassisches Beispiel für den Abbruch einer ganzen Kette von Moden bietet der Nobelpreis für Medizin in 2005. Die beiden australischen Ärzte Barry Marshall und Robin Warren wurden als Medizin-Nobelpreisträger für ihre bahnbrechenden Arbeiten über die Ursache von Magengeschwüren und Magenschleimhautentzündungen ausgezeichnet. Entgegen der damaligen Lehrmeinung wiesen sie nach, dass in den allermeisten Fällen ein winziges, spiralförmiges Bakterium, *Helicobacter pylori*, für die Magenerkrankungen verantwortlich ist.

Früher wurden vor allem Stress, falsche Ernährung und ein ungesunder Lebensstil als Ursache von Magengeschwüren verantwortlich gemacht. Als Folge davon trat dann auch oftmals Magenkrebs auf. Auch war in jedem Lehrbuch zu lesen, dass in dem hochsauren Milieu des Magens Bakterien überhaupt nicht lebensfähig seien. Als Warren und Marshall 1983 verkündeten, sie hätten aus Magenproben Bakterien isoliert und diese seien für die Magenerkrankungen verantwortlich, wurden sie als Spinner abgetan.

Jahrelang noch wurden sie ausgelacht, verspottet und missachtet. Vor allem auch in der Pharmaindustrie wollte man über die Arbeiten der beiden australischen Ärzte, die damals in einem gewöhnlichen Krankenhaus in Perth arbeiteten, nichts wissen. Die Pharmaindustrie machte mit ihren Bindemitteln für Magensäure noch riesige Umsätze.

Es sollte noch viele Jahre dauern, bis Marshall und Warren das Mediziner-Dogma umstoßen konnten. Heute ist auch in den Arztpraxen anerkannt, dass *Helicobacter pylori* für rund 80 Prozent der Magenschleimhautentzündungen und 90 Prozent der Zwölffingerdarmgeschwüre verantwortlich ist. Bekannt ist mittlerweile auch, dass in den Industrienationen etwa 40 Prozent der Menschen mit dem Erreger infiziert sind. In den

Entwicklungsländern sollen die Infektionsraten noch höher sein. Die Infektion erfolgt meist schon im Kleinkindalter. Vermutet wird, dass sich die Kinder bei der Mutter anstecken. Unbekannt ist jedoch noch, warum nicht bei allen Infizierten auch Magenerkrankungen auftreten.

Dank der Arbeiten von Marshall und Warren hat sich heute die Behandlung von Magengeschwüren drastisch verändert. Wurde früher die Magensäure mit Medikamenten neutralisiert, häufig auch der Magen operiert oder der Kranke psychotherapiert, reicht heute eine 7-tägige Therapie mit zwei verschiedenen Antibiotika aus, um das Magenleiden in den Griff zu bekommen. Die Rückfallquote bei Geschwüren wird heute nach einer Behandlung mit "nahezu Null" angegeben. "Die Arbeit von Marshall und Warren brachte eine der radikalsten und wichtigsten Wenden der vergangenen 50 Jahre in der Wahrnehmung eines Krankheitsbildes", lobte deshalb auch die britische Royal Society die beiden Nobelpreisträger.

Traditionelle Wissenschaft steht in der Tradition von Denkmodellen, die sie immer weiter verfeinern kann durch fortlaufende Falsifikation, also durch Prüfung der Möglichkeiten von Unrichtigkeit, nicht aber durch Beweis der Richtigkeit. Nicht Wissenschaft, sondern vielleicht Kunst verbürgt Wahrheit. Verstehen ist untrennbar von der Anwendungswirkung des Verstandenen — Resonanz der Wellenpakete. Jedes Verstehen und Nichtverstehen hat eine Wirkung. Die Anwendung erfolgt also nicht nachträglich. Niemand kann einfach nur lesen, was dasteht; man sieht auch, was nicht drinsteht.

Das Verstehen ist in eine innere, persönliche Logik von Fragen und Antworten eingebettet.¹³² Der Text stellt uns eine Frage — und damit sind wir betroffen von Tradition, auch der Tradition von Erwartungen und Wahrnehmungen, also auch unserer Tradition von Unwissen II. Ordnung. Meines trifft auf Deines.

132 Dass viele historische Lehrstühle mit ehemaligen Nazis oder Mitläufern besetzt waren und noch nach 1945 wurden, ist ja bekannt (Vgl. Götz Aly mit Susanne Heim "Vordenker der Vernichtung", 1991, über den Beitrag namhafter deutscher Historiker an der Planung der Vertreibung und Vernichtung der Juden in Polen). Dass aber auch die Aufarbeitung der NS-Zeit zunächst "Ehemaligen" oblag, während frühere KZ-Häftlinge, Emigranten und Antifaschisten als "parteilich" ausgegrenzt wurden, belegt die nahezu ungebrochene Blindheit der deutschen Universität.

Daher konnten bahnbrechende Dokumentationen und Studien zum Holocaust und zum Personal, das den millionenfachen Mord plante und durchführte, zunächst nur am Rand oder außerhalb des Wissenschaftsbetriebs entstehen. Als Joseph Wulf (1912-1974) 1961 den ehemaligen "Stadtdarzt" von Warschau, Wilhelm Hagen, der es zum Präsidenten des Bundesgesundheitsamtes gebracht hatte, als "Helfershelfer" darstellte, kam es zum Prozess, und die entsprechenden Seiten mussten geschwärzt werden.

Dieser Fall ist exemplarisch — für die Historiker und die Justiz. (Nicolas Berg: "Der Holocaust und die westdeutschen Historiker. Erforschung und Erinnerung". Wallstein, Göttingen 2003). Vgl. auch Götz Alys "Hitlers Volksstaat - Raub, Rassenkrieg und nationaler Sozialismus", S. Fischer Verlag, 2005; "Der Holocaust war der größte Massen-Raubmord der modernen Geschichte"

Als Beispiel: Es ist wichtig zu bemerken, das nicht etwa das geozentrische Weltbild des Ptolemäus, wonach die Erde im Zentrum des Kosmos ruht, falsch war. Denn es konnte die beobachtbaren Phänomene der Planetenumläufe korrekt beschreiben und sicher vorausberechnen. Das heliozentrische Weltbild von Kopernikus und Kepler ist jedoch allgemeiner, einfacher und damit für uns leichter handhabbar — und auch ästhetischer. Dieses Gefühl der Ästhetik ist ein intuitiver Ausdruck des uns allen innewohnenden Wissens um die Klarheit der hinter unserem persönlichen Erleben stehenden Geisteswelt.

Verstandene Fragen können nicht einfach zur Kenntnis genommen werden. Sie werden durch das Verstehen zu eigenen Fragen. Und schon stecken wir in der unaufhebbaren Vorurteilsstruktur des Verstehens. Meine leibhaftige Tradition reicht vermutlich zurück über die ununterbrochene Kette von Ei- und Samenzellen vielleicht bis zum ersten Einzeller in einer Pfütze im Präkambrium. Wo kommst Du her?

Der Rationalismus genügt oft nicht seinen eigenen Normen. Dieses Fehlen erscheint mir symptomatisch. Denn erstens sind Regelverletzungen produktiv, ist Anarchismus in der Wissenschaft nicht Störprogramm, sondern Entwicklung. Und zweitens ist unsere Auffassung von der Wissenschaft lediglich eine "Tradition". Die Wissenschaft ist nicht "neutral", und sie funktioniert nicht wie ein Computerprogramm, das seine Fehler selber erkennt und dann verbessert. Lassen sich überzeugende qualitative Unterschiede finden zwischen Religion und Wissenschaft? — Vor allem gegen Andersgläubige gehen szientistische¹³³ Rationalisten oft recht irrational vor.

Der Glauben, dass es Regelmäßigkeiten in der Wissenschaft gibt, stützt sich vor allem auf die Tatsache, dass es mindestens des Wegsterbens einer Professoren-Generation, der Traditionshalter, bedarf, bis eine neue Erkenntnis zum Allgemeingut der Wissenschaftsgemeinde werden kann.

Das Newtonsche Weltbild der klassischen theoretischen Physik und damit der exakten Naturwissenschaften überhaupt geht v. a. auf sein 1687 erschienenes Hauptwerk »Philosophiae naturalis principia mathematica« (deutsch »Mathematische Prinzipien der Naturlehre«) zurück. Es ist eine Lehre, die sich an der Feinmechanik des Uhrmacher-Handwerks der Newton-Zeit orientiert. Eine ganz andere, viel umfassendere Physik haben

133 Szientismus, kritische Bezeichnung für Versuche der Übertragung von Methoden und Prinzipien naturwissenschaftlicher Forschung (insbesondere der Physik) auf die Methoden und Prinzipien der Human-, Sozial- und Geisteswissenschaften.

Vgl. auch <<http://www.psychophysik.com/html/re-061-skeptizismus.html>>

wir seit einhundert Jahren. Den Zugang zur Quantentheorie lieferte die 1900 von M. Planck formulierte Quantenhypothese. Die Quantentheorie wurde von A. Einstein (Lichtquantenhypothese, 1905), N. Bohr (1913) und A. Sommerfeld (Atommodell) sowie L. de Broglie (Materiewellen, 1923/24), W. Pauli (Pauli-Prinzip, 1924) weiterentwickelt und von W. Heisenberg, M. Born, P. Jordan, E. Schrödinger, P. A. M. Dirac u. a. (1925/26) zur Quantenmechanik ausgebaut.

David Bohm, ein Schüler und Protegé Einsteins, gilt auf seinem Gebiet der theoretischen Physik als einer der großen Denker des 20. Jahrhunderts. Er umschreibt das so: "Die Relativitätstheorie hat eine Anzahl fundamental neuer, subtiler Konzepte von Raum, Zeit und Materie aufgestellt. Wesentlich für uns ist dabei, dass der Begriff getrennter und unabhängiger Teilchen als grundlegender Bestandteil des Universums aufgegeben werden musste. Statt dessen wurde als grundlegender Begriff das Feld eingeführt, das sich kontinuierlich durch den Raum ausdehnt. Daraus musste der Begriff des Teilchens entwickelt werden. Diese Idee lässt sich mit dem Bild einer Flüssigkeitsbewegung, eines Strudels erläutern. Es gibt in dieser Flüssigkeit ein sich wiederholendes stabiles Muster. Man könnte dies als Wirbel vorstellen, auch wenn es sich nicht um einen echten Wirbel handelt. Es gibt nur ein Fließmuster des Wassers. Aber Wirbel ist ein geeignetes Wort, um dieses Muster zu beschreiben. Wenn man nun zwei Wirbel nahe genug zusammen brächte, dann würden sie sich gegenseitig beeinflussen und ein ganz anderes Muster erzeugen und schließlich, wenn man sie eng genug aneinander brächte, in einen Wirbel verschmelzen. Man kann feststellen, dass es eine inhärente Wechselwirkung dieser Muster gibt, aber dass eine ungeteilte Ganzheit der Fließbewegung die zugrunde liegende Wirklichkeit darstellt. Getrennte Einheiten wie Wirbel sind relativ konstante und unabhängig voneinander operierende Formen, die in Wahrnehmung und Gedanken vom Ganzen abstrahiert werden."

Bohm zufolge bilden nicht kleinste diskrete materielle Bausteine die Basis, wie im überholten materialistischen Verständnis der Wirklichkeit. Eher bildet die Grundlage ein geistiges Prinzip der Einfaltung und Entfaltung von allem in allem, auf der dann Objekte sichtbar werden. Die sichtbaren Objekte sind demzufolge sekundär. In der Medizin und Biologie ist das noch nicht zum Allgemeingut der Wissenschaftsgemeinde geworden, höchstens im Ansatz in Teilbereichen. Diese einhundert Jahre haben nicht ausgereicht, dass wenigstens einige Grunderkenntnisse dieser Theorie auch die Biologie und Medizin erreicht hätten. Hier wird überwiegend noch immer nach Uhrmacher-Art gedacht — der Körper als chemisch-physikalisches Räderwerk — ohne Felder, ohne Geist und Seele, ohne Le-

ben.

Wie die Forschungsgeschichte zeigt, beruht der Fortschritt in der Wissenschaft, gemessen an den Wissenschaftskriterien und der jeweils herrschenden Theorie, auf Irrtümern, Irrationalitäten und abgelehnten Theorien. Wissenschaftsfortschritt konnte sich nur dort durchsetzen, wo geltende Wissenschaftsregeln und die soziopolitische Machtsituation ignoriert, psychologische Aspekte einbezogen und die herrschende Rhetorik durch eine neue Beobachtungssprache ersetzt wurden.

Dies lässt sich finden sowohl für die kopernikanische Revolution als auch für die moderne Atomtheorie und die Wellentheorie des Lichtes. Es waren nicht die besseren Argumente der Grund, dass sich die neuen Theorien durchsetzten, sondern günstige psychologische Bedingungen und Propaganda¹³⁴. Oder, der Stand der Planeten¹³⁵? Doch jeglicher Wissenschaftsfortschritt verändert nur Denk-Modelle!

Paul Feyerabend gilt mit seinem Schlagwort vom "Anything goes" als einer der Stichwortgeber postmoderner Theorie- und Praxisbildung. Den einen, in der Regel Künstler und sich anarchistisch gerierende Studenten, wurde er damit zu einer Art Säulenheiligen. Anderen aber, in der Regel sich seriös dünkenden Philosophieprofessoren und Wächtern über die strenge und korrekte Lehre der Wissenschaften, erschien Feyerabend als Scharlatan und der entscheidende Türöffner von Geistlosig- und Beliebigkeit nicht nur an den Universitäten. Unrecht hatten beide Seiten, das zeigt der Autor des Textes "Erkenntnis und Bilder", der Bremer Kunstwissenschaftler Michael Glasmeier, argumentativ so einleuchtend, wie man es sich nur wünschen kann. Feyerabend ging es mit seinem Plädoyer für einen Methodenpluralismus um eine Wiedergewinnung des Möglichkeitsinns in der Entscheidungsfindung. Da jede Entscheidung, ob staatspolitisch oder individuell, mit dem Ausschluss anderer Möglichkeiten arbeiten muss, bleibt immer ein unbearbeiteter Rest.

Methodenpluralismus ist für Feyerabend also nichts anderes als der Versuch, der Sackgasse der einseitigen Entscheidung zu entkommen. Trash und Soaps stehen dabei neben dem klassischen griechischen Theater, ohne das eine der Optionen die andere dominiert oder ausschließt. Wobei der Ausschluss zum Schreckgespenst Feyerabends überhaupt wird. Deshalb auch wird ihm der Dadaismus in den Sechzigerjahren zum Erkenntnisinstrument. Dada war im Unterschied etwa zum Surrealismus

134 Paul Feyerabend: "Wissenschaftstheoretische Plaudereien – Originaltonaufnahmen 1972 – 1992"; CD, supposé, Köln

135 Theodor Landscheidt: "Astrologie – Hoffnung auf eine Wissenschaft?"; Innsbruck, 1994

keine Schule, sondern eine Bewegung. Und Bewegungen unterscheiden sich von Schulen dadurch, dass sie keine reine Lehre vertreten und in der Folge auch auf Ausschlussverfahren und Tribunale verzichten können.

Außerdem hat Wissenschaft sich in ihren Modellen im Laufe der letzten 150 Jahren mehr und mehr von der sinnlich erfahrbaren Wirklichkeit losgelöst und durch mathematisierendes Denken nur mehr mathematisch erfassbare Strukturen des Realen aufgedeckt. Die beispielsweise in Computern schaltbare mathematische Kalkülsprache hat der Wissenschaft dazu verholfen, sich nicht nur in den Naturwissenschaften gegenüber Sinnfragen und gesellschaftlichen Zusammenhängen zu verselbständigen und Nicht-Kalkulierbares als "nicht real" selbst in den Human-, Sozial- und Geisteswissenschaften auszuklammern. Die mathematische Entsinnlichung der Denkprozesse hat allmählich zu einer Lebensumwelt und Lebensweise geführt, der die Menschen körperlich und geistig nicht mehr gewachsen sind.

Sie wirken, unsere Dias im Kopf, mit denen wir uns die "objektive" Realität machen. Der virtuelle Virtuose ist identisch mit seinem virtuellen Kunstwerk. Und er kann es kreativ erweitern oder es zerstören.

4.17 Modelle

Es gibt viele Informationen und viele Modelle, wie die Informationen zusammenpassen könnten. Doch die Landkarte ist nicht die Landschaft! Modelle sind gerade mal Denkgelungen und Handlungsanweisungen zum Umgang mit Daten, nicht aber die Informationen oder gar das Denken und Handeln selber. Wer hat sich welche Modelle ausgedacht? Grundlage von Modellen sind Glaubenssätze; das lehrt und davon überzeugt uns heutige Wissenschaftstheorie. Wer hat sich welche Glaubenssätze ausgedacht? Modelle sind Konstruktionen. Wer hat konstruiert? Auch die vom Verstand erzeugten Informationen sind konstruiert vom selbstreferentiellen Gehirn, das zeigt uns heute Neurophysiologie. Wofür konstruiert? Gab es ein Ziel, einen Nutzen? Gibt es mehr dahinter als den amicitiven Glaubenssatz "Jeder tut zu jederzeit sein Bestes für sich — ..."?

Am Beispiel der Landkarten lässt sich die Wirkung und das Versagen von Modellen deutlich machen. Kartographie kann ein großes Spektrum verschiedener Methoden und Absichten heißen — letztendlich aber meint es die Repräsentation von Gesellschaft und Raum sowie von deren Zusammenhängen. Dass die Repräsentation die Realitäten in der modellhaften Abbildung nur unzulänglich spiegelt, zeigt eine systematische Sammlung üblicher Verzerrungen in kartografischen Darstellungen.

Die bekannteste Verzerrung resultiert aus der einfachen Tatsache, dass dreidimensionale Gegenstände wie die Erdoberfläche in zwei Dimensionen abgebildet werden — die Probleme der Übertragung der Kugelgestalt auf die zweidimensionale Ebene: Wie kann die Projektion von Weltkarten aussehen? — Denn bei jeder Verebnung des Gradnetzes (Breiten-gerade und Meridiane) treten Veränderungen bestimmter Eigenschaften auf — Verzerrungen; eine Projektion auf die Ebene mit Flächen-, Winkel- und Längentreue ist nicht möglich. Auf die Problematik der Messfehler macht Ende des 18. Jhs. Gauß aufmerksam und unterwandert die Idee der Exaktheit mit dem von ihm entdeckten Fehlerfortpflanzungsgesetz.

Eine andere Verzerrung folgt aus dem Glaubenssatz, dass das, was wir sehen, auch gemessen werden kann, wenn wir es wirklich wollen. Wie Benoît Mandelbrot zeigte ist das jedoch äußerst problematisch, da z.B. die Länge¹³⁶ einer Küste gar nicht korrekt gemessen werden kann, da es sich dabei um fraktale Gebilde handelt, die nicht rektifizierbar sind.

Dass Karten unwahr sind, wäre dementsprechend weniger ein Pro-

136 Je genauer man misst, desto länger wird die Küste, diese Länge strebt jedoch nicht gegen einen bestimmten Wert, sondern erhöht sich bei einer regelmäßigen Verteilung der gewählten Punkte exponential zu deren Anzahl. Die Länge kann also gegen Unendlich gehen.

blem, das zu lösen ist, als vielmehr eine Grundbedingung ihrer Existenz. Karten abstrahieren mit einer bestimmten Intention in einem spezifischen Wissensfeld. Erst in einer naturgetreuen Kopie, der berühmten unbrauchbaren Karte im Maßstab 1:1, könnte sich der Unterschied zwischen Repräsentation und Dargestelltem aufheben. Die kritische Kraft von Karten macht sich dementsprechend nicht an ihrer Darstellungstreue fest, sondern an ihrer Argumentation.

Wissenschaft will durch Theorie erklären, durchsichtig machen. Was durchsichtig ist, wird unsichtbar. Wieder stoße ich auf das Unwissen II. Ordnung. 'Theorie' kommt aus demselben Wortstamm wie 'Theater' und 'Theologie'. Der internationale Begriff für Naturwissenschaft (engl. = *science*, lat. = *scientia*) leitet sich ab von der indogermanischen Wortwurzel *ski* = scheiden, trennen, unterscheiden. Aus der selben Wurzel: Science und Scheiße. Uff. Auch Beispiele für Traditionen.

Wenn die Modelle als konsistent¹³⁷, valide¹³⁸ und reliabel¹³⁹ gelten, heißen sie bei uns "wissenschaftlich". Dann darf, ja, soll jeder sie glauben. Und, wenn die Wissenschaftler gut organisiert sind, werden sie zahlreich, verfügen sie über große Budgets, vom Staat, von der Industrie, eben von den an den Ergebnissen solcher Schulen, ihren Produkten und Glaubenssätzen interessierten Kreisen. Wer zieht Nutzen daraus?

137 konsistent = lückenlos und widerspruchsfrei; logisch aufgebaut

138 valide = Die Validität gibt den Grad der Genauigkeit an, mit dem ein Verfahren das misst, was es messen soll

139 reliabel = Die Reliabilität gibt an, wie genau ein Test ein bestimmtes Merkmal misst, ungeachtet dessen, was das Messinstrument zu messen beansprucht

4.18 *Leben*

Aber die Wahrheit bleibt verborgen. Die Landschaft selbst ist unsichtbar, von mir, im Bewusstsein meiner 'Teilchenhaftigkeit', nur indirekt erlebt als mein sinnlicher Eindruck; den Wind höre ich im Rauschen der Blätter des Baumes, den Regen rieche ich im Duft, der aus der Erde steigt. Ob ich Eigenschaften wahrnehmen oder Gegebenheiten wahrnehmen will, beides könnte so als Wahr-Gebung verstanden werden: Für mich ist dieser Ball rot und rund, für mich ist rot und rund etwas Schönes - grau und zackelig wäre für mich bei einem Ball unschön, unfunktionell. Das sind meine Entscheidungen, ob Eigenschaften messend oder Gegebenheiten zuweisend: Was die Wahrheit sei über diesen Ball - und so für alles in meinem Leben -, das gebe ich aktiv hinein in mein Leben als meine Wahrheit, indem ich scheinbar passiv wahrnehme und wahrnehme.

Greifbar sind nur die Karten der Landschaft; sie sind Erzählweisen. Die sind in sich schlüssige und mehr oder weniger gut mit Daten und Informationen ausgefütterte Glaubensgebäude aus Urteilen, Vorurteilen, Glaubenssätzen. Die sind im schlichten Fall nur Vermutungen, Konzepte, Arbeitshypothesen. Die sind günstigstenfalls bzw. schlimmstenfalls gesellschaftlich seit undenklichen Zeiten akzeptierte Vorschriften, Traditionen, also Vereinbarungen über Ziele sowie, wie dahin das 'richtige' Denken und Handeln zu planen und auszuführen sei.

Jede so nur aus dem Bewusstsein, dem Verstand geleitete Lebensweise, also auch jede im Glauben an eine "wissenschaftlich bewiesene" oder an eine mit Religion "begründete" Lebensweise folgt einem solchen Modell, ist also abgetrennt vom Leben. Und, wie fatal, eigentlich jedes Modell funktioniert, zumindest irgendwie und eine Strecke weit, weshalb ich es so leicht verwechsle mit Leben.

Was ich erlebe ist meine Wahrnehmung mit Wahnnehmung, Wahrgebung, meine Wahrheit. Der einzige Moment, wo ich wahr- und wahrnehme ist hier und jetzt. Die Wahrheit ist das, was hier und jetzt IST. Wenn ich die direkte Erfahrung von hier und jetzt festhalte und sie zu einem Glauben mache, wird daraus eine Geschichte vom dann und dort, wird daraus eine Lüge oder ein Traum. Solcher Glaube, ob an die Macht des Religiösen oder einer Wissenschaft, führt zu einer gewissen Starrheit zum Eindeutigen — wie jeder Glaube. Glaube will immer Totalität. Totalitäre Systeme sind solche, in denen die größte Gewissheit darüber besteht, was richtig und was falsch ist und sie scheuen Ambivalenzen.

Ob ich in Demut und Selbsterkenntnis mich in der Hand Gottes weiß und "*Dein Wille geschehe*" bete oder ob ich in Demut und Selbsterkennt-

nis mich als Mittelpunkt des Universums verstehe und *"Nur ich bin für mich verantwortlich!"* weiß, beides könnten je das eine Ende von Skalen werden, an deren anderen Enden selbstzerstörerische Sucht steht, entweder die eigensinnige Selbstaufgabe an eine Macht im Außen (das Universum, ein Gott, der Sekten-Guru, das Bankkonto, die Lebensaufgabe) oder an eine in meinem Inneren (Angst, Sucht, Krankheit). Fast immer wenn ich etwas tue "weil", "um zu" oder "damit" ("weil Mama das mir immer schon gesagt hat", "damit ich gesund bleibe", "um ins Paradies zu kommen", "damit ich Erleuchtung erlange"), dann gehe ich tiefer in die Welt meiner Gedanken und Geschichten, bin noch mehr "von des Gedankens Blässe angekränkelt", verfehle ich zu leben.

Das Tagebuchschreiben galt als eine Art Selbsttherapie und Ersatz für anstrengende Sitzungen auf der Couch. In den USA zählte die "Tagebuchtherapie" zu den großen Psychotrends der Siebzigerjahre, und noch heute werden Kurse angeboten, in denen man lernt, sich seine Gefühle und Gedanken von der Seele zu schreiben. Ob das allerdings wirklich funktioniert, erscheint zweifelhaft. Denn eine aktuelle englische Studie ergab, dass Tagebuchschreiber wesentlich häufiger unter Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Verdauungsproblemen leiden. "Wir haben erwartet, dass Tagebuchschreiber wenigstens einige Vorteile haben", so Studienleiterin Elaine Duncan von der Glasgow Caledonian University. Offenbar sei es aber besser, wenn man nicht alles zu Papier bringe.

Die Forscher verglichen die Gesundheitswerte von Tagebuchschreibern mit denen von Schreibmuffeln. Es zeigte sich, dass vor allem das Niederschreiben traumatischer Erlebnisse keineswegs "erlösend" wirkt, sondern sogar die Entstehung psychosomatischer Probleme — besonders von Kopfschmerzen — begünstigt. Über die Ursachen dieses Phänomens kann Duncan allerdings nur spekulieren: Möglich, dass Tagebuchschreiben nicht wirklich ein einmaliges Ereignis ist, mit dem man Probleme abbaut. Vielmehr wühlen Tagebuchschreiber länger in ihren Missgeschicken als andere und kommen so nicht davon los.

Was ist Leben? Darüber schreiben die Menschen Bücher, seit sie schreiben können, Priester zuerst, dann Philosophen und heute die Naturwissenschaftler. Heute steht auch an der Schnittstelle von Physik und Molekularbiologie die Frage, was Leben ist. Dank Erwin Schrödinger lässt sich die Frage verorten und datieren. Schrödinger, Physiker, einer der Begründer der Quantenmechanik und Nobelpreisträger, hielt 1943 am Trinity College in Dublin eine Reihe von Vorträgen, Titel: "What is life?"

"What is life?" waren seine ersten öffentlichen Äußerungen zur Biolo-

gie. Als die Vorträge ein Jahr später als Buch erschienen, wurden sie darauf zum Gegenstand heftiger Diskussionen, man kann den Einfluss, den Schrödingers Ansichten hatten, gar nicht hoch genug einschätzen, und das lag nicht an der Qualität des Buches, sondern an den aufgeworfenen Fragen und der teilweise banalen Form, in der er sie vor trug. Dass es möglich sein muss, lebende Systeme unter den gleichen Gesichtspunkten zu behandeln wie physikalische Systeme, ist der Kerngedanke des Buches. Damit hatte Schrödinger den Physikern ein neues Arbeitsgebiet, nämlich das Leben, erschlossen. Die — mit bislang nicht bekannten staatlichen Fördergeldern bedachten, daher sehr selbstbewussten — Physiker nahmen sich des Feldes genauso selbstbewusst an.

Irdische lebende Systeme seien wesentlich durch drei Eigenschaften gekennzeichnet. Sie sind zur Selbstreproduktion befähigt, denn nur so ist gewährleistet, dass Informationen nicht nach jeder Generation verloren gehen. Sie unterliegen einer stoffwechselabhängigen Regulation, die verhindert, dass sie in einen Gleichgewichtszustand absinken, der jede Veränderung unmöglich machen würde, und sie können evolvieren, das heißt, die Informationen können im Laufe ihrer Vererbung mutieren, also verändert werden. Eine der Grundlagen des Lebens, sei es als Baustoff oder Stoffwechselprodukt, ist der Kohlenstoff. Nimmt man jetzt den Kohlenstoff als Lebensgrundlage aus dieser Definition des Lebendigen heraus, wie das einige Theoretische Biologen tun, so kann man im Phänomen selbstreplizierender Computerprogramme die Möglichkeit sehen, zu einem universellen Lebensbegriff zu kommen, der kohlenstoffunabhängig eine "neue Form von silikatgestütztem Leben" darstellt. Für die theoretische Biologie ist ein solcher Lebensbegriff in jedem Fall ein Fortschritt.

Für das anfänglich bereits erwähnte Selbstbewusstsein der Physiker-sonntagskinder spricht, dass für sie die genetische Mutationen "nichts anderes als die Ersetzung einer Nukleinbase durch eine andere" sind und dass für sie die aus ihrer Tätigkeit hervorgehenden Risiken keine wissenschaftlichen Fragen sind, sondern Anliegen der Moral und Politik. Denn auch wenn Physiker bei der Aufklärung der molekularen Grundlagen des Lebens großartige Beiträge geliefert haben, verfehlen sie doch regelmäßig die im Begriff des Lebens anwesende biologische Spezifität, die Frage nach Leben und Tod, die kein Problem der Physik ist. Dass der Physiker Eigen Hiroshima aus einem Mangel an politisch-militärischer Vernunft erklärt und Tschernobyl als Folge fehlender technischer Vernunft sieht, ist Ausdruck eines physikalischen Positivismus, der der Frage nach dem Begriff des Lebens für das Leben und im Leben von Menschen ausweicht. Es hat mit dieser physikalischen Begriffsbildung zu tun, wenn etwa in der

Hoffnung, über die Kenntnis der Gene alle Fragen und Schwierigkeiten eines lebenden Organismus wie etwa Krebs in den Griff zu bekommen, das Problem verschwindet, dass der Begriff des Gens bis heute gar nicht einheitlich definiert werden konnte.

Bei solchen 'wissenschaftlichen Erkenntnissen' fasziniert mich immer wieder, dass diese Menschen nicht zu bemerken scheinen, dass ihre Denkgebäude aus Modellen bestehen, die fundamental auf Glaubenssätzen beruhen. Das 'Verstehen' der Welt, der Modelle, der Vereinbarungen über den Sinn der Worte, das ist die angehäuften Masse von Geschichten oder Glaubenssätze. Die trage ich vor mir her, wie ein Totem, als Symbol für mein Hier und Jetzt. Und je mehr ich von ihnen abhängen, desto mehr lebe ich nur noch symbolisch, desto mehr steht zwischen mir und meiner Wahrheit — meinem Leben.

Was ist mein Leben? Im Darwinjahr, 200. Geburtstag, kommen die neuen Erkenntnissen der biologischen Evolutionstheorie zu mehr Öffentlichkeit. Die große Überraschung: Die sexuelle Selektion hat mit Natur nicht viel zu tun. Charles Darwin schrieb eigentlich Kulturgeschichte. "Metaphysik studieren, wie sie immer studiert worden ist, kommt mir vor, als wollte man sich den Kopf zerbrechen über Astronomie ohne Mechanik. Erfahrung zeigt, dass das Problem des Bewusstseins nicht gelöst werden kann, indem man die Festung selber angreift. Bewusstsein ist eine Körperfunktion", schreibt Darwin im Dezember 1856 in sein Notizheft.

Die Evolutionstheorie ist keine Straßenverkehrsordnung, sie beschreibt kein Naturgesetz im Sinne der physikalischen Beobachtung, dass Äpfel, wenn sie vom Baum fallen, immer von oben nach unten fallen. Die heute bekannten Arten, einschließlich des Menschen, sind Darwin zufolge keine Endprodukte, sondern nur Momentaufnahmen, die sich in einem Entwicklungsprozess durch Selektion aus Varianten entwickelt haben.

Darwin war Genealoge und Nominalist, genau wie Foucault ein Jahrhundert später. Als Genealogen entdecken beide nicht nur einen, sondern immer viele Herkünfte. Sie entdecken Kräfte und Konflikte in Fragen der Anpassung (Darwin) oder der Diskurse und der Macht (Foucault), stoßen aber niemals auf eine "Wahrheit". Als Nominalisten sind sie sich bewusst, dass sie ihren Phänomenen immer nur Namen geben. Namen wie zum Beispiel "Kampf ums Überleben", die dem Gemeinten so etwas wie eine Adresse geben, aber immer Metapher bleiben.

Die Darwin-Rezeption ist ja gerade deswegen so verheerend, weil wörtlich genommen wurde, was metaphorisch gemeint war. Doch, wie Sarasin in seinem Essay "Darwin und Foucault. Genealogie und Geschich-

te im Zeitalter der Biologie" auf den Punkt bringt: Eine "Metapher ist nicht bloß ein passives Instrument, sondern infiziert die Erkenntnis".

Darwin wollte nicht einmal den Mechanismus der natürlichen Selektion als Naturgesetz verstanden wissen, der den zufälligen Hervorbringungen der Lebewesen die Richtung der Anpassung an die Lebensverhältnisse gibt. Darwins Theorie des struggle for life, der im deutschen gewöhnlich mit "Kampf ums Dasein" wiedergegeben wird, übersetzt man dem Original getreuer als "Ringens ums Dasein". Der von Darwin in Bezug auf den Daseinskampf benutzte Ausdruck "survival of the fittest" zum Beispiel wurde ins Deutsche als "Überleben des Stärkeren" übersetzt, bezeichnet aber das Überleben des am besten Angepassten.

Darwin trennt in gewisser Weise die sexuelle Selektion von seinem Begriff der natürlichen Selektion. Für die natürliche Selektion spielt alles eine Rolle, was über Leben und Tod der Lebewesen entscheiden kann. Wichtig ist dabei, dass die Faktoren der natürlichen Selektion den Organismen immer äußerlich sind. Die Anpassung der Organismen, von der natürlichen Selektion erzwungen, steht also immer in einem Verhältnis zur Nützlichkeit. Was man von den Begünstigungen der sexuellen Selektion nicht sagen kann. Warum also tragen Pfauen und Fasanen Kleider, die sie eher behindern als "fitter" machen? Und, was für Darwin wichtiger ist, woher kommen die Federn überhaupt?

Die langen, bunten Federn sind einzig deshalb in der Welt, weil sie gewählt worden sind, und gewählt haben sie die Weibchen. Für Darwin steht es außer Frage, dass es die Weibchen sind, die wählen in dem geschlechtlichen Prozess der Partnerfindung, der die offensichtlichen Übertreibungen am Körper vieler männlicher Tiere hervorbringt. Weil die Weibchen dabei nicht nach der Nützlichkeit entscheiden, sondern nach der Auffälligkeit, spricht Darwin von einem Sinn für Ästhetik bei den wählenden Tieren. Sinn für Ästhetik ist bei Darwin eine individuelle Kategorie, die sich nur in der jeweils getroffenen Wahl des beobachteten Tieres zeigt. Das heißt aber nicht, dass sich nicht bestimmte Vorlieben über eine Population verbreiten können und so, über Generationen verfestigt, so etwas wie eine Wahlregel etablieren.

Darwin entwickelt eine Sicht des Körpers, die die oben zitierte Stelle vom Bewusstsein als Körperfunktion illustriert. Wenn es der Sinn für Ästhetik ist und nicht der Sinn für Nützlichkeit, der die wählenden Individuen bei der Partnerwahl leitet, dann gibt es einen Vorrang des "Geistes" vor der Materie. Möglich bleibt alles, was sich zur Wahl anbietet. Und die Wahl trifft ein Individuum, keine Art, keine Rasse und auch kein Naturge-

setz. In Darwins Konzeption kennt das Vermögen zur Wahl im sexuellen Geschehen keine normativen Vorgaben wie das "Gute" oder "Gesunde". Die Natur verfährt ungeregelter, freier in ihrem Evolutionsprozess, als es die Gesetze der menschlichen Gesellschaften tun. Einfach auch deshalb, weil die sexuelle Selektion kein Naturgesetz ist. Sie kann, muss aber nicht stattfinden. Aus der Evolution, wie Darwin sie dachte, lässt sich nichts anderes als eine dauernde Bewegung ableiten, kein Höher und auch kein Ziel. Entwickeln kann sich alles, und nichts bleibt, wie es ist. Das Sein der Lebewesen ist in ein Werden überführt worden, in dem Hermaphroditen genauso agieren wie Pfauenhennen. Und ob sie gewählt werden oder nicht, hängt einzig vom "Geschmack" der wählenden Individuen ab.¹⁴⁰

Diese Sichtweise kann ich durchaus auch für mein individuelles Leben erkennen. Entwickeln kann sich alles, und nichts bleibt, wie es ist. Das Sein meines Lebens ist ein Werden. Es gibt meinen Sinn für Ästhetik und meinen Sinn für Nützlichkeit, die meine wählende Selbstverantwortung im "Ringens ums Dasein" bei jeder Wahl und in jedem Moment leiten. Und dabei gibt es einen Vorrang des "Geistes" vor der Materie.

Albert Schweitzer sagte¹⁴¹ "Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will". Ich mache dasselbe an meiner Selbstverantwortung fest, meiner ununterbrechbaren Wahr-Gebung, wie ich mich in die Welt stelle, und Wahr-Nehmung, wie ich glaube, diese Welt wirke auf mich. Für mich findet Leben statt, ist Rhythmus, ist Einklang, ist Resonanz der Wellenpakete, sich selbst verantwortende Freiheit. Die Wörter mortifizieren, mumifizieren. Sobald ich über Leben rede, Leben sequentiell in Wörter packe, formuliere, wird es zerstückelt, modelliert in tote Formen. Das ist spannendes Spiel, bunt und vielfältig oder aber hart und ungerecht, ist Fülle oder Mangel, je nach meinem gewählten Blickwinkel. Das ist immer Kampf gegen die Realität. Hoffnungslos! Denn, es ist wie es ist! Dunkle Tiefe meines Unwissens hinter der Buntheit meiner Wahrgebungen, all dem Messen und Wiegen, all der Überzeugungen, Vorstellungen, Geschichten, den Urteilen und Glaubenssätzen.

140 <http://www.taz.de/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=do&dig=2009%2F02%2F07%2Fa0032&cHash=7df9019965&type=98>

141 Zit. nach Floriane Koechlin in "Pflanzenpalaver – Belauschte Geheimnisse der botanischen Welt"; Basel, 2008, Lenos Verlag

5 Absichten

5.1 Befriedung

Ich hörte von Byron Katie, der Entdeckerin von *The Work*: "Alles, was du jemand anderem sagst, ist, damit du es hörst. Wer hört nicht zu?"

Ich habe mir früher gewünscht, etwas zu tun, um die Welt zu einem besseren Ort zu machen, mich zu einem zu machen, der weiß, wie er anderen helfen kann, diesen Kreislauf von kompliziertem Ersatz zu durchbrechen, in dem Menschen ihr Leben leben, ohne Befriedigung, ohne zu bemerken, dass uns unmittelbare Befriedung zur Verfügung steht, wenn wir nur das Zeug los würden, das wir um uns herum aufgebaut haben, um uns zu schützen und um uns dahinter zu verstecken. Welche Ironie, das sind dieselben Sachen, die uns blockieren, in Zufriedenheit zu leben, in Liebe, in Frieden und all den anderen guten Lebensweisen, die natürlicherweise die unseren sind.

Sicher, auch die Unzufriedenheit ist natürlicherweise Teil unserer Lebensweise. Der Natur geht es um Vielfalt, nicht um Schönheit, gar Bequemlichkeit. Es ist meine Angelegenheit, in welche Richtung ich gehen will. Kann ich wissen, welcher Sinn für mich darin liegt? Könnte es sein, dass mich meine Zufriedenheit träge gemacht hätte, dass ich meine Verstecke nie verlassen hätte, dass mich mein Leiden zu ganz neuen Erfahrungen führt, dass ich meine Wahrheit ohne mein Leid nicht so offen erfahren könnte?

Alan Watts umschreibt das so: Die Fragen nach dem Sinn scheinen die Aufmerksamkeit auf den Geisteszustand zurückzuverweisen, dem die betreffende Frage entspringt, so, als solle damit gesagt werden: "Wenn dich deine Gefühle plagen, dann finde heraus, wer oder was da geplagt wird." Psychologisch geht es also um den Versuch, dem nachzufühlen, was da fühlt, und zu wissen, was da weiß — also sich selbst zum Gegenstand der Frage zu machen. (Vgl.6.3 Gehirn und Geist)

Wenn die Wurzel des Konflikts ein Mangel an Selbsterkenntnis ist, wie kann ich dann das Selbst erkennen, das versucht, sich selbst zu erkennen? Kurz, die Wurzel des Problems ist die Frage. Stellt man nicht die

Frage, so gibt es das Problem gar nicht. Oder anders gesagt: Das Problem, wie man dem Konflikt entkommt, ist gerade der Konflikt, dem man zu entkommen versucht.

Jeder Fortschritt beim Bemühen, unsere Umgebung in den Griff zu bekommen, führt nur dazu, dass sie noch schwerer in den Griff zu kriegen ist. Immerhin scheint dieses ganze Herumdenken in Zirkelschlüssen wenigstens zu zwei ziemlich klaren Schlüssen zu führen. Der erste besteht darin, dass uns nie aufgehen wird, wie hilflos wir sind, wenn wir nicht den Versuch unternehmen, uns selbst zu helfen. Nur indem wir endlos Fragen stellen, erkennen wir deutlich die Grenzen der menschlichen Vernunft und folglich ihre Form selbst. Der zweite besteht darin, dass wir dann mit uns im Frieden sind, wenn wir schließlich die Tiefen unserer Hilflosigkeit erkennen.

Wenn nämlich der tiefste Impuls meines Wesens darin besteht, einem Konflikt zu entrinnen, der im wesentlichen identisch ist mit meinem Wunsch, dem Konflikt zu entkommen, oder mit anderen Worten: Wenn die gesamte Struktur meiner selbst, mein Ich, ein Versuch ist, das Unmögliche zu erreichen, dann bin ich bis in meinen innersten Kern umsonst oder leer. Ich bin lediglich ein Jucken, das nichts hat, was es kratzen kann. Der Versuch zu kratzen, macht das Jucken nur schlimmer, aber ein Jucken ist seiner Definition nach etwas, was gekratzt werden möchte.

Das Zen versucht, den Menschen zu einer intensiven Wahrnehmung dessen zu führen, dass er in einem tückischen Zirkelschluss befangen, völlig hilflos und in einer ausweglosen Lage ist. Er soll erkennen, dass gerade sein Bedürfnis nach Harmonie der Grund seines Konflikts ist, dieses Bedürfnis im Kern seines Wesens, das im Grunde seinen Lebenswillen ausmacht.

Es geht nämlich darum, sich schließlich über jeden Zweifel hinaus darüber Klarheit zu verschaffen, dass bei diesem Jucken gar nicht gekratzt werden kann, und das hat zur Folge, dass das Jucken von allein aufhört. Oder allgemeiner gesprochen: Wenn man erkennt, dass unser Grundbedürfnis ein tückischer Zirkelschluss ist, hört das Herumrennen im Kreis von selbst auf. Der Versuch, selbst etwas machen oder nicht machen zu wollen, setzt natürlich im eigenen Inneren eine Dualität voraus, eine Aufspaltung der Integrität des Geistes, die dazu führt, dass das eigene Handlungsvermögen gelähmt ist. Ein Stück weit bringt folglich die Aussage, alles sei Eines und das Eine sei alles, zum Ausdruck, dass diese innere Aufspaltung überwunden ist und man die ursprüngliche Einheit und Autonomie seines Geistes wieder entdeckt hat.

Wenn man ganz intensiv die Erfahrung macht, in dieser ausweglosen Sackgasse zu stecken, und wenn einem darin unbarmherzig aufgeht, dass das eigene Ich absolut unfähig ist, erkennt man jäh, dass sich dennoch ein ganz wesentlicher Lebensprozess abspielt. "Ich stehe und ich sitze; ich ziehe mich an und ich esse... Der Wind rauscht in den Bäumen, und in der Ferne hupen Autos." Wenn mein gewöhnliches Selbst auf ein völlig nutzloses Angespantsein reduziert ist und sonst nichts mehr von ihm übrig bleibt, geht mir plötzlich auf, dass darin mein tatsächliches Tun besteht. An die Stelle dessen, was mein Ich tut, ist ganz und gar das Tätigsein des Lebens selbst getreten, und zwar so, dass die starre Grenze zwischen mir und allem anderen völlig verschwunden ist. Alle irgend möglichen Ereignisse, sei es das Anheben meiner eigenen Hand oder das Zwitschern eines Vogels draußen, erweisen sich als das Sich-Ereignen von shi-zen (Chinesisch tzu-jan = Spontaneität oder Natürlichkeit) — sie kommen von selbst oder unwillkürlich, im Sinne von spontan statt mechanisch.

Auch das Anheben der Hand, das Denken eines Gedankens oder das Treffen einer Entscheidung ereignen sich auf genau dieselbe Weise. Es wird klar, dass dies tatsächlich die Weise ist, auf die sich schon immer alles ereignet hat, und dass deshalb alle meine Anstrengungen, mich selbst zu bewegen oder im Griff zu behalten, unwichtig sind; ihr einziger Wert besteht darin, eindeutig zu zeigen, dass ich auf diesem Weg nicht weiterkomme.

Folglich liegt der ganze Begriff der Selbstkontrolle schief, denn es ist genauso unmöglich, sich angestrengt um Entspannung zu bemühen oder sich verbissen ein Tun abzuringen, wie man nicht seinen Mund ausschließlich durch den mentalen Willensakt, ihn aufzumachen, aufmachen kann. Man mag seinen Willen noch so sehr anstrengen und sich auf die Vorstellung, ihn aufzumachen, konzentrieren — der Mund wird sich erst bewegen, wenn er sich selbst aufmacht. Aus diesem Gefühl heraus, dass alle Ereignisse sich aus sich selbst heraus ereignen, schrieb der japanische Dichter Ho Koji:

Wunderbare Kraft und staunenswertes Tun —
Wasser holen, Holz hacken und Reis kochen!

Dieser Bewusstseinszustand ist keineswegs psychologisch unmöglich; es gibt ihn sogar als mehr oder weniger andauerndes Grundgefühl. Allerdings scheinen die meisten Menschen ihr ganzes Leben lang fast ununterbrochen mit dem Gefühl zu leben, ihr eigenes Ich und ihre Umwelt seien zwei ganz getrennte Bereiche. Ist man von diesem Gefühl befreit, so gleicht das der Heilung von einer chronischen Krankheit, und daraus ergibt sich ein Gefühl der Leichtigkeit und Gelöstheit, das man mit dem Ge-

fühl vergleichen kann, das man hat, wenn man nach langen Wochen von einem schweren Gipsverband befreit wird.

Hat man erfasst, dass diese scharfen Trennlinien zwischen Ich und Umwelt sowie willkürlich und unwillkürlich zwar allgemein üblich sind, aber nur innerhalb von begrenzten und ein Stück weit gewillkürten Perspektiven gelten, so stößt man zu einer Art von Erfahrung vor, auf die Formulierungen wie "Eines ist Alles und Alles ist Eines" durchaus passen. Denn mit diesem Eines-Sein ist das Verschwinden einer starren Grenzlinie, eines rigiden Dualismus gemeint. Allerdings handelt es sich hierbei keineswegs um ein universales "Alles ist eins" im Sinn eines Pantheismus oder Monismus, der behauptet, alle sogenannten "Einzeldinge" seien lediglich Scheinformen eines einzigen homogenen "Stoffs". Die Erfahrung der Befreiung vom Dualismus darf nicht so verstanden werden, als lösten sich dabei alle Berge und Bäume, Häuser und Menschen in eine einheitliche Masse aus Licht oder transparenter Leere auf. Aus diesem Grund haben die Zen-Meister immer eingeräumt, der Begriff des "Einen" sei im Grunde irreführend.

5.2 *Wessen Angelegenheit?*

Ich habe lange gebraucht zu merken, dass es bei der Untersuchung meiner Vorstellungen und Überzeugungen auch notwendig ist zu unterscheiden:

- Was sind dabei meine Angelegenheiten,
- was sind Deine Angelegenheiten,
- was sind die Angelegenheiten der Natur oder Gottes
(wie immer Du ES, Dein Oberstes Ganzes nennst)?

Ich bin, was mich angeht. Die Anderen sind, was sie angeht. Mische ich mich ein in Deine oder Gottes Angelegenheiten, bin ich außer mir, nämlich bei Dir oder sonst wo, jedenfalls nicht bei mir; wer kümmert sich dann solange um meine Angelegenheiten. Dann ist das Kampf gegen die Realität — hoffnungslos.

Fange ich an, mich mit der Realität zu streiten, versuche ich die Wirklichkeit zu verändern oder vor ihr zu flüchten, dann verliere ich, immer. Denn, es ist wie es ist — bis es anders ist! Dunkle Tiefe meines Unwissens.

Meine Angelegenheit ist es, Klarheit, Zufriedenheit, Frieden in meinem Leben zu finden. Mittelpunkt meines Lebens ist nur mein Leben und nur in diesem Moment, banal, aber technisch und psychisch, es geht nicht anders; ich wäre sonst 'außer mir'. Trotzdem, wichtig, mich immer wieder daran zu erinnern. Die Angelegenheiten in der Vergangenheit sind unabänderlich geschehen. Auch kann ich mich nicht wirklich einmischen in Deine Angelegenheiten, banal, aber es geht nicht anders. Sollte ich trotzdem mich oder Dich das glauben machen, würde das Dich oder mich verrückt machen, aus der lebendigen Ordnung verrücken. So einer ist 'außer sich', 'neben der Kappe'.

"Aber man muss doch Rücksicht nehmen" höre ich dann. Ja, Mitgefühl, ja, liebevolles Entgegenkommen, auch da, wo ich merke, mein Gegenüber steckt in irgendwas drin und ich kann nicht so ganz die Sinnhaftigkeit seines Begehrs verstehen. Das ist für mich nicht Rücksichtnahme. Viele Menschen empfinden das Setzen persönlicher Grenzen als egoistisch. Spannender weise wird aber in diesem Zusammenhang selten diskutiert, dass das Überschreiten persönlicher Grenzen von Anderen mindestens ebenso egoistisch ist. Der Vorwurf des Egoismus ist eine immer wieder gern eingesetzte Trumpfkarte, um andere Menschen zu etwas zu bringen oder sie von etwas abzuhalten.

Rücksichtnahme ist eine von den alten Identifikationen, eine von

den gelernten Gewohnheiten – das sind die Töchter Lots, die zurückblickend auf ihre Stadt zur Salzsäule erstarren. Das ist die Angst vor Mamas Migräne oder ihrem Asthmaanfall. Diese Angst habe ich, scheint mir, schon als Sechsjähriger abgelegt. Solche Rücksichtnahme ist sinnlos, hoffnungslos, lebensfeindlich. Sie lässt zur Salzsäule erstarren.

Einmischen in die Angelegenheiten anderer ist zu unterscheiden von der Verbindung zwischen allem Lebendigen, Resonanz der Wellenpakete. Wenn diese Verbindung beladen wird mit dem Verantwortungsding zur vorsorglichen Vermeidung von Schuld und Scham, dem vorauseilenden Gehorsam für die herrschenden Regeln, dann erst entsteht das schmerzhaft Einmischen.

Klar ist *Angelegenheit* so definiert, "Sache, die mich angeht". Ich bin, was mich angeht, die Anderen, was sie angeht. Aber ist es doch nicht so einfach? Wem ist daran gelegen? Wessen Anliegen ist es? Wem liegt es am Herzen? Das können ja mehrere Menschen sein. Wenn ich nicht locker lassen kann, liegt mir natürlich auch die fremde Angelegenheit am Herzen, aber dann ist es schon meine, mein Anliegen.

Ich bin der Mittelpunkt des Universums (kein Hochmut, sondern schlichte Geometrie: "im Unendlichen ist jeder Punkt der Mittelpunkt"). Dies Mittelpunkt-Sein folgt auch daraus, dass nur ich und nur mit meinen Augen und Ohren, meinem Denken, nur aus mir heraus und in die Welt nur *hineinsehen* kann, sie wahrnehme (für die Wahrheit nehme, nämlich meine). Alle Informationen von außen *werden* erst mein Wissen, wenn ich sie denkend in meine Wahrheit eingebaut habe. Aus meinen Informationen wird mein Wissen, wenn ich die Informationen in den Erfahrungskontext meines Systems eingebettet habe.

Und ich liebe Schönheit und Ordnung in diesem, meinem Universum. Es gibt meinen Sinn für Ästhetik und meinen Sinn für Nützlichkeit, die mich in jedem Moment leiten. Also ist für mich dieses "was mich/die anderen angeht" durchlässig (früher hab ich oft Menschen, die im Stress standen, eine "Sitzung auf's Auge gedrückt", meint, sie in einen psychotherapeutisch motivierten Dialog gezogen habe, damit sie wieder klarer ins Wetter gucken; Übergriff oder aber Schönheit herstellen in meinem Universum?).

Wenn man es aber streng nimmt, ist eigentlich dann entweder das Kümmern meine Angelegenheit und nicht die Sache um die es geht, oder aber ich bin anderweitig hineinverstrickt, so dass diese Sache eben auch — genauso wie die des anderen — meine eigene Angelegenheit ist und da darf, kann oder sollte, je nach dem, ich mich auch darum kümmern,

oder?

Beim sich kümmern kann ich leicht zum Kümmerling werden. Gar nicht angenehm. "Ist das kümmern meine Angelegenheit oder ist es die Sache, um die es geht", das ist für mich der Prüfstein. Mische ich mich ein wegen meiner Angst, Wut, Stress, Scham- oder Schuldgefühle, die dann als Projektionen auf dem Kümmer-Opfer landeten ("Du musst .../ darfst aber doch nicht ...")? Oder liebe ich mich = dieses mein Universum, so wie ich bin/es ist, und mache *mir* darin etwas mehr Schönheit und Ordnung ("ich will meinetwegen und für mich, dass Du jetzt ...)? Und dies "meinetwegen" umfasst auch meine Bedürftigkeiten, meine Abhängigkeiten und mein Betteln um Liebe, Anerkennung, Wertschätzung. Denn "ich liebe mich so wie ich bin" meint nicht nur meine angeblich tollen Seiten. Wenn ich mich auch als Macher aufspiele — das Leben lebt sich und mich mittendrin.

Die Wortspielerei noch weiter getrieben: "Wessen Herz liegt die Gelegenheit am nächsten an?" In der "An-Gelegenheit" steckt doch auch die Gelegenheit — die Möglichkeit — drin!

So gefragt kommen ich und mein Gegenüber in dieser zweiseitigen (meine *und* Deine Sicht) Angelegenheit zu einem freien Austausch: Wem liegt es mehr am Herzen? Tja, der kriegt dann diesmal den Zuschlag "Na gut, dann mach es so wie Du willst" — mal der eine, mal der andere. Ohne dieses schreckliche Sich-Darüber-Stülpen, diese pädagogische Krankheit "ich weiß am Besten, was für Dich gut ist", die den Gegenüber unmündig macht, entehrt, erniedrigt, zum "Kind" macht, dem "Zögling" die Erziehungsleine um den Hals würgt¹⁴².

Was ist meines, was deines, da geht es um Grenzverletzungen. In den Minuten des Konflikts ("Du solltest jetzt aber sofort ...") lässt mich meine Gedanken-Untersuchung im Gegenüber den Spiegel erkennen. Ich kann dann dem alten Drachen, der in *meinen* Kellern faucht, einen freundlichen Blick zuwerfen, vielleicht sogar, ihm einen Platz in meinem Herzen anbieten ("Ja, du Drache bist ein Teil von mir! Ich lade Dich ein in die Wärme und das helle Bewusstsein meines Herzen. Danke, dass ich mir mein Lehrer sein will!").

Dasselbe finde ich auch in dem Buch der Christen: "Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst" (im Urtext: "... *als* dein Selbst!"). Es geht da gar nicht um Nächstenliebe, nicht um Sozialverträglichkeit (das wäre Ziel von Herrschaft und Unterdrückung). Es geht um Selbsterkenntnis und dadurch um Schönheit und Ordnung im Universum, jedem Universum! Mei-

142 vgl.: http://www.amication.de/konflikt_die_psychische_dimension.htm

nem, Deinem, Unserem! So recht deutlich ist mir das bei einer Reise nach Japan geworden. Hier, bei uns hat "Liebe Deinen Nächsten" zum Straftatbestand der unterlassenen Hilfeleistung geführt, Täterschaft durch Unterlassen¹⁴³. Dort, in Japan verlöre der ungebetene Helfer sein Gesicht; gerade durch das unbeauftragte Helfen lüde er Schuld auf sich und er entehrt zugleich den Geholfenen.

143 Der § 323 c StGB ist ein Gesetz aus der Nazizeit, von Volksgenossen für Volksgenossen

5.3 Wessen Gewinn?

Je klarer ich bin in meinen Angelegenheiten, je klarer ich mir bin in der Klarheit meines Lebens und in meinem Weg dabei, desto klarer kann diese Klarheit — unbegrenztes Wellenpaket! — ausstrahlen auf die Schönheit und Ordnung in meinem Universum. Darin bist auch Du, jetzt hier lesend, enthalten.

Mein eigenes Verständnis entstand und entsteht immer wieder neu durch die bewusste Verarbeitung von Verwirrungen, Leid, Angst in meinem eigenen Leben. Ich habe gefunden, dass ich solche schlimmen Gefühle oder Gedanken wohl auch manchmal mit für mich schlimm empfundenen Situationen in Verbindung bringen kann. Das für mich 'existentiell Schlimme' trat aber erst dazu, nachdem ich mir eine dauerhafte Geschichte darum herum gebastelt hatte, Realität mit Virtualität, Wahrheit mit Wahnheit überlagert hatte, den 'Virus mäste'.

Der virtuelle Anti-Virus des virtuellen Immunsystem deckt meine Gedankenfehler auf. Diese Glaubenssätze kann ich nun mit meinem freundschaftlichen Verständnis beleuchten und sie lösen sich auf in diesem Licht. Ich habe unterschiedlichste Kenntnisse, Techniken und Fähigkeiten erworben, um dieses Verständnis zu erleichtern und um mir mein Leben bunt zu machen, die Dias im Projektor zu wechseln. Dies ist gut für mich!

Dieses Verständnis oder dessen Einzelheiten sind von wirklichem Nutzen nur für mich, weil nur ich der Einzige bin, der weiß, was das alles für mich bedeutet. Trotzdem schreibe ich diesen Text und habe die Hoffnung, dass viele ihn lesen, und habe die Erwartung, dass sie für sich Gewinn daraus ziehen — Resonanz der Wellenpakete.

Die Speisekarte schmeckt nicht wie das Menü — kein Modell ersetzt Leben. Ich will nicht mit diesem Text Dein Gepäck vergrößern — ich möchte Dich unterstützen, Gepäck abzuwerfen mittels der hier dargestellten Modelle! Kann ich Dich locken, Deine Wahrheiten zu überprüfen und so andere Wirklichkeiten auszuprobieren, dem Projektor in Deinem Kopf mal andere Dias reinzuschieben? Es ist allein Deine Angelegenheit, für Dich Klarheit, Zufriedenheit, Frieden in Deinem Leben herzustellen.

Es mag ja früher, in dunkler Vorzeit für die Menschheit oder als kleines Kind für mich, einmal überlebenswichtig und klug gewesen sein, Mama, den Kaiser oder Jehova oder wen auch immer für den zu halten, der die Fäden zieht. Solche Marionettenfäden lassen sich abschneiden; Religiosität ist heilbar — mir zu meinem Hosianna.

6 Wer und was bin ich?

6.1 Körper

*Am Strand voller Kiesel
bin ich Kiesel,
hart und bunt.
Am Grunde der Welle
bin ich rund.
Ich rolle und folge
der Kraft,
Hüpfender Teil der Woge
Voll Freude.
Ich folge der Quelle.
Ich frage wie sie nicht
nach dem Weg zum Meer.*

Unser gängiges Modell vom Körper stammt aus der Zeit des Absolutismus: Das Gehirn sei der Herrscher, das übrige die Untertanen. "Ich denke, also bin ich". Bewusstsein, gar Geist, sei eine Funktion der zig Milliarden Prozessoren im Supercomputer Hirn. Alles sei gesteuert von biologisch vorgezeichneten chemischen und physikalischen Abläufen vor allem im Hirn. Eine triviale Maschine¹⁴⁴. Ein wenig erinnert das an den Witz vom Fernsehtechniker, der mit den elektrischen Spannungsverläufen zwischen den Transistoren des Geräts die Unterschiede zwischen Fernsehsendungen von ARTE und VIVA erklärt. Es ist wohl ein Teil dieser Uhrmacher-Philosophie, zurückreichend bis zu Newton im 17. Jahrhundert, die noch immer nicht genug aufgeweicht werden konnte durch die Erkenntnisse der Physik der Felder aus den letzten einhundert Jahren.

Tatsächlich gibt es das Kopfhirn *und*, ziemlich abgekoppelt, das Bauchhirn. Unser zweites Hirn, nach Volumen und Funktionsweise etwa

144 Rund 500 die menschliche Bauchhöhle bevölkernde Bakterienarten wurden gezählt. Der Verdauungstrakt des Menschen beherbergt mehr als 5000 verschiedene Bakteriensorten. An die hundert Billionen Mikroorganismen bevölkern den Darm insgesamt, machen damit ein Kilogramm des Körpergewichts aus. Die Anzahl der Bakterien übersteigt die Zahl unserer Körperzellen um das Zehnfache. Dazu kommen ungezählte Arten und Mengen von Pilzen und Viren. Sie unterstützen ihren Wirt dabei, z.B. Nahrung zu zerlegen, Vitamine zu erzeugen und schützen davor, dass Krankheitserreger Überhand nehmen. "Mein Körper"? Wer ist der Chef?

gleich, verteilt über mehrere Plexus und mit dem ersten Hirn nur über wenige sympathische und parasympathische Fasern¹⁴⁵ verbunden, liegt im Bauchraum und es ist weitgehend unerforscht¹⁴⁶. Erst vor kurzem stellten Forscher fest, dass weitaus mehr Nervenstränge vom Bauch in das Gehirn führen als umgekehrt: 90 Prozent der Verbindungen verlaufen von unten nach oben.

Vergleichbares fand ich in der Huna-Vita-Lehre¹⁴⁷. Zellmer stellt die Huna-Vita-Lehre dar und unterscheidet zwischen Oberem, Mittlerem und Unteren Selbst. Das Obere entspricht etwa dem Höheren (vgl. 7.10 Höheres Selbst), dem göttlichen Funken, der energetischen Wellenfunktion des Organismus. Das Mittlere meint vorwiegend den Verstand, das organisierende Großhirn. Das Untere Selbst ist der Körper, insbesondere die Intelligenz der Zellen und des Bauchhirns. Das Untere Selbst heißt bei den Kahunas Unihipili = "die Seele, die im Körper still dient".

Das Bauchhirn ist autark, es ist nach Konstruktion und Wirkungsweise identisch mit dem Großhirn (hat also dieselben Arten von Neuronen und Neurotransmitter, hat ähnliche Programme, Verhaltensmuster, Erinnerungen) und es wirkt per Neurotransmitter und Hormone auf das Großhirn und den gesamten Körper. Es macht die Empfindungen, das Fühlen, mein inneres Fühlen, Innenwelt. Das Kopfhirn macht daraus die Ableitungen, Ge-Fühle, Ich, soziales Wesen in der Außenwelt funktionierend.

Deshalb ist es so wichtig und unmittelbar hilfreich, bei jeder Weise, sich selbst sich anzunähern, z.B. in the work (vgl. 8.3 Untersuchen von Gedanken), bei jeder Frage meditativ in den Körper zu lauschen, weil ich dann mit meiner Antwort diese Instanz einbeziehe und damit zugleich dort die (andersartigen) Glaubenssätze auflösen kann. Innen wie außen, Ähnliches heilt Ähnliches. Damit wird auch völlig einleuchtend, dass nur-kognitive Ansätze wohl das Symptom verschieben können, aber meist nicht die Grundlagen auflösen. Damit ist auch klar, wieso Sucht, also Körpererinnerung, so schwer erreichbar ist. Denn das Bauchhirn ist schwer erreichbar. Einleuchtend auch, wieso Kranke in der Aufarbeitung von Krebs an soviel Hass herankommen: Erinnerungen des Bauchhirns!

145 Parasympathikus und Sympathikus bilden die beiden Anteile des vegetativen Nervensystems. Wird der Sympathikus erregt, kommt es zum Blutdruckanstieg, zu beschleunigtem Herzschlag und beschleunigter Atmung sowie zur Erweiterung der Pupillen, zur Aufrichtung der Körperhaare, zur Steigerung der Schweißproduktion sowie zur Hemmung der Darmbewegung und zur Sekretion innerer Drüsen. Die Erregung des Parasympathikus bewirkt: Herabsetzung des Herzschlags, Pupillenverengung, Förderung der Magen- und Darmbewegung, Zusammenziehen der Bronchien, Auslösen der Erektion, Blutgefäßerweiterung, Hemmung der Schweißproduktion.

146 Michael Gershon: "Der kluge Bauch — Die Entdeckung des zweiten Gehirns"; München, 2001

147 Ekkehard Zellmer: "Der Seelenflüsterer"; Friedberg, 2004

In der Kahunalehre ist *alles* Ausformung des Oberen Selbst. Im Unteren Selbst, in der Intelligenz der DNS unserer 60 Billionen Zellen sitzt die Erinnerung bis zurück zur Ersten Zelle aus dem Kambrium. Wenn ich die im Geburtstrauma gesetzte Trennung von Körper, dem Teilchen-Bewusstsein, und Göttlichem Funken, dem Wellen-Bewusstsein, auflöse, dann sind die alten Informationen wieder präsent, meint, es kann die Verbundenheit von allem mit allem ins Mittlere Bewusstsein steigen — das nennen manche Erleuchtung — oder, es können alle Schrecken der Vorzeit reaktiviert werden. Die Welt entsteht neu im Kopf *und* sie ist schon immer im Körper gespeichert. Es ist meine Haltung und mein Herangehen, was sich mir im Bewusstsein realisiert — und nur da kann ich es in "Formulierungen", in Worte und Bilder für das Bewusstsein bringen —, Dunkel oder Licht. Böse Geister, das könnten erstmal meine unerlösten Körper-Gedanken sein. Meine Erwartungen von Fressen und Gefressen werden.

Jeder Plexus steuert eine Organgruppe aus seiner Verbindung mit deren Sinnesorganen für die äußere Umwelt¹⁴⁸, hier für die innere Umwelt des Organismus¹⁴⁹ und für die Wechselwirkungen daraus. Und es hat immer mehr den Anschein, als sei das Kopfhirn auch nur ein Plexus, der den äußeren Organismus steuert aus seiner Verbindung mit dessen Sinnesorganen für diesen Organismus, für die äußere Umwelt des Organismus und für die Wechselwirkungen daraus, allerdings mit der Besonderheit, dass dieser Plexus zugleich auch den Organismus selbst und seine Verbindung mit der Umwelt abbildet, als Abbildung II. Ordnung. Und diese Abbildung II. Ordnung wird vom Gehirn auf recht geheimnisvolle Weise koordiniert zu seiner zusammenhängenden Deutung von Welt. Staunend sehe ich ein 'demokratisches'¹⁵⁰, ein gleichwertiges Miteinander. Spätestens hier kann ich die Frage nach einem Verbindenden, nach dem Geist¹⁵¹ nicht mehr abweisen.

Einfacher gewendet: Meine Haut ist an manchen Stellen schwierig, an anderen, unbelasteten Stellen dagegen zart. Dort ist sie blass, hier aber

148 Für den Verdauungstrakt ist das die einverleibte Umwelt in dem nach vorn und hinten zur äußeren Umwelt offenen Darmrohr.

149 Für den Verdauungstrakt sind das die unmittelbar (z.B. Bauchspeicheldrüse, Leber) und mittelbar (z.B. Niere, Kreislauf) verbundenen Organe.

150 Ein wichtiges Anliegen der Prozessorientierten Psychologie, in den siebziger und achtziger Jahren von Dr. Arnold Mindell, Physiker und damals Lehranalytiker am C.G.Jung-Institut in Zürich entwickelt, ist die "tiefe Demokratie". Diese Einstellung nimmt alle Teile eines Prozesses oder Feldes (beim Individuum und in einer Gruppe) gleich ernst und sorgt dafür, dass besonders die jeweiligen Minderheiten unterstützt und gehört werden. Vgl. http://www.prozessarbeit.ch/was_ist_pop.htm

151 John Eccles/Hans Zeier: "Gehirn und Geist", Frankfurt, 1984

bräunlich und rosig. Meine Beine sind muskulöser als andere Körperpartien. Der Blutkreislauf hat sich eingerichtet auf die Kompensation der Schwerkraft, was schmerzhaft erlebbar erst Astronauten wird nach längeren Aufhalten im Orbit.

Der Körper ändert im ständigen Austausch mit der Umwelt die Strukturen, indem er sich und die Umwelt anpasst auf ein Optimum zwischen höchst widersprüchlichen und wechselnden Bedingungen. Und das meistens, ohne dass ich es bewusst mitkriege. Nur bei den großen Schritten, wie Geburt, Pubertät, Sterben, erlebe ich möglicherweise das in großer Not. In der Pubertät lässt sich auch das Wirken der Veränderungen von Eigenschaften und Gegebenheiten, Wahrheiten und Wahnheiten, gut beobachten.

Das Verwirrende daran war für mich, dass ich entsprechend unseren Traditionen glaubte, den Körper zu *haben*. Ich glaubte, ich kann *über* ihn nachdenken und ihn damit kontrollieren. Doch genauso ließe sich aus Körpersicht feststellen: ich *habe* das Denkorgan Gehirn und ich kann *über* das Organ herrschen, was ja auch beides zu funktionieren scheint, wie Übungen im Autogenen Training oder fortgeschrittene Fakire beweisen. Solche Abtrennung, aus welcher Blickrichtung ich sie auch vornehme, kann schnell recht schmerzhaft werden — sich schmerzhaft anfühlen, macht sich da doch ein Organismus die Illusion, er könne oder er solle des besseren Verständnisses wegen sich auftrennen und *eine* Teilansicht von sich über die andere stellen.

Dieser Irrtum könnte entstanden sein, weil ich einem Anschein erlegen war: Denken *über* Körper ist explizit, ausdrücklich; Denken *im* Körper ist implizit, eingewickelt. Nachdenken, zumindest das des Alltags, handelt immer in der Vergangenheit und selbst dann, wenn es sich mit Zukunft befasst, immer in Bezug auf Vergangenheit — deswegen sagt Sprache: "nach—denken". Solches Denken bedient sich der Begriffe, ist symbolisch; die Worte mortifizieren und mumifizieren das Leben. Nur wenn ich den Strahl meiner Bewusstheit *in* das Eingewickelte richte, erfahre ich mich in Gegenwart, passiert gegenwärtiges Denken und damit neues Denken. Bezeichnenderweise fällt mir kein eigenes Wort dafür ein, in Abgrenzung zu 'nachdenken', nur eine Umschreibung: "Körpergewahrsein", "Bewusstheit", "Achtsamkeit". Solches Denken ist lebendig und ich wache auf aus meiner vorgestanzten Symbolwelt und stelle mich bewusst in mein pralles und buntes Leben. Es passiert in jeder Sekunde Neues: Ich in meiner Welt.

Wenn ich das übersetze in physikalische Begriffe am Beispiel des

Lichts mit seiner Photonenteilchen- oder aber Wellennatur: Als Mittleres Selbst betrachte ich mich in der Teilchen-Natur, Körper, meiner Tradition gemäß. Als Unteres oder Oberes Selbst betrachte ich mich, sehr ungewohnt, in der Wellennatur.

Die Wellen sind immer miteinander in Resonanz und breiten sich unbegrenzt aus. Es gibt z.B. das schöne Beispiel, vielfach belegt z.B. nach Familienaufstellungen und nach Bodytalk-Behandlungen, wonach Glaubenssätze von Eltern, auch wenn die Eltern räumlich weit entfernt sind, die ihrer Kinder beeinflussen. Wenn ein Elter in einer erfolgreichen Sitzung einen Glaubenssatz auflöst, dann verschwindet der meist auch bei den Kindern. So wird deutlich, dass diese Selbst nicht abgehobene Instanzen oder Ansprechpartner für irgendwelche Methoden sind, sondern ein Bild sind für die frei fließende Energie des Organismus, die sich im Zusammenspiel von jeder Zelle mit jeder anderen manifestiert und das bis in den sozialen Organismus Familie. Pralles und buntes Leben, das sich lebt und von dem "Ich" als denkendes Bewusstsein nur ein, vielleicht unwesentlicher, Teil ist, ein Teil, das wiederum in fraktaler Ähnlichkeit als Ganzheit zum Ganzen steht.

Dieses Bewusstsein von Körper-Sein kann auch ganz anders erfahren werden. Gabriele Goettle¹⁵² interviewte Barbara Duden, Professorin am Institut für Soziologie und Sozialpsychologie der Universität Hannover. Ihr Lehrgebiet umfasst Kulturosoziologie, Gesellschafts- und kulturhistorische Frauen- und Geschlechterforschung sowie Medizingeschichte. Sie sagte u.a. " ... Ein wichtiger Anstoß für mein Interesse an der Geschichte des Körpers war die Erkenntnis, dass die Geschichtslosigkeit der Frau damit zu tun hat, dass sie durch ihre körperliche Konstitution festgelegt ist.

Und deshalb haben wir damals, als frauenbewegte Frauen, angefangen, über Körper zu arbeiten, denn wir sagten, die Geschichte der Frauen beginnt mit ihrer Körperlichkeit. Und da aber erst mal als Ideologie von Biologie, als soziale Klassifikation. Damit hat sich beispielsweise Claudia Honneger damals ausführlich beschäftigt, mit der Medizin im 19. Jahrhundert. Ich wollte noch weiter zurückgehen, in die Zeit vor 1800, denn 1800 ist ja die große Wasserscheide, der Umbruch in die bürgerliche Gesellschaft, in die Industriegesellschaft, bei dem sich sozusagen die Tiefenschichten der Gesellschaft verändert haben. Die Wahrnehmung, die Begrifflichkeit, das Weltbild, die Objekte, alles! Und ich bin dann auf diese 'Observationes clinicae', also auf ärztliche Krankengeschichten gestoßen, die der Stadtarzt Johannes Pelargus Storch Mitte des 18. Jahrhunderts in

152 taz Nr. 7831 vom 28.11.2005, Seite 15-16, GABRIELE GOETTLE " Vom Schwinden der Sinne - Besuch bei der Körperhistorikerin Barbara Duden"; <http://www.taz.de/pt/2005/11/28/a0201.nf/text>

der protestantischen Residenzstadt Eisenach verfasst hat. Er hat Frauen aller Stände behandelt, adelige Fräuleins, Handwerkerfrauen, Ammen, Bauernmädchen, und acht Bände darüber angelegt, er hat auch Kinder und Soldaten behandelt; ich habe mich aber ausschließlich auf die Frauen konzentriert.

Anfangs war mir das, was ich da las, vollkommen unverständlich. Es schien unmöglich, das Körpererlebnis von Frauen im 18. Jahrhundert erforschbar und erfahrbar zu machen. Das war mir alles total fremd, worüber diese Frauen klagten, unklar, was sie meinten, wenn sie von Geblüt und Frucht, offenen Füßen und Kälte, von Fluss und Stockung gesprochen haben. Die Frauen klagten vor dem Medicus über ihre Herzenserschütterung, den Riss am Herzen, die Kälte der Gebärmutter, die Verstocktheit im Bauch. Das liest sich beispielsweise so oder ähnlich: 'Am 12. April 1725 kam eine sanguinisch-cholerische Frau zu mir und klagete, wes Maßen sie mit ihrem Miethmanne sich verstritten habe, er sie nicht anhören wollte, an den Armen packte und zur Tür hinaus schickte. Nun klaget sie, dass sie dieses Gift seit Jahren nicht ausschütten kann und ihr deshalb Rhabarber gegeben werden soll, um es wieder loszuwerden.' Also, dass diese Frau zu ihrem Arzt kommt, und sozusagen über die geschwollene Wut klagt, die ihr seit der Unverschämtheit des Miethmannes (eines Mieters, *Anm. GG*) wie ein Knoten im Bauche sitzt. Dass diese Wahrnehmung sie sowohl zum Arzt als auch zum Rhabarber führt, würde sie 100 Jahre später zum Irrenarzt führen. Die körperliche Reaktion wäre etwas Uneigentliches.

Wie haben sich in diesen Frauen soziale Klassen, Alter, Religion verkörpert? Wie Krankheit? Was macht sie mir derart fremd? Was ist es genau, was mich an der Empathie mit ihren Klagen hindert?

Ihre Wahrnehmungen von sich waren unvergleichbar mit denen, wie ich selbst mich wahrnehme. Aber ich wollte unbedingt verstehen, wovon sie eigentlich reden. Wie war die Selbstwahrnehmung ihres Innern?

Der Versuch, zu verstehen, wie Frauen sich um 1720 gefühlt haben, hat mir ein neues Gefühl für die Historizität meines eigenen körperlichen 'Selbst-Gefühls' vermittelt. Und aus dieser Distanz heraus war es möglich, die intellektuellen Einsichten in eine soziologische Analyse der technikbedingten epochalen Um- und Neudefinition des Frauenkörpers, besonders auch in der Gegenwart, zu erarbeiten¹⁵³.

153 Veröffentlichungen u. a.: "Geschichte unter der Haut. Ein Eisenacher Arzt und seine Patienten um 1730", Stuttgart 1987 u. 1991; "Anatomie der Guten Hoffnung. Zur Bildgeschichte des Ungeborenen". Ffm., 2003.

Beim Versuch herauszufinden, was das für eine Wahrnehmung des Inneren bei diesen Frauen des 18. Jahrhunderts war, habe ich akribisch mit so einer ... ich nenne es Beutelmethode gearbeitet. Also: ein Beutel fürs Zittern, Beutel fürs Blut — fürs verstockte und fürs fließende Blut —, einen für die Mischung usw. Und dann habe ich versucht, die 'Sinnknoten' dieser anderen Wahrnehmung von sich mal auszulegen. Sofort habe ich festgestellt, dass das absolutes Neuland ist, kein Mensch hat so was gemacht vorher. Weil eben der Körper und die Biologie des 19. und 20. Jahrhunderts den Anschein vermitteln, als wenn es sich hier um etwas Naturhaftes handelt. Das haben die Historikerinnen und Historiker eben auch unter der Haut. Und wenn sie auf solche Reden stießen, wie von der Frau mit der Wut über den Miethmann, dann taten sie das als 'uneigentliche Rede' ab von Leuten, die abergläubisch sind und eben noch nicht wissen, wie ihr Körper beschaffen ist. Das ist natürlich fahrlässig, denn die Frau weiß sehr wohl, dass die 'Bitterkeit der Worte' und das 'Gift', das sie 'geschluckt hat' dabei, etwas Entscheidendes mit ihr macht. Und dann habe ich versucht, diesen Körper beziehungsweise eben nicht diesen Körper — heute würde ich das Wort nicht mehr benutzen —, sondern die Somatik, ihre erlebte Somatik zu verstehen.

Was sich natürlich aufdrängte, war, dass dieses somatische Innere, in diesem Sinne, gar nicht in einem anatomischen Atlas festgelegt ist, also z.B. beim 'Herzriss' aus Liebesleid. Besonders auch beim Blut, denn das Blut, von dem sie sprechen, ist ein Stoff, den du nicht ins Labor schicken könntest. Es ist etwas Lebendiges. Selbst in der ärztlichen Fachpresse gab es diesen Unterschied und somit diese Auffassung. Einmal bezeichnete das Wort Sanguis das 'lebendige Blut', und Cruor hieß der Stoff, der ausgelassen wird beim Aderlass und sich klumpt. Also, Sanguis läuft zwar auch aus, bei Verletzungen usw., aber solange es läuft, ist es 'lebendig'. Also, das Herz, das wissenschaftsgeschichtlich später dann ganz technisch in seinen Funktionen festgelegt wurde, ist hier noch Empfindungsecho, das auf Erfahrungen und Eindrücke reagiert.

Und auch das Blut ist ein Stoff innerer Wahrnehmung, in dem sich sehr viele Qualitäten ausdrücken. Zuerst mal ist es innerlich lebendig, es will wohin. Es ist regsam, oder es stockt. Das ist eines der wichtigsten Motive, diese Balance zwischen Regsamkeit und Stockung. Es ist die Balance zwischen Gesundheit und Krankheit und letztlich dem Tod, dem Sterben, die in Bilder der Hemmung, Verstockung und Versteinerung gekleidet wird. Und dann hat das Blut auch geschmackliche Qualitäten, das reicht vom Süßen bis zum Bitteren. Und farblich vom Dunklen bis zum Hellen. Und natürlich wird unterschieden zwischen Blut und Geblüth.

Also, sie berichten über all diese inneren Wahrnehmungen, und der Stoff dieser Wahrnehmungen ist mir zutiefst fremd, fremd deshalb, weil ich in mir kein Geblüth habe, sozusagen. Ich erkannte, durch die zunehmende Vertrautheit mit der Fremdheit dieser Selbstwahrnehmung der Frauen, dass die Wahrnehmungsgeschichte eigentlich in eine Wissenschaftsgeschichte eingebracht werden muss. Nur so können wir verstehen, dass die Wissenschaftsgeschichte uns konditioniert hat, etwas für 'wahr' zu halten, also etwas zum Stoff unserer 'Wahrnehmung' zu machen, was gar nicht 'wahrgenommen' werden kann, weil es eben objektivierende Tatsachen sind, die durch die Wissenschaftsgeschichte und durch die Popularisierung, in den 'Körper', also in das Innere, rein verlegt wurden.

Die Not ist, dass die Biologie des 19. Jahrhundert — also das, was Foucault untersucht hat als einen Effekt des klinischen Blicks — im Endefekt bewirkt, dass wir dieses Objekt, das sie uns als unseren 'Körper' vor-exerziert, für Natur, für die Natur unseres Körpers halten. Die Biologie erscheint als Natur. Aber es gibt ja keine Natur in dem Sinne, die Natur selber ist historisch. Und in dem Moment, wo man das feststellt und sich vergegenwärtigt, dass die Medizin erst im 19. Jahrhundert zu einer Instanz wurde, die epistemologisch und institutionell nun die Macht hatte, die Gesellschaft mit einem 'Körper' zu beliefern, muss man sich fragen: Was sind eigentlich die sozialen Instanzen, aus denen die körperliche Wahrnehmung entsteht?

Das führt natürlich auch zur Frage nach Schichten der Gewalt, in der Re-Definition der Person in Bezug auf ihren Körper. Ich meine, dass hier auch eine Kritik an Foucault notwendig ist, weil er nämlich, in Bezug auf die Gewaltsamkeit der Re-Definition zwar die Machthierarchien der Medizin über den Kranken ausführlich untersucht hat, er hat aber nicht verstanden, dass das, was das Leibliche tut und macht, durch eine fremde Instanz definiert wird. Das Körperliche im 17. und 18. Jahrhundert aber tat etwas, wofür es noch keine zentrale Instanz gab, die dem Menschen sagte: Das bist du! Das ist dein Körper. Den kannst du als ein Objekt zur Medizin tragen, und sie geben ihn dir zurück als ein Objekt, das du dir wieder aneignen kannst als Besitz. Ein solcher Körper war einfach unvorstellbar.

Die Somatik ist noch eingesponnen im Gewebe der Kultur, also in den sozialen Erfahrungen, in den Alltagspraktiken. Dadurch entfaltet sie sich, erwächst und ist stimmig. Wir müssen natürlich beachten, das ist die Somatik, das Körperliche in der Geschichte des Westens, das ist nicht global. Und bei uns hat die Medizin den Körper immer mehr von uns iso-

liert, die Organe isoliert voneinander, die Funktionen ... und es kam der Anatomische Atlas, die Physiologie als Leitwissenschaft, und es ging immer tiefer ins Gewebe, in die Zellen, in die Zellkerne usw. In eine Unterteilung in immer kleinere Einheiten. Man kann sagen, dass die Medizin also nicht einen Körper behandelt — im Wort-Sinne —, sondern einen Körper herstellt. Und das Interessante ist, dass dieser Körper, den die Medizin herstellt — Foucault würde sagen, der Körper als Effekt aus Beobachtungen, Praktiken, technischer Herstellung —, der verdankt sich nicht einer Vielzahl von Entdeckungen, sondern einer Vielzahl von Effekten dieser Beobachtungspraxis und deren Zuschreibungen.

Es ist unzweifelhaft, dass da etwas auf der Strecke bleibt, dass das eine Veränderung im Selbstbewusstsein anrichtet, einen Bruch in das Innere hinein gibt. Man könnte das mit dem Begriff der 'Schizo-aisthesis' fassen, also der Trennung von der sinnengeleiteten Empfindung, und zwar nicht im Kopf, sondern im Fleisch. Als Kind hast du noch gehört vom reinen Herzen, vom guten Herzen, in dem sich was regt zu Gunsten anderer, das groß sein soll usw. Dann hast du aber gelernt, dass du ein Herz verkörperst, das empfindungsunfähig ist, das nur ein Organ ist zur Umwälzung des Blutes, das einen bestimmten, messbaren Schlag hat usw. Also, dieses anatomische Herz ist ja dumm, es erkennt nichts und tut nur seinen Dienst, bestenfalls. Also ich kann von mir selber nur sagen, dass ich eine 'herzliche Wahrnehmung' sehr wohl kenne und spüren kann, dass damit durchaus etwas Somatisches verbunden ist, wenn ich etwas im 'Herzen verspüre', ein Sehnen, ein Lieben, einen Trennungsschmerz. Also Empfindungen oder Schmerzen, die keinen Platz haben in einem anatomischen Herzen, die aber unzweifelhaft real und wahr sind.

Du kannst natürlich sagen, dass das die Tiefenschicht eines Erfahrungsstoffes ist, in dem die Umgangssprache nach wie vor ein Bild transportiert, das sofort zu uneigentlicher Rede, zu poetischer Rede wird, in dem die somatischen Anteile aber irgendwie immer noch da sind. Wesentlich ist aber der Bruch, der in unsere Wahrnehmung hinein gesenkt wurde, nämlich zwischen etwas, was du wahrnehmend 'weiß' — sonst könnten wir niemanden lieb haben oder auch hassen —, und dem, was du auf der anderen Seite zu verkörpern hast, für wahr halten musst, weil die Gültigkeit dieser Wahrheit nicht bezweifelt werden kann. So dass du eigentlich gezwungen bist, in dir zu sein und andererseits dich selber dauernd wahrzunehmen, als wenn du außer dir bist. Erfahrungen, die dieses selbst wahrnehmende Ich mal gemacht hat, sind kaum noch nachvollziehbar, wir wissen nicht mehr, wie sich das anfühlt, wenn der Körper noch nicht abgespalten ist.

Man kann sagen, das ist die große Geschichte der Entkörperung des Menschen, weil sie durch die Macht der Wissenschaft — also durch das, was die Wissenschaft ihnen als ihren Körper gegenüberstellt und zur Verinnerlichung anbietet — ihren eigenen Sinnen nicht mehr trauen können. Und es kam ja noch schlimmer, wir sprechen jetzt immer von einer Zeit, in der noch die Pathologie das Butterbrot der Medizin war, wer krank wurde, ließ seinen Körper behandeln. Und da hat die Medizin des 20. Jahrhunderts ja manches ... gut, man ist hingegangen, weil einem was fehlte. Heute gehen die Leute hin, weil sie Angst haben, es könnte ihnen zukünftig etwas passieren. Ich finde es sehr wichtig, hier klar zu machen, dass dieser Körper, den Foucault beschrieben hat in den 60er-Jahren, also der medikalisierte Körper und der dazugehörige klinische Blick, dass der seit den 70er-Jahren eigentlich verblasst oder nur noch den Hintergrund bildet, für eine viel grundsätzlichere Erfassung: die durch ein umfassendes Gesundheitssystem.

Die Medizin ist nun als eine Instanz zuständig, und zwar ununterbrochen. Der Unterschied zwischen gesund und krank ist abgeschliffen, das Somatische interessiert nicht. Die Gesundheitswissenschaft, die ja auf Statistik basiert — statistische Epidemiologie ist zur Leitwissenschaft aufgestiegen —, errechnet Krankheit. Die Medizin behandelt nicht mehr, sie sagt voraus. Du wirst nicht im Körperlichen wahrgenommen, sondern als statistischer Fall innerhalb einer statistischen Population. Sicher, diese Vorsorgeorgien sind unter der Perspektive der Gesundheitsverwaltung ökonomisch rational, für die einzelne Person aber ist das total irrational. Und es ist zutiefst beunruhigend und bedrohlich, weil die Menschen lernen sollen, dass ihnen schon was fehlt oder als 'krank' bereits angelegt ist, als Gendefekt, was sich später dann zeigen könnte. Du erfährst, du gehörst irgendeiner Gruppe an und trägst deshalb ein erhöhtes Risiko, statistisch errechnet. Und in vorauseilendem Gehorsam sollst du dieses, 'dein' Risiko, verantwortlich 'managen', um es zu minimieren. Es entsteht ein ununterbrochener schleichender Verdacht gegen dich selbst. Da wird jeder zum Hypochonder. Unkontrolliertes Wohlbefinden wirkt leichtfertig, geradezu asozial. So kommt der Wurm ans Wohlbefinden!

Also, Prävention in Bezug auf Fette, Herzkreislaufgeschichten, Osteoporose, Brust- und Prostatakarzinom usw. ist heute gängig und gesellschaftlich vollkommen akzeptiert. Interessant ist, dass es der Frauenkörper war, der als Symbol diente — oder besser gesagt, als trojanisches Pferd —, um das sozial akzeptabel zu machen. Sie haben die Notwendigkeit dieser erforderlichen Selbstverwandlung als Erste vollzogen. Die Durchsetzung des Risikobegriffs in die Praxis gesundheitlicher Vorsorge

wurde an Frauen durchexerziert, in den vergangenen 30 Jahren. Zuerst in der Geburt, historisch gesehen. Mitte der 60er-Jahre schon wurde der Mutterpass eingeführt, also etwas vollkommen Wahnsinniges! Weil die Frauen das ablehnten, hat es Geld gegeben, aber nur, wenn die Frauen das volle Programm durchliefen und das per Pass nachweisen konnten. In den 70er-Jahren kam dann die Hormonsteuerung, die Pille für die Empfängnisverhütung und dann die Hormonsteuerung im Alter.

Heute kann eine Schwangerschaft nur noch durchlaufen werden, wenn ununterbrochen Checks durchgeführt werden. 50 bis 60 Momente müssen dauernd überprüft werden, das sind die Indikatoren, die dann eine 'Normalität' herstellen. Moderne bildgebende Verfahren der Visualisierungstechnologie zeigen der Schwangeren ihr Ungeborenes, in scheinbar getreuer Abbildung, ein Kind, transformiert in eine Datenmasse, die beliebig zerlegbar ist. Wie kann sie diese Datenmasse lieb haben, erwarten, noch guter Hoffnung sein? Die Frau betrachtet es aber als ihr Kind und hat sich zur Managerin ihrer Schwangerschaft machen lassen, die mit selektierendem Blick aufs genetische Risiko achtet und es gegebenenfalls durch Abbruch vermeidet. Das ist soziale Pflicht. Und auf diese Schwangerschaft folgt dann die durchprogrammierte Geburt. Im Supermarkt der Entbindungen kann die Frau, selbstbestimmt und frei, wählen, wann sie entbindet und wie, bis hin zur Wunschsektion, zum Kaiserschnitt. Die Frau muss nicht mehr entbinden, sie darf sich als mündige, kundige Klientin fühlen, die eine technische Dienstleistung in Anspruch nimmt. Die Frauen bemerken nicht, dass sie in der Tiefe ohnmächtig wurden, wirklich 'ohnmächtig'. Sie wurden regelrecht konditioniert, diese kontinuierliche Einsichtnahme, Kontrolle und Überwachung als ihr Bedürfnis zu empfinden.

Das ist eine schreckliche Veränderung in der Selbstwahrnehmung, und erschreckend ist auch, dass es da einen völligen historischen Widerspruch gibt zu dem, was die Frauenbewegung einmal mit Selbstbestimmung meinte. Der große Gegner war die Gynäkologie natürlich. Sich den eigenen Körper wieder anzueignen, das war es, was die Frauen sozusagen auf ihre Fahnen geschrieben hatten. Heute steht die Forderung, dass Frauen Selbstbestimmung und Selbstverantwortung ausüben sollen, auf den Fahnen aller Krankenkassen, Ärzte und Gesundheitsbürokraten. Es ist eine Pflicht! Damals in den 70er-Jahren hat die Frauenbewegung sich ein Recht erkämpfen wollen und das Spekulum selbst in die Hand genommen. Die Selbstuntersuchung und die Selbstsuche, das waren wichtige Schritte, und viele Frauen haben diesen Weg angetreten, du hast das ja damals kritisiert, Gabriele, auch diese ganzen gängigen Begrifflichkeiten. Im Rückblick war dieses *consciousnessracing* im Grunde eine Professiona-

lisierung für das, was in der Gesellschaft sowieso als Zumutung auf einen zukommt.

Es hat ja in den 70er-Jahren eine Veränderung auch in der Machttechnologie gegeben, es wurde nicht mehr gezwungen, sondern es ging um die Lenkung und Ausrichtung des Wollens. Die Leute haben gelernt, dadurch, dass sie sich das 'eingekörpert' haben, dass sie das wollen, was sie sollen. Das Abverlangte sollte nicht mehr als solches kenntlich sein, sondern Teil des eigenen Wollens werden. Der wichtigste Begriff der Frauenbewegung war ja Selbstbestimmung — hier jetzt speziell auf den eigenen Körper bezogen —; und heute heißt Selbstbestimmung sozusagen Selbststeuerung, die Frauen haben gelernt — und nicht nur die Frauen — sich selbst so zu steuern, dass es fürs System kompatibel ist.

Und das ist wahnsinnig beunruhigend, diese Überschneidung und die Paradoxie zwischen etwas, was wir wollen konnten — auch vernünftigerweise — und was aber zugleich auch dem in die Hände gespielt hat, was historisch im Werden war. Das beschäftigt mich immer sehr, muss ich sagen. Ja, und was wir versuchen können, ist, mit Hilfe der Geschichtswissenschaft die Amplituden des Wahrnehmbaren in der Gegenwart ein bisschen zu weiten und offen zu halten. ..." Soweit Frau Duden.

Einen ähnlichen Weg, wenn auch aus anderen Richtung kommend, schlagen der Altersforscher Paul B. Baltes und der Neuropsychologe Frank Rösler ein. Sie sind überzeugt, dass sich Biologie und Kultur nicht nur beeinflussen, sondern sogar gegenseitig erst erschaffen. Ergo muss, wer das Denkorgan verstehen will, auch dessen soziales Umfeld betrachten. "Das Gehirn selbst ist eine Konstruktion von biologischer Prädisposition und kultureller Wirklichkeit", lautet ihre Prämisse, die sie in den sperrigen Begriff des "biokulturellen Ko-Konstruktivismus" gekleidet haben.

Am besten lässt sich Baltes und Röslers Überzeugung, "dass sich die Kultur im Gehirn real und konkret wiederfindet", bisher anhand der Musik belegen. So zeigt etwa eine 2008 veröffentlichte Studie der Cornell University, wie sehr das Rhythmusgefühl kulturell geprägt ist. Osteuropäer können komplexe Rhythmen besser aufnehmen und reproduzieren als Nordamerikaner, die oft mit allem überfordert sind, was über einen Vierteltakt hinausgeht. Als der Psychologe Erin E. Hannon jedoch das Rhythmusgefühl sieben Monate alter Kinder verglich, zeigten sich keine Unterschiede zwischen Amerikanern und Europäern. Daraus schließt Hannon, dass die Entwicklung der rhythmischen Wahrnehmung von der Hörkultur abhängt. Platt ausgedrückt: Wer nur Marschmusik hört, versteht auch nur Marschmusik und kann daher nur Marschmusik produzieren.

Auch der Warnhinweis "Vorsicht, Taxifahren verändert Ihr Gehirn" ließe sich rechtfertigen. Das jahrelange Einprägen von Fahrtrouten, Einbahnstraßen und Sehenswürdigkeiten lässt den hinteren Teil des Hippocampus schwellen, wie die Londoner Neurologin Eleanor Maguire nachwies. Dieser Bereich ist zuständig für das räumliche Gedächtnis. Kein Wunder, dass er um so größer ist, je mehr Berufserfahrung ein Taxifahrer hat. Dafür verliert der vordere Teil des Hippocampus an Volumen, so dass sich die Gesamtgröße des Gehirns nicht verändert.

Versteht man solche Erkenntnisse nicht nur als Kuriosität, belegen sie, wie jede Tätigkeit zur biologischen Anpassung des Denkkorgans führt. Das bleibt nicht ohne Folgen für die jeweilige Weltsicht: Während der geistige Kosmos eines Taxifahrers mehr aus räumlichen Verknüpfungen und Orientierungspunkten besteht, nimmt eine Musikerin die Welt eher als Fülle von Klängen und Rhythmen wahr; für traumatisierte Kriegsoffer wird sie zur Quelle ständig neuer Schrecken. Und dies gilt, wohlgemerkt, nicht im übertragenen, sondern im neurophysiologisch nachprüfbaren Sinne.

Der eigentliche Witz dieses Mechanismus und das ist es, worauf Rösler und Baltes mit ihrem "biokulturellen Ko-Konstruktivismus" hinaus wollen, ist jedoch, dass die Wechselwirkung unendlich reziprok ist: Wer Musik besser wahrnimmt, weil er viel Musik gehört hat, macht auch bessere Musik. Wer Terror erfährt, neigt hirnpfysiologisch zum Terror. Wer viel und regelmäßig seine virtuellen Viren löscht, könnte sich gegen gegen diese Viren, die Gedankenfehler fortschreitend schneller und leichter immunisieren.

Und eigentlich hat uns das ähnlich schon Freud erzählt, wenn auch ohne die neurophysiologischen Einzelheiten. Als vor hundert Jahren Freuds "Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie" erschienen, war der Skandal vorprogrammiert. Sein Blick auf das menschliche Sexualleben wurde zum Inbegriff des Schocks, der zu Recht als Signum der Moderne bezeichnet worden ist. Denn Freuds kleine Schrift führte den Nachweis, dass inmitten unserer Zivilisiertheit und kulturellen "Normalität" ein unkultiviertes, vielleicht sogar unkultivierbares Antriebs- und Verhaltenspotenzial liegt; dass zum Sexuellen die vermeintliche Abweichung von der Normalität gehört und die selbstgewisse Unterscheidung von männlich und weiblich, von hetero- und homosexueller Objektwahl so wie die Verleugnung infantiler Sexualität nichts als konformistische Beschwörungsformeln einer scheinheiligen Gesellschaft sind. Dass menschliche Sexualität nichts "Biologisches", nichts nach irgendeinem Schöpfungsplan oder einer physiologischen Blaupause Feststehendes und Programmirtes ist, sondern etwas,

was jedem Einzelnen sozial eingeschrieben wird.

Diese Idee, dass es nichts Feststehendes gibt, dass sehr vieles verlernbar, umlernenbar, neulernenbar sein könnte, hat mich schon früh fasziniert. Doch ich hatte auch den Eindruck, dass das nicht allein im Kopf stattfindet. Im Laufe der Jahre habe ich mir einige Techniken angeeignet, die mir ein gute Körperwahrnehmung ermöglichen. Ich kann mich und andere Menschen, wenn sie sich krank fühlen, effektiv unterstützen, in dem 'kranken' Bereich ihres Körpers die alten Drachen, Erinnerungen oder Erlebnisse und das 'Gift', das sie 'geschluckt haben', die sozialen Bedingungen wiederzuerkennen. Das können sie als ihre eigene Kraft dort lösen und in ihr Herz nehmen. Sie können sich das nicht aneignen als Besitz, sondern können es nun wahrnehmen als ihr veränderbares Sein. Aber diese historische Sicht zeigte mir auch, dass ich hier mich in meinen Bedingungen einschränke, als der gelernte Ingenieur hantiere. Wie viel gibt es noch zu entdecken! Wie groß ist mein Unwissen II. Ordnung!

6.2 Verstand

Von vielen Menschen, die sich mit esoterischem Gedankengut befassen, insbesondere solchen, die Erleuchtungsschulen folgen, wird der Verstand beschrieben als der Behinderer, wie eine fremde Macht von außen. Er unterjocht den Strebenden und lenkt ihn planmäßig ab und hält ihn in den Niederungen des "Ego". Es heißt auch, der Verstand sei das Ego, zumindest sein Werkzeug. Deshalb gilt es, das Ego und den Verstand hinter sich zu lassen, gar, sie zu zerstören.

Aus meiner amicativen Weltsicht kann das nicht richtig sein. In den "12 Grundlagen amicativer Lebensführung"¹⁵⁴ sagen wir

1. Selbstliebe

Jeder Mensch kann sich lieben, so wie er ist. Diese konstruktive Sicht auf sich selbst kommt aus dem Lebenswillen und wird durch nichts und niemanden in Frage gestellt. Selbstliebe ist ohne Egoismus und von Nächstenliebe umgeben.

2. Vollwertigkeit

Ein jeder ist von Anfang an ein vollwertiger Mensch. Niemand muss an sich arbeiten, sich verbessern, erziehen, um ein »richtiger« oder »besserer« Mensch zu werden, denn ein jeder ist zu jedem Zeitpunkt seines Lebens ein vollwertiger Mensch. Man kann sich jederzeit verändern: dies geschieht stets auf dem Hundert-Prozent-Plateau der Vollwertigkeit und Selbstliebe.

3. Selbstverantwortung

Menschen werden mit der Fähigkeit geboren, für sich selbst verantwortlich zu sein und das eigene Beste selbst wahrzunehmen. Dies ist keine Anlage, die sich erst im Laufe des Großwerdens entfalten muss, sondern eine Fähigkeit, die von Anfang an uneingeschränkt da ist. Die Selbstverantwortung geht niemals wirklich verloren, was im Leben auch geschehen mag.

Verstand als der Behinderer, das kann auch nicht richtig sein, wenn wir aus den Grunderfahrungen von Medizin, Neurobiologie und Forschungsergebnissen der kognitiven Psychologie zur Kenntnis nehmen, dass der gesunde Organismus sich stets in einem Optimum zwischen den äußeren und den inneren Bedingungen hält. Nützliches wird ausgebaut, Unnützes wird abgebaut. Wir wissen auch viel über die geradezu unglaublichen Anpassungsleistungen in den ersten Lebensjahren. Und in dieser Zeit wird ja die Basis für das Weltbild dieses Menschen geschaffen mit den Gegebenheiten, in die er hinein geboren ist.

Es gibt viele Werkzeuge, um das Wirken des Verstandes noch im Verstand zu untersuchen. Dafür bedarf es auch einer gewissen Einsicht, was dieser Verstand denn überhaupt sei, was er verkörpert. Warum ist er ein so mächtiger Behinderer? Das ist eine sehr alltagspraktische Frage

154 http://www.amication.de/grundlagen_amicativer_lebensfuehrung.HTM (Stand: 8/2008)

und eine, die jeder Untersuchung über jede Art von Stress zugrunde liegen könnte. Die übliche Frage bei vielen Untersuchungen "könnte dieser Gedanke auf eine ganz alte Geschichte hinweisen", deutet ja schon an, dass der so Fragende eine Ahnung davon hat, was der Verstand da aus seinen alten Speichern hervorgeholt habe.

Bei Daniel Herbst¹⁵⁵ wird das Wirken des Verstandes u.a. so beschrieben:

... Der Verstand wartet auf einen Zug, der nie kommen wird. Tatsächlich fährt der Zug durch die Ewigkeit. Die Ewigkeit wird sich dir erschließen, wenn du bemerkst, dass du im Zug sitzt. Gerade ist der Zug hier (Raum) und er fährt jetzt (Zeit). Daran wird sich niemals etwas ändern ... Der uneinsichtige Verstand kann das nicht einsehen. Er wird alles unternehmen, um dich aus dem Zug zu holen. Er will dich auf sein Gleis setzen. Wenn er dieses Vorhaben nicht aufgibt, wird er scheitern.

Das Leben stellt für den Verstand immer wieder eine Bedrohung dar. Ständig wird er daran erinnert, dass er den Lauf der Dinge nicht beherrscht. Solange er nicht erkennt, dass er sich nicht über die Begrenzungen seiner selbst erheben kann, wird er das, was er in sich selbst erlebt, für die Wirklichkeit halten. Das ist das Schicksal des uneinsichtigen Verstandes. Er hält die Realität für Theorie und sich selbst, ein durch und durch theoretisches Konstrukt, für die Realität. Diesen offen-sichtlichen Wahnsinn kann (und will) der ganz in sich abgeschlossene Verstand nicht erkennen.

Was hat dein Verstand mit dir zu tun?

Was hat dein Verstand mit dir zu tun? - Da ist so viel, was er für dich getan hat. Er hat dich dein ganzes Leben lang beraten. Damit war er dir näher als nah. Er ist dir mehr als Mutter und Vater gewesen. Er war dir so nah, dass du ihn für dich gehalten hast. Das ist der Grund, warum du unter ihm leiden musstest. Jetzt kannst du diesen Prozess umkehren und dich deines Verstandes annehmen. Er ist weder deine Mutter noch dein Vater. Diese Rolle hat er nur spielen können, weil du ihm diese Rolle zugestanden hast.

Nimm dich deines Verstandes vorbehaltlos an. Ganz so, als ob er dein Kind wäre. Diese Rolle darfst du ihm für den Anfang zugestehen. Doch mit dieser Rolle wird er ganz und gar nicht einverstanden sein. Er war es ja, der dich dein Leben lang bevormunden durfte. Deshalb wird er rebellieren. Wenn du aufmerksam bist (und bleibst), wird die Rebellion nicht allzu lange anhalten. Warum es überhaupt zur Rebellion kommen muss und warum sie einige Zeit in Anspruch nehmen wird, liegt daran, dass du immer wieder geneigt sein wirst, deinem Verstand Recht zu geben. Schließlich hast du dich daran gewöhnt, von ihm bevormundet zu werden.

Lasse ihn einfach so sein, wie er sich zeigen möchte. Lasse ihn in Ruhe. Schau ihn an, lerne ihn kennen, beobachte ihn. Verstehe, wer er zu sein glaubt und verstehe ganz im Besonderen, dass du seinen Glauben angenommen hast. Du hast ihn als dich angenommen und dabei niemals nachgeschaut, was du da angenommen hast. Du hast ihn machen lassen und dich seiner Herrschaft untergeordnet. Solange du glaubtest, sein Kind zu sein, hastest du keine andere Wahl.

Der Verstand wollte das Beste für dich

155 Daniel Herbst "Das lebendige Mysterium – Das Bewusstsein auf der Suche nach sich selbst"; überarbeitete Neuauflage 2007; ISBN 978-38334-1037-6; Books on Demand GmbH, Norderstedt;

Eltern erziehen ihre Kinder so, wie sie es verstehen. Sie tun ihnen in aller Regel nicht absichtlich etwas Schlechtes an. So hat es dein Verstand auch mit dir gemacht. Er hat dich wie sich selbst verstanden, und all seine Inhalte auf dich übertragen. Damit hat er nur das Beste für dich gewollt. Er hat dir all seine Vorstellungen, Wünsche und Hoffnungen gegeben, um dich zu etwas Großem zu machen. Und so sind seine Grenzen zu deinen geworden, zu ihnen sagst du "ich". Dein Verstand hat dich "bestmöglich" erzogen. Er hat es geschafft, dass du dich mit ihm voll und ganz identifizierst.

Zwischen dir und deinem Verstand gibt es ein verkehrtes Abhängigkeitsverhältnis. Während er dich glauben machen will, du hingest von ihm ab, verhält es sich genau anders herum. So wie dein Körper davon abhängig ist, dass ihm Sauerstoff, Wasser und Nahrung zugeführt wird, so hängt der Verstand natürlicherweise von dir ab. Was in Bezug auf deinen Körper Lebensgrundlage genannt wird, könnte in Bezug auf deinen Verstand Wirkungsgrundlage genannt werden. Ohne dich wäre der Verstand nicht in der Lage sich auszuwirken. Wenn du ihm alle Freiheiten an die Hand gibst, wird er dich vollkommen beschneiden. Dann benutzt er dich, um sich auszuleben.

Es ist Anfangs nicht einfach, ein Abhängigkeitsverhältnis zu durchschauen, eben weil es ein Abhängigkeitsverhältnis ist. In diesem Verhältnis wird die Abhängigkeit für selbstverständlich gehalten. Wenn du erkennst, dass du von deinem Verstand nicht abhängig bist, wird er deiner Erkenntnis nachfolgen müssen.

Dein Verstand wird zunächst nicht wollen, dass du deine Unabhängigkeit erkennst. Daher darfst du dich in diesen Fragen auch nicht an ihn wenden. Er wird sich trotzdem melden. Jetzt gilt es, hinzuhören. Du musst hören, was er dir sagt. Zuhören heißt, das Gehörte weder zu bestätigen noch abzulehnen. Durch dein Zuhören wirst du dir der Mechanismen deines Verstandes bewusst. Du wirst verstehen, wie es zu den vertauschten Rollen kommen konnte und dann wirst du die vertauschten Rollen zweifelsfrei erkennen.

Dein Verstand wird dir Versprechungen machen und versuchen, neue Hoffnungen in dir zu wecken. Er wird dich bezirzen und sich von seiner angenehmsten Seite zeigen. Wenn das keinen Eindruck auf dich macht, wird er versuchen, dich klein zu machen und deinen Dank einfordern. Er wird um sein eigenständiges Überleben kämpfen und alles versuchen, dich durch verheißungsvolle und Furcht einflößende Bilder tief zu beeindrucken. All das wirst du bemerken. Die Voraussetzung dafür ist, dass du in der Rolle des Beobachters verbleibst und dich nicht an das Beobachtete verlierst.

Dein Verstand sagt: "Es brennt!" Du hörst: "es brennt." Deine Reaktion ist - keine! - "Aha". Dein Verstand sagt: "Ich habe große Pläne." Du hörst: "ich habe große Pläne." Deine Reaktion ist - keine! Wenn du deinem Verstand auf diese Weise zuhörst, wird er immer öfter ins Leere laufen. Dann verliert er die Macht über dich. Ohne entsprechende Reaktionen ist er völlig wirkungslos.

Jedes Mal wenn du ihm nachfolgst, hat er Macht über dich. Dann wirst du zu seinem verlängerten Arm. Aber du bist kein ausführendes Organ. - Dein Verstand ist das Werkzeug. Seine Aufgabe besteht darin, dir als Orientierungshilfe zu dienen. Dafür ist er da. Er wurde nicht dazu erdacht, dir vorzustehen. Er kann dir die äußere Welt erschließen und wenn er das tut, dann ist er ein äußerst dienliches Werkzeug. Solange du dir den Aufgabenbereich des Verstandes nicht bewusst gemacht hast, wird er seine Bewegungsfreiheit nutzen und dich immer wieder ins Chaos stürzen. Jemand, dem du das ganze Haus überlässt, wird nicht mit der Werkzeugkammer vorlieb nehmen.

Der einzige Raum, den der Verstand in seine Richtung zwingen kann, ist der menschliche Körper. Er dient ihm als Wohnstätte. Während das gesamte Universum von Bewusstsein erfüllt ist, ist die Wohnstätte des Verstandes auf den individuellen Körper begrenzt. ...

Wenn der Verstand gelernt hat, sich selbst zu reflektieren, wird er an den Platz zurückfallen, den er in Wahrheit niemals verlassen hat. Dann wird er ohne jeden Stolz wie ein kleines Sternchen am Nachthimmel funkeln und sich gut aufgehoben fühlen. Dann strahlt das Sternchen zu seiner eigenen Freude und nicht mehr, um sich in den Vordergrund zu leuchten. Und plötzlich wird alles hell ...

Erstmal, ich finde die Vorschläge von Herbst, wie ich mit meinem Verstand umgehen könnte, sehr hilfreich, ja, großartig. Doch zeigt mir Herbst noch etwas anderes. Vordergründig geht es um die Beziehung des Suchenden zu seinem Verstand. Doch was beschreibt Daniel Herbst eigentlich? Ich habe das tausend Mal in FMK-Veranstaltungen schon gehört. Er benutzt fast dieselben Wörter für das Wesen und Wirken des Verstandes wie die vielen Menschen, die die liebende und natürlich unbedingt notwendige Erziehung von Eltern beschreiben. Alles Adultismus¹⁵⁶, eine ziemlich unbekannte Art der Unterdrückung, nämlich die Urerfahrung aller Arten von Unterdrückung. Herbst zeigt die Wirkung des adultistischen Umgangs der Eltern mit dem Kind. Er zeigt, was passiert, wenn dieser Säugling, dieses Kind, dieser als vollwertiger Mensch Geborene, nicht als Mensch sondern als Säugling, als Kind behandelt wird. Wenn man in google nachschlägt unter Rassismus kommen 2.440.000 Stichworte, 280.000 für Sexismus und nur 539 für Adultismus - weltweit, nicht nur Seiten auf Deutsch.

Dabei ist Adultismus, die Unterdrückung von Menschen, weil sie noch nicht "erwachsen" seien – und das kann schon ein Heiteitei-Streicheln über den Kopf eines Säuglings durch Fremde im Supermarkt sein –, die Grundlage, die Urerfahrung für alle Arten von Unterdrückung. Einen Menschen, oder schlimmer, sich selbst, für "erziehungsbedürftig" zu halten, entspringt dieser Urerfahrung. All das Reden der Erleuchtung Suchenden über den bösen Verstand ist Sublimierung der Auseinandersetzung mit den adultistischen Eltern in ihren Hinterköpfen. Und wenn jemand so negativ, ja, verächtlich, spricht über den eigenen Verstand, also ein ganz persönliches Wesensmerkmal, ein Teil des eigenen Körpers, dann scheint mir das internalisierte Unterdrückung zu sein. Die Idee, "Verstand, der Behinderer", ist untersuchbar und veränderbar zu "Verstand, mein Werkzeug zum guten Funktionieren in der Welt"!

Wie Willy Lomans Frau in Arthur Millers Drama "Tod eines Handlungsreisenden" sagt: "Es muss aufgepasst werden!". Man stelle sich einen seiner selbst bewussten Organismus vor im Gegensatz zu einem, dem ein solches Bewusstsein fehlt. Der selbstbewusste Organismus ver-

156 <http://www.adultismus.de/wasist.shtml> (Stand: 10/2008)

fügt über einen Anreiz, auf Alarmsignale zu achten, die das Kopfkino liefert: Er kennt etwa den Schmerz, den die Berührung einer heißen Herdplatte verursacht, und wird in Zukunft dergleichen "bewusst" vermeiden. Die Evolution des Selbst belohnt Bewusstsein, da es offensichtlich einen Überlebensvorteil darstellt.

Dieser Säugling will überleben in dieser Gruppe, in die er hinein geboren ist. Also passt er sich dem an, was diese von Erzogenen Erzogenen, Patriarchat seit wohl 6000 Jahren, von ihm erwarten – er füllt sein Bewusstsein mit sollte, hätte, wäre, müsste, könnte, mit darf nicht, kann nicht, will nicht soll aber und trennt sich damit von der angeblich gefährlichen Welt und dem angeblich gefährlichen Selbst. Das Eigene des Kindes wird durch das Fremde der Eltern ersetzt. Der 'unreife' Wille des Kindes, seine tiefe Menschlichkeit, überzieht sich vor dem Elternwillen mit Raureif und wird zur Angst.

So wie der junge Mensch von seinen erzogenen Erziehern und den meisten Erwachsenen als Säugling, als Kind behandelt wird, nicht als vollwertiger, von Geburt an vollwertiger Mensch, so wird auch der Verstand dieses Menschen sich einspüren auf die Angst vor Nichtvollständigkeit und, konsequent, daraus die Gier nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung entwickeln. Dieser Mensch spürt sich ein, klug und selbstverantwortlich mittels seines bildsamen Verstandes zum Ich-sollte-Mensch.

Der Verstand ist ein Werkzeug, dass durch Benutzen schärfer wird, insbesondere in der Richtung, wohin, und der Weise, wie es benutzt wird. Genau das und nicht mehr macht der Säugling in seiner unglaublichen Anpassungsfähigkeit. Das macht jedes Gehirn bis zum Tode; es kann nicht anders als ununterbrochen zu lernen. Und genauso kann ich diese für mich heute schädliche Anpassungsleistung auflösen, indem mich schärfe, jeden Stress machenden Gedanken bis hin in meine vorsprachlichen Lebenserfahrungen zu untersuchen. Das ist kein Kampf gegen die Übermacht des Verstandes sondern Neugier für meine von mir und für mich erlernte Weise, in der Welt zu funktionieren. Damit kann ich mich zurückführen in einen lebensfreundlichen Gebrauch meines Verstandes. Diese Fähigkeit wird nicht alsbald dann wieder erscheinen – aber ich kann mich dafür bereit machen. Das ist eine Entscheidung, in jeder Sekunde neu. So kann ich alles lieben, was ist.

Wir können fast alle Sätze, die über den Verstand oder das "Ego", das "Ich" gesagt werden von Menschen, die über Erleuchtung schreiben, verstehen als Beschreibung der Wirkung dieser wohlmeinenden, liebenden, erziehenden Eltern, tausend Mal in FMK-Veranstaltungen schon ge-

hört. Der Verstand ist zwar weder deine Mutter noch dein Vater, aber er funktioniert und argumentiert so wie sie. Und alles, was Daniel Herbst beschreibt als Vorgehensweisen, die den Verstand wieder in sein eingeborenes Feld zurückbringen sollen, ist grundsätzlich geeignet, auch uneinsichtige Eltern zurück in ihre eigentliche Funktion zu führen, achtsame Unterstützer des jungen Menschen zu sein.

Dabei geht es nicht um die Eltern! Es geht um mich, um meine Identität, die ich verdeckt hatte durch die Identifizierung mit den frühen Zentralsozialpartnern, z.B. den Eltern. Denn "mein" Verstand, das ist keine unheimliche Macht im Außen. Er ist "ich", meine früh gesammelten Vorstellungen davon, wie die Welt "wirklich" sei. Und Vorstellungen, diese virtuellen Ansichten und Gegebenheiten lassen sich ändern indem ich sie untersuche.

Habe ich meinen Kreislauf von internalisierter, adultistischer Unterdrückung erkannt, dann kann ich zurückkehren in das Bewusstsein meiner unveräußerlichen Selbstliebe, Vollwertigkeit und Selbstverantwortlichkeit, kann wieder Gott in mir erkennen. Gott¹⁵⁷ wartet geduldig, immer, leise – dafür hat er uns mit der Vorstellung eines freien Willens beschenkt.

157 Ich verwende das Wort "Gott" nicht so gern, weil es durch die religiösen Fundamentalisten besetzt ist mit ihrem Bild vom alten Mann, der im Himmel auf Rache sinnt und alle bestraft, die nicht dauernd von ihm reden und keinen Fischchen-Kleber ans Auto patschen. Aber letztendlich spielt es ja keine Rolle, wie man dieses Etwas nennt, von dem die Bibel bekanntlich sagt, dass man sich kein Bildnis machen solle. Nennen wir's also "Universum", "Leben", "Alles-was-ist", oder meinetwegen auch "Sepp". Diese höhere Intelligenz braucht meiner Meinung nach keine speziellen Häuser und auch keine Männer mit Ornaten und staatlichen Gehältern. Das kann nur eine Erfindung von machtgerigen Menschen sein, die Gott noch nie erfahren haben. Und daher rufe ich jeden auf, der derselben Meinung ist, aus den Kirchen auszutreten und diesen Machtapparaten Einhalt zu gebieten.

6.3 Gehirn und Geist

In Kapitel 4, den Abschnitten Wahrnehmen, Objektivität und Modelle habe ich deutlich gemacht, dass alles Wahrnehmen in die Irre führen *muss*, dass keine Objektivität letztlich möglich ist und dass alle diese klugen Ideen nur Modelle darstellen können. In meinen Modellen von Welt haben Geist und Seele durchaus Platz, ja, ich fühle mich damit wohler als ohne. Und ich kenne zu viele Menschen und habe wie diese selber zu viele konkrete Erfahrungen gemacht mit "Geistern", "Engeln" und anderen Formen nichtmaterieller, nichtlokaler Wirklichkeiten als dass ich dergleichen ausschließen könnte.

Aber es ist auch von mir zu achten: Unsere Gesellschaft ist verliebt in triviale-Maschinen-Modelle und in Warum-Fragen. Es scheint wenige zu stören, dass diese Art zu fragen stets in einem "weil" oder "um zu" landet, das ohne Ende weitergeführt werden kann, wo jede Antwort nur zu neuen Fragen führt bis zu Adam und Eva, bis zum Urknall. Besonders die Anhänger des Naturalismus (real ist nur, was man anfassen kann) kommen dadurch nicht heraus aus dem Dualismus von Teilchen und Welle, der seit den Erkenntnissen der Quantenphysik nicht mehr ausgeblendet werden darf.

Wenn die Menschen "intelligente" Maschinen schaffen oder sich selbst sich als solche vorstellen, dann deshalb, weil sie insgeheim an ihrer Intelligenz verzweifeln oder weil sie unter der Last einer gewaltigen und nutzlosen Intelligenz zusammenbrechen: Sie bannen sie gewissermaßen in Maschinen, um so mit ihr spielen oder über sie lachen zu können. Die Intelligenz den Maschinen zu überlassen, das heißt im Grunde genommen zu versuchen, sich von der Verantwortung des Wissens zu befreien — so wie durch die Tatsache, dass wir es den Politikern überlassen, uns zu regieren, wir uns glauben machen, dass sie uns von der Verantwortung der Macht befreit.

Was kann ich denn von den Gehirnphysiologen erfahren? Die "Maschine" Gehirn ist eine, die sich selber durch ihren Gebrauch ändert. Gebrauch erzeugt Spuren. Spuren werden weiter benutzt, auch wenn sie nicht mehr genau zur neuen Situation passen. Gehirn ist nicht für das Merken von Einzelheiten gebaut, denn was nutzen mir morgen die Zufälle von gestern. Das Gehirn ist keine Festplatte. Es ist besser. Es dampft die Zufälle ein auf ihr Gemeinsames. Es abstrahiert ununterbrochen Regeln anhand von einzelnen Erfahrungen. Die Regeln speichert es in 'kortikale Landkarten' und es extrahiert aus diesen Karten neue kortikale Landkarten und verarbeitet so alles Geschehen auf immer komplexere Weise. So

können wir z.B. mit einer begrenzten Zahl von Wörtern unbegrenzt viel sagen.

Gehirne lernen immer. Sie können nichts anderes. Und sie nutzen dabei die Spuren und die Karten und die 'Vorbahnung'. Es gibt viele Untersuchungen über die Auswirkungen von Vorbahnung, also wie das eben Vorhergehende auf das gleich Folgende wirkt. Zeigt man der Versuchsperson Bilder aus Bibliotheken, dann redet sie leiser. Zeigt man ihr Bilder von Geld, dann macht sie sich einsam.

Natürlich werden auch Einzelheiten gelernt. Hand auf heißer Herdplatte ist sowas. Lernen geht manchmal ganz schnell mit Emotionen, guten und schlechten. Wenn eine Lernsituation mit Angst oder Wut verbunden ist, kriegt das Gelernte den Stempel "lebenswichtig" oder "Ungünstig – ist zu vermeiden" oder "Hier kämpfen oder flüchten" und wird im Mandelkern gespeichert. Jedes Mal, wenn Vergleichbares geschieht, wird dieser Sinneseindruck so abgestempelt und kommt so vorprogrammiert im Bewusstsein an. Das schließt Kreativität aus! So können auch neutrale Bewusstseinsinhalte so sehr vorbelastet sein, dass jede Problemlösekompetenz ausgeschlossen ist.

Wird ein Erlebnis als angenehm empfunden, feuern bestimmte Neuronen und es werden körpereigene Opiode im Frontalhirn ausgeschüttet. Das primäre Ziel dieser Aktivierungen liegt, so die Forscher, darin, dass wir das lernen, was für uns gut ist. Das Glücksempfinden ist dabei quasi nur ein Nebeneffekt.

Für das Glücksempfinden ist ein bestimmter Kern zuständig, Nucleus Accumbens. Der ist ein Element des eingebauten Belohnungssystems, das, wer hätte das gedacht, mit Drogen arbeitet. Der Nucleus Accumbens verarbeitet z.B. Alkohol und Rauchen zu Glücksgefühlen - aber auch, und hier haben wir ein Problem, Geld. Geld stellt offenbar für den Nucleus Accumbens einen ähnlichen Anreiz dar wie Sex oder Kokain. Das erklärt, warum Geld weitaus mehr Bedeutung usurpiert hat als ihm auf Grund seines Tauschwertes zukäme¹⁵⁸

Es kann denn sehr spannend sein, den Gedankengängen der Neurobiologen durch das Gehirn bis zum Geist zu folgen. Ich jedenfalls zweifle nicht, dass die neurale Grundlage des "Kopfkinos" letztlich doch zu identifizieren ist. Auf "Kopfkino" reduziert Damasio sein Verständnis vom Begriff "Geist", den er dazu noch unhinterfragt gleichsetzt mit "Bewusstsein" und

158 In "Funktion des Menschen ist Selbstbestimmung - Manfred Spitzer" NDR Kultur, Sonntagsstudio 25.11.2007, 20:00:00 - 21:55:00 Uhr. Vgl.: Manfred Spitzer: "Selbstbestimmen – Gehirnforschung und die Frage: Was sollen wir tun?", Spektrum Akademischer Verlag, ISBN-Nr. 3-827-41489-x.

der für ihn nur ein "Homunkulus"¹⁵⁹ ist, obwohl offensichtlich nur die Entstehung eines Ich- oder Selbstgefühls gemeint ist (vgl. 7.6 Das Ich untersuchen). Doch das löst nicht die Frage nach dem doppelten Ursprung des Menschen als Körper- und als Seelenwesen. Und diese Frage ist, aus ganz anderer Sicht, ein zentraler Kern des Zen. (Vgl. 5.1 Befriedung)

In "Spektrum der Wissenschaft" Dossier: "Grenzen des Wissens"; 2/2002, schreibt der Neurologe Antonio R. Damasio u.a. über Geist und Bewusstsein:

Auch nach der Jahrtausendwende beherrscht vor allem eine Frage die Biowissenschaften: Wie entsteht das, was wir als Geist oder Bewusstsein bezeichnen, aus der Aktivität des Körperorgans Gehirn? Die Frage ist keineswegs neu. Sie ist in der einen oder anderen Form seit Jahrhunderten immer wieder aufgeworfen worden. Neuerdings hat das Problem sowohl Experten — Neurowissenschaftler, Kognitionswissenschaftler und Philosophen — wie auch andere beschäftigt, die über den Ursprung des Geistes, speziell des Ich-Bewusstseins nach grübeln.

Das erste Dilemma betrifft die Sichtweise, die wir einnehmen müssen, um das bewusste Erleben in seiner Beziehung zum Gehirn zu untersuchen. Jeder kann jedermanns Körper und Gehirn beobachten. Es gibt Instrumente, die inzwischen sogar in Echtzeit die magnetischen, elektrischen und die metabolischen Vorgänge im Hirn sichtbar machen und so aus deren Beziehungen und Abläufen auf einen Reiz hin Schlüsse zulassen. — Doch das Bewusstsein ist nur seinem Besitzer zugänglich.

Mehrere Individuen können über denselben Körper oder dasselbe Gehirn dieselben überprüfbaren Beobachtungen¹⁶⁰ anstellen, aber keine Person hat einen vergleichbaren Einblick in das Bewusstsein irgendeiner anderen. Körper und Gehirn sind öffentlich zugängliche, äußerliche und

159 Homunkulus [lateinisch »Menschlein«], in Goethes »Faust II« ein vom Famulus Wagner nach der von Paracelsus gegebenen Anleitung in der Retorte erzeugter Mensch.

160 Es gibt inzwischen einiges an Instrumenten, mit denen elektrische, magnetische und chemische Aktivitäten im inneren Gehirn sichtbar gemacht werden können und so das Geschehen vom Eintreffen eines Reizes bis zu seinen Auswirkungen beobachtet werden kann. Diese sichtbaren Vorgänge weisen auf elektrische und chemische Veränderungen im Hirn. Sie sind nicht "das" Denken und sagen gar nichts über Bewusstsein, gar Geist oder Seele. Grundsätzlich setzt heute die neurobiologische Untersuchung des Gehirns auf drei verschiedenen Ebenen an. Die oberste erklärt die Funktion größerer Hirnareale. Die mittlere Ebene beschreibt das Geschehen innerhalb von Verbänden von hunderten oder tausenden Zellen. Und die unterste Ebene umfasst die Vorgänge auf dem Niveau einzelner Zellen und Moleküle. Bedeutende Fortschritte bei der Erforschung des Gehirns gibt es bislang nur auf der obersten und der untersten Ebene, nicht aber auf der mittleren. Es ist überhaupt nicht klar, wie man dies mit den heutigen Mitteln erforschen könnte. In dieser Hinsicht befinden wir uns gewissermaßen noch auf dem Stand von Jägern und Sammlern. (Das Manifest der Hirnforscher, Gehirn&Geist 6/2004)

eindeutig objektive Entitäten. Das Bewusstsein ist privat, verborgen, innerlich und eindeutig subjektiv.

Die Sprache hat dem Geist die Möglichkeit verschafft, Wissen logisch zu ordnen und zu manipulieren, und dadurch können wir Beobachtungen als wahr oder falsch einordnen. Wir sollten bescheiden sein, was unsere Fähigkeit zur vollkommenen Selbsterkenntnis anbetrifft. Aber zu kapitulieren, bevor wir wenigstens den Versuch dazu unternommen haben, würde der Feststellung von Aristoteles widersprechen, dass die Neugier des Menschen, etwas über sein eigenes Wesen zu erfahren, unstillbar sei.

Um die Rätsel von Geist und Bewusstsein zu lösen, schlägt Antonio Damasio vor, das Problem in zwei Teile aufzuspalten. Erstens geht es darum, wie wir das hervorbringen, was er "Kopfkino" nennt. Mit der Metapher "Kino" meint er die integrierte und vereinheitlichte Gesamtheit verschiedenartiger sinnlicher Bilder — visueller, auditiver, taktiler, olfaktorischer und anderer —, die sozusagen die Multimedia-Show ausmachen, die er "Geist" nennt, die ich jedoch in diesem Text als "Ich-Bewusstsein" für meinen Zweck treffender glaube zu bezeichnen.

Die zweite Frage betrifft das Ich oder Selbst: Wie erzeugen wir automatisch das Gefühl, dass wir die Besitzer des Kinos im Kopf sind? Die beiden Teile des Problems hängen zusammen, wobei das zweite im ersten steckt. Sie zu trennen ist eine nützliche Forschungsstrategie, denn jedes erfordert eine separate Lösung.

Das gegenwärtige Forschungstempo in den kognitiven Neurowissenschaften und die schiere Masse eindrucksvoller Fakten werden wohl viele Zweifler überzeugen, dass die neurale Grundlage des "Kopfkinos" letztlich doch zu identifizieren ist. Aber die Skeptiker werden sich nach wie vor gegen die Einsicht sträuben, dass auch der zweite Teil des Bewusstseinsproblems lösbar ist: die Entstehung eines Ich- oder Selbstgefühls. Zwar gibt Damasio gern zu, dass die Antwort auf diese Frage keinesfalls leicht ist; dennoch ist eine mögliche Lösung vorgeschlagen worden, und eine Hypothese wird geprüft. Hier nennt Damasio das treffend "Ich- oder Selbstgefühl", nicht "Geist"!

Der Hauptgedanke hinter seiner Hypothese beruht auf der einzigartigen Fähigkeit des Gehirns, etwas abzubilden oder zu repräsentieren. Zellen in der Niere oder der Leber erfüllen ihre jeweiligen Aufgaben, ohne andere Zellen oder Körpervorgänge zu repräsentieren¹⁶¹. Doch Hirnzellen leisten genau dies: Sie repräsentieren Zustände oder Ereignisse, die an-

161 (Zumindest scheint das so aus unserer derzeitigen Kenntnis des Kopfhirns. Wie das für das Bauchhirn aussieht ist bislang ganz überwiegend unerforscht.)

derswo im Körper stattfinden. Sie sind so konstruiert, dass sie quasi von etwas anderem handeln. Sie sind geborene Kartographen der Geographie des Körpers und der Ereignisse, die darin stattfinden und von außen auf ihn einwirken.

Das viel zitierte Mysterium des "intentionalen" Bewusstseins — seiner Fähigkeit, innere Emotionen *und* äußere Gegenstände abzubilden — erweist sich als gar nicht geheimnisvoll. Die philosophische Verzweiflung, die diese Hürde der "Intentionalität"¹⁶² umgibt, löst sich auf, so meint Damasio, wenn man das Gehirn mit den Augen Charles Darwins betrachtet: Die Evolution hat ein Gehirn geschaffen, das den Organismus unmittelbar und die Außenwelt, zu der er in Beziehung tritt, mittelbar zu repräsentieren vermag.

Die natürliche Intentionalität des Gehirns führt uns zu einer weiteren anerkannten Tatsache: Das Gehirn verfügt über Vorrichtungen, die das Leben des Organismus so regeln, dass das für dessen Fortbestehen unverzichtbare innere chemische Gleichgewicht zu jeder Zeit aufrecht erhalten bleibt. Diese Vorrichtungen sind weder hypothetisch noch abstrakt; sie sind im Kern des Gehirns lokalisiert, im Hirnstamm und im Hypothalamus. Dieselben Vorrichtungen bilden notwendigerweise die sich laufend verändernden Zustände des Organismus ab. Mit anderen Worten: Das Gehirn verfügt über natürliche Mittel, um den Aufbau und Zustand des gesamten lebenden Organismus einschließlich der Einwirkungen von außen, so wie das Gehirn diese interpretiert, zu repräsentieren.

In vereinfachter Form besagt Damasio's Vermutung, dass das Gehirn Strukturen nutzt, die dem Abbilden sowohl des eigenen Körpers als auch der Außenwelt dienen, um eine neue Abbildung zweiter Ordnung zu erstellen. Diese zeigt dann an, dass der Organismus, so wie er im Gehirn repräsentiert ist, sich in Interaktion mit einem Objekt befindet, das ebenfalls im Gehirn abgebildet ist. Die Abbildung zweiter Ordnung ist keine Abstraktion; sie findet in neuralen Strukturen wie Thalamus und Cingulum statt.

Ein solcherart umgemünztes Selbst-Wissen fügt der sich entwickelnden Geistestätigkeit wichtige Informationen hinzu. Insbesondere stellt es innerhalb der Geistestätigkeit die Information dar, dass der Organismus der Eigner des mentalen Vorgangs ist. Es beantwortet spontan eine nie gestellte Frage: Wem geschieht dies? Auf diese Weise wird im Akt des Wissens ein Ich-Gefühl erzeugt, das die Grundlage der für bewusstes Er-

162 Intentionalität: Die Lehre von der Ausrichtung aller psychischen Akte auf ein reales oder ideales Ziel; intentional = zielgerichtet, zweckbestimmt

leben charakteristischen subjektiven Perspektive bildet.

Aus evolutionstheoretischer Sicht wird klar, warum ein solches Selbst-Bewusstsein vorteilhaft ist. Wie Willy Lomans Frau in Arthur Millers Drama "Tod eines Handlungsreisenden" sagt: "Es muss aufgepasst werden!". Man stelle sich einen seiner selbst bewussten Organismus vor im Gegensatz zu einem, dem ein solches Bewusstsein fehlt. Der selbstbewusste Organismus verfügt über einen Anreiz, auf Alarmsignale zu achten, die das Kopfkino liefert: Er kennt etwa den Schmerz, den die Berührung einer heißen Herdplatte verursacht, und wird in Zukunft dergleichen "bewusst" vermeiden. Die Evolution des Selbst belohnt Bewusstsein, da es offensichtlich einen Überlebensvorteil darstellt.

Halten wir uns die Kino-Metapher vor Augen, so besteht Damasio's Lösung des Bewusstseinsproblems darin, dass das Ich-Bewusstsein beim Wissenserwerb innerhalb des Films selbst entsteht. Bewusstsein von sich selbst ist Teil des Films und erzeugt zugleich das Gesehene und den Sehenden, den Gedanken und den Denker. Der Neurologe Damasio folgert: Es gibt im Kopfkino keinen separaten Zuschauer. Die Idee des Zuschauers wird innerhalb des Films konstruiert, und kein geisterhafter Homunkulus spukt in einem Zuschauerraum herum. Objektive Hirnvorgänge weben die Subjektivität des bewussten Geistes aus dem Stoff der Sinnesabbildungen. Und weil die fundamentalsten Sinnesabbildungen sich auf Körperzustände beziehen und als Gefühle imaginiert werden, entsteht das Ich-Erleben beim Wissenserwerb als ein besonderes Gefühl — als ein Gefühl dafür, was in einem Organismus vorgeht, der gerade mit einem Objekt wechselwirkt.

Manche Beobachter fürchten vielleicht, etwas so Kostbares und Ehrwürdiges wie der menschliche Geist würde durch Aufklärung seiner materiellen Struktur degradiert oder gänzlich zum Verschwinden gebracht. Doch die biologische Erklärung der Ursprünge und der Arbeitsweise des Geistes wird ihn nicht abschaffen; wir können vielmehr die ihm entgegengebrachte Ehrfurcht auf die erstaunliche Mikrostruktur des Organismus erweitern sowie auf die ungeheuer komplexen Funktionen, mit denen diese Struktur den Geist zu erschaffen vermag. Indem wir das Bewusstsein auf einer tiefer liegenden Ebene verstehen, werden wir in ihm das komplexeste biologische Phänomen überhaupt sehen und nicht ein undurchschaubares Mysterium. Der Geist wird seine Erklärung überstehen — so wie eine Rose auch dann noch lieblich duftet, wenn die molekulare Struktur ihrer Duftstoffe analysiert worden ist. ..." Soweit Damasio.

Heraklit sagte, Du kannst nicht zweimal in den selben Fluss steigen.

Auf das Fließen des Wassers geschaut, ist das nur die halbe Wahrheit. Denn jeder momentanen Erfahrung folgen neue Assoziationen, psychologische, neurophysiologische, biochemische Neuorganisationen und Synthesierungen. Deshalb die andere Hälfte der Wahrheit: wenn ich das nächste Mal zu diesem Fluss kommen werde, bin ich ein anderer und sehe ich ihn mit anderen Augen.

Das Hirn ist ein soziales Organ, besonders in Hinblick auf das Zusammenwirken seiner Teile. Es ist ein plastisches System mit gegenseitiger Synchronisierung, das sich mit jeder Erfahrung strukturell und funktional oft schon innerhalb Sekunden verändert. Auf der anderen Seite steht das Numinose — die originäre Spiritualität mit der Faszination für eine zugleich Vertrauen und Schauer erweckende Macht — für mich, erstmal ganz platt, die erfahrbare Wellennatur von allen Dingen, auch meinem Leib – ernsthaft, in aller Platitude: "Spiritualität" entpuppt sich leicht als dünner Lack, der sich durch Esoterik schnell auflöst. Mag ich dies zusammen ernst nehmen, schaffe ich mir eine Atmosphäre von wunderbarer Empfindsamkeit, von Neugierde nach innerer Forschung und Heilung. Ein Weg, der mir einen freien, inneren Raum schafft, der mir Entscheidungskompetenz und Handlungskompetenz anbietet, der mir ermöglicht, diesen ständig flimmernden Fernseher im Kopf abzuschalten, ihn zumindest zu reduzieren auf seinen eigentlichen Zweck: "Es muss aufgepasst werden!". Im Hier und Jetzt — was wohl als Nächstes kommt.

Wer ist der Wissende und wer der Denkende, was tut der Geist und was das Hirn? Meditieren wir mit unserem Geist oder mit unserem Gehirn?

Eine andere Antwort als Damasio geben viele Religionen und Philosophen¹⁶³ seit Jahrtausenden: Wir meditieren mit unserem Geist. Es gibt nur einen Geist, für die Religionen "Gottes" Geist; woanders in diesem Text nenne ich dies das Höhere Selbst, den göttlichen Funken. Gottes (wie immer Du ES, Dein Oberstes Ganzes nennst) Geist ist das Eine Wissende, das Eine Denkende. Sie glauben, Sie hätten einen abgetrennten Geist für sich selbst, und das liegt daran, dass die Gedanken, die Sie denken, das sind, was in Ihrem Gehirn als Erinnerungen an Erfahrungen Ihres Körpers oder Ihrer Gedanken gespeichert ist. Gottes Geist bewegt diese Gedanken, die Sie für Ihre eigenen halten. Sie könnten nicht denken, wenn es die motivierende Kraft Ihres Wunsches nicht gäbe.

Der Geist denkt die Ideen aus seinem Wissen in Form, indem er eine

163 In heutigen Formulierungen hier z.B. von Walter Russell "Fernstudienkurs Kosmisches Bewusstsein" www.genius-verlag.de oder www.philosophy.org

Idee in viele Teile zerlegt. Diese Teile werden durch pulsierendes Denken elektrisch in ein dreidimensionales Universum projiziert. Das Gehirn zeichnet die Gedankenform, die Symbole und andere elektrischen Vorgänge auf, aber Aufzeichnungen von Gedanken sind keine Gedanken. Das Denken ist elektrisch, aber Elektrizität ist nicht Wissen, es ist nur die antreibende Kraft für den Ausdruck von Wissen.

Anders gefragt: Was ist der Unterschied zwischen dem Geist und dem Gehirn? Ihr Gehirn ist elektrische Materie, elektrische Wellen, wie alle Materie. Weder denkt sie, noch weiß sie. Sie denken nicht *mit* Ihrem Gehirn, sondern *durch* Ihr Gehirn, indem Sie einen elektrischen Strom hindurch projizieren. In Ihrem Gehirn sind Tausende und Abertausende von Ideen aufgezeichnet, aber Ihr Gehirn weiß das Aufgezeichnete nicht. Die Intelligenz, die das gewünschte Tonband für Ihr Abspielgerät auswählt, wählt auch die gewünschte Aufzeichnung aus Ihrem Gehirn. Der elektrische Strom Ihres Wunsches aktiviert die Aufzeichnungen.

Ein guter Dokumentarfilm wird aus dem fünf- bis sechsfachen an Rohfilm zusammen geschnitten. Das Gehirn verfügt über eine viel tausendfache Menge an Rohfilm, nämlich die Eindrücken aus dem ganzen Leben. Diese Menge an Rohfilm benutzt es für jedes Filmchen, das als mein Bewusstsein von diesem Moment vor dem inneren Auge quasi dokumentarisch abläuft.

Ihr Gehirn ist ein Teil des elektrischen Mechanismus, den Ihr Körper darstellt. Seine Funktion besteht darin, Erinnerungen, Erfahrungen und Informationen aufzuzeichnen. Außerdem ist das Gehirn der zentrale nervliche Ganglionknoten des Körpers und handelt automatisch, um die Bedürfnisse des Körpers zu erfüllen oder, bei willentlichen Handlungen, dem Befehl der in ihm wohnenden Intelligenz folgend.

Das Gehirn weiß genauso wenig, was es tut, wie das Automobil weiß, was es tut oder wohin es fährt, wenn es aktiviert wird von der Intelligenz, die es steuert. Wissen ist eine Qualität des Geistes und nicht der Materie. Materie zeichnet Wissen auf, aber eine Aufzeichnung von Wissen ist so wenig identisch mit Wissen, wie ein gedrucktes Buch mit der in dem Buch dargelegten Idee identisch ist.

Jemand machte darauf aufmerksam, die Naturwissenschaft habe bewiesen, dass Gehirn würde denken, weil ein Instrument erfunden worden ist, welches im Hirn elektrische Wellenimpulse aufzeichnet. Dieses Messgerät beweist nichts dergleichen. Es beweist nur, dass, wenn der Geist denkt, ein elektrischer Strom das Gehirn durchläuft. Es beweist nur, dass jede elektrische Materie der Intelligenz gehorcht, die alle Materie antreibt.

Elektrizität ist der Diener des Geistes, aber nicht der Geist selbst.

Beobachten Sie zum Beispiel ein Telegramm, das durch einen Draht als elektrischer Strom hindurch läuft. Sie wissen, dass die in dem Telegramm ausgedrückte Idee ein geistiger Inhalt ist, ausgehend von einer Intelligenz, die jene Idee in Form dachte. Sie wissen, dass nicht der Draht diesen Gedanken denkt. Sie wissen auch, dass der Draht nur automatisch Formsymbole aufzeichnet und keinerlei Wissen darüber hat, was er tut. Auch wissen Sie, dass dem Telegramm selbst die Idee unbekannt ist, die es manifestiert, genauso wie die Bücher die Ideen und Abbildungen nicht kennen, die in ihnen gedruckt sind.

In unserem gesamten Universum haben wir es nur mit Geist und Materie zu tun. Der Geist allein kann Dinge erkennen und Dinge denken.

Materie ist elektrisch und kann Dinge nur wahrnehmen. Wahrzunehmen heißt nicht zugleich zu wissen. Das Gehirn ist aus elektrischen Schwingungen zusammengesetzt. Schwingungen gehören zum physikalischen Bewegungsuniversum. Alle Materie ist nur Bewegung — elektrische Wellenschwingungen der Bewegung. Der einzige Zweck von Materie besteht darin, Körper zu bauen und Muster, die vom Geist empfangen wurden und die von dem elektrischen Denken des Geistes in eine Formvorstellung gedacht wurden. Elektrizität ist das Werkzeug, damit die Geist-Konzepte des Schöpfers in Form gebracht werden, aber das von irgendeinem Schöpfer benutzte Werkzeug ist nicht der Schöpfer.

Die Frage noch mal anders gewendet: In welcher Beziehung stehen der Geist und das Hirn? Ihr unsichtbarer Geist hat das Zentrum seines Bewusstseins im sichtbaren Gehirn. Dieses Bewusstseinszentrum ist koordiniert mit dem Sitz der Wahrnehmung, welchem das Hirn gehorcht, wann immer Ihr Bewusstsein von ihm Handlung fordert. Es gibt Maschinen, die tausend komplexe Dinge tun, wenn durch den Willen des Geistes die Knöpfe gedrückt werden. Die Maschine addiert oder subtrahiert, druckt Zahlenreihen und summiert genauer auf, als die menschliche Maschine es tun kann. Das menschliche Gehirn hat nicht mehr Bewusstsein von dem, was es tut, als ein Computer.

Ideen und Konzepte, die Ihre Intelligenz formt, werden *durch* Ihr Gehirn zum Ausdruck gebracht, aber nicht *vom* Gehirn. Ihre Meditationen sind ein geistiger Vorgang. Sie setzen ihn auf elektrischem Wege in Materie um. Das physische Universum der Materie ist die elektrische Aufzeichnung geistiger Gedanken, aber es ist nicht identisch mit diesen Gedanken.

"Elektrizität" bezeichnet hier die Spannung, die vom Geist-Denken bei der Teilung oder Polarisierung des ruhenden Lichts in zwei gegensätzli-

che, aber sich ergänzende Zustände erschaffen wird, was im Gegenzug Bewegung auftreten lässt. "Energie" existiert im Magnetismus, während Elektrizität der Ausdruck oder die Manifestation dieser Energie ist. "Schwerkraft" und "Strahlung" bezeichnet zwei komplementäre Richtungen der elektrischen Bewegung, Gravitation ist die zentripetale, zum Zentrum gerichtet Bewegung, Strahlung die zentrifugale Richtung.

Dieses Konzept der Elektrizität von Russel erinnert an das quantenphysikalische Weltmodell von Burkhard Heim¹⁶⁴. Es ist umfassender als das der Schulwissenschaft und beinhaltet nicht nur die traditionelle Vorstellung von Elektrizität, sondern auch etwas, das als "subtile Energie" bezeichnet wird, wozu auch "Chi" oder "Qi-Energie" gehört, ein essentieller Bestandteil der östlichen Heilkunst. Wenn wir uns durch meditatives Üben in der Quelle der Energie, dem ruhenden magnetischen Licht in uns zentrieren, werden wir in der Lage sein, Chi-Energie nach Belieben zu erzeugen und zu heilen (Heil zu machen).

Nach dieser Betrachtungsweise sind Geist und Materie genau genommen unauflöslich Eins und bezeichnen gleichzeitig zwei qualitativ unterscheidbare Aspekte des vereinten Feldes von dem Geist-Materie-Kontinuum, welches das Universum ausmacht. Der Geist steht für das organisierende Prinzip, das dem Universum des Materie-Bewegung-Kontinuums zugrunde liegt. Das physische Universum ist durchtränkt mit Geist, und Geist ist immanent im physischen Universum — tzu-jan. Geist ist die materielle Stofflichkeit, aus der das Universum besteht. In dieser Russelschen Ausdrucksweise ist das Kontinuum-Universum von Bewegung-Materie aus elektrischen Gedankenwellen mit dem ruhenden magnetischen Licht des Wissens erfüllt und zentriert. Das heißt, Elektrizität ist immer magnetische Elektrizität oder elektrischer Magnetismus.

Ich kann die verschiedenen Ebenen als Parallelen sehen; alle Vor-

164 Englische Zeitungen sahen in ihm den neuen Einstein. Steht den Deutschen ein neues Weltbild bevor? fragte der Stern 1957 in einem Artikel über den fast blinden und tauben sowie Handlosen Physiker Burkhard Heim. Es sieht so aus, als könnte die Frage heute mit ja beantwortet werden. Heim vollendet Einsteins Ansätze zu einer einheitlichen Feldtheorie. Er geometrisiert nicht nur das Gravitationsfeld, sondern sämtliche physikalischen Felder. In Heims Theorie lassen sich alle Elementarteilchen als dynamische, quantisierte geometrische Strukturen angeben. In diesem 12-dimensionalen Modell umfassen die Dimensionen X 1 – X4 die Raumzeit, X5 – X8 umfassen Information und Organisation, X9 – X12 sind transzendental. Die Massen der Elementarteilchen werden sehr genau wiedergegeben, was bisher weder die String- noch die Loop-Quanten-Theorie können! Ein Urknall findet im kosmologischen Modell Heims nicht statt. Der Kosmos entwickelte sich nach Heim sehr, sehr lange nur als ein leerer Raum - als reine quantisierte Geometrie. Durch die Einführung einer aspektbezogenen Logik gelingt in Heims 12-dimensionalem Weltbild die einheitliche Beschreibung physikalischer, biologischer und psychischer Prozesse und somit die Lösung des Leib-Seele Problems. Das DESY, Hamburg, berechnete nach seinen Formeln die Werte auch der Naturkonstanten und fand Übereinstimmung mit den experimentell erlangten Werten bis in die Nachkommastellen.

gänge können erschöpfend auf jeder Ebene für sich erklärt werden. Die Prozesse funktionieren trotzdem nur im Zusammenspiel aller Ebenen (z.B. Gedanken als physiologischer Vorgang, Denken als spiritueller Vorgang). Wechselwirkungen gibt es in beiden Richtungen, wobei die höheren Ebenen stärker den Vorgang steuern als umgekehrt. Das ganze Gerede um Wellen und Ströme könnte man ziemlich langweilig finden.

Die Physik daran ist interessant, z.B. der Aspekt der Parallelorganisation der Gehirnleistung, die heute in Rechnern nachgeahmt wird, und der Aspekt der Steuerung der Assoziationen durch Resonanz, der ja auch außerhalb der Gehirnphysiologie Entsprechungen aufweist. Die spirituelle Seite der Ideenbildung ist faszinierend, für sich genommen. Interessant finde ich auch die vielen Möglichkeiten, diese Ideenbildung bewusst zu beeinflussen, z.B. Schmerz oder Angst erzeugende Gedanken aufzulösen und damit die daraus, z.B., folgende Krankheit. So lange wir nicht wissen, wie die Wechselwirkungen funktionieren (wie schafft es eine Idee aus dem metaphysischen Raum in die Gehirnprozesse, vgl. 3.2 Welche Antworten?), finde ich Spekulationen darüber ebenfalls langweilig — nicht aber, Wechselwirkungen dauernd selber zu tun.

Hierüber ist lange vergeblich geforscht worden (Prof. Bender, Lehrstuhl für Parapsychologie in Freiburg, lange her); ich denke, dass dies alles hauptsächlich deswegen keine Fortschritte macht, weil die wirklich qualifizierten Leute es sich für ihre Karriere nicht leisten können, sich damit zu beschäftigen. Wer in zwei Elfenbeintürmen gleichzeitig aus und ein geht, wird disqualifiziert; das zeichnet unseren Wissenschaftsbetrieb ja ganz allgemein aus.

Neulich habe ich in einer Zeitschrift gelesen über Gefühlsbildung: demnach wird zuerst die Sinneswahrnehmung, die Sensation, in Körperzustände umgesetzt, die daraufhin als Gefühle interpretiert werden (Herzrasen als Angst, Bauchschmerzen als Beziehungskonflikt etc.). Letzterer Vorgang ist eine kulturelle Leistung, die nicht bei jedem in gleicher Weise ankommt und die in unterschiedlichen Kulturkreisen unterschiedliche Interpretationen finden. Der Bericht zeigte, dass "gefühlssarme" Menschen die Körpersymptome eher heftiger erleben; sie können diese nur nicht als Gefühle deuten und verhalten sich daher auch nicht in entsprechender Weise. Es bleibt bestenfalls die Umsetzung des Körperzustandes in das Verhalten, wie es schon beim Tier angelegt ist

Ich neige zu der Deutung: der intellektuelle Zugang zum Problem leistet vor allem eines: Ein Problem wird als "Problem" identifiziert, es wird mit Geschichten verbunden, mit Erfahrungen und Erwartungen, daraufhin

laufen die von mir entsprechend meinen Traditionen programmierten Muster von Gefühlen ab. Das sind nicht mehr die ursprünglichen Emotionen (von lat: *emovere* = herausbewegen), die der Körper in der aktuellen Situation erzeugt und deren Energie eigentlich ausreichend sein könnten, mich aus der Situation heraus in die nächste zubringen.

Was passiert, wenn man einem Krebskranken sagt, dass er Krebs hat? Tief drinnen weiß jeder, wie es in ihm aussieht. Die sprachliche Information holt dieses Wissen nach oben und verknüpft es mit Gedanken, dem gespeicherten, dem als dazugehörig empfundenen Erleben anderer ("jetzt steht diese und jene Reaktion an — das weiß ich aus dem Fernsehen"). Solches gelerntes Denken ist unlernbar. "Diese und jene Reaktion" ist unlernbar. Was jetzt so aussieht, kann später anders aussehen, wenn man denn sich erlaubt, in die Tiefen zu schauen und neue Entscheidungen zu treffen. "Der Geist", das ist ja weder ein Homunkulus im leeren Zuschauerraum noch eine fremde Gewalt von außen.

Als ganz anderer Ansatz und paradoxerweise auch interpretierbar als Synthesis solch westlich-wissenschaftlicher Sicht wie bei Damasio und solcher westlich-philosophischen Sicht wie bei Russel erscheint mir die chinesisch-daoistische, die in ihren Wurzeln zurückreicht bis in die Jungsteinzeit, zumindest was ihre ersten archäologischen Anzeichen angeht.

Der ursprüngliche Daoismus, wie Lao Dzi ihn mitgeprägt hat, ist eine in der Geschichte der Menschheit sehr frühe Geisteshaltung, die für die Betrachtung des Seins ohne theistischen Schöpfermythos auskommt. Eine Übersetzung des Begriffes *Dao* wurde schon auf die unterschiedlichste Weise versucht: Der Weg, Weltengrund, der Lauf der Dinge, der Sinn. Vielleicht meinen die Christen etwas Ähnliches, wenn ich im Neuen Testament lese "Im Anfang war das Wort (logos)" oder was die Kabbalah meint mit "Ain", dem Urzustand, das Absolute und Grenzenlose Nichts, dessen gegenüberliegende Seite der Zustand "Ain Soph", die Unendlichkeit, ist, mit deren gegenüberliegender Seite "Ain Soph Aur", dem grenzenlosen Licht.

Das Dao ist der Urgrund, das Ur-Eine, das Chaos, der Äther, Null. Das, was vor allem anderen war und ist, vor allen Göttern und Himmeln und Namen. Wie schon die ersten Zeilen des Dao De Jing sagen:

Das Dao, das enthüllt werden kann, ist nicht das ewige Dao.
Der Name der genannt werden kann, ist nicht der ewige Name.

Dao ist ungeteilt, grenzenlos und ohne Maß. Das Universum vor dem Urknall. Und jeden Augenblick findet der Urknall wieder neu statt, wird

der Kosmos geschaffen und vergeht. Es lässt sich nicht beschreiben, es sei denn paradox:

Stets ohne Wunsch (ohne verstehen zu wollen), sieht man das Geheimnis. Stets voller Wünsche (nach Verständnis), sieht man die Erscheinungsformen. Diese beiden entspringen der gleiche Quelle, unterscheiden sich jedoch im Namen, dies erscheint dunkel.

Dao De Jing, Kapitel 1

Solange wir nicht fähig sind, unser Denken derart zu beruhigen, dass der Geist eins wird mit dem Dao, solange das Denken verstehen will, sehen wir die Erscheinungen und Ereignisse.

Dao ist sehr einfach. Es ist allumfassend und daher entzieht es sich einer abgrenzenden Definition. Dao verstehen ist ebenfalls einfach um nicht zu sagen, einfältig. So wird auch oft und gerne der Weise als Dorf-trottel geschildert. Lao Dzi sagt:

Ich bin ein Narr. Oh Ja! Verwirrt bin ich. Andere Menschen sind heil und licht nur ich allein bin trüb und schwach. Andere Menschen sind flink und schlau, nur ich allein bin träg und dumm. Oh, ich treibe dahin wie die Wellen des Meeres, richtungslos, wie der rastlose Wind.

Dao De Jing, Kapitel 20

Dao (oder Wu Ji) ist das Eine. Das Eine erschafft die zwei Kräfte oder Pole — Bewegung und Ruhe — Form und Formloses, diese werden Yang und Yin genannt. Yang bedeutete ursprünglich das in der Sonne wehende Banner; Yin bezeichnete die der Sonne abgewandte Seite des Berges. Die Begriffe Yang und Yin werden im Westen zunächst dualistisch aufgefasst, entsprechend unserem Weltbild, in dem der Kosmos eine Summe von Teilen ist, die sich auf zwei sich gegenüberstehenden Grundinformationen reduzieren lassen.

Yang

Positiv, Tag, hell, hart, hohl, kalt, Idee, Gedanken, trennen, männlich

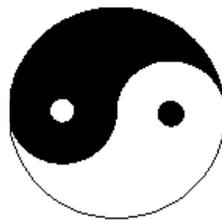
Yin

Negativ, Nacht, dunkel, weich, kompakt, warm, Form, Gefühle, vereinen, weiblich

Auch wenn sich solche Gegensatzpaare bilden lassen, so dürfen diese immer nur in Relation zueinander verstanden werden. Oft höre ich den Protest, warum männlich denn positiv sei und weiblich negativ. Männlich ist Yang und weiblich ist Yin in Bezug zu den Geschlechtern. Der Tag ist Yang und die Nacht ist Yin in Bezug zu den Tageszeiten, aber deshalb ist der Tag nicht männlich und die Nacht nicht weiblich, so wenig wie ein ro-

ter Pullover ein Feuerwehrauto ist, nur weil dieses ebenfalls rot ist.

Yin und Yang sind nicht die Bezeichnungen für Gegensatzpaare, die sich gegenseitig bedingen. Sie gehen ineinander über und sind wandelbar, vergleichbar mit einer Wellenbewegung, wie sie im Symbol dargestellt wird. Daraus ergibt sich keine Wertung. Das Symbol zeigt uns zwei sich umschlingende Tropfenformen in gegenteiliger Färbung. Jeder Tropfen enthält einen Punkt in der anderen Farbe. Damit wird angedeutet, im Yang ist auch Yin enthalten und umgekehrt. Des weiteren sehen wir, dass dort, wo Yang am stärksten ist, Yin sich entwickelt, wo Yin am stärksten auftritt, Yang entsteht.



Wenn wir weiter Qi als das Substanzlose mit Yin bezeichnen, dann müssen wir uns darüber im klaren sein, dass es sich so nur in Beziehung zur Substanz definiert. In sich ist Qi wiederum sowohl Yin als auch Yang. Das Symbol zeigt Yang und Yin in vollkommener Harmonie als höchstes Ideal. In der Wirklichkeit sind Materie und Energie in ständiger Bewegung. Der labile Zustand drückt sich im Unterschied seiner Ladung aus.

Aus dem Dao entsteht Eins.
Aus Eins entsteht Zwei
Aus Zwei entsteht Drei
Aus Drei entstehen die Zehntausend Dinge

Xing bedeutet Form, Gestalt, Yi heißt Idee, Absicht. Für die Daoisten steht es außer Frage, dass jede Körperhaltung eine innere, seelische Haltung ausdrückt und umgekehrt. In dieser Sicht der Existenz sind Körper und Geist nicht getrennte, voneinander unabhängig agierende Wesenheiten. Auch die gerne benutzte Floskel von den zwei Seiten der gleichen Münze führt nur zu Missverständnissen. Es sind jeweils verschiedene, deutlich differenzierte und bezeichnete Manifestationen ein und desselben Gesamtzustandes. Es ist die Form der Münze und der Wert der Münze, wenn wir schon bei diesem Bild bleiben wollen. In der äußeren Form — Xing — spiegelt sich die Intention — Yi. Dies klar heraus zu arbeiten ist die Aufgabe des Trainings der Positionen z.B. im Tai Ji Quan¹⁶⁵.

165 Jürgen Oster: Tai Ji Quan – Das Dao in Bewegung; Haug, Heidelberg, 1997

In den Kampfkünsten sind viele Positionen von Tierhaltungen inspiriert. Im Shao Lin Boxen gibt es komplette Stile, die auf der Imitation eines einzigen Tieres beruhen. Schlange, Kranich, Tiger, Drachen. Der Tiger in seiner äußeren Form, seinen Bewegungen und seinem Verhalten — Xing, wird immer ein Tiger sein auf Grund der ihm innewohnenden Tiger-Intention, seinem Sosein. Er wird nie das Verhalten eines Kranichs annehmen.

Der Anfänger erreicht bald die richtige Form — Xing, doch ohne Yi, ohne klar definierte innere Haltung dahinter. Eine Form ohne Bedeutung. In einem fortgeschrittenen Stadium wird er oder sie beides in sich haben, Xing und Yi.

Ein zu höherer Reife gelangter Kämpfer wird versuchen, seine wahre Absicht nicht offen zu zeigen. Er oder sie mag fähig sein, die Intention nicht in der Körperhaltung zu äußern. Doch auch dies gilt nicht als das höchste Stadium der Entwicklung.

Die oberste Stufe heißt: "keine Form, keine Absicht". Ein solcher Kämpfer zeigt weder die Haltung noch die Absicht zum Kampf. Wer noch Yi besitzt, ist von einer vorgefassten Idee zu handeln besetzt, die einer sich ständig ändernden Situation angepasst werden muss. Darum ist auf der höchsten Stufe ein Kämpfer frei von Xing und Yi. Er oder sie hat den ganzen Kreis durchlaufen und ist wieder am Ausgangspunkt angelangt, der auch ohne Xing und ohne Yi war. Nur ist der Kämpfende jetzt von beidem völlig erfüllt, Xing und Yi sind natürliche Bestandteile seines Seins. In jedem Augenblick erlebt er die richtige Reaktion im Einklang mit der Natur.

Tai Ji Quan wird geübt als Schattenboxen in der Soloform oder als sportlich-kämpferisches Training mit Partner. Geschah es auch früher mit der Absicht, siegreiche Faustkämpfer zu erziehen, so war es auch immer ein Weg der Selbstkultivierung. Der Kampf findet im Alltag statt — mit sich selbst, mit den Unbilden der Natur, im sozialen Gefüge, einfach in unserer menschlichen Existenz, der wir aber nicht hilflos ausgeliefert sind, sondern die bewusst von uns mitgestaltet werden kann.

Die chinesische Sicht des Kosmos ist monistisch-ungeteilt und hat nichts zu tun mit einem Dualismus, wie er sich in den Werken von Aristoteles, Descartes und Newton ableitet. Dieser war Grundlage für die Entwicklung der westlichen Wissenschaften, die, in der modernen atomaren und subatomaren Physik gipfend, aus ihren Erkenntnissen uns wieder hinführt zu einer offenen Weltanschauung, einer Vision des Universums als organisches Ganzes. Die Welt ist nicht nur durch kausale Kettenreak-

tionen gestaltet, einer Interaktion atomarer Billardbälle, wie Newtons mechanisches Modell sie darstellt. Alle Ereignisse, vergangene, gegenwärtige und zukünftige, bedingen sich gegenseitig; sie treten gemeinsam in Erscheinung.

Auch der Mensch als einzelnes Wesen ist eine dieser sich bedingenden Erscheinungen und nicht getrennt vom Rest der Welt. Er ist Teil des Ganzen und trägt wie jede einzelne Zelle des Körpers die vollständige Information des Ganzen in sich. Der amerikanische Zen-Interpret Alan Watts gab dafür einmal die Formulierung: "Das Universum "mensch", so wie ein Apfelbaum "apfelt".

Qi durchströmt den ganzen Kosmos. Aus irgendwelchen nicht geklärten Gründen scheint Qi an einigen Stellen zusammenzufließen und sich zu verdichten. Um so dichter das nichtstoffliche Qi wird, kehrt es sich nach der Yin-Yang-Lehre um und wird stofflich. So können wir uns das Zustandekommen von Sonnen und Planeten erklären. Wird Substanz dichter, kehrt sie sich wieder um in Energie. Dies ist ein kontinuierlicher Prozess, der folgerichtig auch auf unserem Planeten ununterbrochen vonstatten geht. Aus dem Kosmos einströmendes "Himmels"-Qi hat Yang-Charakter. Das zurück fließende "Erde"-Qi ist Yin.

Stellen wir uns unseren Planeten einmal vor wie einen Topf Wasser über einer Kochstelle. Heißes Wasser steigt von unten auf zur Oberfläche, springt in brodelnden Bläschen hoch und fällt wieder zurück in die Masse. Aber ab einer gewissen Temperatur beginnt ein Teil des Wassers sich zu verändern und in Dampf umzuwandeln und sich damit aus der Masse zu lösen und aufzusteigen. Genauso steigt Qi aus der Erde hoch, will sich erheben und ist noch zu schwer. Wir sehen Pflanzen, Tiere und Menschen sich als Lebewesen aus dem Planeten erheben. Ein großer Teil der lebendigen Energie fällt, weil sie noch zu sehr an Substanz gebunden ist, mit dieser wieder zurück zur Erde. Aber ein anderer, ebenfalls großer Teil, "verdampft" in den Kosmos. Die lebenden Wesen sind durchdrungen von aufsteigender und absinkender Energie.¹⁶⁶

Da die sich vermischenden Ströme des Qi unterschiedliche Dichte annehmen können, alle aber das Ergebnis einer Urenergie — der Spannung zwischen Yang und Yin — sind, findet keine Trennung zwischen Geist und Stoff statt. Es gibt nur Abstufungen von Grobem und Feinem, und das menschliche Wesen bildet sich aus deren Durchdringungen. Alle

166 Vgl. z.B. Aus http://www.aladin24.de/htm/torkado_kraefte.htm (Stand 02.2008)
Aus <http://www.aladin24.de/htm/torkado1a.htm#Invers> (Stand 02.2008)
Aus <http://www.aladin24.de/htm/torkado1a.htm#Torus> (Stand 02.2008)
'<http://www.aladin24.de/chaos/>

lebendigen Prozesse lassen zyklische Bewegungen von Zunahme und Abnahme erkennen. Wir sehen das im Tagesrhythmus, im Verlauf der Jahreszeiten, in Geburt, Wachstum, Reife, Alter und Sterben, im Aufstieg und Niedergang ganzer Kulturen, und für unsere normale Wahrnehmung unsichtbar bestätigen die Erkenntnisse der Physik dieses Pulsieren sowohl in atomaren wie in kosmischen Vorgängen. Manche Zyklen ereignen sich im Bruchteil einer Sekunde, andere durchlaufen Äonen.

In einer so komplexen Lebensform, wie der Mensch sie darstellt, vermischen sich unzählige Kreisläufe und beeinflussen einander. Zunahme und Abnahme verlaufen dabei nicht auf einer flachen Ebene; die Zyklen greifen nicht wie Zahnräder eines Uhrwerkes ineinander, sie sind vielmehr spiralgig und am besten vergleichbar den Verwirbelungen in fließendem Wasser oder in der uns umgebenden Luft, wie sie uns aufsteigender Rauch sichtbar macht.

Die Lebenskraft wird geschaffen und erhalten von Jing, der nährenden Essenz aus der Erde und Qi, der Ausstrahlung des Himmels. Jing ist verbunden mit Substanz, Qi mit dem Substanzlosen.

Aus der Verbindung der Erb-Energien von Vater und Mutter (Yuan Qi) entstehen das vorgeburtliche und das nachgeburtliche Jing, welches die Konstitution und Entwicklung des Individuums bestimmen; die Säfte (Jin Ye), die zu ihrem Bestand der Nahrung bedürfen; der Geist (Shen), welcher die Persönlichkeit anlegt. Die kosmischen Ausdünstungen übertragen ihren Schwung oder Temperament.

Die Essenzen der Erde, Erb-Energie und Nahrung, verleihen den Wesen ihre individuellen Eigenarten aufgrund ihrer unterschiedlichen Zusammensetzung. Das himmlische Qi prägt die Persönlichkeit durch seine den Zeiten entsprechenden Kräfte.

Jing und Qi teilen dem Menschen je einen Rhythmus mit — Puls und Atem —, die in ihm das Leben darstellen. Der Puls repräsentiert den inneren Zyklus, der Atem den äußeren. "Yin ist im Inneren aktiv und pflegt Yang; Yang ist außen aktiv und reguliert Yin" (Huang Di Nei Jing So Wen). Der interne Rhythmus wird durch die von außen zugeführte Nahrung und dem Atem gesteuert. Darum soll die Ernährung den Zeiten angepasst sein.

Der externe Rhythmus — und hier muss erwähnt werden, dass unter dem Atem des Qi nicht bloß die Sauerstoffaufnahme verstanden wird — wird von der Vitalkraft der Organe bewacht. Darum sollen die Handlungen, die Pausen von Aktivität und Passivität, den Zeiten angepasst sein.

Die Alten haben so die Wesen und die Zeiten nach ihren Eigenarten und Kräften unterschieden und Verhaltensregeln aufgestellt; nicht Gesetze, sondern Vorbilder, die jedem Individuum eine vollständige Entfaltung seiner Anlagen ermöglichen.

Daraus entstanden im Lauf der kulturellen Entwicklung Riten und gesellschaftliche Etikette, die dem Menschen seinen Platz in der Gemeinschaft zuwiesen. Sie gipfelten in protokollarisch bis in die letzten Einzelheiten festgelegter Gestik des Gefühlsausdrucks. Seinen Regungen freien Lauf zu lassen, galt als barbarisch. Die daoistische Praxis lehnt solche starre Formen ab.

Wenn das große Dao in Vergessenheit gerät,
erheben sich Wohlwollen und Sittenlehre.
Wenn Klugheit und Scharfsinn entstehen,
nimmt die große Heuchelei ihren Anfang.
Wenn kein Frieden in der Familie herrscht,
tauchen kindliche Liebe und Ehrfurcht auf
Wenn das Land in Wirren und Chaos gerät,
treten ergebene Staatsdiener auf.

Dao De Jing, Kapitel 18

Der Mensch ist nicht Teil eines kosmischen Systems, in das er sich einzwängen muss, um seine Ordnung zu erhalten. Auch ist er nicht ein Spiegel oder Abbild des Kosmos — solche philosophische Idee spaltet den Menschen von der übrigen Schöpfung ab. Ohne Form und ohne Idee sind Mensch und Kosmos eins.

Die Übungen des Tai Ji Quan, die Beeinflussung der Ernährung, Atmung und Sexualität, sind nicht dazu gedacht, durch die Befolgung der festgelegten Formen den Menschen glücklich zu machen. Dann wären wir nur Roboter. Die Formen sind so angelegt, dass ihre Ausübung den Menschen öffnen können für die Schwingungen des Dao.

"Einssein mit sich selbst,
Einssein mit seinen Mitmenschen,
Einssein mit dem Kosmos. "

Gia Fu Feng

Was wäre dann Medizin?

"Die Weisen der früheren Zeit folgten den Gesetzen der Natur und darum blieben ihre Körper frei von Krankheiten. Sie verloren nichts von dem, was ihnen die Natur gegeben hat und ihr Geist wurde nie erschöpft.

Diejenigen, die gegen die grundsätzlichen Regeln des Universums verstoßen, zerstören ihre eigenen Wurzeln und untergraben ihr wahres Selbst. Yin und Yang, die zwei Prinzipien der Natur sind Anfang und Ende aller Dinge und sie sind auch der Ursprung von Leben und Tod.

Wer die Gesetze des Universums missachtet, der lässt Schwierigkeiten und Heimsuchungen wachsen, während jene, die den Gesetzen des Kosmos folgen, frei bleiben von gefährlicher Krankheit.

Dao wurde von den Weisen praktiziert und von den gewöhnlichen Menschen zurückgewiesen. Demut (Nachfolge) gegenüber den Regeln von Yin und Yang bedeutet Leben, Missachtung bedeutet den Tod. Die Demütigen werden herrschen, während die rebellischen in Unordnung und Verwirrung geraten. Alles was im Widerspruch steht zur Harmonie mit der Natur bedeutet Hochmut und Rebellion.

So haben die Weisen nicht jene behandelt, die schon krank waren. Es lag ihnen nicht daran, die zu führen, die schon rebellisch waren. Sie leiteten jene, die noch nicht rebellisch waren. Dies ist die Bedeutung der ganzen Unterweisung.

Medizin zu geben gegen Krankheiten, die schon offen sind, und Revolten zu unterdrücken, die sich bereits erhoben haben, lässt sich vergleichen mit Menschen, die damit beginnen, einen Brunnen zu graben, wenn sie durstig sind, oder mit solchen, die Waffen schmieden, wenn sie schon in Kämpfe verstrickt sind. Ist es dann nicht schon zu spät?"

Huang Di Nei Jing So Wen

Unser Denken heute verlangt immer nach wissenschaftlichen Beweisen. Noch überzeugender — und so erleichternd — ist die Erfahrung am eigenen Leibe. Leibhaftig den Fluss des Qi zu spüren erlaubt mir auch zu begreifen, dass ich die Wörter nicht verstehe. Es ist chinesisches Denken, ist eine vieltausendjährige, mir fremde Kultur, in deren Texten ich nicht den Spuren der Meister folgen kann, wohl aber suchen kann, was sie gesucht haben.

Weisheit bedeutet laut Konfuzius nichts anderes als die "Weisheit des Augenblicks". In der Tat, alles ist eine Frage des richtigen Moments, des wohlverstandenen Opportunismus oder, wenn man so will, des Mittelwegs, sofern man diesen nicht im üblichen europäischen Sinn versteht.¹⁶⁷

Denn der Mittelweg ist eben keine universelle, überall und jederzeit anwendbare Trivialform der Weisheit (auch wenn einige grundlegende chinesische Texte in diesem Sinne übersetzt wurden). Es gibt mindestens

¹⁶⁷ taz – Le Monde diplomatique Okt. 1006, S. 12f "Die Mitte als Ort der Möglichkeiten", von Francois Juilien

zwei verschiedene Arten, den Mittelweg aufzufassen. Man kann ihn als Gleichgewichtspunkt zwischen zwei Extremen sehen. In diesem Sinne ist Freigebigkeit der Gipfelpunkt (akme) einer tugendhaften Haltung zwischen Geiz und Verschwendungssucht (Aristoteles). Diese geometrische Sicht ist in Europa schon bald einem deutlich schwächeren Verständnis gewichen: dem Mittelmaß des "nichts übertreiben" – eine laue, farblose, ängstliche Weisheit, die das Risiko scheut.

Die chinesische Sicht ist da sehr viel interessanter. Die richtige Mitte bedeutet für den Chinesen, dass man das eine ebenso tun kann wie das andere, indem man gleichermaßen offen ist für beide Extreme (das "gleichermaßen" macht die "Mitte" aus) und nicht, indem man sich vorsichtig auf halber Distanz vom einen und vom anderen hält.

Dieser Unterschied überschneidet sich mit einem anderen. Zentral und elementar für westliche Art zu denken, für das griechische Denken ist das Wahrheitsproblem, ihm konnte kein griechischer Denker entkommen, nicht einmal die Skeptiker oder einer wie Protagoras, der jegliches Wahrheitskriterium negierte. Sie alle orientieren sich, und mögen sie noch so kritisch und illusionslos sein, an der Wahrheit und am Wahrheitsanspruch. Und wir sind ihre Erben. Wie sonst wäre die europäische Philosophie zu verstehen, wenn man sie nicht einerseits auf die Untrennbarkeit von Sein und Wahrheit bei Parmenides und andererseits auf die platonische Unterscheidung von wahrer Einsicht und bloßem Meinen zurückführt? Dazu kommt die Bedeutung der dialektischen Auseinandersetzung bei der Wahrheitssuche: Nach diesem großen Gedanken der Griechen kann ein Diskurs eine Idee nur formulieren, aber man benötigt mindestens zwei widerstreitende Argumentationen, um deren Wahrheit zu beweisen. Was aber geschieht, wenn eine solche Auseinandersetzung, wie zum Beispiel in China, nicht stattfindet?

In den Haupttexten des alten China (übrigens sowohl des Konfuzianismus als auch des Daoismus) stellt man fest, dass Wahrheit keine wirkliche Rolle spielt. Nicht am Wahren Urteil entscheidet sich die Weisheit — die Weisheit "urteilt" ohnehin nicht.

Gegen Ende des chinesischen Altertums kommen zwar gelegentlich Debatten auf, es werden Ansichten widerlegt, also Positionen aufgebaut, vor allem bezüglich der Frage nach der menschlichen Natur. Doch die beteiligten Denker bekunden alle das gleiche Misstrauen gegenüber einer Haltung, die ihnen wie eine sterile Parteinahme vorkommt, sogar wie eine Falle: Die Wahrheit sollte etwas sein, was man immer wieder wenden kann. So geht das Spiel von Rede und Gegenrede unendlich weiter, bis es

sich irgendwann erschöpft. Der wahre Weise verfißt keinen eigenen Standpunkt, und schon gar nicht liegt ihm daran, anders zu denken als die anderen; er denkt im Gegenteil "wie alle Welt", indem er alle Standpunkte in seinen mit einschließt.

Das also ist die "Disponibilität" des Weisen, die damit auf das Gleiche hinausläuft wie das alles übergreifende Konzept des "Weges", des Dao. Es geht nicht um Wahrheit, sondern um den Weg.

6.4 Systeme

In Worten der Systemtheorie: Ich bilde auf mich selbst bezogene Regelkreise, die sich selbst erhalten. Ich bin ein selbstreferentielles¹⁶⁸ und autopoietisches¹⁶⁹ System, aufgebaut aus ebensolchen Subsystemen¹⁷⁰. Das System wirkt auf sich selbst zurück und steuernd verändert es sich und seine Umwelt hin auf ein gemeinsames Optimum. Es gilt nicht, wie bei trivialen Maschinen aus Hebeln, Getrieben oder bei Computern, "Wenn A dann B, wenn B dann C" und das jedes mal wieder, sondern immer "..., wenn C dann A" mit der Folge, dass A sich verändert.

Eine nichttriviale Maschine ist dadurch gekennzeichnet, dass ihr mehr als eine triviale Regel zur Verfügung steht. Zusätzlich hat sie sozusagen eine "Regel II. Ordnung". Diese formt die gerade operierende Regel um in eine andere, die im nächsten Schritt operierende Regel. Solche "Regeln II. Ordnung" finde ich immer und überall, wo ich mich nicht mit der Oberfläche begnüge.

Solche Maschinen sind unanalysierbar und damit unvoraussagbar. Das hat nichts mit beschränktem Wissen oder mangelnder Information zu tun: Die logische Struktur ist prinzipiell unlösbar und damit ist ihr Verhalten unwissbar, genauso, wie von Teilchen oder aber Welle, von ihrem Ort oder aber ihrem Impuls beides zusammen unwissbar ist. Trotzdem kann Jans Termine festlegen und pünktlich am vereinbarten Ort erscheinen.

Nur, ich lebe in einer Zivilisation, die sich in Phantasien über triviale Maschinen verliebt hat und deshalb mechanistische Lösungswege bevorzugt. Wir messen, zählen, wiegen Sachen und ignorieren ihre Wechselwirkungen. Wir untersuchen das Material, seine Struktur und ignorieren die daraus erwachsende Form. Unverändert, seit über hundert Jahren, lautet so das herrschende Paradigma von Biologie und Medizin. Als wüsste ich, wenn ich die Backsteine kenne, ob sich eine Kathedrale oder ein Mietshaus daraus formen wird, ob diese Form Anbetung oder Müdigkeit umhüllt.

Diese Form zusammen mit dem, was sie umhüllt ist das selbstreferentielle System. Es hat sich infolge Selbstorganisation gebildet, jenseits seiner Instabilitätsschwellen aus einem ursprünglich instabilen Zustand.

168 selbstreferentielles System = es bildet einen auf sich selbst bezogenen Regelkreis

169 Autopoiese, die Fähigkeit sich selbst zu erhalten; als minimale Eigenschaft, die ein System besitzen muss, um als lebend definiert zu werden

170 Erich Jantsch: "Die Selbstorganisation des Universums — Vom Urknall zum menschlichen Geist"; München, 1979

Die Selbstorganisation des Systems geht auf das kooperative Wirken seiner Teilsysteme zurück.

Im Gegensatz zu trivialen Systemen, in denen die Entropie¹⁷¹ zunimmt, nimmt sie hier ab, herrscht hier Negentropie: Die nichtlineare innere Systemdynamik bindet die Energie in nicht umkehrbaren Prozessen zur Ausbildung komplexerer, immer weiter geordneter Strukturen. Solche Ordnung kann nicht abgebaut, zurückgeführt, sondern kann nur zerstört werden.

Diese Zunahme an Komplexität und kooperativer Ordnung lässt sich überall und immer beobachten: Von Quarks zu Atomen, zu Molekülen, zu belebten Makromolekülen, zu einzelligen, Mehrzellern, zu Pflanzen und Tieren; hier zu Würmern bis hin zu uns, den domestizierten Primaten ohne Fell¹⁷². Und hier: vom Stein für das Nüsseknacken zum Atomkraftwerk, vom Tauschen 'Früchte gegen Fell' zum 'global player', von der Horde zum Staatenbund, von Strichen für eine Anzahl zum binären EDV-Programm, vom Bemerkten des Mondaufgangs zur Astrophysik, vom Alpha-Männchen zum Dalai Lama. Eine endlose Folge von immer komplexeren Ordnungen. Vor allem, besonders wert zu bemerken: Jede Ordnung war für die Beteiligten *und* für die Beobachter unvorstellbar, bevor es sie gab!

Diese Hierarchien von System und Untersystemen setzen sich fort in allen Bereichen des Organismus. So gibt es im Gehirn keinen einzelnen Ort, wo alle Informationen zusammenlaufen, wo aus den verschiedenen Sinnessignalen schlüssige Bilder der Welt gefertigt werden, wo Entscheidungen fallen, wo das Ich "Ich" sagt. Statt dessen sehen wir uns einem extrem dezentral organisierten System gegenüber, in dem an vielen Orten gleichzeitig visuelle, auditorische oder motorische Teilergebnisse erarbeitet werden. Und diese koordiniert das Gehirn auf recht geheimnisvolle Weise zu einer zusammenhängenden Deutung von Welt. Wie es kommt, dass dieses System auch über sich selbst Protokoll führt, so dass es sich seiner selbst bewusst wird, zählt wohl zu den faszinierendsten Fragen.

Immer nimmt die Information im System zu und zugleich die Regeln zu ihrer Verarbeitung. Aus dem umhüllten Fötus wird der Säugling. Der

171 Entropie = durch die ungeordnete Bewegung der Moleküle wird von allen Verteilungen der Moleküle auf räumliche Positionen und mögliche Geschwindigkeiten sich wegen der Zusammenstöße als Gleichgewicht ein Zustand mit einer gleichmäßigen Verteilung einstellen. Dieser Zustand größter "Unordnung" besitzt die größte Wahrscheinlichkeit

172 Robert A. Wilson: "Der neue Prometheus"; Basel, 1985, "Die Grundsituation der Menschheit ist sowohl tragisch als auch komisch, sind wir doch allesamt domestizierte Affen mit wunderbaren 30-Milliarden-Zellen-Gehirnen, die wir selten wirksam einsetzen, da wir unser Verhalten von den älteren reptil- und säugetierhaften Teilen des Hinterhirns dominieren lassen.

bekommt einen Namen und bei der Auseinandersetzung mit seiner Umwelt wird daraus 'Ich'. Dies kann die so abgetrennte Welt wieder in sich zum 'Selbst' verbinden. Solche Sprünge zu höherer Komplexität in höherer Ordnung, solche 'Fluktuationen', verlaufen in der Regel chaotisch. Die alte Ordnung stirbt, weil die neue werden wird. Das kann mir ganz mächtig Angst machen, aus dem sicheren, weil bekannten Gestern ins unbekannte Morgen zu treten — ach was, mich katapultiert zu wöhnen. Und wieder ein Paradoxon: Ich trete ins Morgen in sich selbst verantwortender Freiheit mich katapultiert wöhnend.

6.5 Beispiel Krankheit

Ich lebe das alles in dem vorgegebenen Rahmen meines menschlichen Körpers. Vermutlich werde ich nie fliegen können wie ein Adler, nie mich schwimmend schlängeln wie ein Aal oder rollen wie ein Kiesel im Bachgeriesel. Aber, ist die Anpassung optimal, fühle ich mich wohl und gesund. Passt etwas nicht, fühle ich mich unpässlich. Geht etwas schief, gerät mein Lebensschiff in zu starke Krängung, erlebe ich Kränkung mit der möglichen Folge, ich fühle mich krank.

Dabei ist krank nicht einfach krank. Jeder beschreibt sein Kranksein anders. Dieses 'Kranksein' ist ja nicht einfach etwas klar Bestimmbares am oder im Körper. Ein Schnitt mit dem Küchenmesser in den Finger mag eindeutig erscheinen. Aber schon die Art und die Dauer von Verheilen ist bei jedem anders. Weit vielgestaltiger wird das bei einer 'richtigen' oder gar einer 'großen' Krankheit. Da es in der Natur, in der Biologie nichts Gut- oder Böses an sich gibt, sondern die Natur auch in den uns Menschen unverständlich oder gar böse erscheinenden Dingen bzw. Vorgängen immer etwas Sinnvolles, Zweckvolles, Zielgerichtetes, mithin etwas auf eine Problemlösung abzielendes intendiert, so ist das eigentliche Problem in der heutigen Medizin nicht die Natur, die etwas vergessen hat, einen Fehler gemacht hat, aus dem Ruder läuft, entartet, Amok läuft o.ä., sondern der Mensch selbst in seinem Unverstand.

Dieses Unverstandene soll für meinen Verstand bitteschön sinnvoll sein! Wenn ich Kranken zuhöre, beginnen sie meist schnell davon zu berichten, wie sehr es ihnen zu schaffen macht, schon wenn sie wegen einer Grippe ausfallen, sich ins Bett legen, bedienen lassen müssen. Dass der erste Gedanke der ist – ein Gedanke, der mit Schrecken in die eh schon grippeschmerzenden Glieder fährt: Was habe ich falsch gemacht? Was habe ich übersehen? Und letztlich: wofür werde ich bestraft? Eine neue Moral hat sich ausgebreitet. Seitdem es populär geworden ist, dass körperliche Krankheiten mit einem persönlichen, seelischen Thema zu tun haben könnten, ist ein neues Dogma entstanden. Einfach ausgedrückt heißt es: Bist Du krank, hast Du etwas falsch gemacht. Bist Du krank, hast Du etwas noch nicht richtig verstanden. Bist Du krank, bist Du etwas, das Du hättest spüren können, übergangen. Bist Du krank, bist Du noch nicht reif genug. Bist Du krank, zeigt das Deine Unfähigkeit. Bist Du krank, bist Du falsch/ nicht gut genug/ dumm. Doch was wissen wir denn schon wirklich über das Wesen von Krankheiten? Dieses Dogma zeigt nur eines: Erkennbar wird die "pädagogische Krankheit" der von Erzogenen erzogenen.

Auch hier gilt also "Die Welt entsteht im Kopf" und der Satz von Einstein: "Die Theorie entscheidet, was man beobachten kann". Objektivität ist nichts als eine Bewusstseinsstörung.

So geht unsere herrschende medizinische Lehre aus von der chemischen oder physikalischen Teilbarkeit des Körpers, seiner Organe und Zellen und aller Prozesse darin. Sei jedes Teil und jeder Prozess mehr oder weniger gut verstanden, dann sei er auch mehr oder weniger gut steuerbar von außen auf chemische oder physikalische Weise. Jede solche Steuerung ist so auch überprüfbar im Experiment und nur aus der Reihenuntersuchung, aus der Statistik vom Doppelblindversuch darf auf Wirkung geschlossen werden. So kann der Kranke reduziert werden auf die Krankheit bzw. ihre Symptome. Das ist wissenschaftlich und wirtschaftlich anerkannt und entfaltet daraus seine Eigendynamik.

Ein alter Freund mailte mir dieses:

" ... Es war die jährliche Blutuntersuchung (wegen Cholesterin) fällig und da ich letztes Jahr die urolog. Untersuchung verschlafen habe, macht mein Hausarzt auch gleich die PSA-Daten und schlägt Alarm: PSA-gesamt = 3.89 ng/ml. Das ist im erhöhten Bereich, lt. Psyrembel gehen die Normalwerte bis 2.7. Also schleunigst bei meinem Urologen einen Termin, da ist es immer voll, erst Ende des Monats bin ich dran. Zwischenzeitlich drängt der Hausarzt mich zu einem Test bei >www.xxx.com<; da wird tief gefrorener Urin per Kurierdienst hin geschickt. Schau Dir das doch mal an, für wie seriös hältst Du das? Kostet nur 443 EU, ob die Krankenversicherung was bezahlt, ist ungewiss. Der xxx-Befund mit bunten Kurven ist negativ, bis 40% negativ, 40-60% borderline, über 60% positiv. Ich habe 39%, ganz schön schlau hin gedreht an die Grenze, falls doch was ist, finde ich.

In der o.g. Homepage steht irgendwo dies:

Altersabhängige Grenzwerte: Da sich die Prostata natürlicher Weise im Alter vergrößert und damit auch der PSA-Wert ansteigt, wurden altersabhängige Grenzwerte vorgeschlagen: niedrigere Grenzwerte bei jüngeren, höhere bei Älteren (= höhere Sensitivität bei Jüngeren, höhere Spezifität bei Älteren). Auch hier besteht jedoch das Problem, dass die Grenzwerte umstritten sind und PSA-Werte unterhalb des Grenzwertes einen Prostatakrebs nicht mit Sicherheit ausschließen.

Die vorstehenden Daten sah ich erst nach der Urin-Versendung, aber ich denke, ich hätte wohl auch sonst die Untersuchung gemacht. So ein ganz klein wenig fühle ich mich verschaukelt, weil ein umfangreicher Fragebogen für xxx ausgefüllt werden musste und

6 Wer und was bin ich? – 6.5 Beispiel Krankheit

auch die Laborwerte inkl. PSA beizufügen waren. Wozu dann noch den Urin??? :-))¹⁷³

Die Kakteen genießen die südliche Sonne, s. angehängtes Foto. ..."

Was für eine erstaunliche Mitteilung. Was für ein bemerkenswertes Selbstverständnis! Ein Krimi — der Gärtner könnte der Mörder sein. Es zählt dem Freund nichts, dass es ihm gut geht. Der geheime Verräter könnte er selber sein, 'sein' Körper. Dem muss mit Labormethoden die Maske abgerissen werden. Doch die bringen außer Kosten — wünschenswerterweise von der Solidar-Gemeinschaft der Versicherten zu zahlen und mehr als ein AlgII-Bezieher für einen ganzen Monat zum Lebensunterhalt bekommt — auch nichts Gewisses. Aber der Kaktus blüht prächtig. Ich hab ihm geantwortet "Vermutlich das einzig Sichere im Leben: es endet tödlich :-)"

Meine sehr verkürzte Beschreibung möge bitte nicht als böswillig gegen die herrschende Schulmedizin verstanden werden. Ich und die Leser leben in dieser Gesellschaft, konstituieren sie, die eine solche Medizinlehre hervorgebracht hat, und deshalb schätzen wir auch alle die großartigen Erfolge, die mit solcher Medizin vollbracht werden.

Neben 'Schulmedizin' gibt es das zweite Lager, heute genannt 'Alternativmedizin', das der ganz anderen Medizinlehren, die erstmal nur Kranke kennen, weniger 'Krankheiten'. Zusätzlich kennen manche davon neben chemischen oder physikalischen krank- oder gesundmachenden Einwirkungen noch ganz andere, für viele von uns höchst unwissenschaftliche Kräfte, wie die von Sternen, Geistern, Äther, Qi und ähnlichem.

Der Streit zwischen den Anhängern der beiden Lager ist höchst spannend. Er wird mit großem Aufwand geführt. Aber er ist letztlich sinn-

173 Welt in Zahlen (aus BRAND EINS 12/08)

- Zahl der Männer im Rentenalter, bei denen der PSA-Test zur Prostatakrebsfrüherkennung alarmierende Werte aufweist, auf je 1000 Tests: **120**
- Zahl der positiv getesteten Männer, bei denen sich dies nach einer Gewebeprobe als Fehlalarm erweist: **80**
- Zahl der positiv getesteten Männer, die tatsächlich Krebszellen aufweisen, jedoch aufgrund anderer Krankheiten sterben und den Krebs häufig nicht gespürt hätten: **32**
- Zahl der positiv getesteten Männer, die tatsächlich Krebszellen aufweisen und trotz Früherkennung und Behandlung sterben: **5**
- Zahl der positiv getesteten Männer, die tatsächlich Krebszellen aufweisen und durch die Behandlung schmerzfreier leben: **3**
- Geschätzter Umsatz bei Medizinern durch die jährlich durchgeführten PSA-Tests in Deutschland in Millionen Euro: **60 bis 80**
- (Deutschland lag mit 60,5 Erkrankungen pro 100.000 Männer in der europäischen Statistik für das Jahr 2002 an fünfter Stelle. Letztlich blieben die Sterberaten seit 1970 nahezu unverändert." Quelle: „Krebs in Deutschland“, herausgegeben 2006 vom Robert-Koch-Institut) (In der deutschen Leitlinie zur PSA-Bestimmung in der Prostatadiagnostik (Früherkennung des Prostatakarzinoms) wird festgestellt: „Die Effektivität der Früherkennung beim männlichen Prostatakarzinom ist zur Zeit unbewiesen.“ Deshalb ist der PSA-Test derzeit nicht im Programm der Vorsorgeuntersuchungen nicht enthalten.)

los, denn es geht um Weltanschauung, unvereinbare Weltansichten. So wie man einen Buddhisten nicht überzeugen könnte, seine Verantwortung für sein Karma durch den Dreifaltigen Gott der Christen zu ersetzen und umgekehrt, so kann man einen Homöopathen nicht von der Möglichkeit eines Doppelblindversuchs bei einer Krankheit überzeugen bzw. einen Schulmediziner von der Individualität jedes Kranken.

"An allem zweifeln und alles glauben sind zwei bequeme Wege, die in gleicher Weise, einer wie der andere vom Nachdenken befreien" sagte Henri Poincaré (ein französischer Physiker und berühmter Mathematiker, 1854 - 1912). Werner Heisenberg: ".. und wir müssen uns daran erinnern, dass das, was wir beobachten, nicht die Natur selbst, sondern Natur, die unserer Art der Fragestellung ausgesetzt ist."

Verständlicherweise, denn wie kann man etwas wissenschaftlich beweisen, wenn das, was wirkt, gar nicht wissenschaftlich erfassbar ist. Bekannterweise endet die wissenschaftliche Kompetenz derzeit an der Grenze zum Reich in die geistigen Welten. So gibt es auch bis heute weder in den Gesetzen der klassischen Physik noch der Chemie oder der Biologie irgendeinen Hinweis auf Bewusstsein bzw. Geist. Im Gegensatz zur Religion, die Glaube als Tugend wertet, ist er im Bereich der traditionellen Wissenschaft eher verpönt — obwohl, ganz ohne Glaube, es die Quantenphysik seit hundert Jahren gibt und obwohl einige Physiker und Mathematiker diese längst soweit entwickelt haben, dass geistiges Einwirken und Hierarchien Höherer Intelligenzen zumindest der Theorie entsprechend mitgedacht werden könnten — und, wenn man dieses Modell der Physik ernst nimmt, auch mitgedacht werden müsste.

All diese Texte, seien sie nun pro oder contra, sind eindeutig der Beweis dafür, dass keiner der Autoren die Thematik von mehreren Seiten beleuchtet hat oder gar bereit wäre, das Kind beim Namen zu nennen und das Ganze ein für allemal auf eine realitätsnahe Grundlage zu stellen. Von allen möglichen Einflüssen wird da berichtet, nur nicht von dem der Psyche und den damit verbundenen "anwenderbedingten" Faktoren. Vermischungen von Realität und Imagination erfolgen in geradezu haarsträubender Weise. Anhänger wie Gegner verstricken sich hier gleichermaßen.

Aus rein dogmatischen Ansätzen etwas abzulehnen bringt keine neue Erkenntnis! So wagt bisher auch jeder in einem scheinbar nie austrocknenden Sumpf, unfähig, der Realität ins Auge zu blicken. Die einen, die sich nur an der materiellen Außenwelt orientieren und die Macht der Gedanken und Vorstellungen ignorieren und die anderen, die um jeden Preis

tradierte Wissenschaftlichkeit vortäuschen wollen, bzw. auch dort noch suchen und finden (!), wo nach der klassischen Definition gar keine mehr vorhanden ist bzw. sein kann, nämlich im Reich der geistigen Welt. Dabei wäre die Lösung für beide Lager recht einfach, man müsste nur Mut zur Ehrlichkeit besitzen und bereit sein, die polaren Aspekte der menschlichen Wirklichkeit in einem holistischen Modell zusammenzufassen. Schließlich gibt es genug renommierte Wissenschaftler — darunter viele Nobelpreisträger —, die die Zusammenhänge zwischen Materie und Bewusstsein erkannt und sich in ihren Schriften eindeutig ausgesprochen haben, die meisten allerdings erst nach ihrer Emeritierung. Für die Quantenphysik jedenfalls gilt das rein materialistische Weltbild schon lange nicht mehr.

Die Homöopathie ist ein schönes Beispiel. So veröffentlichte 1810 Samuel Hahnemann das "Organon der Heilkunst", dem JCA. Heinroth 1825 entgegensetzte das "Antiorganon oder das Irrige der Hahnemannischen Lehre im Organon der Heilkunst". Und bis heute wird in vielen Büchern und Internetseiten 'bewiesen', dass Hahnemann naturwissenschaftlich und philosophisch eine falsche Theorie vertritt.

Samuel Hahnemann (1755 - 1843) studierte Medizin in Leipzig und arbeitete unter anderem als Physikus in Gommern. Später bildete er sich zum Gerichtsmediziner weiter. 1811 siedelte er nach Leipzig über, wo er sich habilitierte — er stand also durchaus an der Spitze der medizinischen Wissenschaft seiner Zeit. 1835 zog er nach Paris, wo er bis zu seinem Tod eine Praxis führte. "Organon der Heilkunst" erklärt die Theorie der homöopathischen Medizin. In 291 Paragraphen erläutert Hahnemann die Gesetzmäßigkeiten von Gesundheit, Krankheit und Heilung, die Prinzipien der Homöopathie und deren Anwendung. Für ihn gibt es keine Krankheiten, nur "Symptome an Körper, Verhalten und Gemüth des Kranken, die eine Verstimmtheit der Lebenskraft anzeigen".

Er sagt "Das Leiden der krankhaft verstimmten, geistartigen, unsern Körper belebenden Dynamis (Lebenskraft) im unsichtbaren Innern und der Inbegriff der von ihr im Organismus veranstalteten, äußerlich wahrnehmbaren, das vorhandene Übel darstellenden Symptome, bilden nämlich ein Ganzes, sind Eins und Dasselbe. Wohl ist der Organismus materielles Werkzeug zum Leben, aber ohne Belebung von der instinktartig fühlenden und ordnenden Dynamis so wenig denkbar, als Lebenskraft ohne Organismus; folglich machen beide eine Einheit aus, obgleich wir in Gedanken diese Einheit, der leichtern Begreiflichkeit wegen in zwei Begriffe spalten. Demnach können Heil-Arzneien, nur durch dynamische Wirkung auf das Lebensprincip die Gesundheit und Lebens-Harmonie wieder herstellen und stellen sie wirklich her, nachdem die unsern Sinnen merk-

baren Veränderungen in dem Befinden des Kranken (der Symptomen-Inbegriff) dem aufmerksam beobachtenden und forschenden Heilkünstler, die Krankheit so vollkommen dargestellt hatten, als es um sie heilen zu können, nöthig war."

Welcher Physiker kann etwas mit dieser Dynamis anfangen? Was wäre für einen Schulmediziner diese Lebenskraft. Wie kann ein Chemiker sich einlassen auf die homöopathischen Medikamente, in denen die Dynamis des Arzneimittels potenziert wird durch immer wieder zehnfaches Verdünnen in einem besonderen Verfahren, wo doch die Potenz D23 die Loschmidt-Konstante überschreitet, heißt, es ist kein Atom des Mittels mehr darin enthalten – und Homöopathie potenziert auch durch hundertfaches, gar fünfzig tausendfaches Verdünnen. Das ist ja alles lächerlich und wenn das Mittel wirkt, dann nur als Placebo.

Placebo ([lat. „ich werde gefallen“] Scheinarzneimittel): In der Pharmakologie wird heute verlangt, dass ein Medikament, bevor es auf den Markt kommt, so genannte Doppelblindstudien durchläuft. Was geschieht bei so einer Studie? Man verabreicht einer Gruppe von Patienten eine wertlose Substanz, das Placebo, und einer anderen Gruppe das Verum, das zu prüfende Medikament. Natürlich weiss keine der Testpersonen, zu welcher Gruppe sie gehört. Weil man relativ früh gemerkt hat, dass es eine Rolle spielt, ob der verabreichende Arzt Bescheid weiss, was er da verabreicht, ging man zur Blindstudie über, bei der man auch die Ärzte im Dunkeln liess. Das reichte aber noch nicht: Man stellte fest, dass auch das Wissen der Versuchsleitung die Resultate beeinflusst. Die Doppelblindstudie war geboren, bei der weder der verabreichende Arzt noch die Versuchsleitung weiß, wer was bekommt. Mit anderen Worten: Was die so genannte evidenzbasierte Medizin seit langem bekämpft, ist längst Hauptakteur in ihren Studien: Ein heilender Faktor, der weit über den Placebo-Effekt hinaus geht, und der offensichtlich im Unbewussten sämtlicher Beteiligten schlummert. Kann man es den Alternativ-Medizinern übeln, dass sie genau auf diesen Faktor bauen? Bitte versteht mich richtig: es geht mir hier nicht um eine Diskussion pro oder contra Schulmedizin. Im Gegenteil: Ich bin der Meinung, dass beim Heilen (egal, ob durch Naturheilkundler oder durch Schulmediziner) etwas wirkt, was über die chemische Wirkung einer Substanz und auch über den weithin bekannten Placebo-Effekt hinaus geht. Dass wir nicht genau wissen, was das ist, ist zwar für viele von uns schwer zu ertragen. Aber DASS es existiert, ist klar. Es sei denn, die Pharmakologen irren sich und führen Doppelblindstudien nur zum Zeitvertreib durch

Zurück zur Dynamis, meine Unkräuter im Garten reagierten auf ho-

möopathische Mittel: 37 Blumentöpfe mit derselben Erde, am selben Tag eingesät mit den Samen einer Melde-Pflanze und dann gegossen mit den Potenzen D1 bis D36 der Asche dieser Pflanze zeigen je nach Potenz mal kümmerwuchs, mal Riesenwuchs, während im Topf 1, gegossen mit normalem Wasser, die Melden von ganz normaler Größe blieben¹⁷⁴.

Eine mir sehr einleuchtende Sicht auf diese sinnlose Auseinandersetzung zwischen Weltanschauungen schrieb Hans-Peter Zimmermann (siehe in <http://www.hpz.com/letterindex.html>) "... Auf meinem Nachttisch liegt ein Büchlein von Martin Lambeck. Er ist Physiker und Mitglied der Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung von Parawissenschaften (<http://www.gwup.org>). Das Büchlein trägt den Titel "Irrt die Physik? — Über alternative Medizin und Esoterik".

Lambecks Vorhaben ist so vorbildlich, dass ich mich zunächst gefragt habe, was der Mann bei der doch eher sturen und unwissenschaftlichen GWUP verloren hat: Er ist der Meinung, dass, wenn Pendler, Rutengänger und Homöopathen tatsächlich unter wissenschaftlichen Bedingungen bestehen könnten, man die Gesetze der Physik abändern müsste. In seinem Buch formuliert er daher die Aufträge an die Forschung für die kommenden Jahre.

Das klingt alles sehr wissenschaftlich, bis auf den folgenden Absatz: "... (Zitat Lambeck) Als ich etwa ein Jahr alt war, litt ich unter einer lebensbedrohlichen Krankheit. Nach erfolgloser Konsultation mehrerer Ärzte wurde ich zu einem (Arzt oder Naturheilpraktiker?) gebracht, der über meinem Bauch pendelte. Daraufhin empfahl er meiner Mutter, sie solle Leinsamen durch eine Kaffeemühle drehen und diese mit dem Brei an mich verfüttern: Die Krankheit verschwand und kam nie wieder. Als Skeptiker vermute ich heute, dass der Arzt sehr gute diagnostische und therapeutische Fähigkeiten hatte und daher erkannte, dass Leinsamen die richtige Therapie darstellten. Der Pendel diente dann nur noch der bewussten (oder unbewussten) Bestätigung.

Soso, Herr Lambeck, Sie vermuten. Ich habe gemeint, in Ihrem Buch ginge es um WISSEN und nicht um GLAUBEN. Denn Letzteres ist es doch, was Sie bei den Esoterik-Freaks vehement kritisieren.

Ich finde übrigens die Fragestellungen in diesem Buch sehr gelungen. Auch ich habe mich schon immer gefragt, wie das möglich sein soll, dass ein Hochpotenz-Homöopathikum lediglich die Information des Heilmittels speichern und die ganzen schädlichen Einflüsse wie Postscanner,

174 Maria Thun "Unkraut- und Schädlingsbekämpfung aus der Sicht der Konstellations- und Potenzforschung", ISBN 978-3-928636-09-4, Aussaatage-Verlag Thun & Thun OHG

Registrierkassen und Elektrosmog in den Apotheken völlig ignorieren soll. Dennoch weiß ich, dass Homöopathie funktioniert.

Lambeck ist der Meinung, dass Phänomene wie Homöopathie, Rutengehen und Feng Shui zuerst wissenschaftlich bewiesen werden müssen, bevor man darüber diskutiert, ob die Physik irrt oder unvollständig ist. Das ist meines Erachtens ein gravierender Denkfehler: Wenn der Physik, wie Lambeck sie versteht, die nötigen Informationen fehlen, um solche Phänomene nachzuweisen, dann wäre es besser, erst einmal die Hypothese aufzustellen, dass die Physik unvollständig sei.

Außerdem: Heiler gibt es schon seit Jahrtausenden, Physiker erst seit ein paar Jahrhunderten. Und es waren in der Vergangenheit immer die Physiker, die ihr Weltbild anpassen mussten. Wie borniert die bisweilen auch heute noch sind, zeigt folgendes Lambeck-Zitat:

"...Wir halten es entgegen häufig geübter Praxis für absolut unergiebig, ausschließlich die von Rutengängern sich allgemein selbst zugeschriebenen Leistungen im wörtlichen Sinne zu prüfen, da jeder halbwegs Informierte weiß, dass es diese Leistungen in der Regel nicht gibt."

Das sagten die Professoren König und Betz in München, nachdem ihnen von der Bundesregierung DM 400.000.- zugesprochen wurden, um das Phänomen der Erdstrahlen zu erforschen und gegebenenfalls in die staatlich geförderte Krebsforschung zu integrieren. Und bemerkenswerterweise schränkten Sie ihr Diktum ein mit dem Nachsatz, "dass es diese Leistungen in der Regel nicht gibt." Vier ihrer 100 Probanden lieferten nämlich unter allen Umständen die zutreffende Mutung! Nicht die 96, nein, diese 4 Rutengänger sollten die Physiker zur Überprüfung ihrer Hypothesen zwingen!

Mit anderen Worten: Wir wissen nichts davon, also kann es das nicht geben!

Ich möchte Herrn Lambecks Forschungs-Vorschlägen Folgendes entgegenhalten:

1. Sie werden bereits bei der Auslese der Probanden ein Problem bekommen. Denn Sie werden immer nur die schlechten oder bestenfalls mittelmäßigen Therapeuten dazu überreden können, bei Ihren Versuchen mitzumachen. Ihre Versuche schließen jegliche Form von Spiritualität aus, und das schreckt jeden Heiler ab, der sich nicht um sein aufgeblasenes Ego, sondern um das Wohl seiner Klienten kümmern will.

2. Therapieren und Forschen schließen sich gegenseitig aus. Ein Forscher verlangt zum Beispiel, dass die Beseitigung von Einflüssen durch

Erdstrahlen als Mono-Therapie erfolgt. Wenn der Krebspatient stirbt, ist das für den Forscher ein "gutes" Resultat, weil er dann "weiß", dass Erdstrahlen nicht maßgeblich am Entstehen des Krebses beteiligt sind. Für den echten Heiler ist so etwas zynisch. Krebs ist ein multifaktorielles Geschehen und verlangt auch multifaktorielle Therapie. Dem Heiler ist es egal, *was genau* geholfen hat, und sein Ego ist auch nicht auf das Lob angewiesen. Irgendwann muss also jeder die Entscheidung treffen: Will ich heilen oder forschen? Beides gleichzeitig geht nicht.

3. Martin Lambecks Physikbild schließt aus, dass es eine Schutz-Instanz in guten Heilern gibt, die sie davor bewahren, auf den Macht-Trip zu geraten. Ein Beispiel: Wenn ich an meinem Tensor-Seminar (<http://www.hpz.com/tensorseminar.html>) die Teilnehmer auffordere, mittels Tensor herauszufinden, auf welchen umgedrehten Kärtchen ein JA und auf welchen ein NEIN steht, versagen alle kläglich. Wenn ich jedoch den Auftrag erteile, für einen Anwesenden eine passende Bachblüte zu pendeln, dann ist die Trefferquote höher als 95 Prozent. Das heißt für mich, es gibt offensichtlich eine Instanz in uns (die alten Hawaiianer nannten sie das Obere Selbst), die dafür sorgt, dass unsere Intuition nur dort funktioniert, wo sie keinen Schaden anrichten kann. Mit anderen Worten: Selbst wenn Herr Lambeck und seine Jünger gute Heiler überreden könnten, bei ihren Versuchen mitzumachen, würden viele versagen, weil das Höhere Selbst an diesen langweiligen Tests schlicht und einfach kein Interesse hat. ..."

Wenn die Welt schon so verschieden ist aus der Sicht der Behandler, die solches Behandeln lange studiert und geübt haben, wie verschieden ist es dann erst aus der Sicht der zu Behandelnden, der Kranken?

Für den Krebskranken ist nicht der Krebs das unmittelbare Problem; das unmittelbare Problem ist Information. Und das erste, was man über Krebsinformationen herausfindet, ist dies: Im Grunde stimmt nichts davon. Das möchte ich gern erklären¹⁷⁵. Bei jeder Krankheit steht man vor zwei ganz verschiedenen Dingen. Zunächst einmal ist da der Krankheitsprozess selbst — ein Knochenbruch, eine Grippe, ein Herzinfarkt, ein bösartiger Tumor. Nennen wir diesen Aspekt der Krankheit "Erkrankung". Die Erkrankung ist mehr oder weniger wertfrei, weder wahr noch unwahr, weder gut noch schlecht — sie ist einfach, ihre Eigenschaft.

Zweitens aber hat ein Kranker mit der Haltung zu tun, die seine Gesellschaft oder Kultur gegenüber dieser Erkrankung einnimmt, also mit den Urteilen, Ängsten, Hoffnungen, Mythen, Geschichten, Wertvorstellungen

175 Ken Wilber "Mut und Gnade", Original 1991, deutsch 1996, 14. Aufl., München, GoldmannTB

gen, kurz mit der Bedeutung, die eine bestimmte Gesellschaft mit jeder Erkrankung verbindet. Nennen wir diesen Aspekt der Krankheit "das Leiden", ihre Gegebenheit. Krebs ist nicht nur eine Krankheit, ein medizinisch-wissenschaftliches Phänomen, sondern zugleich ein Leiden, das heißt ein mit kultureller und sozialer Bedeutung befrachtetes Phänomen. Die Wissenschaft sagt uns, wann und in welcher Weise wir krank sind; unsere Kultur oder Subkultur sagt, wann und in welcher Weise wir leidend sind.

Das ist nicht von vornherein schlecht. Wenn eine Kultur einer bestimmten Krankheit mitfühlend und verständnisvoll gegenübersteht, kann das Leiden als Herausforderung angesehen werden, als Heilungskrise und Chance. "Leidend" zu sein ist dann kein mit moralischen Urteilen verknüpfter Fluch, sondern eine Bewegung in einem umfassenden Prozess der Heilung und Gesundung. Wo das Leiden aus einer hilfsbereiten Haltung heraus positiv gesehen wird, hat die Krankheit viel bessere Heilungsaussichten — und der Mensch kann durch sie innerlich wachsen.

Menschen sind zur Bedeutung, zum Sinn, und damit zu Werturteilen verdammt. Es genügt nicht zu wissen, *dass* ich erkrankt bin; dieses *dass* bezeichnet nur meine Krankheit selbst. Ich will auch wissen, *warum* ich diese Krankheit habe. Warum *ich*? Was bedeutet *sie*? Was habe ich falsch gemacht? Wie konnte das passieren? Mit anderen Worten, ich will dieser Krankheit eine Bedeutung verleihen, und die liefert mir vor allem meine Gesellschaft mit all den Geschichten, Wertungen und Meinungen, mit denen sie eine bestimmte Erkrankung umgibt und damit zu einem Leiden macht.

Durch die Wissenschaft suche ich also meine Krankheit zu *erklären*, aber durch die Gesellschaft suche ich mein Leiden zu *verstehen* — *was bedeutet es*? Denn in dem Maße, wie ich zu dieser Gesellschaft gehöre, also *in ihr* bin, ist sie mit ihren Bedeutungszuweisungen und Urteilen *in mir*, sie sind mir in Fleisch und Blut übergegangen und bestimmen, wie ich mich selbst und mein Leiden verstehe. Entscheidend ist hierbei, dass der positive oder negative Bedeutungsgehalt — Entwicklungschance oder Strafe —, der einer Erkrankung beigemessen wird, sehr große Auswirkungen für mich und für den Verlauf meiner Erkrankung haben kann: Das Leiden ist häufig zerstörerischer als die Krankheit.

Zum Sinn verdammt: Wir lassen uns viel lieber einen schädlichen und negativen Sinn aufbürden, als gar keinen Sinn zu haben. Sooft eine Krankheit uns erwischt, ist die Gesellschaft zur Stelle mit einem Sack handlicher Bedeutungen und Urteile, anhand derer man versuchen kann,

sein Leiden zu begreifen. Und wenn die Gesellschaft über die wahren Hintergründe einer Krankheit wenig oder gar nichts weiß, entsteht Angst, und diese Angst erzeugt negative Urteile über den Charakter dessen, der das Pech hatte, sich die Krankheit zuzuziehen. Dieser Mensch ist nicht krank, sondern leidend. Solches Leiden, durch die Urteile der Gesellschaft definiert, wird nur zu leicht ein sich selbst verstärkender Teufelskreis: Warum gerade ich? Warum bin ich krank? Weil du böse warst. Und woran erkenne ich, dass ich böse war? Daran, dass du krank bist.

Es gibt natürlich Fälle, wo moralische Schwäche oder Willensschwäche (etwa die mangelnde Bereitschaft, mit einer schädlichen Gewohnheit aufzuhören) oder Persönlichkeitsfaktoren (etwa Depressivität) direkt zum Entstehen einer Krankheit beitragen können. Aber das ist etwas ganz anderes, als von einer Krankheit mit in erster Linie medizinischen Ursachen einfach aus Unwissenheit zu behaupten, sie sei durch moralische Defekte oder Schwächen verursacht. Hier versucht die Gesellschaft eine Krankheit einzuordnen, indem sie eine Seele verdammt.

Krebs ist nun eine Erkrankung, eine Krankheit, über die es sehr wenig gesichertes Wissen gibt, und deshalb ist Krebs eine Krankheit, um die sich zahllose Mythen und Geschichten ranken. Als Krankheit ist Krebs höchst unzureichend erforscht; als Leiden hat er gewaltige Ausmaße angenommen. Und wenn die Krankheit Krebs schon schwierig ist, vor dem Leiden Krebs kann man eigentlich nur verzagen.

Das erste, was Sie also wissen müssen, wenn bei Ihnen Krebs diagnostiziert wird, ist, dass fast alle Informationen, die Sie erhalten werden, mit Mythen durchsetzt sind. Und da die medizinische Wissenschaft, die Schulmedizin, in der Frage der Ursachen und auf dem Gebiet der Heilung des Krebses bisher weitgehend versagt hat, ist sie selbst mit unzähligen Mythen und Unwahrheiten behaftet.

Nur ein Beispiel: Die National Cancer Association der USA behauptet in landesweiten Anzeigenkampagnen, dass "die Hälfte der Krebserkrankungen jetzt heilbar" sei. Tatsache: In den letzten vierzig¹⁷⁶ Jahren hat es bei Krebspatienten keinerlei signifikanten Anstieg der Überlebensrate gegeben — trotz des viel gepriesenen "Feldzugs gegen den Krebs" und der Einführung ausgeklügelter Bestrahlungstechniken, Chemotherapien und chirurgischer Eingriffe. Die einzige Ausnahme bilden die Blutkrebse, Morbus Hodgkin und Leukämie, die gut auf Chemotherapie ansprechen. Die kümmerlichen etwa 2 Prozent Anstieg der Überlebensrate bei den übrigen Krebsarten sind fast gänzlich auf Früherkennung zurückzuführen; anson-

176 Also in den Jahren 1950 bis 1990 (J.B.)

sten sind die Prognosen kein Jota besser geworden, und bei Brustkrebs sogar schlechter!

Ärzte wissen das natürlich, sie kennen die Statistik. Und manchmal erlebt man sogar, dass einer es zugibt. Peter Richards war einer von diesen Ärzten. Er sagte zu uns: "Wenn Sie sich die Krebsstatistiken der letzten vierzig Jahre ansehen, stellen Sie fest, dass keine unserer Therapien die Überlebensrate erhöht hat. Das ist so, als wäre auf einer Krebszelle, wenn sie in unserem Körper auftaucht, ein (Sterbe-)Datum verzeichnet. Wir können manchmal das symptomfreie Intervall verlängern, aber an dem Datum selbst ändern wir nichts. Wenn auf der Krebszelle 'fünf Jahre' steht, können wir Sie diese fünf Jahre einigermaßen symptomfrei und funktionsfähig halten, aber alle unsere Behandlungen können offenbar diese fünf Jahre nicht verlängern. Deswegen hat sich bei den Überlebensraten in beinahe vierzig Jahren nichts getan. Vor einem größeren Durchbruch auf der biochemisch-genetischen Ebene können wir mit keinem echten Fortschritt bei der Krebstherapie rechnen."

Was tut nun der Arzt in dieser Lage? Er weiß, dass seine Interventionsmethoden — Operation, Chemotherapie, Bestrahlung — letztlich nicht viel nützen, aber irgendwas muss er ja tun. Ganz einfach: Da er keine Herrschaft über die Krankheit hat, versucht er das Leiden unter Kontrolle zu bringen. Er versucht also, die Bedeutung des Krebs zu definieren, indem er dem Patienten eine bestimmte Betrachtungsweise der Krankheit verordnet, nämlich dass die Krankheit etwas ist, was der Arzt versteht und medizinisch behandeln kann, und dass jeder andere Ansatz nutzlos, wenn nicht schädlich sei. Das bedeutet in der Praxis, dass der Arzt zum Beispiel Chemotherapie verordnet, *obwohl er weiß, dass sie nichts bewirken wird.*

Diese Erkenntnis war für mich absolut schockierend, aber diese Praxis ist durchaus üblich. In einem hoch angesehenen und von einem unbestrittenen Experten verfassten Text über Krebs (The Wayward Cell von Victor Richards) wird ausführlich erörtert, weshalb Chemotherapie, unter diesen und jenen Umständen, nichts bewirkt; aber dann heißt es weiter, dass man die Chemotherapie unter eben diesen Umständen trotzdem verordnen soll. Weshalb? Weil das "den Patienten in seiner Ausrichtung auf die eigentlichen medizinischen Autoritäten bestätigt". Im Klartext: Der Patient wird so davon abgehalten, sich anderweitig umzutun, er wird von der Schulmedizin bei der Stange gehalten, einerlei ob sie in seinem Fall helfen kann oder nicht.

Das ist keine Behandlung der Krankheit, sondern die Behandlung

dessen, was wir Leiden nannten; man versucht, dem Patienten ein bestimmtes Krankheitsverständnis und damit zugleich auch bestimmte Therapie-Alternativen zu suggerieren. Aber worum geht es hier, wenn die Behandlungen an der Krankheit doch nicht viel ändern? Es geht darum, dass sie das Leiden, das heißt die Einstellung des Patienten zu seiner Krankheit, beeinflussen und damit bestimmen, auf welche Autoritäten er hören wird und weiche Therapien er akzeptieren wird.

Ich mache den Ärzten deshalb keinen Vorwurf; sie sind weitgehend hilflos und die Patienten blicken mit verzweifelter Hoffnung zu ihnen auf. Und ich selbst bin noch nie einem Arzt begegnet, von dem ich annehmen musste, dass er seine Patienten böswillig manipuliert. Im großen und ganzen sind diese Ärzte untadelige Menschen, die unter schier unmöglichen Bedingungen ihr Bestes geben. Sie sind hilflos wie wir. Nur ist eben die Krankheit selbst eigentlich eine ziemlich klare Sache, während das Leiden Glaubenssache ist, also religiösen Charakter hat. Da an der Krankheit Krebs nicht viel zu ändern ist, sind die Ärzte gezwungen, das Leiden Krebs zu behandeln; hier aber sind sie eher als Priester denn als Wissenschaftler gefragt, und für diese Rolle haben sie einfach die falsche Ausbildung. Aber in einer Demokratie der Leidenden wird, auf allgemeinen Wunsch, der Arzt zum Hohenpriester.

Das also ist der Punkt, von dem man ausgehen kann: Viel von dem, was gute und wohlmeinende Ärzte einem über Krebs sagen, ist mit Mythen vermischt, weil sie nicht einfach nur Ärzte sein können, sondern auch die Funktion des Priesters haben und mit der Bedeutung einer Krankheit jonglieren müssen. Was sie verlauten lassen, ist nur zum Teil Wissenschaft, zum anderen Teil Religion. Folge ihren Behandlungsplänen, und du findest Erlösung; wende dich anders wohin und du fällst der Verdammnis anheim.

So macht sich der Kranke an die intensive Erforschung praktisch aller verfügbaren alternativen Behandlungsmethoden: Makrobiotik, Gerson-Diät, Kelley-Enzyme, Burton, Burzynski, Operationen durch Geistheller, Heilung durch Glauben, Livingston-Wheeler, Hoxsey, Laetrile, hochdosierte Vitamine, Immuntherapie, Visualisation, Akupunktur, Affirmationen und so weiter.

Und wo die meisten schulmedizinischen Informationen entweder ohne Beweiskraft oder gerade heraus negativ sind, besteht alternative "Information" größtenteils aus der Beschreibung von Einzelfällen und ist unerbittlich positiv. Beim Lesen von alternativer Literatur befällt einen das schwindelerregende Gefühl, dass *jeder* schulmedizinisch Behandelte stirbt

und jeder alternativ Behandelte gerettet wird (mit Ausnahme derer, die vorher in den Klauen der Schulmedizin waren; die sterben alle). Schnell wird einem klar, dass die alternative Medizin — was auch immer sie gegen die *Krankheit* Krebs zu leisten vermag — sich hauptsächlich der Behandlung des *Leidens* Krebs widmet: positive Sinnggebung, moralische Unterstützung, vor allem Hoffnung für die mit der Krankheit Geschlagenen. Ihre Ausrichtung und ihre Botschaft sind eher religiös als medizinisch, weshalb ihre Literatur auch praktisch keine wissenschaftlichen Untersuchungen bietet, dafür aber Hunderte von Glaubensbekenntnissen.

Zuerst geht es also wohl darum, sich durch diesen Informationsberg hindurch arbeiten, um vielleicht eine Handvoll Fakten (im Unterschied zu Propaganda) zu gewinnen, an denen man sich orientieren könnten. Dann müsste man sich mit dem Leiden Krebs auseinandersetzen, mit all den Bedeutungen und Urteilen, die unsere Kultur und ihre Subkulturen dieser Krankheit anhängen. Hier nur einige der meist sehr entschieden vorgetragenen Anschauungen:

1. Christlich — die Botschaft der Fundamentalisten: Krankheit ist letztlich die Strafe Gottes für irgendeine Sünde. je schlimmer die Krankheit, desto schauriger die Sünde.
2. New Age — Krankheit als Lektion: Du legst dir selbst diese Krankheit zu, weil du etwas Wichtiges durch sie zu lernen hast, um dann deine spirituelle Entwicklung fortsetzen zu können. Der Geist allein erzeugt die Krankheit, und der Geist allein kann sie heilen. Eine yuppisierte postmoderne Version der Christlichen Wissenschaft.
3. Schulmedizin — Krankheit ist im wesentlichen eine biophysikalische Störung aufgrund von biophysikalischen Faktoren (von Viren über Traumata bis zu genetischer Veranlagung und auslösenden Umweltfaktoren). Bei den meisten Erkrankungen zerbricht man sich über psychologische und spirituelle Behandlungsformen am besten gar nicht erst den Kopf, denn meistens sind sie wirkungslos und verhindern eher, dass einem die richtige medizinische Versorgung zuteil wird.
4. Karma — Krankheit ist die Folge von negativem Karma, das heißt, irgendein ungutes Handeln in der Vergangenheit (früheren Leben) reift jetzt zu einer Krankheit aus. Die Krankheit ist insofern "schlecht", als sie für frühere Missetaten steht; "gut" ist sie in dem Sinne, dass der Krankheitsprozess selbst für das Verbrennen und Läutern der früheren Missetaten steht; er ist ein Purgatorium.
5. Psychologisch — oder wie Woody Allen sagt: "Ich werde nicht wütend; ich kriege statt dessen Tumoren." Dahinter steht, zumindest in der Pop-Psychologie, dass verdrängte Emotionen Krank-

6 Wer und was bin ich? – 6.5 Beispiel Krankheit

heiten verursachen. Die extreme Form: Krankheit ist Todesverlangen.

6. Gnostisch — Krankheit ist eine Illusion. Das gesamte manifeste Universum ist ein Traum, ein Schatten, und frei von Krankheit kann man nur sein, wenn man von der Illusion des Manifestierten ganz frei ist, wenn man aus dem Traum erwacht und die Eine Wirklichkeit hinter dem manifesten Universum entdeckt. Der Geist ist die einzige Wirklichkeit, und im Geist gibt es keine Krankheit. Eine extreme und etwas verquere Spielart der Mystik.
7. Existentiell — Die Krankheit an sich hat keine Bedeutung. Sie kann nur eine Bedeutung gewinnen, wenn ich ihr eine *gebe*, und ich allein bin verantwortlich für diese Entscheidung. Menschen sind endlich und sterblich, und die einzig authentische Haltung gegenüber der Krankheit besteht dann, sie als Aspekt unserer Endlichkeit zu akzeptieren, auch wenn wir ihr eine persönliche Bedeutung geben.
8. Ganzheitlich oder holistisch — Krankheit ist das Produkt physischer, emotionaler, mentaler und spiritueller Faktoren, die nicht voneinander zu trennen sind und von denen keiner ignoriert werden kann. Die Behandlung muss alle diese Dimensionen berücksichtigen (was allerdings in der Praxis meist doch auf ein Umgehen von schulmedizinischen Therapien hinausläuft, auch wenn diese vielleicht helfen könnten).
9. Magisch — Krankheit als Vergeltung: "Ich verdiene diese Krankheit, weil ich mir gewünscht habe, dass Soundso stirbt." Oder: "Ich tue mich besser nicht so sehr hervor, sonst passiert mir was Schlimmes." Oder: "Wenn ich zu viel Gutes erfahre, muss irgendwann was Schlechtes kommen." Und so weiter.
10. Buddhistisch — Krankheit ist ein unausweichlicher Bestandteil der Erscheinungswelt. Die Frage nach dem Warum der Krankheit ist ebenso sinnlos wie die Frage nach dem Warum der Luft. Geburt, Alter, Krankheit und Tod — das sind die Kennzeichen dieser Welt, in der alle Phänomene flüchtig, leidvoll und ohne Selbst-Wesenheit sind. Erst in der Erleuchtung, dem reinen Nirwana-Gewahrsein, ist Krankheit endgültig transzendiert, denn dann ist die Welt der Phänomene überhaupt transzendiert.
11. Wissenschaftlich — Worin die Krankheit auch bestehen mag, sie hat eine bestimmte Ursache oder Gruppe von Ursachen. Einige dieser Ursachen sind ermittelt, andere sind unberechenbare Zufallserscheinungen. Jedenfalls hat die Krankheit keine Bedeutung oder gar einen tieferen Sinn. Es gibt hier nur Zufall und Notwendigkeit.

Es liegt in der Natur des Menschen, dass er auf der Suche nach Sinn in einem Meer der Bedeutungen schwimmt — Wahnheiten.

Ein kleines Kind stößt beim Spielen gegen einen Tisch und erlebt den dabei ausgelöst plötzlich auftauchenden Schmerz als zu diesem Tisch gehörend. Die Mama unterstützt diese Sichtweise unbewusst mit den tröstend gemeinten Worten: "Der böse Tisch!". So oder so ähnlich verlaufen sehr viele Grunderfahrungen junger Menschen in der Begegnung mit der Welt — sie wird folgerichtig aufgeteilt in gut und böse, richtig und falsch — feste Glaubenssätze entstehen.

Später differenzieren sich diese Ansichten zu eigenen festen Meinungen über die Welt und das Leben und korrespondieren mit gelebtem Verhalten. Wenn in diesem Kontext Krankheiten auftauchen, werden diese wie der böse Tisch wahrgenommen: Der böse Krebs wird bekämpft und weggeschnitten. Der Träger des Krebses wird zum unschuldigen Opfer erklärt, dem man helfen muss — trösten wie Mami. Was läuft da falsch? Warum hat sich diese herrschende Meinung so fest etabliert?

Der Tisch hat niemals etwas aktiv getan; er stand nur herum — das Kind lief gegen ihn. Da es existenziell keine Krankheiten gibt, sondern nur kranke Menschen, ist eine Krankheit immer zum Krankheitsträger zugehörig — wird vom ihm "produziert". Hinter der Krankheit liegt immer ein aktives Geschehen für und vielleicht manchmal gegen die Regeln des Lebens. Jede Krankheit ist aktiv erzeugt, so wie der Schmerz, den das Kind spürt, wenn es gegen den Tisch stößt. Sollen wir jetzt den Tisch bekämpfen oder dem Kind geschickteres Laufen beibringen? Die Schulmedizin hat sich auf's Tischerücken spezialisiert — keiner kann besser Symptome bekämpfen als sie — doch von Heilung hat sie anscheinend wenig Ahnung.

Doch was ist Krankheit? Bei sehr vielen "Krankheiten" lässt sich feststellen, die Seele spricht zum Körper "Sag Du es ihm — auf mich hört er nicht". Ich brauche nur auf meine Wörter zu achten: ich hab die Nase voll; ist mir auf den Magen geschlagen; Laus über die Leber gelaufen. Jedes mal, wenn ich meinen Wörtern, leichter mit der Hilfe eines Gegenüber, nachgehen konnte, war im Nu meine Krankheit verschwunden.

Das lässt sich sogar systematisieren, z.B. mit der Meridian-Energie-Technik, dem Bodytalk-System oder mit der Synergetik.

Stresst mich ein starkes Gefühl oder ein Krankheitssymptom, so kann ich die zutreffende Formulierung finden und diese als Heilungssatz und als Behandlungssatz über die aus der Akupunktur bekannten Meridiane auf den Energiekörper bringen¹⁷⁷. Bei mir hat das in jedem Falle funktioniert!

177 Rainer Franke u. Ingrid Schlieske "Klopfen Sie sich frei"; Reinbek; 3. Aufl. 2006

Der Körper besitzt eine innere Weisheit, die uns mitteilen kann, was im Organismus nicht in Ordnung ist und wie und in welcher Reihenfolge wir die Gesundheit wiederherstellen können. Mit Hilfe des BodyTalk-Systems¹⁷⁸ können wir zu dieser Weisheit Kontakt aufnehmen. Das klare, leicht durchzuführende Kommunikationsverfahren des BodyTalk lässt den Körper selbst zu Wort kommen, so dass jeder Anwender, ganz gleich mit welcher Heilmethode er arbeitet, seine Arbeit auf die Bedürfnisse des jeweiligen Organismus einstellen kann. So ist es nicht verwunderlich, dass Heilung schneller und effektiver geschieht, wenn Körper und Geist mit dem Anwender kooperieren. BodyTalk stellt ein eigenständiges Programm zur Verfügung, das für sich selbst stehen oder andere Therapieformen unterstützen kann. Der Körper besitzt die Fähigkeit, sich selbst tief und dauerhaft zu heilen.

Synergetik, entwickelt von Prof. Dr. Hermann Haken, beschreibt als eine neue moderne Strukturwissenschaft dieses neue Verständnis von der Welt. Sie ist die Wissenschaft vom Zusammenwirken von Teilen zu einem sich selbst strukturierenden Ganzen und erklärt im Verbunde mit anderen Strukturwissenschaften wie Systemtheorie und Chaostheorie so komplexe Geschehnisse wie die Entstehung von Schäfchenwolken, Meeressandmuster, Strudelbildungen sowie die vielfältigen Wachstums-, Regenerations- und Evolutionserscheinungen von Lebewesen.

Diese Tendenz des Lebens, eine aus sich selbst heraus gestaltete Entwicklung zu nehmen, lässt sich eindeutig auch in den Selbstorganisationsprozessen der Energiebilder im Gehirn wiederfinden. Jedoch gibt es dort Kräfte, die diese Selbststrukturierungsprozesse in bestimmte Richtungen lenken und so zu archetypischen Ordnungsmustern führen. D.h. man muss dem Gehirn nicht sagen, wohin es sich selbstorganisatorisch entwickeln soll, sondern nur die Prägungsblockaden dahin herausnehmen oder auflösen.

Das wesentliche Prinzip wird mit dem Begriff der Selbstorganisation umschrieben. Wahrnehmungsprozesse und Lernprozesse unterliegen auch diesem Prinzip, da das Gehirn ein sich selbst organisierendes Verhalten zeigt. In den synergetischen Innenweltreisen kann man dieses Prinzip der Selbstorganisation erleben, denn Wahrnehmungsveränderungen zeigen sich durch Veränderungen der inneren Bilder. Es ist wie eine aktive Selbsterfahrungsreise durch das eigene Gehirn. Das Know How wurde von Bernd Joschko¹⁷⁹ in den letzten 20 Jahren gesammelt und in der Me-

178 John Veltheim: "Das Body Talk System"; Alf Lüchow Verlag, Berlin; ISBN: 3-932761-21-9

179 <http://www.bernd-joschko.de> (website-Stand: 3.2005)

thode der Synergetik-Therapie¹⁸⁰ zusammengefasst. Synergetik Therapie ist keine übliche Heilmethode, sondern eine Anleitung zur Selbstheilung durch Selbsterfahrung in der eigenen Innenwelt. Dies führt auffällig oft zu Selbstheilungsprozessen auch auf der Körperebene. Heilung kann nicht gezielt erzeugt werden, sondern ist das Nebenprodukt einer intensiven Selbsterfahrung und Lebensveränderung. Heilung ist hier in einem sehr umfassenden Sinne gemeint, etwa gemäß der bekannten Gesundheits-Definition der WHO.

Homo Sapiens sapiens, dieser domestizierte Primat, hat sich ja ziemlich weit entfernt von den Bedingungen einer artgerechten Haltung: Industriell denaturierte Nahrung, Massenhaltung in zu kleinen Käfigen, merkwürdige Bewegungsarten, Elektrosmog, eine Unzahl von neuen Chemiestoffen in der Umwelt, das sind alles Bedingungen, auf die sein Organismus nicht eingerichtet ist, mit denen er aber gerne bequem leben will¹⁸¹ und dabei die körperlichen Folgen in Kauf nimmt.¹⁸²

Nur ein paar Beispiele: Nicht nur Umweltkatastrophen, auch täglich in die Atmosphäre geleiteten Nervengifte wie Blei und Quecksilber könnten die intellektuellen Fähigkeiten von Millionen von Kindern und Erwachsenen massiv beeinträchtigen. Bei einem Anstieg der Bleiwerte in Blut und Knochen nimmt der Intelligenzquotient ab. Die Formel lautet: Bei 10 Mikrogramm Blei auf 10 Milliliter Blut sinkt der IQ um 5 Punkte. Blei ist nun mal ein Fremdstoff für unser Nervensystem, es beeinflusst vor allem die Nervenleitgeschwindigkeit — die Nervenzellen können sich nicht mehr synchron entladen — und es beeinflusst die Enzymaktivitäten und den Calciumstoffwechsel. Das hat Folgen für die Leistungsfähigkeit und Vielfalt des Gehirns. Es gibt sogar Arbeiten, die Schäden für weniger als 5 Mikrogramm Blei pro Deziliter angeben. Die Selbstkontrolle der Chemieindustrie versagt beim Schutz der Menschen.

180 <http://www.synergetik.net> (website-Stand 3.2005)

181 Dtsch Arztebl 2003; 100, S. A1221 [Heft 19]: Lt. Studie der Gmünder Ersatzkasse (GEK) beanspruchen etwa 20% der Versicherten rd. 90% der Kassenausgaben. 2,5% der Mitglieder verursachen fast die Hälfte der Kosten. Die Studie zeigt, dass es die zum großen Teil durch anderen Lebensstil oder sinnvolle Ernährung vermeidbaren Volkskrankheiten und ihre Folgeschäden sind, die diese enormen Kosten verursachen. Die Ausgaben steigen nicht mit dem Alter der Versicherten, sondern altersunabhängig kurz vor dem Tod.

182 Dtsch Arztebl 2005; 102: A 1889–1895 [Heft 26]: Prof. Dr. med. Klaus-Dieter Kolenda, Ostseeklinik Schönberg-Holm "Wirksamkeit von Lebensstilveränderungen im Vergleich zur medikamentösen Therapie". Im Rahmen der Sekundärprävention der Behandlung der koronaren Herzkrankheit (KHK) wird die Wirksamkeit von Veränderungen des Lebensstils mit der Wirksamkeit der etablierten medikamentösen Therapie verglichen. Die Wirksamkeit der in der Untersuchung angeführten Lebensstilveränderungen in der Summe dürfte die Effektivität einer kombinierten medikamentösen Therapie um das Mehrfache überschreiten.

Besonders betroffen sind tatsächlich Kinder — nicht nur die der Dritten Welt, sondern alle. Am Ende einer Schwangerschaft und in der ersten Zeit nach der Geburt können Blei und Quecksilber das Wachstum und die Wahrnehmungsfähigkeit beeinträchtigen.

Bedeutsam ist auch Mangelernährung für die intellektuelle Entwicklung. Das Gehirn des Menschen macht mit rund 1,4 Kilogramm Gewicht etwa 2 Prozent des Körpergewichts aus; sein Energieverbrauch beträgt schon im Ruhezustand mehr als 20 Prozent vom Gesamtverbrauch des ganzen Körpers. Von jeglicher Energie, die wir aufnehmen, geht mindestens ein Fünftel an das Gehirn! Kinder, die mit 3 Jahren einer Unterernährung ausgesetzt waren, haben mit 11 Jahren einen niedrigeren IQ, auch bei sonst guten Lernbedingungen.

Kinder, die mit Kaiserschnitt entbunden wurden, haben ein höheres Risiko, an Diabetes, Asthma oder Krebs zu erkranken. Schwedische Forscher¹⁸³ entdeckten bei Kindern, die mit einem Kaiserschnitt zur Welt gebracht worden waren, chemische Veränderungen an den Grundbausteinen der Erbsubstanz. Bei Kindern, die mit vaginaler Geburt geboren wurden, waren diese nicht nachweisbar. Eine entscheidende Rolle für diese Auffälligkeit könnte nach Meinung der Stockholmer Forscher das unterschiedliche Stressniveau für die Neugeborenen als Folge der beiden Entbindungsformen spielen. In Deutschland wurden laut Statistischem Bundesamt 2007 bereits knapp 30 Prozent aller Neugeborenen mit Hilfe des Chirurgen zur Welt gebracht. 1995 waren es nur halb so viele.

Sind die so Geschädigten krank oder gesund? Die Antwort scheint im Bewusstsein zu liegen. Gesund ist, wer noch nicht ausreichend untersucht wurde. Gesund ist, wer gar nicht darüber nachdenkt. Gesund ist, wer am Leben seiner Umwelt, seines Umfelds, ohne biologische, psychische oder soziale Einschränkung teil hat. Nicht, dass es an unterschiedlichen Definitionen fehlen würde, was unter Gesundheit zu verstehen ist. Ihnen allen gemein ist eines: Gesundheit ist eine Unbewusstheit, eine Selbstverständlichkeit, ein Zustand, der sich nicht selbst kennt, aber an seinen Auswirkungen zu erkennen ist, vor allem erstmal von außen.

Jemand, dessen Körper ihm keinen Stress bereitet, scheint ungehemmt seinem Willen folgen zu können. Das spielende Kind ist dafür das Vorbild — neidisch gucken Erwachsene zu, wie Kinder ihren Körper ohne jede erzwungene Rücksicht nutzen, ausprobieren — weil er frisch ist und reibungslos funktioniert. Umgekehrt sind das Entsetzen und das Erbarmen mit dem unheilbar kranken Kind um so größer. Denn nicht nur kann es

183 Ausgabe Juli-2009 des Fachmagazins Acta Paediatrica

sein Leid nicht verstehen, sein Anblick zerstört auch das Ideal: die Wunschvorstellung von unbewusster Gesundheit.

Für Erwachsene existiert dieser Zustand praktisch nicht, jedenfalls nicht in den reichen Ländern. Hier gehört zum Erwachsenwerden unweigerlich auch ein Körperbewusstsein, das umspült wird von gesellschaftlichen und kulturellen Warnungen vor Krankheit und Abnormalität. Solche Virtualitäten, Wahnnehmungen lasse ich in meinem Kopf sich verselbständigen und schmücke sie aus mit meinen Geschichten. Ich mäste einen virtuellen Virus.

Psychische Verletzungen können ja echt weh tun oder krank machen, weil dadurch physische Reaktionen ausgelöst werden. Anstatt dass die Psyche nun die falschen Realitäten als Virtualitäten erkennt, versucht sie mit der Auswirkung der Reaktionen fertig zu werden. Das entspricht jedoch nur einer kurzsichtigen Symptombehandlung. Die von der vermeintlichen "Realität" ausgelösten psychischen Schmerzen und Spannungen müssen jetzt gelindert, umgeleitet oder sonst irgendwie unschädlich gemacht werden.

Sicher, ein Knochenbruch muss geschient werden. Aber hat jede Abweichung von statistischen Normalwerten schon Krankheitswert? Sie hat wirtschaftlichen Wert für den Umsatz unserer Gesundheitsindustrie. Wer setzte die Norm? Dass Gesundheit das höchste Gut sei, ist erst eine Erfindung unserer hysterisierten Gesellschaft.

Gesundheit hat sich zur Religion verändert¹⁸⁴. Wobei der Ansatz, Gesundheit zur Religion, Gesundheitsverhalten zum religiösen Ritual, Ärzte zu Priestern und den gesunden Körper zur Gottheit zu erklären, ja etwas für sich hat. Meist sind es die Priester, sprich, die Ärzte selbst, die vom Anspruchsdenken entnervt darauf hinweisen, dass der Kult, von dem sie selbst profitieren, wenig Rationales an sich hat, jedenfalls was den ursprünglichen Job, das Heilen, angeht.

Das Anspruchsdenken entspringt der religiösen Überzeugung, dass eine Gesellschaft, die Gesundheit als höchsten gemeinsamen Wert kennt, natürlich gerne bereit sei, alles dort hinein zu investieren. So gesehen wäre die Gesundheitsreligion nicht wie andere Religionen Grundlage einer Kultur von Bescheidenheit und Beschränkung hin auf einen höheren Sinn, sondern einer Kultur des Forderns und der Selbstvervollkommnung.

184 Manfred Lütz: "Lebenslust"; 2002; PATTLOCH VLG IM WELTBILD

Pascal Bruckner¹⁸⁵ schrieb "... Ebenso bringt uns der Gesundheitsfanatismus dazu, jeden einzelnen Moment des Lebens zu "medikalisieren", anstatt uns eine angenehme Sorglosigkeit zu erlauben. Alles, was bisher zum Savoir-vivre gehört hatte, wird nun therapeutisch interpretiert: Gemeinschaftliche Rituale und Annehmlichkeiten werden in Sorgen verwandelt und gemäß ihrem Nutzen oder ihrer Schädlichkeit eingestuft. Die Nahrung, beispielsweise, wird nicht mehr nach gut oder schlecht unterschieden, sondern nach gesund oder ungesund. Das Vorschriftsmäßige siegt über das Schmackhafte, das Ausgewogene über das Einseitige. Der Tisch ist nicht mehr nur ein Altar der Köstlichkeiten, ein Moment des Miteinander und des Austauschs, sondern auch ein Apothekertisch, auf dem man minutiös Fette und Kalorien abwägt und gewissenhaft Nahrungsmittel kaut, die nur noch Medikamente sind. Denn es geht nicht mehr darum, die uns gewährte Zeit voll auszukosten, sondern so lange wie möglich durchzuhalten: Auf die Vorstellung von Lebensabschnitten folgt die der Langlebigkeit.

Doch unsere erbärmlichen Ausflüge ins gelobte Land der vollkommenen Gesundheit stehen den Kasteiungen der Frommen von einst in nichts nach. Indem man jegliche Anomalie, jegliche Schwäche eliminieren will, leugnet man am Ende die grundlegende Tugend der Gesundheit: die Gleichgültigkeit gegenüber sich selbst oder, wie Leriche sagte, die "Stille der Organe" (auch wenn diese trügerisch ist). Man trägt das Büßerhemd nicht mehr, um die Leidenschaft des rebellischen Fleisches zu zügeln, sondern um den Körper dafür zu bestrafen, dass er nicht dem Ideal entspricht. Ein Erfolg der alten christlichen Verheißung der Unsterblichkeit und der Auferstehung der "ruhmreichen Körper", die unveränderlich, unverweslich und unvergänglich waren, und von der die gesamte Science-fiction nur ein Abklatsch ist. Unser wissenschaftsgläubiger Größenwahn ist direkt aus der Religion hervorgegangen, als deren Vollendung er sich versteht. ..."

Viele Menschen sind so von ihrem Weg abgekommen. Sie ignorieren den Weg ihres Herzens, weil es ihnen sicherer erscheint, so unglaublich das klingen mag. Es scheint, es gibt Millionen von Leuten, die in erster Linie alt werden wollen, als wären sie Sklaven ihrer Körper. Anstatt sich als Menschen hin zum Guten oder gegen das Böse zu wenden, behaupten sie einfach, das sei Sache der Regierungen. Und die Regierungen sagen dann, zum Erhalt der Sicherheit müsse es Armeen geben, also werden Armeen ausgehoben – viele Arten von Armeen, Soldaten, Sozialarbeiter,

185 Pascal Bruckner: "Verdammt zum Glück – Der Fluch der Moderne"; 2002; Aufbau Taschenbuch Verlag

Mediziner und andere Arten. Alle diese Armeen wiederum bestehen auf Kriegen, um Sicherheit zu garantieren, also werden Kriege geführt. Und Kriege töten Kinder und verschlingen Seelen, die keine Gelegenheit hatten, Reife zu erlangen. Und das alles nur, weil die Menschen lieber alt werden wollen, anstatt wahrhaftig zu sein.

Wenn die Oberpriester der Gesundheitsreligion, die medizinischen Verbandsfunktionäre von "Ethik des Heilens" reden, wird der Fundamentalismus und die Archaik dieser Religion deutlich: Sie verlangt Menschenopfer, indem sie lebendige Menschen, die jedoch ihr Großhirn ausgeschaltet haben und mit denen kommuniziert werden kann (vgl. 4.12 Selbstverantwortung, Fußnote "Dialog mit den Sprachlosen"), zu Hirn-"Toten" erklärt und zum Ausschlachten freigibt für Organtransplantationen. Und ebenso verlangt ihr Kult auch Opfer durch Sterbeverlängerung.

Wir leiden kollektiv an einer Normopathie¹⁸⁶. Ich kenne viele "Behinderte". Jede/r von ihnen ist für mich ein besonderes Geschenk mit eigenartigen Begabungen, die mir Normopathen fehlen. Niemand kann für einen anderen bestimmen, was Lebensqualität ist. Dennoch, landläufig wird Gesundheit als Abwesenheit von störenden Symptomen verstanden. Was stört wen und warum? Kein Arzt konnte mir sagen, was gesund 'wirklich' sei. Was ist die Krankheit, was das Symptom, was die Reinigung, was die Heilung? Was ist nur Folge von Pharma-Werbung?

Am Krankenbett streiten die Chirurgen mit den Internisten, die mit den Psychologen. Schulmediziner, Heilpraktiker, Homöopathen, Anthroposophen, Ayurvediker, Schamanen, Geistheiler, jeder in seinem System von Wahrheit und Wahnheit, alle führen miteinander, gegeneinander Glaubenskriege. Gilt: "Wer heilt, hat recht"? Der Kranke kann sich zum Objekt von Heilungsbegierden machen. Der Kranke aber braucht keine Ersatzteile wie eine triviale Maschine.

Der Mensch ist keine Anordnung von Zellhaufen, in oder zwischen denen irgend etwas physikalisch, chemisch oder biologisch, psychologisch oder metaphysisch aus dem Gleis gelaufen sei, sondern ist ein Mensch, ein Wesen von Körper, Geist und Seele — jedes Organ eine Ganzheit, ihn verkörpernd in einem Aspekt seines Wesens. Jede Zelle enthält die komplette Bibliothek seiner Gene und damit ein Script der Möglichkeiten dieses einzigartigen Menschen, die Gene als das Klavier auf dem die Epigenetik die Melodien dieses Lebens des Menschen spielt.

186 Die Krankheit, den "Normal-Werten" entsprechen zu wollen, ohne zu fragen, was ist "normal", wer setzte die Norm und in wessen Interesse. Gesund sei nicht, wer sich wohl fühlt, sondern wer kürzlich beim Check war und das ohne Befund.

Dieser Mensch ist ein sich selbst organisierendes Universum von Universen. Mittelpunkt des ganzen Universums; schlichte Mathematik - 'im Unendlichen ist jeder Punkt der Mittelpunkt'. Und doch nur ein Punkt. An der großen, universalen Ganzheit gemessen ist dieser Mensch noch weniger als ein Staubkorn, bewegt von Winden, die sein Wahrnehmungsvermögen weit übersteigen. Und er ist dennoch vollständige Ganzheit, die auf dieses Wehen nur selbst antwortet, im alltäglichen, kollektiven Handeln¹⁸⁷ und auch wo er, nichts ahnend, von anderen Kräften in Dienst genommen wird, oder, ahnend, "in der Furcht des Herrn" steht, wie das die christlichen Kirchenväter mal formuliert haben.

Für den Kranken ist diese universale Fülle teilweise verborgen. Ich könnte ihn fragen "Was ist das in Dir, das nicht sein darf?" Was ist das Verborgene, das Abgelehnte? Therapie (gr.: 'therapeuo' = dienen, verehren, [aus-]bilden) oder 'Behandlung' (= mit den Händen führen) könnte mich, den Kranken, erkennen lassen, wer ich alles bin, und sei es noch so schrecklich. Therapie könnte mich unterstützen, das dann anzunehmen — bedingungslos, ohne wenn und aber. Mir fließt dann alle Kraft dessen zu, wer und was ich bin. Auch alle die Kraft, die ich bis dahin in den Versuch gesteckt hatte, Anteile, die nicht sein durften — warum auch immer — zu unterdrücken. Ich war kraftlos geworden, weil ich die Kraft der unterdrückten Anteile nicht offen hatte, diese Kraft statt dessen dazu benutzt hatte, diese Anteile zu unterdrücken. Ich hatte Virtualitäten und Realitäten verwechselt.

Es könnte genauso sein, dass ich in dem Gewebe der unwissbaren Realität gar nicht der Aktive bin, dass ich einfach zu dienen habe. Jemand verwickelt mich in einen Unfall und für ihn ist das die wichtige Lehre für sein Leben. Es könnte genauso sein, dass mein Kranksein, meine Verwirrung einfach erstmal praktische Handreichung erfordert. Der Zuckerspiegel ist zu hoch, mein Wasserhaushalt ist durcheinander – erstmal drei Wochen jeden Tag drei Liter Wasser trinken. Danach kann wieder Normalität eintreten, der bewusstlose Zustand von 'gesund'.

Sicher, es geht auch ganz anders. Ein Freund schrieb vor einiger Zeit: "Zur Zeit höre ich eine wundervolle Atem-CD von Jesu Kabbal, einem Mystiker. Es wird auch dadurch so klar, all die tiefen Probleme kann ich mir

187 So errechnet die Firma meteolytix GmbH in Kiel mit einer Treffersicherheit von 90 (!) Prozent bei den Prognosen über alle Warengruppen die Vorhersage von Umsätzen, die ein Einzelhändler oder ein Handelsunternehmen erzielen wird. Aus historischen regionalen Wetterdaten, also dem Wetter vergangener Jahre, und den dazugehörigen Umsatzzahlen errechnet die Firma den Zusammenhang zwischen Wetter und z.B. verkauften Backwaren. Das meteolytix-Modell berücksichtigt nicht nur den Einfluss des Wetters, sondern auch besondere Faktoren, wie Schulferien, Feiertage oder Flohmärkte.

anschauen, wenn sie beim tiefen Atem hervor kommen. Und ich atme weiter und erkenne, nur ein Film, der da vor mir abläuft. Mit Weinen und Lachen schaue ich mir in kürzester Zeit meine Geschichte selber an, unter dem Motto, sei dein eigener Arzt, mache einen Hausbesuch bei Dir selber. ... Keiner braucht etwas machen. Es macht sich von alleine, nicht auf der gedanklichen Ebene, sondern tiefer. Wer schon einmal von seinem Lachen "überfallen" wurde und wer einem solchen "Überfallenen" in die Augen geschaut hat, der weiß das; und das können wir üben¹⁸⁸."

Jede Erinnerung ist mit allen zur gleichen Zeit geübten Sinneseindrücken abgespeichert. Das Unbewusste ist in der Lage, durch einen Eindruck beziehungsweise ein Bild, das in ihm abgespeichert ist, auch Bruchstücke von Reizen zu diesem Bild zu ergänzen. Mutter Natur hat es im Laufe der Evolution für nützlich gehalten, dass wir nur 10% unserer Sinneseindrücke benutzen - die restlichen 90% tut das Gehirn aus seinem Fundus dazu. Das bedeutet, wir brauchen nur Bruchstücke einer Information, und unser Unbewusste vergleicht die Bruchstücke mit den in ihm existierenden Bildern. Wenn es fündig wird, erfolgt sofort die Reaktion. Auf diese Weise entsteht eine Früherkennung, aber auch die Möglichkeit der völligen Fehleinschätzung.

Der Mensch projiziert sein Erfahrungsbild in das Bruchstück des Geschehens und reagiert entsprechend seinem Erfahrungsbild. Die Wirklichkeit wird geschaffen, nicht erkannt. Im Gegenteil, sein etwaiges negatives Erfahrungsbild wird verstärkt, und er kann noch empfindlicher reagieren, er hört sozusagen das Gras wachsen. Der Mensch nimmt seine Gegenwart nicht mehr wahr. Er lebt in der Vergangenheit seiner Erfahrungen und erwartet so die Zukunft.

Das heißt, seine Erlebnisse, die im Unbewussten abgespeichert sind, prägen die Wahrnehmungen der Gegenwart. Und eben eine solche Funktion engt den Menschen in der Regel ein. Das kann zu Lebensunlust, Depressionen, Gewalt, Gemeinschaftsunfähigkeit und Krankheit führen. Wichtig für den inneren Selbstorganisationsprozess ist die Konfrontation mit den zu bearbeitenden Problemen. Auf Innenweltreisen, z.B., können verdrängte Inhalte sichtbar werden. Der auf einer solchen Innenweltreise auftauchende Vater beispielsweise ist nicht der real existierende Vater des Klienten, sondern das Erinnerungsbild dieses Vaters auf der Symbolebene, das aus den vergangenen (Kindheits-)Erlebnissen des Klienten gespeist wird. Dieses Vaterbild lebt nun in uns weiter, weil in Kopf und Bauch, in unseren beiden Hirnen die neuronalen Verbindungen dauerhaft

188 dazu die Werkzeuge des „Lachen ohne Grund“ von Dr. Mahan Kataria und Peter Cubasch, z.B. in www.lafa.at und www.humor.ch

daran geknüpft sind.

Gelingt es uns, ein negatives Erinnerungsbild positiv zu verändern, strukturieren sich auch die Gehirnverbindungen neu. Und so lassen sich Ereignisse im Nachhinein korrigieren. Begleitet von biochemischen Prozessen der neuronalen Umstrukturierung finden Gefühle wie unterdrückte Wut, Verzweiflung und Traurigkeit ein Ventil, um ausgedrückt und aufgelöst zu werden.¹⁸⁹ Eine Möglichkeit, die Dinge zu sehen. Ärgerlich wird das, wenn jemand sowas zur alleinseligmachenden Lehre erhebt, oder es gar zur esoterischen Weisheit verklärt.

Viele Menschen haben die Erfahrung gemacht, dass Ärzte vor allem versuchen, die Symptome der Krankheiten zu beheben, ohne sich sonderlich um die Hintergründe zu kümmern. Doch das natürliche System des Menschen funktioniert synergetisch. Die frei fließende Energie der Zellen, benannt als "Körperweisheit", kann sich verbinden mit den ordnenden Funktionen des Bewusstseins und des freien Willens. Das "Herumdoktern" an Symptomen muss auf lange Sicht versagen, weil es nur an der Oberfläche ansetzt. Ein Therapeut, der das Thema des Patienten gar nicht kennt oder es sogar in sich selber ablehnt, wird nicht dem Patienten helfen können, dieses Thema bei sich anzunehmen. Solch ein Therapeut kann gut darin sein, das Symptom, den Schmerz, die Bazillen wegzumachen, Herz oder Leber zu transplantieren, den Krebs zu bestrahlen. Die Biopathie, wie Wilhelm Reich das nannte, die "Krankheit am Leben"¹⁹⁰ bleibt unverändert.

Es bedarf aber des Therapeuten, des dienenden Gegenüber, des Anderen, des zweiten Systems, damit ich, der Kranke, meine Isolation aufbrechen, neu in Resonanz treten kann, denn alle Krankheit kann ja auch als Verhärtung der Regulationssysteme verstanden werden. Das ermöglicht mir, die Informationen und Entscheidungen zur zerstörenden Veränderung, z.B. Veränderung durch den Krebs oder die Lungenentzündung, die von meiner Kränkung herrühren, neu zu bewerten, meine Tradition neu zu formulieren, neue Informationen *zuzulassen*. Damit ändert sich meine 'objektive' Realität. Dabei kann offen bleiben, ob diese Entscheidungen zur zerstörenden Veränderung sich nicht auch äußern im plötzlichen Unfall. In der psychosomatischen

189 So z.B. arbeitet Synergetik Therapie, vgl. viele praktische Beispiele in www.synergetik.net (Stand 3/05)

190 In der langjährigen psycho- und körpertherapeutischen Arbeit war Wilhelm Reich letztlich sehr pessimistisch geworden hinsichtlich der Effektivität psychiatrischer Arbeit mit neurotisch verhärteten Erwachsenen. Sinngemäß sagte er: einen erwachsenen Menschen kann man mit therapeutischen Methoden genauso wenig zu einem gesunden Menschen machen wie man einen krummen Baum gerade machen kann. Wirkliche Gesundheit kann es nur geben, wenn Kinder von vornherein emotionell gesund aufwachsen. Vgl. <http://www.orgon.de/reich00.htm> Stand 06.2009

chen Unfall. In der psychosomatischen Medizin gibt es genug Beispiele dafür.

Die Selbstverantwortung rückte dadurch immer mehr in den Mittelpunkt: Das Individuum als Kreator seines eigenen Lebens — als Schöpfer von Freude und Leid — legt auch die Aufgabe nahe, sich ebenfalls, ohne Schuldgefühle, ohne Selbstmitleid, nur als urteilsloser Beobachter, als den Schöpfer seiner Krankheiten zu verstehen und diese dann auch folgerichtig selbst aufzulösen. Aus diesem Hintergrund heraus ist auch die Methode der Synergetik-Therapie zu sehen, die sich selbst als Anleitung zur Selbstheilung versteht und großartige Erfolge bei der Auflösung von Krankheitshintergründen vorzuweisen hat. Die gezielte Erzeugung von Spontanremissionen ist machbar — ein Widerspruch in sich, so wie der scheinbare Widerspruch des deterministischen Chaos.

Was hat Synergetik mit Selbstheilung zu tun oder warum laufen Selbstheilungsprozesse per Selbstorganisation. Eine Welterklärung, die sich auf mechanische Gesetze beruft, greift zu kurz. Sie reduziert die Vielfalt der lebendigen Welt und befriedigt nur den Wunsch nach Überschaubarkeit und Kontrolle. Doch auch diese angebliche Herrschaft über Krankheiten ist längst eine massive Selbsttäuschung geworden, denn bisher konnte z.B. die Krankheit Krebs nicht erklärt oder gar "geheilt" werden.

Die Synergetik-Therapie hat ihre Erkenntnisse aus Selbstheilungsprozessen gewonnen, die Menschen an sich durchgeführt haben. Die Basis echter Heilungsprozesse ist nicht die Erforschung von Krankheiten, sondern die Erforschung von Innenwelten kranker Menschen. Somit ist die Anwendung dieser Methode an die Bearbeitung und Veränderung von Innenwelten gebunden. Dies kann nur jeder selbst durchführen. Der Klient, der dies erlebt, verändert gleichzeitig die Wahrnehmungsprozesse über seine Welt, d.h. die Beschäftigung mit der Wirkungsweise der Welt verändert wiederum diese Welt. Hier handelt es sich also um Rückkoppelungen, die Neues entstehen lassen. Sie erzeugen Emergenz (das Auftreten neuer, nicht voraussagbarer Qualitäten beim Zusammenwirken mehrerer Faktoren) und sind mit den Prinzipien der Selbstorganisation erklärbar.

In der Psychosomatischen Medizin ist eines der wahrscheinlich heilsamsten Durchgangsgefühle zur Heilung die Trauer - die Trauer über die Einschränkung oder den Defekt, den ich habe. Aber genau das in seiner Komplexität und Tragweite zu spüren, macht mich reich und bringt mich dazu, meine Einzigartigkeit zu erkennen. Die Trauer über Beziehungen, über das, was ich nicht bekommen habe — wenn ich das wirklich betrauere und somit loslasse, erlebe ich nicht einen Mangel, sondern Fülle.

Denn ich entdecke, was ich tatsächlich alles bekommen habe. Der Prozess des Loslassens ist sicherlich die Trauer; dahinter kommt die Liebe. Manchmal führt der Weg auch über den Schmerz. Wenn ich das, was sich in mir als Erfahrungen angelagert hat, was ich damals nicht fühlen konnte, jetzt in seiner Gesamtheit und Komplexität fühle, dann kann ich es auch verarbeiten und integrieren. Das kann auch manchmal die Wut sein. Es sind unterschiedliche Gefühlsqualitäten, die wir vermeiden — Hass, Wut, Ärger, Neid — aber die Trauer ist das Wesentlichste im Prozess des Loslassens. Die Trauer ist das, was uns wieder ganz werden lässt.

Sicher braucht es Voraussetzungen, um trauern zu können? Wichtig ist es, korrigierende oder neue Erfahrungen zu machen über das, was ich kann, brauche oder will. Das Stärken des eigenen Selbstwertgefühles ist sehr wichtig, um überhaupt Trauerarbeit leisten zu können, um bestimmte Gefühle aushalten zu können. Es ist fast immer notwendig, dass erst einmal etwas Gutes hinzukommt.

Das können schöne Erfahrungen sein, etwas, das einem Freude macht. Ich habe dafür das Bild, dass wir wie ein Schwimmbecken sind, das voll von trübem und schmutzigem Wasser ist — da ist es notwendig, dass auf der einen Seite frisches Wasser hinzukommt. Aber irgendwann ist dann das Schwimmbecken voll, und je voller es ist, desto weniger frisches Wasser — neue Erfahrungen — passen hinein. Deshalb ist es wichtig, trübes Wasser abzulassen. Das sind die Tränen der Trauer. Dieser wechselseitige Prozess zeigt auch, dass es keinen Durchbruch gibt. Das ist eine Vorstellung, die viele Patienten erst einmal haben, bis sie bemerken: Wenn ich aus meinem Gefängnis mit dem Kopf durch die Wand breche, lande ich meist nur in der Nachbarzelle. Es gibt eben den langen, langsamen Wandlungsprozess zwischen "Neues reinlassen" und "Altes rauslassen" — heilsame neue Erfahrungen und Trauer. Zwischendurch gehört dazu, in dem trüben Wasser zu rühren, das heißt, sich der angelagerten, der unterdrückten, der ungeliebten, als negativ bewerteten Gefühle bewusst zu werden.

Meist führt einen doch erst körperliches oder seelisches Leiden dahin, dass man eine Therapie sucht, sich auf den Weg macht und das Alte loslässt. "ich liebe und akzeptiere mich so wie ich bin" will ja nicht heißen "ich halte fest wie ich bin".

Könnte es nicht sein, dass jedes Symptom — jede Krankheit — uns auf etwas aufmerksam machen will? Ich das sehe so. Ein Mensch zum Beispiel hatte starke Kältegefühle am Rücken und in den Armen und das war deutlich fühlbar. Er meint, dass diese Kälte etwas damit zu tun hat,

dass er von seinen Eltern viel geschlagen wurde, was ja bedeutet, die Verbindung ist unterbrochen: Die Liebe, die wir ja oft mit Wärme assoziieren, kann hier nicht fließen.

Er macht nun die Erfahrung, dass freundlicher Körperkontakt zur Erwärmung seiner Haut führt, nicht nur äußerlich, physikalisch, sondern dass sie innerlich erweitert, belebter und besser durchblutet wird, was auch zur Erwärmung der Haut führt. Er bemerkt dadurch, dass nicht die Haut das Kranke ist, sondern im Gegenteil: Die Haut sehr gesund ist, denn die weiß noch, was sie braucht, während der Verstand es vergessen hat.

Dieser Prozess — die Symbolisierung zu verstehen, die der Körper leistet und ihm zu vertrauen, dass er noch in der Tiefe weiß, was er braucht — führt dazu, die Symptome, das Leiden liebevoll anzuhören und zu umarmen. So gesehen sind Symptome nichts, was es wegzumachen gilt, sondern sie gehören zum Reichtum, zum Ganzer- und Heilerwerden. Symptome sind eigentlich Wegweiser. Bis zur Erkenntnis, dass das Symptom eigentlich noch das Gesundeste an mir ist.

Die Frage ist also schon gar nicht: Wie werde ich ein Symptom los? Sondern einfacher: Wie lebe ich mein Leben und gönne mir das, was ich mir noch gönnen möchte, mit und trotz dieses Symptoms. Es geht also darum, das Symptom zu integrieren und damit zu leben in einer Art und Weise, dass ich dadurch nicht beeinträchtigt bin in dem, was ich gerne verwirklichen möchte. Und das heißt oft, dass nicht mehr ein Symptom *mich* hat, sondern dass der Raum, zu dem ich sage: "Der bin ich" weiter wird, und das Symptom darf ein Teil sein. Vielleicht kommt auch der Tag, an dem ich es liebevoll gehen lassen kann, weil es mir ausgedient hat. Wichtig ist, dass ich mit dem Symptom nicht identifiziert bin, sondern es einfach nur ein Teil von mir ist.

Letztlich geht es um den Erfahrungsreichtum, der die Voraussetzung dafür ist, sich transformieren zu können. Und Erfahrungsreichtum umfasst die angenehme und die unangenehme Erfahrung. Es geht also im Leben nicht darum, frei von Leid zu sein, sondern präsent und anwesend zu sein, zwar Leid anscheinend zu *haben*, aber nicht Leid zu *sein*, sich vom Leid nicht das Leben bestimmen zu lassen. Das bedeutet für mich "heiler sein", "ganzer sein".

Medizin und Psychotherapie ist zu sehr auf die gesundheitlichen Gefahren, Risiken und Beschädigungen konzentriert, auf die Pathogenese, die Krankheitsentstehung. Vernachlässigt wird die Salutogenese, also die Hinwendung zu den inneren Stärken und Ressourcen eines Patienten für

seine Gesundheit - und dazu gehört auch, dass die Ärzte dessen Hoffnungen und Sehnsüchte in ihr Menschenbild und in ihr therapeutisches Tun einbeziehen. Denn je mehr ich nach den tiefsten Sehnsüchten dieses Menschen fahnde, um so mehr werde ich Verknüpfungspunkte für eine gute Beziehung finden, und um so eher werde ich ihn wirklich dabei unterstützen können, dass er zumindest in Ansätzen etwas von dem findet, was er wirklich sucht.

In der gegenwärtigen Psychotherapie und Psychosomatik achtet man viel stärker auf Konflikte, neurotische Strukturen, ungünstige Verläufe in der Biographie des Patienten. Sicher ist das wichtig für den zweiten Schritt, den Schutt aus dem Weg zu räumen indem ich schaue, woher ich komme - unabänderliche Vergangenheit. Doch der erste Schritt will wissen, wohin ich will - welchen Weg will ich wählen, unwissbare, aber gestaltbare Zukunft. Wofür will ich noch leben? Wer bin ich jetzt und welche Möglichkeiten stehen mir jetzt offen.

Krankheit wird ja meist als Beeinträchtigung erlebt, Einschränkungen, an denen ich mein Gefühl von Leiden festmache oder die meine Umwelt als Behinderungen ansieht. Das sind Ansichten, Attribuierungen, Wahrnehmungen. Reale Dinge werden 'wahrgenommen', aber virtuelle Dinge werden 'wahngenommen' (4.7 Wahrnehmen). Mit der Frage nach dem Wohin eröffne ich mir Lösungen, öffnet sich mein Blick für meine Wahrheit jetzt. Der Kampf mit der Realität hört auf und meine Kraft wird frei für neue Entscheidungen. Diese Kraft aus meiner Wahrheit kann mich neue Wege erkennen lassen und meine Möglichkeiten, einen dieser Wege zu gehen.

Eine wirkliche Neuerung im Ethos der Medizin gibt es doch: Der Gedanke der Patientenautonomie ist eine Errungenschaft der letzten 50 Jahre. Niemals zuvor kamen Ärzte auf den Gedanken, ihre Patienten in die Therapieentscheidungen einzubeziehen und den eigenen väterlich-fürsorglichen Paternalismus in Frage zu stellen. Höchstens bei der Frage der Sterbehilfe gestanden die meisten, wenngleich nicht alle Ärzte dem Betroffenen ein Mitspracherecht zu. Schließlich fragten sich Ärzte zu allen Zeiten, ob sie Todkranke behandeln sollen. Warum kann der medizinische Fortschritt Ärzte heute dazu verführen, den Tod mit allen technischen Mitteln hinauszuschieben — koste es, was es wolle, selbst die Würde des Patienten?

Ken Wilber, in *Halbzeit der Evolution*, lässt tiefer erfassen, wie und warum die Menschen den Tod verdrängen oder ihre Sterblichkeit leugnen und sich davor verstecken. Er zeigt hier für alle Hauptepochen der Be-

wusstseinsentwicklung auf, wie die Menschen durch "Unsterblichkeits-symbole" den Tod loszuwerden versuchen. Die große Verdrängung ist die des Todes, nicht die der Sexualität. Der Tod ist das letzte, das große Tabu. Wenn ich lese, mit welcher unerschöpflichen Erfindungsreichtum die Menschheit versucht hat, den Tod zu leugnen, zu "vergessen", zu umgehen, fällt es leichter, mir den Tod einfach anzusehen, anstatt ihn wegzuschieben. Außerdem ging es Wilber ja in diesem Buch letztlich darum, dass spirituelle Entwicklung nur stattfinden kann, wenn man mit dem Tod ins reine gekommen ist und ihn akzeptiert hat. Man muss dem Ego sterben, um als Geist erwachen zu können. Die Leugnung des Todes ist die Leugnung Gottes.

Halbzeit der Evolution nimmt mir alle Möglichkeiten der Selbsttäuschung aus der Hand; es zeigt mir, was wir da mit uns machen, und warum und wie wir es machen. Der Tod ist in unserer Zeit und für unsere Kultur eine überdeutliche Realität geworden, und wenn man ihn unter diesen Umständen noch leugnen, ihm ausweichen will, braucht man stärkere und zugleich subtilere Mittel. Die Existenzphilosophen haben immer wieder darauf hingewiesen, dass Todesverneinung zugleich Lebensverneinung ist, da Leben und Tod nicht voneinander zu trennen sind. Habe ich Angst vor dem Tod, dann bin ich mutlos im Leben, immer in Sorge über alles, was mir passieren könnte. Kurz, je mehr ich den Tod fürchte, desto mehr fürchte ich das Leben und desto weniger lebe ich. Nun kann ich einsehen, dass nicht Lebenswille, sondern eigentlich Todesfurcht hinter meiner Besorgnis angesichts von Symptomen steht. Die Kehrseite des Lebenswillens, sein natürlicher Schatten, ist Todesfurcht. Das Festhalten am Leben ist die Angst vor dem Loslassen.

Krankheit kann, statt als technischer Defekt an Teilen, dann als Herausforderung zum Reifen des Ganzen zu seiner Ganzheit verstanden werden, auch wenn diese Reifung zu einer existentiellen Wandlung des Organismus, nämlich zum Tod des Körpers führt. Doch wir leben in einer Zivilisation der Todesfurcht, die sich auf 'Objektivität' im Trivialen versteift hat. Und, die ein "Lebensrecht" umdeutet zur "Lebenspflicht".

Viele haben daher Horror vor solchen Medizinmechanikern. Dieser Horror bringt immer mehr Menschen dazu, durch Patientenverfügungen¹⁹¹ und Vorsorgevollmachten¹⁹² in gesunden Tagen und bei klarem Verstand

191 Die Patientenverfügung verfügt die Besonderen Vertragsbedingungen des Patienten zu den Allgemeinen Vertragsbedingungen des Krankenhauses und der Behandelnden. Sie muss so konkret und detailliert wie möglich sein. (vgl. www.dghs.de oder www.patientenverfuegung.de)

192 Die Vollmacht für andere Menschen, die die Rechte und den Willen des nicht mehr Äußerungsfähigen gegenüber Behandelnden, Einrichtungen und vor Gericht gemäß der Patientenverfügung

ihre Entscheidungen für später festzulegen. Zu entscheiden ist: Wenn ich an die Schwelle zum Übergang komme, dann will ich mir von einem Mediziner nicht zeigen lassen, was er alles noch *machen kann*. Nein! Was ich alles *lassen will*, wo definiere ich für mich diese Schwelle, das will ich ihm mit meiner Patientenverfügung zeigen.

Nicht zuletzt die extreme Politisierung des Schicksals der Wachkoma-Patientin Terri Schiavo und das enorme Interesse der Medien haben dazu beigetragen, dass ein Sterben in Würde ihr verwehrt blieb. Sie war eben nicht diejenige, die über die Umstände ihres Sterbens bestimmen konnte. Stattdessen haben ihr Ehemann, ihre Eltern, Anwälte, Richter, religiöse Fanatiker und dann nicht zuletzt Politiker öffentlich und geradezu hasserfüllt über ihre Existenz gestritten. Die christlichen Rechten fordern, was Gott als Leben gab, darf der Mensch nicht beenden. Dabei wird verschwiegen, dass dieser Gott ja gerade dieses Leben durch Unfall oder Krankheit beenden wollte, jedoch die Mediziner mittels ihrer Techniken dieses Ende verhindert haben. Das Beenden ihrer Hybris steht zur Diskussion.

Weithin wird so geredet, als sei es mit Schmerzlinderung und der persönlichen Sterbebegleitung getan. Doch gibt es eine Zahl von Menschen, denen das nichts nützt, nicht nur weil es zahlreiche unbehandelbare Schmerzarten gibt, sondern auch weil es eben bei einem würdigen Sterben nicht nur um Schmerzlinderung geht. Die Würde ist ein Phänomen, das jenseits der Schmerzen noch andere Kategorien kennt. Unsere Rechtsordnung spricht dem autonomen Sterbewilligen jegliche rechtliche Bedeutung ab. Das Nebeneinander der Strafbarkeit des aktiven Tötens auf Verlangen und der Strafbarkeit durch Unterlassen von Hilfe macht die derzeitige Rechtslage in Deutschland besonders skurril. So macht sich eine Ehefrau zwar nicht dadurch strafbar, dass sie ihrem Ehemann die tödliche Flüssigkeit hinstellt, wohl aber dadurch, dass sie danach nicht sofort, nachdem dieser das Mittel zu sich genommen hat, den Notarzt ruft, um lebenserhaltende Maßnahmen einleiten zu lassen.

Es mag sein, dass in anderen, mir fremden Kulturen eine menschliche Existenz ohne "Ich" und ohne "freien Willen" denkbar ist. Wir hier haben uns ganz mehrheitlich auf ein Verständnis von Menschhaftigkeit mit "Ich" und mit "freiem Willen" geeinigt. Dafür spricht ja auch z.B. das Transplantationsgesetz, das den Hirntoten zum Ausschachten seiner Or-

durchzusetzen haben

Mehr Informationen zu PatVfg und VsgVIm bei der Deutschen Gesellschaft für Humanes Sterben, Postfach 11 05 29, 86030 Augsburg, deren website www.dghs.de sowie in www.patientenverfuegung.de

gane freigibt, sogar ohne Zustimmung des "Patienten". Ich will meinen Glauben geachtet wissen, wonach der Geist sich den Körper bildet. Und wenn er zu einer erneuten Wandlung ansetzt, diesmal durch den Tod des Körpers, so gebe ich niemand das Recht, dies zu verhindern. Das ist wahre Lebenshilfe, weil der Tod als das andere Ende von Geburt zum Leben gehört.

Für mich wird das zur Perversion in dem weiten Thema 'Organtransplantation' (der Ermordung sogenannter 'Hirntoter' zum wirtschaftlichen Nutzen der Pharmaindustrie aus der notwendigen, sehr teuren Dauermedikation der Transplantierten).

Naturgeschichte ist Kulturgeschichte.¹⁹³ " ... Unser Wissen vom Körper, unser Körpermodell, verdankt sich ja der Anatomie. Im 14. Jh. wurden zum ersten Mal in Folge der Pest Leichen seziert. Man wollte in den Körper schauen, um die Todesursache zu eruieren. Systematischer betrieb man das Leichensezieren erst im 16. Jh. Leichensektion war eine starke Tabuüberschreitung — und ist es immer noch. Das Tabu war darin begründet, dass der Tote nicht als endgültig und absolut tot galt, sondern als einer, der weiterlebt, der mächtig ist, der Rache nehmen kann. Die Leichensektionen — die von der Kirche legitimiert waren — wurden nun ausschließlich an Hingerichteten vorgenommen.

Die Hinrichtungsrituale waren so organisiert, dass eine gründliche Zerstörung und Vernichtung praktiziert wurde, um den Toten jede Möglichkeit zur Rache zu nehmen. Nur weil Hingerichtete diesem Ausschluss unterworfen und zerstört wurden, kam man überhaupt auf die Idee, diese Gruppe zur Leichensektion zu verwenden. Auf der Basis des magischen Denkens und aus der Abhängigkeit von der Hinrichtung, entsteht dann die Anatomie als Erkenntnisform. Anatomen gingen auch zu den Scharfrichtern und baten, die Todesstrafe so auszuführen, dass der Leichnam noch brauchbar war. Die letztendliche Zergliederung und Zerstörung — zuvor Henkershandwerk — übernahmen nun sie.

Vom 16. bis zum 18. Jh. wurden fast nur Hingerichtete, Männer und Frauen, seziert und präpariert. Das 'Zerstücken' auf dem Sektionstisch wurde ausdrücklich als Zusatzstrafe verhängt und durchgeführt im 'anatomischen Theater' (amphitheaterartiger Schausaal mit Sektionstisch im Zentrum als Bühne, auf der die Sektion 'aufgeführt' wurde vor geladenem

193 Gabriele Goettle, taz Nr. 7855 vom 27.12.2005, Seite 13-14, sprach mit Anna Bergmann, Privatdozentin a. d. kulturwissenschaftlichen Fakultät d. Europa-Universität Viadrina Frankfurt/Oder. Veröffentlichungen u. a.: "Herzloser Tod: Das Dilemma der Organspende", zusammen m. Ulrike Bau-reithel, Stuttg. 1999, u. 2001; "Der entseelte Patient. Die moderne Medizin und der Tod." Berlin 2004.

Publikum. Es gab Musik, eine Kleider- und Sitzordnung). Es hatten nur die höheren Schichten Zutritt, Fürsten, Adlige, die Geistlichkeit — deshalb ist auch nicht verwunderlich, dass heute die Kirche *für* Organtransplantation ist, sie ist diesen Säkularisierungsprozess, was den Körper betrifft, immer mitgegangen — sie alle wurden in den ersten Reihen platziert. Der Anatom hatte noch keinen Kontakt zur Leiche, er stand auf dem Katheder, gab Anweisungen an die Chirurgen und erläuterte das Geschehen. Die Chirurgie zählte zu den sog. 'unehrlichen' Berufen, wie Scharfrichter, Abdecker usw. 'Unehrllich' deshalb, weil sie mit Blutvergießen und Tod zu tun hatten.

Das 16. Jh. wird immer als dasjenige bezeichnet, in dem sich die moderne Medizin im anatomischen Theater begründet hat. Man muss auch sehen, wie. Eine entscheidende Zäsur war, dass der Anatom Vesal vom Katheder herunter stieg und als Erster eigenhändig Leichen seziierte. Den krönenden Abschluss bildete die Sektion einer trächtigen Sau bei lebendigem Leibe. Diese Vivisektionen waren von bisher nicht gekannter Grausamkeit. Damit haben wir dann den Zusammenhang von Tod, Geburt, Sterben und Töten. Das alles wird im anatomischen Theater in Szene gesetzt, visualisiert. Hier entsteht ein neues Weltbild, kann man sagen, die Anatomie konstituiert einen zerlegbaren Körper, der aufgespalten ist in einzelne Organe, abgeschnitten von der Umwelt und vom Kosmos, mit autonomen Organen — was dann ganz entscheidend auch für die Transplantationsmedizin wird. Das ist eine chirurgisch-anatomische Anthropologie, die da entsteht. Besonders im 17. Jh., in dem die meisten Hinrichtungen stattfinden — also in der Frühmoderne und nicht im Mittelalter, wie häufig angenommen wird. Es war das Jahrhundert des Hexenwahns, der Hinrichtungsexzesse und der Kriegsdichte. Es gibt einen enormen Anstieg der Gewalt. Und es ist das 17. Jh., in dem sich die modernen Naturwissenschaften am stärksten konstituieren, die Akademien für Wissenschaft entstehen jetzt.

Die Hinrichtungsexzesse schaffen quasi eine materiale Voraussetzung für die empirische Erforschung des Körpers. Und seit dem 18. Jh. wurde der für die Anatomie verfügbare Personenkreis dann erweitert durch behördliche Anordnung, und zwar auf sozial deklassierte Gruppen. Also auf alle Armen, die kein Geld für eine Beerdigung hatten, die in Hospitälern, Gefängnissen, Zucht- und Waisenhäusern, Findel- und Invalidenhäusern gestorben sind, auch auf Selbstmörder und ledige Schwangere usw.. Im Rahmen einer sich rasant entwickelnden experimentellen Medizin wurde dieser Personenkreis dann recht bald auch für den Menschenversuch in Reihenuntersuchungen benutzt in einem vorher nicht gekannten Ausmaß.

Ohne diese Verdinglichung der Armen und der Ausgegrenzten wäre die Entwicklung der modernen Medizin des 19. und 20. Jh. undenkbar gewesen."

"Die Chirurgie, die einst als 'unehrlich' galt, wurde zur Königin der modernen Medizin, und der Chirurg hatte lange Zeit den allerhöchsten Status. Seine Methode wird dann auch zur Hauptmethode unserer modernen Medizin. Wie geheilt wird, wie erkannt wird, bis hin zur Gentechnologie, alles das basiert ja auf dem Zergliedern, das sind alles Zergliederungen. Und so zieht sich ein roter Faden durch die Geschichte der modernen Medizin, von der Leichenzergliederung im anatomischen Theater, die Verwertung der Hingerichteten, die Experimente an Menschen im 18. und 19. Jh., die Menschenversuche der Mediziner im Nationalsozialismus, bis hin zur modernen Organtransplantationsmedizin, der Verdinglichung des Toten zum Gegenstand der Forschung und der Verdinglichung des ausgegrenzten Todgeweihten zum Menschenmaterial. Das waren Voraussetzungen für Transplantationsmedizin, die ja per Definition einen Sterbenden für tot erklärt, weil so auch die mentale Voraussetzung geschaffen wird, um jetzt Hand an ihn zu legen.

Bis Ende der 60er-Jahre galt, dass der Tod mit dem Stillstand von Herz und Kreislauf eintritt. Der Arzt hatte diesen Tod zu bescheinigen anhand der klassischen untrüglichen Todeszeichen wie Fehlen des Herzschlages, Atemstillstand, Blässe, Leichenstarre, Leichenflecken. Im Zuge der ersten Herztransplantation, die 1967 der südafrikanische Chirurg Barnard in Kapstadt durchgeführt hat — was eine ganze Welle von Herztransplantationen in aller Welt nach sich zog —, kam es 1968 zu einer ersten offiziellen Hirntoddefinition, zu den Harvard-Kriterien. Die Harvard-Kommission zählte in ihrer Definition das zentrale Nervensystem morphologisch zum Gehirn. Man fasste Gehirn und Rückenmark noch als eine Einheit auf; also Gehirntod lag dann vor, wenn kein einziger Reflex mehr nachweisbar war. Noch im selben Jahr ist diese Definition aufgegeben worden. Statt dessen setzte sich Ende der 60er-Jahre die bis heute gültige Definition einer irreversiblen Schädigung aller Hirnfunktionen durch. 17 mögliche Bewegungen beim Mann und 14 bei der Frau gelten dabei mit dem Status einer Leiche als vereinbar.

Nach der Definition der Medizin handelt es sich beim Hirntoten um eine tote Person mit einem lebendigen Körper. Die Medizin überschreitet ihre Kompetenzen, die Naturwissenschaft verfügt gar nicht über die Möglichkeit, eine Person zu definieren. Der Neurologe und Neurochirurg Ziegler sagt, dass das Hirntodkonzept sich auf ein Menschenbild beruft, das in der modernen Hirnforschung mittlerweile als widerlegt gilt, und der Neu-

rochirurg und Anästhesist Klein erinnert immer wieder daran, dass es inzwischen vier Todesdefinitionen gibt, den Herz-Kreislauf-Tod, den Ganzhirntod, den Hirnstammtod in England und den Tod durch Ausfall des Großhirns. Aber der Gesetzgeber hat alle Wege geebnet. Das Transplantationsgesetz wurde 1997 im Bundestag beschlossen, es erlaubt die Organentnahme, wenn der Spender einen Organspenderausweis hat oder die Angehörigen zustimmen. Der Organspender muss tot sein. Die Definition dessen, was 'tot' ist, überließ der Gesetzgeber der Medizin. Seitdem gilt die juristische Festschreibung des Hirntoten als Leichnam.

Eine Operationsschwester erzählte Folgendes: Sie war in einer Ausstellung über die Geschichte der Euthanasie im Nationalsozialismus und hat sich danach die Frage gestellt, was ist eigentlich, wenn bei uns eines Tages der Hirntod keine Rechtsgültigkeit mehr hat, weil sich die Wissenschaft so fortentwickelt, dass sie den Hirntod als Irrtum bezeichnet. Bin ich dann eigentlich eine Täterin? Diese Frage also erklärt der Gesetzgeber als beantwortet. Gerade die Schwestern und Pfleger können aufgrund ihrer Praxis nicht ausblenden, dass es sich hier um einen Sterbenden handelt, den man ausweidet, und nicht um einen Leichnam. In beinahe jeder Klinik wurde auch von Ärzten berichtet, die sich verweigern.

Insgesamt acht Unterschriften sind im Hirntodprotokoll notwendig. Mit der letzten Unterschrift 'tritt der Tod ein', als bürokratischer Akt. Anschließend wird der Totenschein ausgefüllt, als Todeszeitpunkt wird die Uhrzeit der Unterzeichnung des Schriftaktes angegeben. Nun kann die Organentnahme stattfinden. Die Explantation hat ja eine ganz eigene Operationslogik. Es muss z.B. ein Anästhesist dabei sein, in den meisten Fällen gibt er eine Narkose, denn es kann zu 'spontanen' Bewegungen des 'Toten' kommen — vom Zucken beim Eintritt in die Bauchdecke wird berichtet, von Hautrötungen, vermehrtem Schwitzen und einem Anstieg von Herzfrequenz und Blutdruck bei Unnarkotisierten.

Was einstmals noch 'Lebenszeichen' waren, hat jetzt nur noch den Status von reinen Reflexen. Der Anästhesist hat die Aufgabe, sie zu unterbinden und das Herz so lange stabil zu halten, bis es entnommen wird. Würde der Totenschein jetzt erst ausgestellt, müsste als Todesursache Organentnahme angegeben werden. Damit keine Schuldgefühle entstehen, wird eine umfangreiche Arbeitsteilung praktiziert, sie erleichtert die Tabuüberschreitung und neutralisiert sozusagen die Schuld. Die fragmentierte Struktur des Transplantationssystems folgt mit der Zerlegung von Operationen nach dem Vorbild der kapitalistischen Ökonomie, je zerstückelter der Arbeitsprozess, um so mehr Entfremdung und Entmenschlichung finden statt. Es kommt ein Team, um die Leber herauszunehmen,

ein anderes Team holt die Nieren, wieder ein anderes explantiert das Herz. Vorweg wird in den Kreislauf eine kühlende Flüssigkeit eingegeben, die die vitalen Organe sozusagen für den Transport in der Kühlbox vorbereitet. Und durch diese innere Kälte kommt es dann zu letzten Zuckungen. Nach der Herzentnahme kommt dann noch der Augenarzt, um die Augen zu holen, und der Dermatologe, denn es gibt Fälle, wo die gesamte Haut abgezogen wird.

Bei der Werbung für die Organspende ist ja immer nur von einem Organ die Rede, oder es wird gebeten um Multiorganspender, aber was das bedeutet, bleibt ihnen verborgen. Haut, Knochen, Hirnhäute usw. gilt alles als Gewebe und wird vom Gesetz nicht miterfasst. Gewebe darf verkauft werden, Organe aber nicht! Aber sie möchten es noch einfacher haben, die Transplantationsmedizin fordert, dass wir uns dem österreichischen Gesetz anpassen. Dort gilt, dass jeder, der sich nicht in einem Zentralregister als 'Organverweigerer' eintragen lässt, automatisch wie ein Organspender behandelt wird, ohne jedes Einspruchsrecht der Angehörigen. Das trifft im Prinzip auch Touristen, die auf österreichischem Boden österreichischem Recht unterliegen.

Die Leute denken ja, na gut, wenn ich sowieso tot bin und zu nichts mehr nutze, warum soll nicht ein anderer mein Herz haben, der es nötig hat!? Aber die Leute wissen nicht, dass sie gar nicht tot sein dürfen, weil sonst ja die Organe unbrauchbar sind, und dass sie also überhaupt als Spender in Frage kommen, wenn ein Krankheitsverlauf eingetreten ist, bei dem man als 'hirntot' diagnostiziert werden kann. Also wenn etwa durch einen Schlaganfall die Hirnschwellung so groß wird, dass man ins Koma fällt. Der Schlaganfall steigt im Moment. Also Herzspender ist nicht der viel beschworene Motorradfahrer. Aber kein Mensch stellt sich einen Organspender vor, der im Rollstuhl sitzt. Das Alter steigt ständig, die Transplantationswerbung verkündet, dass man nun bis 82 spenden kann. Es werden natürlich auch Säuglinge und Kinder explantiert, aber vergleichsweise wenig.

Viele machen sich auch nicht klar, dass Sterben zu einem medizinischen Faktum wird, ein organerhaltender Prozess sozusagen ist, und da kann natürlich kein Angehöriger dabei sein und die Hand halten. Wer als 'hirntot' gilt, ist als soziales Wesen quasi 'erloschen'. Es gibt ja diese Gruppe von geschädigten Eltern, die, ohne zu wissen oder zu ahnen, um was es sich eigentlich handelt, zugestimmt haben in die Organentnahme ihrer Kinder, und erst hinterher begriffen, was geschehen war. Das sind in erster Linie Mütter, die in den Sarg geschaut haben und entsetzt waren. Und diese Eltern machen das auch öffentlich. Das finde ich sehr wichtig,

dass andere sich das vorstellen können. Ganz konkret! Es wird ja in der Öffentlichkeit alles getan, um dem ganzen ein positives Image zu geben.

Der Tabubruch, der stattgefunden hat, ist kaum noch sichtbar. Nur die Organempfänger fühlen ihn in aller Stärke. Die meisten empfinden eine Überlebensschuld. Sie sind natürlich auch nicht die glücklichen und gesunden Organempfänger, wie von der Werbung vorgegaukelt wird. Sie bleiben Patienten und müssen lebenslang bis zu 30 Tabletten täglich nehmen, mit schweren Nebenwirkungen für Niere und Leber. Diese Medikamente bewirken eben eine geschwächte Immunabwehr, weil die notwendig ist, damit ihr Körper das fremde Organ nicht abstößt. Nur 40 von 100 Herz- und Lebertransplantationspatienten überleben länger als ein Jahr, nur 10 von 100 länger als 5 Jahre. Sie bekommen Osteoporose, viele ein parkinsonartiges Zittern, sie können die Tasse nicht mehr halten, manche werden zum Pflegefall. Und neben den physischen Begleiterscheinungen gibt es eben auch eine ganze Reihe von psychischen Begleiterscheinungen. 50 bis 70 Prozent aller Organempfänger leiden an Persönlichkeitsveränderungen, Identitätskonflikten, Angst und Depressionen. Es gibt psychologische Betreuung und eine spezielle Organtransplantationspsychiatrie.

Es gibt Beschreibungen, dass manche Organempfänger dann auch kannibalistische Phantasien entwickeln, z.B. träumen, dass sie als Raubtier das Herz eines anderen herausreißen und sich selbst einverleiben. Kannibalismus, das darf man nicht vergessen, ist eines der höchsten Tabus in jeder Kultur. Ausgerechnet der Hightech-Medizin ist es gelungen, ganz tiefe anthropophage Vorstellungen in ihren Patienten zu erzeugen. Und das liegt einfach daran, dass hier die Therapie tatsächlich in der Einverleibung von Menschenfleisch besteht. Von daher entstehen sehr viele Konflikte. Dazu kommt dann noch ein Misstrauen gegen das fremde Organ, besonders gegen das fremde Herz. Sie fühlen 'ihr Herz' nicht mehr klopfen, weil es diesen Nervenanschluss nicht mehr gibt. Also es entstehen enorm viele Konflikte und Probleme, deshalb wird sehr darauf geachtet, schon bei der Indikationsstellung, dass Herzempfänger ein so stabiles soziales Umfeld haben. Sie brauchen also eine Frau, die dieses ganze soziale Umfeld herstellt und auch für ein hygienisches Umfeld sorgt. Ohne das wird keine Herztransplantation gemacht. Doch bei aller Bereitschaft zur liebevollen Umsorgung bleibt sein Zustand doch zeitlebens der eines Patienten, der nicht mehr derselbe Mensch ist wie zuvor."

"Es gibt eine Studie aus Hamburg, von Kardiologen verfasst, die ausdrücklich keine Kritiker der Organtransplantation sind. Sie haben unter dem Aspekt des Organmangels über Herztransplantationen gearbeitet

und herausgefunden, dass zwei Drittel aller Herztransplantierten eine höhere Überlebenschance gehabt hätten, wenn sie nicht transplantiert worden wären. ..."

Ganz will ich hier absehen von der Frage nach 'Sterbehilfe' und es ist gar nicht hier zu diskutieren über "Aktive Sterbehilfe", wo ein Handeln im Sinne aktiver Lebenshilfe für die letzten Tage so fremd zu sein scheint¹⁹⁴. Menschen bis auf die Knochen am lebendigen Leibe verfaulen zu lassen (Dekubitus) infolge mangelhafter Regulierung der Lagerung des nicht mehr ausreichend bewegungsfähigen Pflegebedürftigen wird schöpfungsbereich und offiziell als "Pflegemangel" umschrieben und nicht etwa als gefährliche Körperverletzung bei der Staatsanwaltschaft angezeigt oder beim Tod des Pflegebedürftigen als Mord (Tötung eines Menschen aus Habgier und niedrigen Beweggründen), denn solcher "Pflegemangel" beruht auf der Einsparung von fünf Minuten pro Stunde an Personalkosten für die Pflege.

Ich kann sehr wohl die Situation der behandelnden Mediziner sehen. Da liegt ein stummer Mensch auf der Intensivstation. Das Einzige, was über ihn bekannt ist, sind medizinische Diagnosen und, vielleicht, widersprüchliche Meinungen seiner Angehörigen. Wer sonst kann den Mediziner oder dem Vormundschaftsgericht die Entscheidung über Leben und Tod abnehmen, wenn nicht dieser Mensch selbst und allein durch seine früher, im vollen Bewusstsein erlassene, schriftliche Verfügung als selbstbestimmter Auftraggeber für eine klar umschriebene medizinische oder pflegerische Dienstleistung seiner medizinischen Auftragsnehmer. Es macht mich schon nachdenklich, wenn Umfragen zeigen, dass etwa nur 5 Prozent der Menschen in Deutschland solche Verfügung getroffen haben. Was sagt mir das über meinen Anspruch auf Selbstverantwortung? Bin ich damit ein Exot? Will die ganz überwiegende Mehrheit sich viel lieber den Spezialisten ausliefern, eben gerade nicht für sich selbst Verantwortung übernehmen? Sind sie alle so gut Erzogene, dass sie solche Art von Verantwortung möglicherweise nicht kennen? Oder sind sie nur uninformiert über diese Möglichkeit der Selbstbestimmung bis zum Tode?

Zorn steigt in mir auf bei dem Mediziner-Argument "wer weiß, wie sich dieser Mensch jetzt bei dieser konkreten Konstellation neu entscheiden hätte?" und deshalb über die Verfügung kühl hinweg gegangen wird. Bei keinem Vertrag, keinem Testament ist solch unredliche Denkart erlaubt. Nur Mediziner maßen sich an, so einfach sich über Recht und Wür-

194 So fand die Medizinische Hochschule Hannover in einer Studie an 17.000 Leichen, dass jeder 7. falsch gepflegt wurde. Bei 1700 der Untersuchten haben wohl die Pflegemängel, besonders Dekubitus, zum Tode geführt. (taz v. 6.1.03, S. 2)

de ihrer Vertragspartner hinweg zu setzen, in dem sie sie zu unmündigen Schutzbefohlenen umdefinieren, lange gestützt von einer einäugigen Rechtsprechung und immer noch voll im Einklang mit ihren berufsständischen Organisationen und Kammern.

Vielleicht sind Medizinern, die so mit dem Recht umgehen, nicht die Kübler-Ross'schen fünf Sterbephasen bekannt (1. Nicht wahr haben wollen und Isolierung; 2. Zorn; 3. Verhandeln; 4. Depression, entweder a) als 'reaktive D.' hinsichtlich der Angehörigen oder b) als 'vorbereitende D.' hinsichtlich des eigenen Todes; 5. Zustimmung). Die 2. und 3. Phase, Widerstand und Verhandeln, könnten mich leicht sagen lassen "was kümmert mich mein Geschwätz von gestern". Da werden diese Mediziner wohl viele praktische Erfahrungen haben – Widerstand und Verhandeln lassen sich leicht jeder Patientenverfügung entgegenhalten. Und Widerstand und Verhandeln eignen sich besonders gut zur Umsatzsteigerung auf diesem "Sachverständigenmarkt".

In Zeiten, wo es kaum noch Ärzte gibt, jene mitfühlend Heilenden, von denen aus einem Goldenen Zeitalter berichtet wird, es habe sie gegeben, wo dann die Floskel "Fürsorgeangebot in der Arzt-Patient-Beziehung" vielleicht noch Sinn gehabt hätte, heute will niemand mehr ein "Patient"¹⁹⁵ sein. Der Kranke will dem heutigen Mediziner, der sich seine Aus- und Fortbildung weitgehend von der Pharma- und Medizintechnik-Industrie sponsoren¹⁹⁶ lässt, als mündiger Vertragspartner ge-

195 von lat. "der sich dem pater familias, dem Familienoberhaupt, zu unterwerfen hat" und damit "patientis, patientis = erdulden, erleidend" geworden ist.

Noch eindeutiger spricht der Begriff, mit dem Psychotherapeuten ihre Kunden bezeichnen: Klienten. Er geht zurück auf lat. cliens, clientis = die Hörigen, die in Rom zu Dienstleistungen verpflichtet, halbfreien Hintersassen eines Patriarchen, der sie, als Gegenleistung für ihre Ehrerbietung, in Not und vor Gericht schützt. Der griechische Wortstamm weist auf jemanden hin, der sich anlehnen muss, weil er nicht auf eigenen Beinen stehen kann.

Und so verhalten sich die Patienten auch. Die Zahl der Kontakte stieg von 2004 bis 2007 um 8,4 Prozent, wie die Gmünder Ersatzkasse (GEK) vorrechnete. (GEK-Report ambulant-ärztliche Versorgung 2007 <http://media.gek.de/downloads/magazine/GEK-Report-Ambulant-aerztliche-Versorgung-2007.pdf>) Statistisch gesehen suchen an jedem Werktag 6,3 Prozent der gesamten Bevölkerung Rat bei einem Mediziner, montags sogar 8 Prozent. Bei der Anzahl der Arztbesuche liegt ein statistisch durchschnittlicher Mensch in Deutschland mit 17,1 pro Jahr laut einer Studie weltweit vorn (dagegen z.B. 2,8 in Schweden 2006 lt. OECD). Darin nicht eingeschlossen sind Kontakte zum Zahnarzt, Betriebsarzt, Amtsarzt, Krankenhaus und zu anderen Behandlern wie Hebammen, Heilpraktikern, Physio- und Ergotherapeuten und zu Privatärzten. 10 % der Versicherten weisen eine hohe Kontaktrate bei ambulanten Leistungen auf. Auf sie entfallen gut ein Drittel aller Arztkontakte und 43 % der Behandlungskosten. 1 % der Versicherten verursacht ca. 13 % der Kosten. Lediglich 7,1% der Bevölkerung suchten innerhalb des Jahres 2008 keinen Arzt auf.

196 Eine ganze Industrie mit einem natürlichen wirtschaftlichen Interesse behindert, unterdrückt und diskreditiert alle Informationen über die Ausmerzungen von Krankheiten. Die Pharma-Industrie verdient über eine Billion Dollar mit dem Verkauf von Medikamenten für Krankheiten. Diese Medikamente lindern die Symptome, aber sie heilen nicht. Wir müssen der Tatsache ins Auge sehen, dass die Mission dieser Branche darin besteht, Geld mit den Krankheiten der Menschen zu verdienen.

nüberstehen. Und, erfreulicherweise, seit 1994 mehrten sich die BGH- und OLG-Urteile, die dies unmissverständlich unterstützen.

Kennzeichnend für die Mediziner-Kranker-Beziehung ist ein hohes Maß an Informations-Asymmetrie; der Kranke kann die Richtigkeit der medizinischen Diagnose sowie die Notwendigkeit der Therapie und die Angemessenheit ihres Umfangs nicht beurteilen. Die psychologische Situation des Kranken verstärkt das; es geht um die eigene Gesundheit, die Entscheidungen des Behandlers werden nicht hinterfragt. Es handelt sich um einen Sachverständigenmarkt, auf dem der auf Pharma- und Medizintechnik fixierte Mediziner die Nachfrage des Kranken nach Gesundheitsleistungen maßgeblich selbst beeinflusst; das Angebot schafft sich die Nachfrage selbst — und wird dafür durch falsche Anreizsysteme belohnt. Die Vergütungssysteme im Gesundheitswesen führen zur Fehlsteuerung, weil sie Behandlungsleistungen statt Behandlungserfolge honorieren und so zu Mengen- und Preismaximierungen anreizen.

Der Leiter des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG), Peter Sawicki sagte¹⁹⁷ "90 Prozent der Informationen, die Ärzte von Pharmavertretern bekommen, sind nicht durch Studien gestützt. Im besten Falle sind sie unvollständig, im schlimmsten Falle schlicht falsch und gelogen". Das IQWiG hat den staatlichen Auftrag, für Patienten unabhängige Informationen für Therapiemöglichkeiten zu erarbeiten.

So hat denn diese Art Medizin eine perverse Lust an der Sterbeverlängerung gefunden. Sterbeverlängerung bringt nicht nur mehr Umsatz¹⁹⁸. Sie wird dazu als "Fürsorgeangebot in der Arzt-Patient-Beziehung"

Die Heilung oder gar Ausmerzungen einer Krankheit führt zum Zusammenbruch eines Multi-Milliarden-Arzneimittelmarkts.

197 taz, 11.12.2008, <http://www.taz.de/1/archiv/print-archiv/printressorts/digitalartikel/?ressort=in&dig=2008%2F12%2F11%2Fa0131&cHash=05e77e1c68>

198 Die Barmenia-Krankenversicherung teilte mir mit:

Es wurde untersucht, wie hoch die durchschnittlichen Krankheitskosten sind, die eine Person im Schnitt sechs Monate vor ihrem Tod verursacht. Diese durchschnittliche "Todesfall-Leistung" wurde dann den erwarteten gesamten Krankheitskosten, die während der Versicherungsdauer anfallen, gegenübergestellt.

Für das repräsentative Eintrittsalter 33 Jahre ergaben sich folgende Anteile Todesfall- an Gesamtleistung:

	Männer	Frauen
Ambulant:	4,5 %	2,9 %
Stationär:	12,8 %	10,5 %

Mit höherem Eintrittsalter steigt erwartungsgemäß auch der Anteil der Todesfall-Leistung. Für eine bei Versicherungsbeginn 53 jährige Person beispielsweise erhielt man folgendes Resultat:

	Männer	Frauen
Ambulant	5,3 %	3,7 %
Stationär:	13,9 %	11,5 %

schöngeredet, so im Deutschen Ärzteblatt, Heft 14/2002. Was in dieser Formulierung verkommt zur Werbelyrik zum Verschleiern ärztlicher Arroganz, ist nichts weiter als die im Zivilrecht seit je bestimmte Beratungspflicht des medizinischen Auftragsnehmers und die im Strafrecht verankerte Auskunftspflicht des Behandlers, denn jede ungenehmigte medizinische Handlung kann eine verbotene Körperverletzung sein. Dem stelle ich meine Patientenverfügung entgegen als meine 'Besonderen Vertragsbedingungen' zu den 'Allgemeinen' des Krankenhauses.

Wenn einem Schulmediziner ein Patient "wegstirbt", ist das normal. Passiert das einem behandelnden Homöopathen oder gar einem Schamanen, "muss dem Scharlatan das Handwerk gelegt werden". Kommunikation von Wellenpaketen erscheint als suspekt. Sterben und Tod sind tabuisiert Und ein Weg der Wandlung durch Sterben erst recht.

Der bisher älteste entschlüsselte Satz menschlicher Schrift befindet sich auf zwei etwa 7.000 Jahre alten Spinnwirteln, den Schwunggewichten einer Handspindel der Vinca-Kultur, gefunden bei Jela, westlich von Belgrad. Er lautet "Bärgöttin und Vogelgöttin sind wirklich die Bärgöttin". Die Vogelgöttin, die Geierin, die die Toten verspeist, gilt als Todesgöttin. Die Bärin gilt als Göttin des Lebens bis in die Antike im Artemis-Kult. Wenn also Vogelgöttin und Bärgöttin eine Göttin sind, sagt das, Leben und Tod gehören zusammen, sind untrennbar. Das Leben ist nur aus dem Tod wirklich erklärbar und der Tod nur aus dem Leben. Diese Erkenntnis ist 7.000 Jahre alt!¹⁹⁹

Leben ist andauerndes Sterben. Im Blut sind nach wenigen Stunden alle Zellen neu, selbst die gesunden Zähne bestehen nach einigen Monaten nicht mehr aus denselben Atomen. Leben heißt, immer Abschied zu nehmen, Neues anzupacken. Alles ist in Bewegung, Stillstand ist unmöglich. Wer den Tod verdrängt, der verpasst das Leben

199 Luisa Frauncia: "Wortwechsel", München, 2006, Verlag Frauenoffensive

7 Wo und was ist Ich?

7.1 Lebensenergie

Alles im Universum ist ENERGIE (oder Logos oder Gott oder Natur oder wie immer Du ES, Dein Oberstes Ganzes, zu nennen pflegst), ist intelligent und liebevoll, unteilbar, im Fließen, im Einklang. Die ENERGIE ist voll Neugier. Sie ist freier Wille. Sie kann ihre Frequenz und Amplitude verändern, herab bis zur festen Materie, hinauf bis zum Göttlichen Licht oder dem Gegenteil. Aus gutem Grund und mit aller Konsequenz. Vielfalt, sich selbst im Gegenüber erkennend. Eine unendliche Kette von Geschöpfen und Schöpfern. Denn alle Energie ist in ewiger Bewegung. Grundsätzliche Richtung: Hin zur AllEinheit, zu höherer Komplexität in höherer Ordnung. Im ewigen Kreislauf.

Punkt. Pause.

Von dieser ENERGIE bin ich einer ihrer Wirbel, Schwingungsknoten einer stehenden Welle, Wellenpaket in Resonanz. Das meiste vom Was und Wie kann ich nicht fassen und nicht verstehen. Ich kann es nur gelegentlich an Wirkungen erfahren.

Dieser Abschnitt könnte für manche Leser etwas schwer verdaulich sein, gibt es da doch wenig, was unseren landläufigen wissenschaftlichen Schulen und ihren Lehrsätzen entspricht. Jedoch, für mich und eine ganze Reihe von Freunden ist dieses Gebiet so 'normal' wie die Alltags-Physik, denn die Wirkungen sind greifbar mit unseren landläufigen wissenschaftlichen Kriterien. Man muss es wohl selbst immer wieder erleben statt von anderen mal darüber zu lesen. Jürgen Fischer gibt *"Ein Kurs in Energiewahrnehmung"* in 12 Lektionen in seiner Website <http://www.orgon.de/> Testen Sie sich also selbst. Sie werden sehen, es ist sehr einfach, die Energiewahrnehmung zu begreifen. Das einzige, was Sie daran hindern kann, diese Erfahrung zu machen, ist Ihre Weigerung, sich darauf einzulassen.

Nach allem, was ich mit solcherart "Energien" erlebt und erfahren habe, scheint der Hinweis K.v.Reichenbachs über das Od am Ende seines 16., des letzten der Odisch-magnetischen Briefe (Stuttgart 1852) auch heute noch zu gelten, und es gilt trotz all der tollen Wörter wie Quantum Entrainment, Quantenheilung, Matrix Healing und andere Moden wohl für

alle diese "Energien" bis hin zu den Einwirkungen per Radionik oder Bioresonanz gleichermaßen:

"... Es ist ein Dynamid, das denen, welche die Wissenschaft bereits kennt, analog und nahe verwandt ist. Es umfaßt eine Gruppe unwägbarer, aber sinnlich wahrnehmbarer Vorgänge in der Natur, für welche wir bis jetzt weder ein Maß noch ein anderes Reagens haben als den menschlichen Nerv, und auch diesen nur unter den eigentümlichen Umständen der sensitiven Reizbarkeit. Der Grund, warum es der wissenschaftlichen Forschung bis jetzt gänzlich entgangen, ja von der Wissenschaft geradezu und hartnäckig zurückgestoßen und ausgeschlossen worden ist, liegt eben in dem Mangel an einem allgemeinen Odoskop und Odometer, welche für jedermanns Gebrauch zugänglich wären und womit sein Dasein leicht und in die Augen fallend aller Welt darzutun gewesen sein würde. Und die Ursache, warum hinwiederum ein Odoskop bis jetzt sich nicht hat finden lassen, entspringt aus der Natur des Odes selbst, nämlich aus seiner Kraft, alle Stoffe und Räume zu durchdringen und sich nirgends anhäufen, niemals bis zur allgemeinen Wahrnehmbarkeit verdichten zu lassen. ..."

Es sind, an den Auswirkungen auch für den Nicht-Geschulten, selbst für Pflanzen oder Hunde, sinnlich wahrnehmbare Vorgänge in der Natur, die sich je nach Art der mit diesen "Energien" verbundenen Traditionen unterschiedlich erleben lassen und erfahren werden. Diese Energien wirken und die so Geheilten sind zahllos. Dennoch, solche Formulierung wie die von K.v.R. ist natürlich für den Skeptiker, der es aus seiner Sicht selbstverständlich ablehnt, in dieser Wahrnehmung erstmal sich zu schulen ehe er Urteile abgibt, ebenso lächerlich wie eine Bezugnahme auf einen der eingeführten physikalischen Begriffe, wie Quantenphysik oder Strahlung im Mikrowellen- bzw. Radiowellen-Bereich.

Zur Aufhellung dieser Begriffsvielfalt war mir Hermann Groesser hilfreich, z.B. im Portal psychophysik.com von Claus Fritzsche und dort für "Physik & Geist" zuständig. Grösser²⁰⁰ ist der Ansicht, dass es sich sowohl bei der Radionik wie auch bei der Bioresonanz um "bewusstseinsrelevante" Verfahren handelt. Das Gerät spielt dabei nur die Rolle eines Geist-Körper-Interfaces, und man sollte sich gemäß Grösser hüten, irgendwelche pseudowissenschaftlichen Worthülsen zu verwenden, die jeder seriöse Wissenschaftler noch vor dem Frühstück zerpfückt. Trotzdem ist Grösser ein überzeugter Anwender dieses elektronischen Schamanismus, weil er eine Wirkung zeigt, die deutlich über einen normalen Placebo-Effekt

²⁰⁰ <http://www.hermann-groesser.de/>

hinausgeht. Und auch das gilt wohl für alle diese "Energien" und weiter "Wer heilt hat recht"!

Ich kenne inzwischen etwa fünfzehn verschiedene Bezeichnungen für dieses Merkwürdige. 'Energie' ist davon sicher die unklarste, wird doch dieser Begriff von der Physik verbunden mit Wärme, Elektrizität, Radioaktivität u. dgl.. Qi, Chi, Prana, Elan Vital, Reiki, Od, Orgon sind gebräuchliche und z.T. seit Jahrtausenden überlieferte Begriffe, alle mit einer reichen Literatur. Jedoch benutze ich diese Begriffe nicht, weil ich mich sonst mit deren je speziellen Glaubenssystemen auseinandersetzen müsste. Das versuche ich zu vermeiden durch den unscharfen Oberbegriff 'Energie'.

Wir kennen das z.B. als den christlichen "Heiligenschein". Dieses Phänomen steht in Beziehung zur "Aura" des Menschen. Diese Vokabel bedeutet im Lateinischen "Hauch, Lüftchen, Schimmer", sogar "Oberwelt, Himmel, Höhe".

Wahrnehmbar ist für mich dieses Merkwürdige erstmal mit den Mitteln von Radiästhesie, vor allem Rute und Pendel. Das setzt Lernen und langes Üben voraus, wie auch bei den vielen anderen überlieferten Methoden. Inzwischen gibt es seit vielen Jahren auch das Mittel der Fotografie, 'Metafotos' oder 'metaphysische Fotografie', inzwischen sogar als Dienstleistung im WWW angeboten. Auch das kann gelernt und geübt werden — ich kenne inzwischen etwa zwanzig Menschen, die damit umgehen²⁰¹. Wenn sich unmittelbar auf dem Foto abbildet, was sonst nur gemutet²⁰² wurde, reproduzierbar durch mehrere Fotografen, bei entsprechender Anordnung der Kameras sogar auch stereoskopisch, werden diese Energie-Phänomene recht handgreiflich.

Vor allem gibt es einige phänomenologische Nachweismethoden²⁰³, die sich insbesondere des Wassers als Medium bedienen. Verschiedene Kristallisationsverfahren, Steigbilder und Strömungsbilder erzeugen Strukturen. Die unterschiedlichen Strukturen können mit viel Erfahrung gedeutet werden. Das 'Wasser-Symposion' in Luzern, 2001, hat für eine breitere Öffentlichkeit gesorgt. Auch die anthroposophische Medizin und Landwirtschaft (Demeter) sind ohne die Bildekräfte-Forschung nicht möglich.

Die Lebensenergie ist das, was mich ausmacht, meine Lebensfunk-

201 Hans Gienapp: "Metaphotographie als Kunst und Wissenschaft"; Verlag: Mehr Licht, Hamburg, 2001, ISBN 3-980 7341-0-2 — steht z.B. i. d. Staats- u. Univ.- Bibliothek Hamburg

202 muten: durch Mittel der Radiästhesie, wie Rute oder Pendel, wahrnehmen

203 eine umfassende Aufzählung der Verfahren in
<http://www.aquafontana.de/frames/energie/beamer/intro.html>

tionen, atmen, lachen, kauen, verdauen. Sie macht den Körper, diese Tüte voller Wasser und einigen anderen Chemikalien, als Lebendiges aus, macht aus dem Haufen von Chemikalien, Molekülen in der Hülle meines Leibes die miteinander interagierenden Zellen und Organe. Wenn durch mein Denken, hier mittels des Verstandes, eine Zusammenziehung, so ein 'das sollte nicht sein' passiert, dann äußert sich dieses Zusammenziehen als Angst. Es ist eine Benennung, ein Urteil, eine Wahrnehmung. Genau so gut könnte ich mich für, nur mal probierhalber und in diesem einzigen Punkte, für ein 'lieben-was-ist' entscheiden. Sofort wird durch diese Benennung, dieses neue Urteil, sich die Energie in die Ausdehnung begeben, sich als Lust äußern — nach außen erkennbar machen. Lust und Angst sind meist nur Folgen von Urteilen — der fließenden Energie ist das egal wie sie benannt oder wahrgenommen wird.

Die Lebensenergie ist das, was den Körper bei ihrer Zusammenziehung Angst, bei der Ausdehnung Lust fühlen lässt, ist das, was das chemische und physikalische Reagieren von seinen Teilen — auf einer quantitativen Betrachtungsebene — umschlagen lässt in zielgerichteten Informationsaustausch und Wirkungszusammenhang — auf einer qualitativen Betrachtungsebene. Menschlicher Geist kann diese 'Energie' modulieren; es gibt viele Hinweise, dass sie sich freut auf solche Modulation und dass sie selber intelligenter Wille oder wollende Intelligenz sei. Ja, es gibt einige alternative Physik-Theorien neben der Schulphysik, mathematisch abgeklärt und seit Jahren bestätigt durch die daraus entwickelten Technologien, in denen die Verknüpfung von Bewusstsein und Materie eine bedeutsame Rolle auch für die Physik spielt und eine Interaktion von menschlichem Geist und Energie verstehbar macht.

Wilhelm Reich nannte den von ihm untersuchten Aspekt der Lebensenergie *Orgon*. Orgon-Energie ist wahrnehmbare Erfahrung. Wie die Luft, die uns umgibt ist sie real — sie ist kein intellektuelles Konzept. Wilhelm Reich sagte, daß Wahrheit eine bioenergetische Funktion unseres Organismus ist. Wahr ist für uns das, was wir mit den Sinnen und mit dem Herzen erfahren. Im Christismord schreibt Reich²⁰⁴: *Wahrheit ist die volle, unmittelbare Berührung zwischen dem Lebendigen, das wahrnimmt, und dem Leben, das wahrgenommen wird. Das ehrliche Erleben ist um so voller, je direkter die Berührung ist. ... Und so ist die Wahrheit eine natürliche Funktion im Zusammenspiel des Lebendigen und dessen, was gelebt wird.* Wenn wir die Orgon-Energie wahrnehmen können – auch wenn dies auf ganz einfache und unspektakuläre Weise geschieht – nehmen wir

204 aus: <http://www.orgon.de/EMT01.htm> bis .../EMT20.htm

Kontakt auf zur energetischen Welt. Unsere eigene Lebendigkeit erlebt die lebendige Energie. Hier existiert eine eigene Welt, von der wir selbst ein Teil sind, die wir aber zumeist seit frühester Kindheit vergaßen.

Ich selbst habe den Umgang mit dieser 'Lebens-Energie' vor allem erübt und erfahren zuerst im biologisch-dynamischen Gärtnern nach den Steinerschen Regeln, dann als Vegeto-Therapeut in den Regeln, wie sie W. Reich gefunden hat für die Orgontherapie²⁰⁵ und wie sie mir von meinem Lehrer Michael Smith²⁰⁶ überliefert wurden erst als Lomi- dann als Skan-Arbeit, sowie bei der Heilung von kleinen und auch sehr großen Wunden sowie verschiedenster Beschwerden durch Reiki der Usui-Schule über meine Lehrerin Anugama Marg, durch Qigong der Zhi-Neng-Schule über meinen Lehrer Liu Gang und durch Od gemäß v. Reichenbach²⁰⁷. All das wirkt in und durch meinen Körper, ob ich mir dessen bewusst bin oder nicht.

Mit dem Konzept von Lebensenergie bekommt das Bild vom 'Wellenpaket in Resonanz' auch festere Konturen. Die Polarität von aktiv-passiv fällt in sich zusammen. In Resonanz zu geraten ist weder von mir Gemachtes noch von mir Erlittenes. Es *ist*. Es kann in der entsprechenden Situation weder provoziert noch verhindert werden. Eine a-Stimmgabel neben eine zweite, schwingende a-Stimmgabel gestellt lässt sie gleichfalls in a ertönen. Es ist ihre Natur, nicht stumm zu bleiben, sondern in 440 Hz zu schwingen, wenn 440 Hz ertönen.

Nur, ich bin keine Stimmgabel, sondern ein Menschentier, mit Geist und Verstand begabt, frei mich umzustimmen. Es ist meine Einstimmung, bei bestimmten Ereignissen in Lust oder aber in Leid zu verfallen. So habe ich die Freiheit, den Leiden machenden Gedanken — woher er auch kommen mag — zu untersuchen und ihn aufzulösen oder aber ihn fortzuspinnen. In jeder Sekunde neu kann ich mich entscheiden, meinen Gedanken zu glauben oder sie zu untersuchen. Will ich Recht haben oder will ich frei sein? Will ich wirklich meine Wahrheit wissen? Was können mir meine Glaubenssätze über Resonanz zeigen und welche Konsequenzen hat das für meine Selbstverantwortung?

Und so verändere ich mich, ändere damit den Rahmen meiner *zuge-*

205 z.B. www.orgon.de (Stand 09.2006)

206 Loil Neidhöfer: "Die Disziplin der Lust"; Oldenburg, 1993

207 Karl Freiherr von Reichenbach (1788-1869): "Untersuchung über die Dynamide des Magnetismus, der Elektrizität, der Wärme, des Lichtes usw. in ihrer Beziehung zur Lebenskraft"; Braunschweig, 1850; auch: "Odisch-magnetische Briefe" Stuttgart 1852, 1856; Ulm, Haug Verlag, 1955. auch in: http://lebendige-ethik.net/de/3-Reichenbach_Odisch-magn_Briefe_de.html (Stand: 01/2012)

lassenen Informationen und damit meine Wahrnehmung meiner Welt. Deshalb bin ich denen dankbar, über die ich mich ärgere oder durch die ich mich leidend fühle, bringen sie mich doch in Resonanz, erinnern mich damit, nach innen zu kommen, hin zu meinem Ärger, zu meinem Leiden. Ich kann anfangen, da *meine Wahrheit* zu erkennen, womit dieser spezielle Ärger, dieses spezielle Leiden aufhört. So errege ich meine Lebensenergie zur lustvollen Ausdehnung statt zur ängstlichen Zusammenziehung.

7.2 *Leibhaftigkeit*

Aus gutem Grund (mit höchst irdisch-pädagogischen Worten: Um mich "weiterzuentwickeln"²⁰⁸) habe "Ich", dieser Schwingungsknoten einer stehenden Welle, mich vor meiner Zeugung für meine Eltern entschieden, einschließlich ihres Stammbaums und des ganzen Rests bis zurück ins Präkambrium. Mit aller Konsequenz habe ich mit deren Regeln meinen Körper gebildet. Der Geist bildet sich den Körper. Voll Neugier, voller Lust zum Ausdehnen ins Unbekannte. Und damit fing der Stress an. Eine große Herausforderung.

Mein Körper funktioniert mit allen seinen Teilen, Organen, die mich überlebenstüchtig machen. Da ich in einer hochvirtuellen Zivilisation lebe, war zum Überleben zuerst wichtig, dass ich mich in die Traditionen meiner Eltern, der Kerngruppe meiner Zentralsozialpartner vertraut gemacht habe. Dazu benutze ich vor allem den oberen Plexus, das Kopfhirn, der den äußeren Organismus steuert aus seiner Verbindung mit dessen Sinnesorganen für die äußere Umwelt des Organismus. Das Gehirn nutzt Strukturen, die dem Abbilden sowohl des eigenen Körpers als auch der Außenwelt dienen, um eine neue Abbildung II. Ordnung zu erstellen. Diese zeigt dann an, dass der Organismus, so wie er im Gehirn repräsentiert ist, sich in Interaktion mit einem Objekt befindet, das ebenfalls im Gehirn abgebildet ist.

Und wenn das Objekt ein Mensch ist, ein Artgenosse, geschieht etwas Besonderes. Denn wir haben im Gehirn "Spiegelneuronen" — Nervenzellen, die nicht nur feuern, wenn ich eine bestimmte Handlung plane, sondern auch, wenn ich dieselbe Handlung bei einem anderen beobachte. So haben wir eine Direktverbindung zwischen "Ich" und "Du" gefunden. Inzwischen entdeckten Wissenschaftler ein ganzes System weiterer Spiegelneuronen bei Affen und beim Menschen: Schmerzen, Berührungen und Gefühle scheinen sich auf die gleiche Weise von Gehirn zu Gehirn — also von Affe zu Affe und von Mensch zu Mensch — zu übertragen.

Die Kenntnis über Spiegelneuronen liefert eine Erklärung, warum wir uns spontan in andere einfühlen können und dass das Verstehen des anderen spontan, unwillkürlich, oftmals unbewusst und ohne Einschaltung des Verstandes funktioniert. Die neuen Erkenntnisse könnten nicht nur Pädagogik, Medizin und Psychotherapie auf ein völlig neues Fundament stellen, die Entdeckung der Spiegelneuronen bereichert die Diskussion um die Evolution des Menschen als soziales Wesen. Weil der andere für mich

208 Varda Hasselmann, Frank Schmolke "Welten der Seele - Trancebotschaften eines Mediums"; 1993; 10. Aufl. 2009, Goldmann-TB

kein Rätsel ist, sondern "fühlt wie ich", und weil ich seine Handlungen meist richtig vorhersehen kann, ist (Ur-)Vertrauen quasi biologisch programmiert.

Erst die Erfahrung von Trug und Täuschung kann es erschüttern. Ich lebe als von Erzogenen Erzogener in einer weitgehend von Virtualitäten und Ansichten überformten Welt, was gegenüber der mittels meiner Sinnesorgane erfahrenen Realität nichts ist als eine freundliche Formulierung für Lug und Trug. Also können mir meine Spiegelneuronen auch nur eine solche virtuelle Welt zeigen und statt des unmittelbaren Kontakts mit meinem Gegenüber bin ich tatsächlich im Kontakt mit meinem Bild von Wahrheiten meines Verstandes. Objektivität ist nichts als eine Bewusstseinsstörung.

Es gibt die im Gehirn repräsentierte Interaktion mit einem Objekt und die Erfahrungen von Trug und Täuschung. Meine bewussten Anteile daran erfahre ich als Aktionen von Vernunft und Verstand. Zur Unterscheidung dieser Arten von Bewusstheit reicht mir erstmal Neurophysiologie: linke und rechte Gehirnhälfte, die analytische und die funktionale, die trennende und die verbindende. Alles erstmal Leibhaftigkeit.

Die Unterscheidung ist die Sache des Verstandes (asächf. farstandan = stehenbleiben, verhindern; aengl. forstandan = vor jmdn schützend stehen; mhd. verstan = wahrnehmen, auch stehenbleiben, jmdn verteidigen; frühhd. verstant = Verständnis, Verständigung) Er hat nur zu trennen und die Begriffe in der Trennung festzuhalten. Er ist eine notwendige Vorstufe jeden höheren Denkens. Vor allem bedarf es dafür ja festbestimmter, klar umrissener Begriffe, ehe wir nach einer Harmonie derselben suchen können. Aber wir dürfen bei der Trennung nicht stehen bleiben.

Verstandesarbeit ist immer entweder Urteil, Vergleich (rein vergangenheitsbezogen) oder Erwartung, Planung, Vergleich (zukunftsbezogen im Vergleich zu Vergangenen), ist immer ein 'um zu', 'weil', 'damit', ist nie Leben wie es sich lebt, nie Jetzt — tsu-jan.

Verstand beurteilt alles, was ich sehe, höre, schmecke, fühle, rieche, wahrnehme, er hat zu allem eine Meinung, hat Beweise und Rechtfertigungen. Und die erzählt er mir unausgesetzt, auch wenn ich ihn nicht mehr darum bitte.

Denn von Säugling auf habe ich ihn ja in diesem Urteilen und Vergleichen trainiert und ich hatte das zur Extrem-Sportart entwickelt. "Es muss aufgepasst werden!" — aufzupassen, was die 'Anderen' wollen, nicht wollen, was bei ihnen toll ankommt, was gut sei oder schlecht, da-

mit sie mich mögen, damit ich gut ankomme. Alle Urteile hat er gelernt, gelesen, schon vorgeburtlich sich zurecht gezimmert, wenn er für irgend etwas, was ich wahrnahm, eine Erklärung zu brauchen meinte. Er hat sie seit meiner Geburt, spätestens in der Kindheit seit dem Erwerb der Sprache, aufgesogen aus meiner Umgebung, meiner Familie, der Schule, der Hochschule, der Gesellschaft, aus dem Radio, aus dem Fernsehen, aus Filmen, Gesprächen, Zeitungen, Diskussionen, aus Büchern. Er hat all diese Urteile zu einer einzigen großen, langen, dicht gewebten und zusammenhängenden Geschichte zusammengefügt und diese Geschichte nennt er: *Mein Leben, die Welt, die Wirklichkeit, die Wahrheit.*

Und, diese Geschichte hängt nicht nur als Gedanken im Kopf, sondern ist auch vielfältig redundant gespeichert im Körper, als Dauer-Spannung oder Dauer-Schlaffheit in Bindegewebe, Muskel, Gelenken, Organen.

Für den Verstand sind Dinge getrennt, die in einer harmonischen Einheit zu sehen, ein wesentliches Bedürfnis der Menschheit ist. Für den Verstand sind getrennt: Ursache und Wirkung, Mechanismus und Organismus, Freiheit und Notwendigkeit, Form und Funktion, Idee und Wirklichkeit, Geist und Natur und so weiter. Alle diese Unterscheidungen sind durch den Verstand herbeigeführt. Sie müssen herbeigeführt werden, weil uns sonst möglicherweise die Welt als ein verschwommenes, dunkles Chaos erschiene, das nur deshalb eine Einheit bildete, weil es für uns völlig unbestimmt wäre. Der Verstand selbst ist nicht in der Lage, über diese Trennung hinauszukommen. Er hält die getrennten Glieder fest. Dieses Hinauskommen ist Sache der Vernunft.

Die Vernunft (ahd. firnunft, mhd. vernunft = Abstraktbildung zum Präfixverb mhd. vernemen = ordnungsgemäß zuteilen, leiten; ahd. firneman = verstehen, verbrauchen, erkennen) hat die vom Verstande geschaffenen Begriffe ineinander übergehen zu lassen. Sie hat zu zeigen, dass das, was der Verstand in strenger Trennung festhält, eigentlich eine innerliche Einheit ist. Die Trennung war etwas künstlich Herbeigeführtes, ein notwendiger Durchgangspunkt für unser Erkennen, nicht dessen Abschluss. Wer die Wirklichkeit bloß verstandesmäßig erfasst, entfernt sich von ihr. Er setzt an ihre Stelle, da sie in Wahrheit eine Einheit ist, eine künstliche Vielheit, eine Mannigfaltigkeit, die mit dem Wesen der Wirklichkeit nichts zu tun hat. Die Vernunft kann wieder zur Wirklichkeit zurück führen. Die Einheitlichkeit alles Seins, die früher gefühlt oder vielleicht nur dunkel geahnt wurde, wird von der Vernunft vollkommen durchschaut.

Es ist zwar richtig, dass die subjektive Vernunft das Bedürfnis nach Einheit hat. Aber dieses Bedürfnis ist ohne allen Inhalt, ein leeres Einheitsbestreben. Tritt ihr etwas entgegen, das absolut jeder einheitlichen Natur entbehrt, so kann sie diese Einheit nicht selbst aus sich heraus erzeugen. Tritt ihr hingegen eine Vielheit entgegen, die ein Zurückführen auf eine innere Harmonie gestattet, dann vollbringt sie dasselbe. Eine solche Vielheit ist die vom Verstande geschaffene Begriffswelt. Dieses Bedürfnis der Vernunft nach Einheit, das sie nur befriedigen kann, indem sie sich den Vielheiten des Verstandes gegenüberstellt, das liegt beides in unserer Leibhaftigkeit begründet.

So suche ich mir Pausen, um in die Muße zu kommen, die meiner Vernunft ermöglicht, ihre Einheitssicht mit den Vielheiten des Verstandes zu assimilieren. Deshalb ist es mir so wichtig, mich zu erden, mich im Körper immer wieder zu verankern und dabei womöglich mir auch die Sicht des Bauchhirns zu assimilieren.

Interessant ist ja auch die Frage, wie der Verstand, der ja nur ein Teil dieses Körper-Geist-Organismus ist, dazu kommt, ständig alle Teile des Ganzen zu vereinnahmen und sich als einziges Ich zu bezeichnen. Könnte es sein, dass jedes Teil dieses Organismus, die ja jeder ein Ganzes sind, sich als den Mittelpunkt wahrnimmt — nur wahrnehmen kann — lauter Ichs. Wer kann wissen, dass nicht jedes Organ des Körpers, nicht nur sein Großhirn auf der linken Seite, so sieht und spricht? Das scheint mir zumindest für unsere derzeitige Zivilisation sehr nahe liegend. Doch wie kann ich bewusste Verbindung zum Bauchhirn erfahren? Es scheint, die meisten Menschen in unserer Zivilisationssphäre leben so aus dem Verstand, ohne Vernunft, ganz ohne Verbindung zum Bauchhirn. Es ist eine gesellschaftliche Vereinbarung, kulturspezifisch. Aus den Ergebnissen von Ethnologie ist erkennbar, dass es gar viele andere Lebensmodelle gibt.

Es mag ja sein, dass wir uns manchmal umzingelt fühlen könnten von Unrecht, Krankheit, Langeweile, Dummheit, religiösem Geschwätz und schlechten Gewohnheiten. Die Ängstlichen halten ihre Festung unberührt, sie verstecken sich hinter den Betonmauern von Ego und Dogma. Die Mutigen halten ihren Platz ein wenig hartnäckiger, indem sie unbekümmert ihre Verrücktheiten und Absurditäten ins Feld führen, aber dennoch am Heldentum festhalten. Der wahre Held geht, statt sich zu verkriechen, stets auf das Leben zu.

Das Leben, hier, in einem Leib, ist im wesentlichen materiell, und beim vollen und offenen Genuss der materiellen Dinge hat halbherziges

Heldentum keinen Platz. Die Anhäufung materieller Güter ist zwar seicht und sinnlos, aber zu diesen Dingen eine unverfälschte Beziehung zu haben, bedeutet, eine Beziehung zum Leben und darüber hinaus eine Beziehung zum Göttlichen zu haben. Wir dürfen niemals unterschätzen, wie viel Hilfe, wie viel Befriedigung, wie viel Trost, wie viel Seele und Transzendenz wir in einer gut zubereiteten Mahlzeit oder in einem frischen Glas Wasser zu finden vermögen.

Ich bin hier bei Mutter Erde, Magna Mater, in der Materie. Erdung ist angesagt. Den Wunsch nach 'Himmelung', asketisch leibfeindlich, den viele Religionen mir nahelegen wollen, den führe ich zurück darauf, dass diese von Männerbünden, insbesondere von alten Männern, angeführt werden. Ich bin nicht hier hergekommen als 'Geistwesen-Darsteller', sondern um geerdet die Polarität von Teilchen und Welle, die Dualität von Licht und Dunkel auszukosten, dieses "Beides zugleich" zu erfahren. Zuerst bin ich leibhaftig, dem Leib verhaftet in diesem Leben. So wähle ich wohl bedacht die Regeln für die Pflege dieses Leibes. Denn es könnte sein, dass in einem frohen Körper auch ein frohes Ich wohnt, das auch frohgemut dessen Seele und Geist darin dienen mag.

Diese alten Männer, die Wächter der Lehre, reden und handeln meist anders als der Begründer ihrer Lehre. Sie sind so ängstlich, denn sie wissen, dass sie nur noch die Regeln der Lehre kennen, nicht mehr ihre Kraft. Sie sind schon lange getrennt von der Baraqa, der Kraft aus der Idee ihres Meisters. Statt um Kraft geht es ihnen um Macht. Ihre Macht beruht auf Angst und Schrecken, die sie verbreiten durch ihre Gebote und Verbote und die Verdammnis, mit der sie den Gesetzesbrechern drohen. Sie fordern eine am Ergebnis ausgerichtete Rechtfertigung menschlichen Lebens, was ein Urteil über nicht oder noch nicht gelungenes Leben einschließt. Sie und ihre Lehren sind gute Beispiele für den Spruch "Wenn sich die Regeln gegen das Leben kehren, kehrt sich das Leben gegen die Regeln".

7.3 Glauben

Im Radio vertrat ein Kommentator die These, jede Religion habe das Recht, sich über alle anderen Religionen zu erheben, müsse aber auf gewisse Grenzen des Anstands achten (mit anderen Worten: sie darf Gewalttätiges behaupten, aber nicht ausführen). Wieso, frage ich mich.

Jeder Mensch schafft sich ja einen eigenen Glauben, zumindest in Nuancen, und bei manch einem kaum nachspürbar - und doch eigenständig. Ist es überhaupt möglich, dass zwei dasselbe meinen, wenn sie das Wort "Gott" in den Mund nehmen? Mir wurde bewusst, dass die Frage "Woran glauben Sie?" sich auch übersetzen lässt mit "Wonach suchen Sie?". Wieso darf das Heilige – meint, das Unbeschmutzte? - in vielen Traditionen nicht beschrieben werden. Es könnte sein, dass das Heilige uns davor bewahren soll, unser Ich als heilig zu erachten und die Menschheit über die Schöpfung zu stellen.

Auf seiner Bayern-Reise 2006 betonte Papst Benedikt XVI bei seiner öffentlichen Predigt in Regensburg die Bedeutung des Glaubens in der rationalen Welt. "Die Vision des Glaubens umfasst Himmel und Erde; Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft, Ewigkeit und sie ist insofern gar nie auszuschöpfen. Und doch ist sie in ihrem Kern ganz einfach. ... Die Sache mit dem Menschen geht nicht auf ohne Gott, und die Sache mit der Welt, dem ganzen Universum, geht nicht auf ohne ihn. Letztlich kommt es auf die Alternative hinaus: Was steht am Anfang: die schöpferische Vernunft, der Schöpfergeist, der alles wirkt und sich entfalten lässt oder das Unvernünftige, das vernunftlos sonderbarerweise einen mathematisch geordneten Kosmos hervorbringt und auch den Menschen, seine Vernunft. Aber die wäre dann nur ein Zufall der Evolution und im letzten also doch auch etwas Unvernünftiges. Wir Christen sagen: Ich glaube an Gott, den Schöpfer des Himmels und der Erde, an den Schöpfer Geist. Wir glauben, dass das ewige Wort, die Vernunft am Anfang steht und nicht die Unvernunft. ..."

Später, vor Professoren der Regensburger Universität, an der er von 1969 bis 1977 als Dogmatik-Professor lehrte, mahnt der Heilige Vater mit ebenso einfachen Worten Selbstbesinnung an, "Heute, wo wir die Pathologien und die lebensgefährlichen Erkrankungen der Religion und der Vernunft sehen, die Zerstörungen des Gottesbildes durch Hass und Fanatismus, ist es wichtig, klar zu sagen, welchem Gott wir glauben - und zu diesem menschlichen Antlitz Gottes zu stehen. Erst das erlöst uns von der Gottesangst, aus der letztlich der moderne Atheismus geboren wurde."

Manchmal scheint es mir angenehmer, die Ohren vor den lauten, ja

hysterischen Schreien der Besserwisser des Glaubens zu verschließen. Meine persönliche kleine Predigt würde sich gegen die Idee der Blasphemie richten. Sie würde behaupten, dass jeder, der andere der Blasphemie zeiht, selbst Blasphemie begeht, weil er Gott auf ein menschliches Maß reduziert. Ich würde argumentieren, dass Gott klein zu machen eine größere Blasphemie ist, als seine Existenz zu leugnen. Und daran erinnern, dass die Sprache des Menschen den Umfang des Göttlichen nicht ermessen kann, insofern alles, was über Gott gesprochen wird, eigentlich nicht von Gott handelt, und somit das Heilige nicht schmähen kann. Und weil jede gute Predigt mit einigen passenden Zitaten auftrumpfen muss, würde ich Robert Musil zur Unterstützung herbeirufen: "Gott mit einer menschlichen Moral zu identifizieren ist Blasphemie!"

Wenn mit 'Gott' gemeint ist "Hin zur AllEinheit, zu höherer Komplexität in höherer Ordnung. Im ewigen Kreislauf", dann kann ich das gut nachvollziehen. Doch, woraus der Atheismus geboren wurde, sei dahingestellt. Könnte es sein, dass es die von Benedikt so in den Vordergrund gestellte Vernunft war, die schließlich an dem für diesen katholischen Gott geforderten menschlichen Antlitz verzweifelte? Wir kennen nur Menschen, die verfangen sind in ihren Überzeugungen. Überzeugungen erzeugen Kampf mit der Realität. Verstand und Vernunft sind sehr schwächliche Werkzeuge beim Erforschen und zum Verändern der Gebirge des Unbewussten. Kognitive Modelle sind Glaubensgebäude.

Solcher Glaube an die Macht des Kognitiven führt zu Bekenntnisrhetorik und einer gewisse Starrheit zum Eindeutigen – wie jeder Glaube. Menschen sind nicht so einfach gestrickt. Solcher Glaube will immer Totalität. Totalitäre Systeme sind solche, in denen die größte Gewissheit darüber besteht, was richtig und was falsch ist. Wer in einer Gewissheitswelt groß geworden ist, scheut Ambivalenzen wie der Teufel das Weihwasser.

Luthers grundstürzendes Lesefrüchtchen, das er formulierte "Ihr sollt gerecht werden nicht durch die Werke, denn allein durch den Glauben" - "Sola gratia - Sola fide" (allein die Gnade Gottes, seine geschenkte Gerechtigkeit - allein der Glaube, der dies geschehen sein lässt, nicht mehr, aber auch nicht weniger) weist in eine andere Richtung. Wenn ich von seinem Satz die Ideologie abblättere, was meint in meiner Wahrheit *Werke* und *Glaube*?

Werke, das sind alle die Folgerungen aus diesen Geboten und Verboten: hier nur Gemüse essen, dort gemischte Kost; hier ist Schweinefleisch unrein, dort ist es heilig; hier die lebenslange Einehe, dort die Mehrehe als ein Mann mit mehreren Frauen oder eine Frau mit mehreren Männern;

hier muss man im Gebetsraum den Hut absetzen, dort den Kopf bedecken. Die Liste der 'du musst' ist so endlos, wie die Kulturen und Zeiten, aus denen sie kommt.

Glauben meint nicht das 'credo quia absurdum' ('ich glaube, weil es widersinnig ist'; das heißt, weil es das Fassungsvermögen der Vernunft übersteigt), meint nicht das Fürwahrhalten suggerierter Vorstellungen oder mit viel Gefühl und wenig Verstand gelernter Theoretetexte — das gehört zur Liste der Werke. Doch so muss ich Benedikts Konzept von 'Glauben' verstehen.

Glauben, nicht nur in der lutherischen Richtung, ist die Achtsamkeit in Klarheit und neuer Entscheidung in jeder Sekunde für das angestrebte Ziel. Dieser Impuls meiner Entscheidung wirkt auf die umgebenden Systeme und kann ihre chaotische Unwissbarkeit für einen Moment miteinander verschränken. Glauben im Alltag wirkt dasselbe, nur ohne Achtsamkeit, ohne Klarheit für das Ziel. Beide aber können Berge versetzen. "Bestellservice des Universums".

Eines der Ziele ist auch, dass ich mich nicht mit Willen beschmutze in meinen biologischen, sozialen und geistigen Beziehungen zur Umwelt. Biologisch am Beispiel der Nahrung: Dankbar und achtsam will ich die Mitgeschöpfe, Mineral, Pilz, Pflanze, Tier, verzehren, die ich zum Erhalt des Körpers benötige. Denn ich, dieser Körper ist mit allen verwandt und er braucht diese Ähnlichkeiten zu seinem Fortbestand. Staunend stehe ich vor vegetarischen Eiferern, die sich vor seelischer Vergiftung durch Leichenteile fürchten, wohlgermerkt, nur von Tierleichen, nicht von Pflanzen-, Pilz- oder Mineralleichen – anthropozentrischer Chauvinismus²⁰⁹. Die Umwelt ist voller Gifte, chemische, seelische und viele schlimmere Arten. Ist es doch nicht die Substanz, sondern ihre Dosis zusammen mit der individuellen Einstimmung darauf, die die Giftigkeit ausmacht. Mein Job ist es nicht, mich davor angstvoll zu schützen, sondern beherzt um sie herum zu leben, sie lebensmutig durch mich schadlos hindurch zu lassen.

Das Gleiche gilt für mich als Körper in meinen sozialen Beziehungen zur Umwelt. Ich will nicht mich sozial ausgrenzen, meine Mitgesellen in dieser Gesellschaft ausbeuten oder in dieser monogam gestimmten Gesellschaft sexuelle Parallelbeziehungen pflegen. Das macht ziemlich viel Stress. Die Verbindung mit mehreren Ehefrauen und Langzeitpartnerinnen nacheinander war, jedenfalls für mich, mein notwendiger Entwicklungsweg. Und ich bin jeder von ihnen dankbar, nicht nur, dass jeder dieser

209 Dazu Floriane Koechlin "Pflanzenpalaver"; 2008, Basel. Dort die "Rheinauer Thesen zu den Rechten von Pflanzen".

Zeiträume im Rückblick so reich ist, sondern vor allem für das, was ich durch die Gefährtinnen lernen konnte. Ohne sie, jede dieser einzigartigen Menschen, wäre ich nicht der, der ich heute bin.

Durch meine erste große Liebe lernte ich, dass ich liebenswert bin, so wie ich bin; sie hat mich geweckt aus der Duldungsstarre gegenüber meinen Zentralsozialpartnern. Durch meine zweite große Liebe lernte ich, dass ich als Körper Freude bin für mich und sie; sie hat mich geweckt aus der Körperfremdheit zwischen meinen Zentralsozialpartnern. Durch meine dritte große Liebe lernte ich, dass ich als Mitglied einer großen Familie mich und mich in dieser Gemeinschaft wertschätze; sie hat mich geweckt aus der Beziehungslosigkeit zwischen meinen Zentralsozialpartnern. Durch meine vierte große Liebe lernte ich, dass wir gemeinsam Großes in die Welt bringen können und „ich bin nicht für Dich verantwortlich“ eine Liebeserklärung ist. Und durch meine fünfte große Liebe, die nun schon über zwanzig Jahre andauert, lernte ich, dass wir jeden Stress sofort zum Ausdruck bringen können und dass das kein Angriff ist – was auch passiert, wie verrückt sich einer von uns benimmt, das ist kein Angriff auf den Anderen. – Und noch etwas: Jede dieser Frauen und jeder meiner Freunde beschreibt einen anderen „Jans“, hat also eine ganz andere Person erlebt, auch anders, als ich mich in der jeweiligen Beziehung erlebt hatte – wer ist „Ich“?

Glauben, das meint auch die Entscheidung, in jeder Sekunde neu möglich, für meinen Weg, meine Wahrheit und mein Leben. Auch eine Art von Mut und Entschlossenheit. Entscheide ich mich für Opfer-sein und Leiden, dann werde ich Opfer und leide; für Macht, kommt Macht; für Dunkel, dann nähert sich Dunkles und Liebe zum Dunklen; für Licht, dann nähert sich mir Lichtes und Liebe zum Licht.

Es gibt nicht 'Schuld' in diesem Universum, nur Entscheidungen und danach Entwicklung bis zur nächsten Entscheidung. Karma? Jede Entwicklung hat Folgen und so sammle ich weißes oder schwarzes Karma. "Du bist schuld" sagen zu mir nur die Anderen aus der Sicht ihrer Angelegenheiten. "Ich bin schuld" ist gehorsames Nachgeplapper. Licht und Dunkel ist keine Wahl zwischen Schuld und Unschuld. Es ist die Wahl zwischen Unvereinbarkeiten.²¹⁰

Glauben ist persönliche Entscheidung, die auch darüber bestimmt, wie ich die Daten aus meiner äußeren Welt in Relevanz zu meinen Informationen und die relevanten Informationen in den Kontext meines Wis-

210 Gerald Messadié: "Teufel Satan Luzifer – Universalgeschichte des Bösen", Eichborn, Frankfurt/M, 1995

sens einbinde, wie ich die Fülle organisieren will, die der Eigenschaften und die der Gegebenheiten, der Virtualitäten und Realitäten, mein Wahrnehmen und mein Wahnnehmen. Das sind Entscheidungen, nicht Entschließungen (vgl. 4.13)

Die alten Männer, die Wächter der Lehre, wärmen ihre Hände in der Abendsonne des Begründers ihrer Lehre. Das nennen sie Religion (von lat. "religiosus = gewissenhaft, fromm, heilig, voller Bedenken, (Adj.) ängstlich, andächtig" und "religio/religionis = die Religion, der Glaube, der Kult, die Besorgnis, die heilige Scheu, die Bedenken, (Pl.) der Zweifel", aus "religare = anbinden, festbinden, zurückbinden"). Die alten Männer wissen tausend Gründe, dass hier Entschlieung notwendig sei. Das Erlebnis, dass den Begründer ihrer Lehre zu seiner Entscheidung führte, davon mögen sie erzählen, als Buchstabenwissen, sein lebendiges Wissen ist nicht übertragbar.

Doch, was wissen wir schon über fremde Religionen. Die Debatte über "Islamismus" ist ein treffliches Beispiel. Da wird politisches Kalkül vermischt mit Halbwissen. Richtig dumm wird das, wenn eine Religion vermischt wird mit ihren folkloristischen Ausprägungen. Wenn die "Ehre der Familie" von den Männern zwischen den Beinen ihrer Frauen und Töchter gesucht wird, wenn ein weltweit wohl als "normal" geltend angezogener Mann von einem schwarzen Gespenst begleitet wird, wenn von patriarchalischen Verhältnissen die Rede ist, dann sind Frauenunterdrückung und Patriarchat keine speziellen Eigenarten muslimischer oder hinduistischer Gesellschaften. Sie sind vielmehr typisch für viele nichtsakulare Gesellschaften (aber nicht nur für diese), und dies kulturübergreifend. Als ich in den 60er Jahren in Persien war, schockierte mich diese Form des traditionellen Patriarchats, die ich ja ansatzweise aus dem bäuerlichen Teil der Familie meiner Mutter kannte. Dass diese mittelalterliche Form von Unterdrückung jemals nach Europa kommt, konnte (und wollte) ich mir nicht vorstellen.

Es ist schon beeindruckend zu sehen, welchen öffentlichen Raum die Religion mittlerweile wieder einnimmt. Vor zwanzig Jahren noch gab es in Rathusern besondere Büros für Kirchengaustritte. Und schließlich ging die Initiative Pro Reli an den Start, um Religionsunterricht in Berlin wieder einzuführen, damit die Kinder die Grundlagen ihrer eigenen Überzeugung kennenlernen und damit das eigentliche Fundament ihrer ethischen und moralischen Vorstellungen.

Aber das Attentat vom 11. September 2001! George Bushs Ankündigung des Krieges gegen den Terror kopierte die Verve, die das auslöste,

projizierte den vermeintlichen Heroismus auf sich selbst, griff aber ins Leere: Jeder, wirklich jeder Mensch weiß, dass ein solcher Krieg nicht zu gewinnen ist. Aber dass dieser Mechanismus - Religion zu sagen und Politik zu meinen - bis heute der große Schrittmacher ist, das ist ganz schlecht.

Dabei hat der 11. September 2001 nichts mit dem Islam zu tun, das über reinen Zufall hinausgeht. Der Islam ist nur ein Vorwand, und nützliche Antworten auf die Frage nach den Gründen des Attentats findet man nicht in alten Schriften, die sicher auch belegen, dass Frankreich Deutschlands Todfeind Nummer eins ist. Man findet sie in der jüngsten Konfliktforschung. Unbemerkt von Debatten über Phobien und Rassismus arbeitet sie an spannenden Thesen. So wird etwa ein Zusammenhang zwischen mangelnden Aufstiegschancen junger Männer und ausbrechender Gewalt untersucht.

Zwar ist eine strenge Korrelation zwischen Demografie und Konflikt noch nicht gesichert, auffällig ist aber, dass Gewalt ansteigt, wenn es sehr viele Männer im Alter zwischen 16 und 25 gibt. Islamische Länder verfügen derzeit überproportional häufig über einen Jugendüberschuss. Und es gibt es einen kuriosen Effekt: Gesellschaften mit einer hohen Aids-Rate sind resistenter gegen Konflikte als andere, weil die höheren Positionen häufiger vakant sind. Islamische Länder weisen wegen ihrer strikten Sexualmoral eine niedrige Aids-Rate auf.

In Deutschland ist die Demografie, so beklagen die Forscher, wegen ihres Missbrauchs durch die Nazis noch immer diskreditiert. Das ist schlecht. Denn man vermutet sogar, dass eine Bildungsexpansion die Korrelation zwischen Demografie und Konflikt noch verstärkt: "Übergroße Jugendkohorten mit guter Ausbildung lassen sich von Knappheiten in der Gesellschaft noch stärker frustrieren als unausgebildete", schreibt Steffen Kröhnert vom Berlin Institut: "Bildung steigert nicht nur den Wert der Arbeitskraft, sondern auch die Erwartungen an eine entsprechende soziale Position."

Die These bietet aber doch eine andere und hilfreichere Denkfigur für Mohammed Atta als die religiöse Verortung. Atta legte in Hamburg über großen Wert darauf, besser Deutsch zu sprechen als die Deutschen. Ein kleinlicher Wunsch, den er übrigens mit Maxim Biller gemein hat. Wir haben das Glück, dass der Künstler Biller nicht nur über genügend Humor verfügt, um in diesem Wunsch herumzuboheren, sondern auch über genügend Intellekt, um festzustellen, dass der Wunsch beim besten Willen nicht auf sein Judentum zurückzuführen ist: Genau diese Erkenntnis

schützt ihn vor der Eskalation.

Für den Terroristen Atta galt das nicht. Er war nicht so intelligent, wie er meinte, dachte und wollte. Sein Islam, oder was er dafür hielt, kam ihm gerade recht, nicht mehr und nicht weniger. Man sollte schon aufpassen, dass man nicht auf ihn reinfällt oder wie manche Verlage gar seinen Windschatten nutzt. Denn politisch gibt es überhaupt nichts zu diskutieren: Es herrscht Religionsfreiheit und Minderheitenschutz, beides hat sich der freiheitlichen Grundordnung unterzuordnen. Für Burkaverbote und Beleidigungen gibt es rechtsstaatliche Mittel zur Meinungsfindung. Es ist ja gerade die Stärke der offenen Gesellschaft, hierfür Prozesse anzubieten, statt rigide zu urteilen. Mit Militanz haben sie wenig zu tun. Was auch immer in Schriften zu finden und in Schlachtgesängen zu hören ist: Im Stadion randaliert stets eine Minderheit. Ein Attentat ist kein Kunstwerk und keine Mutprobe und auch kein Krieg, sondern ein Attentat. Ein Verbrechen. Wie so oft, wurde es auch in diesem Fall aus niedrigen Beweggründen verübt, darunter Größenwahn und Überdruß.

Der Jugendüberschuss der islamischen Länder geht übrigens bald zu Ende, wenn Zahlen und Theorie stimmen. Außerdem fand ja Pro Reli auch keine Mehrheit, die Weltreligionen sind keine Bestseller, denn vielleicht müssen sich Bücher heute Vertrauen doch eher erwerben, statt es einzuflößen. Und Martin Mosebach stellte fest, dass die meisten Menschen vom Papst vor allem sein Kondomverbot kennen. Die religiöse Rückkopplung des 11. September ist daher wohl doch nur eine so vorübergehende Erscheinung, die in den Nervenbahnen des Zeitgeistes verebbt wie ein Rausch. Gut so: Die äußerst spannenden Ergebnisse der Konfliktforschung versteht man eh nüchtern am besten.

Auch die Debatte über sexuellen Missbrauch von Minderjährigen durch Mönche in katholischen Schulen geht an der Sache vorbei. Sicher, "es gibt für Kinder gefährlichere Orte als die katholische Kirche". Darauf wies Robert Zollitsch, der Vorsitzende der Deutschen Bischofskonferenz hin. In der Familie sei das Risiko 36 mal größer, dass Kinder und Jugendlichen zum Opfer von sexuellem Missbrauch werden als beim Kontakt mit einem katholischen Priester. "Im Raum der katholischen Kirche wiegt der Missbrauch besonders schwer, weil es ein besonderes Vertrauen von Kindern in den Priester gibt."

Nachtrag (04.04.2010): Tja, die Aussagen werden immer absurder. Anlässlich der Ostermesse in Rom sagt Kardinal Sotano: "... Heiliger Vater, die Menschen Gottes sind auf deiner Seite und werden sich nicht von dem belanglosen Geschwätz dieser Tage beeinflussen lassen, von den

Prüfungen, denen die Gemeinschaft der Gläubigen ausgesetzt ist". Die Diskussionen in den Medien seien nichts als der Versuch, der Kirche zu schaden. - Wer bitte kann eine Kirche noch ernst nehmen, die die Mißbrauchsvorwürfe als "belangloses Geschwätz" bezeichnet?

Das Problem ist die strukturelle Sexualfeindlichkeit dieser Kirche. Die katholische Kirche mit dem Vatikan an der Spitze selbst ist der Herd, auf dem der Brei aus sexueller Verklemmung, halbsadistischem Geifer gegen SchülerInnen an deren Lehranstalten und in deren Gemeinden sowie der Pose der ahnungslosen Unschuld unappetitlich köchelt. Allenthalben werden seit zwei Jahrzehnten Skandale aufgedeckt, in deren Mittelpunkt stets der katholische Klerus steht. Männer, die, versehen mit religiöser Autorität, sexuelle Gefälligkeiten von männlichen und weiblichen Kindern und Pubertierenden erschleichen oder erzwingen. Und wie Aussagen aus den USA, Irland und Australien belegen, stets von den Tätern gegenüber ihren Opfern mit dem Hinweis versehen, dass man ihnen nicht glauben werde, schwiegen sie nicht, und dass es Gottes Wille sei, was da passiert.

Es hat System, dass all diese Fälle aus einer Glaubensgemeinschaft heraus berichtet werden, die ihre Priester auf Antisexualität ein schwört und Sex lediglich im Zusammenhang mit dem Zweck der ehelichen Fortpflanzung akzeptiert. Entsprechend ist die Politik der katholischen Zweige, angeheizt seitens des Vatikan, in allen Ländern, in denen in den vergangenen Jahren Gesetze zur Homoehe oder zum Verbot der Diskriminierung von Homosexuellen etabliert wurden. Immer waren es Katholiken, die diese Liberalisierungen zu verhindern, mindestens zu unterlaufen suchten. Auch diese Doppelmoral kenne ich aus der katholischen Familie meiner Mutter.

Voltaire hat gegen Fanatismus und für Toleranz seine Religionskritik in Frankreich erhoben. Es ist entscheidend, dass der Kampf der Aufklärung und besonders Voltaires lebenslanges Wirken nicht gegen das Christentum oder gegen den Glauben an einen Gott gerichtet waren, sondern gegen Gewalt, Unrecht und Verfolgung durch eine intolerante, abergläubische und die Aufklärung unterdrückende Kirche. Voltaires Schlachtruf "Écrasez l'infâme!" (= Vernichtet die Schändlichen) bezog sich auf die mittelalterlichen Überreste unkontrollierter kirchlicher Macht.

Egal, wohin die Reise jedes Einzelnen von uns geht, der Weg möge besritten werden mit Erkenntnis und Mitgefühl.

7.4 Erinnerungen

Beim Bilden des Körpers habe ich, für diesen Erdengang nützlicherweise, vieles vom Früheren erstmal vergessen, zumindest für mein Alltagsbewusstsein unerreichbar gemacht, aber dafür neue, temporäre Datenspeicher eingerichtet, die Sekunde für Sekunde alles aufzeichnen: Den Input von meinen Sinnes- und Körperorganen, den Output von meinem Fühlen und den Gefühlen, von meinem Denken und den Gedanken, von den Entscheidungen dazu sowie den ganzen Rest. Der Inhalt dieser Datenspeicher liegt in Gänze offen vor mir in der Stunde meines Todes, wenn ich die Summe über dies Leben ziehe. Viele Menschen haben das aus Nahtod-Erfahrungen berichtet. Ich selbst habe ähnliches bei einem Unfall als Jugendlicher erlebt.

Diese Speicher stehen mir lebenslang zur Verfügung, wenn auch meist nur unter Schwierigkeiten, weil ich im Stress nicht sauber die Parallelität von Wahrnehmen, Fühlen, Denken und Entscheiden beim Speichern mitführen konnte. Will ich etwas ins Bewusstsein heben, wende ich besondere Techniken an oder umständlich gleichzeitig in allen Speichern suchen. Dabei begegne ich auch altem Schmerz, der alten Angst und Wut.

Denn ich will lernen. Ich komme hierher nicht als Tourist, in einen Safaripark, mit Rücktrittsgarantie und Auslandsreiseversicherung. Nein, volles Risiko; die Löwen hier sind nicht virtuell. Die Möglichkeit, dass von mir nur noch ein Kehrblech voller Löwenkot nach Hause geschickt werden könnte, ist immer vorhanden.

Mag die Geistige Welt meine vollständige Einheit erkennen, ich habe das meiste vergessen. Ich ahne mich als Ganzheit in größerer Ganzheit, als Organismus — Leib und zugleich unauflöslich, unabtrennbar, unbegrenztes Wellenpaket, unsichtbare Landschaft. Ich ahne meinen physischen Körper und zugleich diesen durchdrungen, umgeben von verschiedenen feineren, die jeder ein Weiteres von mir verkörpern.

Manchmal setze ich leibhaftig etwas davon bewusst ein. Manchmal erfahre ich dann an den Wirkungen ihr und mein Vorhandensein. Auch meine Gedanken und Gefühle erzeuge ich zu handelnden Formen; zu kräftigen oder blassen, je nach meiner Stärke oder Schwäche in dem Moment des Handelns. An den Wirkungen erfahre ich deren und mein Vorhandensein. Manche nennen das Schicksal.

Wer sich im Opfer-Weltbild eingerichtet hat, dem scheint dies ein Leiden zu sein, das immer als aktuell gilt: dem Leiden an der scheinbaren Willkür existentieller Zwänge, die immer erst ein selektiver Blick zu einem

Schicksal adelt. Die Tragik besteht hier gewissermaßen darin, dass das Schicksals-Opfer auf diesem filternden Blick besteht, aus dem lähmenden Gefühl, wonach eine Entscheidung für etwas auch immer eine Entscheidung gegen vieles bedeutet.

Wer sich in einem Weltbild als Handelnder eingerichtet hat, der erlebt Neues. Denn so wie jeder lebendige Gedanke von mir in die Welt geschickt wurde, so kommt er lebendig zu mir zurück. Wie beim Bumerang werfen können Winzigkeiten große Folgen bewirken. All das ist veränderlich, fließend. Denn alle Energie ist in ewiger Bewegung. Vielfalt, sich im Gegenüber erkennend. Grundsätzliche Richtung: Hin zur AllEinheit.

So hingeschrieben, klingt das einfach. Die andere, praktische Seite darf man nicht dabei übersehen, die Wirkung unserer unbewussten Erinnerungen. So haben wir Deutschen zwei Weltkriege überlebt. Was steckt uns, persönlich wie auch kollektiv, davon noch in den Knochen?

Heute beginnt die dritte Generation diese stets verschwiegenen Erinnerungen und ihre ganz praktischen Folgen bis heute zu untersuchen. Es erscheinen immer mehr Bücher, die diese Thematik aufarbeiten und an praktischen Beispielen darzulegen²¹¹

Erinnerung ist ein mit jedem neu Erzählen neu erfundenes Konstrukt. Was ist meine erste Erinnerung? Der Weihnachtsbaumbrand bei Tante Josefa? Die Bombennächte im Keller? Halt! Bin ich ganz sicher, dass das tatsächlich meine Erinnerung ist — keine Familiensaga, kein Fernsehfilm, kein Gelesenes? Der Gedanke, dass wir uns über Erinnerung unserer selbst bewusst sind, aber die kreative Rekonstruktion dieser Erinnerung, zum Beispiel in Filmen, nichts anderes als eine Illusion ist, treibt um, ebenso wie die Sehnsucht nach Erlösung aus diesem Dilemma.

Was wir überzeugt als Erinnerung ausgeben, ist in Wirklichkeit eine Form des Geschichtenerzählens. Wie dem auch sei, wenn wir über die Vergangenheit reden, lügen wir mit jedem Atemzug! Besser zu sagen: Die Macht der Interpretation liegt jederzeit bei jedem selbst. Diese Freiheit zu nutzen verleiht die Macht, das eigene Sein, den eigenen Weg selbst zu gestalten, ohne sich innerlich an die äußere Geschichte zu binden. Deshalb, gut zu merken, es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben!

211 z.B. Anne-Ev Ustorff "Wir Kinder der Kriegskinder – Die Generation im Schatten des Zweiten Weltkriegs"; Freiburg, 2008. Umfangreiche Literaturliste in <http://www.kriegskinder.de/texte.php> (Stand: 10/2009)

7.5 Das Ich

Was ist das "Ich"? Clemens Kuby beschreibt das eindrucksvoll in seinem Buch zum Film "Unterwegs in die nächste Dimension" als Erfahrung nach einem lebensbedrohlichen Unfall:

Ich vernehme eine Stimme in mir, die sagt: "Bleib ganz ruhig. Nur keine Panik." Wenn mich nicht alles täuscht, spricht da meine Seele. Mit wem aber redet sie? Mit sich selbst? Nein, es scheint so, als rede sie mich von außerhalb an. Wer bist du, der das feststellt?

Das bin ich mit meinem Ego. Ich stehe meistens auf der Seite meines Egos, selten auf der Seite meiner Seele. Ein Zwiegespräch meines Egos mit mir gibt es nicht bzw. kann es nicht geben, denn sobald ich mich mit meinem Ego nicht mehr identifiziere, das heißt mich außerhalb von ihm stelle, löst es sich auf ins Nichts. Bei der Seele ist das anders. Auch wenn ich mich nicht mit ihr identifiziere, löst sie sich nicht auf. Irgendwo ist sie immer; sie kann verstummen, sie kann außer Sichtweite geraten, aber immer bleibt ein leichtes dehnbares Band zwischen ihr und mir bestehen. Jetzt, wo man mir eröffnet, dass mein Leben verwirrt ist, steht sie direkt und ohne Ablenkung groß und klar vor mir.

Mein Ego ist jetzt relativ kleinlaut. Mein Ego ist sowieso ein Feigling. Es tönt immer nur so groß, wenn der Körper fit ist; doch wehe, wenn ihm etwas fehlt. Mein Ego kann mit Schmerzen nicht umgehen, sie sind ihm unangenehm und sie hindern es daran, so zu tun, als habe es alles im Griff. Bei Krankheit, stelle ich regelmäßig fest, zieht sich das Ego zurück. Die Seele darf dann um so stärker hervortreten. Wie jetzt. Wenn ich weine, weine ich nicht wegen der Schmerzen oder aus Selbstmitleid, sondern aus Einsicht — aus Gewahrwerden meiner missachteten Seele. Was ist sie nur für ein zartes, wunderbares Geschöpf. Dabei kenne ich sie nicht einmal wirklich. Doch sie begleitet mich auf Schritt und Tritt, immerzu. Sie drängt sich nicht auf, aber wenn ich nach ihr schauen würde, wäre sie da. Sie ist eigentlich immer da, aber das Ego verdrängt sie aus dem Gesichtskreis mit dem Vorwurf, sie störe, habe nichts zu sagen, sei vollkommen realitätsfremd, könne gar nicht mitreden und verstünde von der Sache ohnehin nichts — kurzum, sie solle den Mund halten und sich verdünnisieren oder unsichtbar machen.

Na ja, da die Seele nicht kämpft, sieht und hört man auch nichts mehr von ihr, bis ... ? Ja, bis es passiert. Mein Fall aus dem Fenster war kein Zu—Fall, wenn das Ego es auch so hinstellen möchte und dauernd von Un—Fall redet. Die Seele aber weiß es bes-

ser. Jetzt spricht sie und das Ego hat Pause. Das ist der Moment, in dem mir schon wieder Tränen herunterlaufen. Manche mögen sich an einen solchen Moment erinnern, nachdem sie nach einer Krebsdiagnose das erste Mal allein waren, oder sie sich eingestehen mussten, dass sie Aids haben oder eine andere schwere Krankheit. Richtig ernst wird es für jeden, wenn das Urteil lautet: "Unheilbar!"

Was ist das "Ich"? Ich stelle mir eine Wolke vor, eine Sommergewitter-Cumuluswolke: 2 km breit, 4 km lang, 6 km hoch. Unten dran hängt eine hölzerne Wäscheklammer; das ist der Verstand meines Körpers mit seinem Tagesbewusstsein. Dieses Tagesbewusstsein erinnert mich an das Bild einer dieser wunderschönen alten Schnellzug-Dampflokomotiven; das Riesending ist schön bunt lackiert: allein diese hauchdünne Lackschicht, das ist das Bewusstsein. Mehr nicht, nicht der Stahlkörper und nicht die tausende an PS aus Feuer und hochgespanntem Dampf da drin.

Aufgrund meiner — dieser hier zu betrachtenden Wesenheit — Lebens- und Bewusstseinsvorgänge laufen psychische Vorgänge ab. In jedem Augenblick vergegenwärtigen sich (in der 'Wäscheklammer'!) Gedanken, Gefühle, Strebungen und Empfindungen, die sich in messbarer Sekundenbreite als Ichgebilde empfinden. Dies könnte die von Damasio postulierte einfache und grundlegende Form, das Kernbewusstsein, und die komplexe, erweiterte Form des Bewusstseins sein. Dies ist das herausgehobene Band unserer Bewusstseinsketten, die Vergangenheit und Zukunft verknüpfen und die wir wegen ihrer Fähigkeit zur Selbstbetrachtung "Tagesbewusstsein" und "Ich" nennen. Dieses einzigartige Ich gab es vor einer Minute noch nicht und wird es in einer Minute nicht mehr geben.

Es ist ein Bewusstseinsstrom, der grundlos seine eigenständige und fortdauernde Seinshaftigkeit bejaht. Die meisten dieser Bewusstseinsbilder, die sich als 'Ich' erleben, stammen dazu nicht einmal von der Wesenheit. Dieses 'Ich' denkt nicht selbst; es wird weitgehend gedacht, z.B. von seinen Gewohnheiten, diesen Rückkopplungsschleifen im Hirn und im Körper, von seinen Trieb-Antrieben, Instinkten, von der Cumuluswolke und als Wellenpaket aus seinen Resonanzen mit möglicherweise ganz anderen Ebenen von Geschöpfen und Schöpfern. Der Satz 'Es wird gedacht' ist zu 'in selbstverantworteter Freiheit und grenzenloser Resonanz' kein Widerspruch, sondern wieder eine der Paradoxien.

Dieses Ichgebilde verstärkt sich in der Phase der Menschwerdung und gewinnt ein schmarotzerhaftes Eigenleben. Da es stetig geboren wird und stirbt, kennt es die Todesfurcht, die aber unbegründet ist, weil das

Werden und Vergehen sekundenhaft stattfindet, die Wirkungskette als solche, dieser Schwingungsknoten einer stehenden Welle, die Cumuluswolke, aber das Leibestoderlebnis übersteht.

Wird das Stillewerden der Gedanken geübt, kommt auch die Kette des Ichselbsterlebens zunehmend zum Schweigen. Es tritt ein Sichselbstvergessen ein. Trotzdem bleibt die Icherfahrung in den Tiefen der Seele gespeichert; sie ruht dort und kann bei Bedarf geweckt werden. Ebenso bleibt die Ortung der Wesenheit in Raum und Zeit erhalten, die den Menschen auch ohne greifbaren Körper als Eigenheit bestimmt und ihn für andere Wesenheiten besonderbar macht. Die Fähigkeit zum sinnvollen Funktionieren in der Alltagswelt geht dabei nicht verloren.

Das Bild eines Eisstückes, das sich im Weltenmeer schmelzend auflöst, das oft von buddhistischen Anfängern im Abendland verwendet wird, ist nicht wirklichkeitsentsprechend und passt in keiner Weise. Die Wahrnehmungen der Wesenheit weiten und vertiefen sich sogar im Entwicklungsprozess, eine geordnete Ruhe kehrt ein und eine behutsame Abwendung von den äußerlichen Scheingesetzen des sich vollziehenden Daseins findet statt. Je schwächer das sogenannte Ich wird, desto stärker scheint für aufmerksame Beobachter die Eigenständigkeit und Wirkkraft eines solchen Menschen zu werden. Der Mensch dürfte sogar erst nach Aufgabe des Ichs "er selbst" geworden sein.

Noch mal anders gewendet:

Aus dieser Sicht entsteht das "Ich" erst durch die Identifikation mit dem Denken. Daran hängt sich dann ein "Ich will" — und wenn dieses dem widerspricht, was gerade ist, entsteht Leiden, entsteht eine Welt voller Wünsche, Zwänge, Frustrationen, Illusionen, Bewertungen, Urteile. Das Ich liebt nicht, es will etwas!

Wenn Du in urteilsfreier Achtsamkeit das betrachtest, was jetzt und hier ist, geht das "Ich" raus aus dieser Zwanghaftigkeit von Alltagsbewusstsein — und das ist es, wohin die work (vgl. 8.3 Untersuchen von Gedanken sowie 8.9 Maske ablegen) einen bringen kann, Schritt für Schritt, leicht, ja, spielerisch. Was dann bleibt, ist reine Existenz und obwohl Du selbstverständlich dann immer noch im Körper lebst, musst du doch nicht mehr allein mit ihm identifiziert bleiben, weil Dein Bewusstsein weit darüber hinausgehen kann.

Selbstverständlich hat dieser Organismus weiterhin Wünsche, Absichten, Ziele. Er lebt ja in dieser Welt und lebt in diesem Alltag. Ich habe nicht einen Körper, ich *bin* Körper! Für den bleiben sie sinnvoll, die Nahziele wie "Zum Bäcker gehen", Fernziele wie "Japanisch lernen", Allge-

meine Ziele wie "Schönheit und Ordnung in meinem Universum schaffen" z.B. durch Lernen und Lehren. Aber jetzt werden diese Ziele nicht mehr wie Mächte von außen erlebt, "Du müsstest jetzt aber ...", "Du sollst doch nicht ...", Kampf mit der Realität. Sie kommen nun als lustvolles Ausdehnen von innen nach außen, als flexibles Einlassen und Einwirken auf die Realität, als Teilhabe.

Das Denken lässt sich nicht anhalten oder weg meditieren und man kann es auch nicht loslassen oder bekämpfen, das bringt nur noch mehr Stress; Kampf mit der Realität, die uns mit einem so funktionierenden Sinnessystem und Verarbeitungssystem für die Sinneseindrücke ausgestattet hat. Gedanken ziehen nun mal durch den Kopf, wie Wolken über den Himmel, unschuldig, ohne "mich" zu meinen.

Dabei haben sie viel Ähnlichkeit mit Herrn Turtur, dem Scheinriesen aus den Jim Knopf-Büchern von Michael Ende: sie werden um so riesiger, je weiter ich vor ihnen davonlaufe, und winzig, wenn ich draufzugehe. Und dass es besser wäre, Gedanken "schnell" loszuwerden und alles andere "Symptombehandlung" sei, ist auch nur ein Gedanke. Aber mit the work kann man das Denken untersuchen, dann lässt es einen los, denn da gehe ich hin zu dem Gedanken, immer näher, bis er sich auflöst. Die Gedanken, die uns Freude, Fröhlichkeit, Zuneigung etc. verursachen, mit denen haben wir eh kein Problem. Und für die anderen ist die work da. — Was nicht heißen soll, auch die angenehmen Gedanken wären nicht solcher Untersuchung zugänglich und diese wäre nicht ebenso lohnend! Befreie!

Ich haben nicht einen Körper, ich bin Körper! Von Menschen, die sich geschult haben in Meditation und indischen Weisheitslehren höre ich "eine der für mich am schwersten zu überwindenden Identifikationen ist die mit dem Körper — und allen seinen unersättlichen Bedürfnissen". Doch buddhistische Psychologie beruht auf der Idee, dass menschliche Wesen grundlegend gut sind. Diese Ansicht ist dem westlichen Denken weitgehend fremd. Die Haltung, die aus der buddhistischen Sichtweise und Praxis resultiert, ist demnach ganz anders als die "Fehlerfixierung" im Westen, die laut Chögyam Trungpa ihre Wurzeln bereits im Erbsünde-Gedanken hat. Jahrtausendlang hatten sich buddhistische Lehrer an Asiaten gewandt, denen westliche Begriffe und Lebensformen wie Stress, Depression oder Burnout fremd waren. Viele asiatische Dharma-Lehrer, allen voran der Dalai Lama, sind zutiefst erstaunt über das Ausmaß an Selbsthass bei ihren westlichen Schülern, denn das ist in buddhistischen Kulturen kein Thema. Die buddhistischen Texte befassen sich auch ausführlich mit dem Problem der Faulheit und Bequemlichkeit, doch nie mit

dem bei uns verbreiteten Problem des Leistungswahns und des Überengagements. Sie weisen auf das Problem des Stolzes hin, aber nicht auf das für die christliche Neurose typische Problem der Selbstdegradierung und Selbstverachtung.

Ich las einen schönen Satz "... Der Begriff 'Bildung' stammt von dem großen Mystiker und Lehrer des Spätmittelalters Meister Eckhart (1260-1328): "Wenn die Seele etwas erfahren möchte, dann wirft sie ein Bild der Erfahrung vor sich nach außen und tritt in ihr eigenes Bild ein", schrieb er. Was wir im Leben erfahren, sind Schöpfungen, Bildungen unserer selbst ..."

Sind nicht alle diese Unersättlichkeiten Teile dieser 'Einbildung' von mir selber? Könnten sie nicht Teile der Vielfalt sein, die ich ehren und achten mag im "lieben was ist" = "ich liebe mich so wie ich bin"? Könnte es sein, dass der Eindruck von Unersättlichkeit gerade daher rührt, dass ich niemals mit reinem Herzen, liebend was ist, einem dieser Bedürfnisse sein Recht gab, nicht einmal wenigstens mich bemüht habe, es satt zu machen? Könnte es sein, dass in dieser Unersättlichkeit mir meine eigene Gewalt entgegen schlägt, mit der ich mich in diesen Bedürfnissen unterdrücke?

Ich habe immer wieder erlebt, wenn ich mich bzw. jemand anders in einem Stress begleitet habe und wir dabei in jeder dieser Fragen zu einem JA kamen, dass dieser Stress meist schnell aufgelöst war.

Was die Neuroanatomin Jill Bolte Taylor²¹² vom Erleben ihres eigenen Hirnschlags erzählt, ist sehr berührend. Eine Ader explodierte in ihrer linken Gehirnhälfte. Und im Laufe von vier Stunden beobachtete sie, wie sich ihr Hirn vollständig verschlechterte in seiner Fähigkeit, alle Informationen zu verarbeiten. Am Morgen der Hirnblutung konnte sie nicht gehen, reden, lesen, schreiben oder irgend etwas aus ihrem Leben abrufen. Während alle kognitiven Verbindungen verloren gingen zwischen Objekten und ihren Namen, empfand sie plötzlich und vollständig ein unermessliches, überwältigendes und endlos ausgedehntes Feld von Energie und das als Sie Selbst. Sie dachte, es gibt keine Möglichkeit, dass ich fähig sein könnte, diese Riesengröße von mir zurück zu quetschen in diesen kleinen Körper.

Will man einen Computer zum Modell nehmen, so funktioniert unsere rechte Gehirnhälfte wie ein Parallelprozessor, während die linke Hälfte wie

212 <http://www.drjilltaylor.com/book.html>, und <http://www.ted.com/talks/view/id/229> mit Transkript vom 18 minütigen Video http://blog.ted.com/2008/03/jill_bolte_tayl.php#more (Stand 03/2008)

ein serieller Prozessor arbeitet. Die beiden Hemisphären kommunizieren miteinander über das Corpus Callosum. Außer dieser Brücke sind die Hemisphären vollständig getrennt. Weil sie die Informationen unterschiedlich verarbeiten, denkt jede Hemisphäre je unterschiedliche Dinge, kümmert sich um je unterschiedliche Dinge, ja, hat sehr unterschiedliche Persönlichkeiten.

Unsere rechte Hemisphäre umfasst alles über diesen gegenwärtigen Moment - eine gewaltige Kollage über das gerade Hier und gerade Jetzt. Sie denkt in Bildern und lernt durch die Fähigkeit, Lage und Bewegungsrichtung von Körperteilen zueinander und in Bezug zur Umwelt unbewusst reflektorisch zu kontrollieren und zu steuern. Jill Bolte Taylor bemerkt sich als energetisches Wesen, verbunden mit all der Energie um sie herum durch das Bewusstsein der rechten Hemisphäre. Wir alle sind energetische Wesen und alle miteinander verbunden durch das Bewusstsein unserer rechten Hemisphären als *eine* menschliche Familie. Und gerade hier, gerade jetzt sind wir Geschwister auf diesem Planeten, sind wir perfekt, vollständig und schön.

Die linke Hemisphäre ist ganz anders. Sie denkt linear und methodisch. Sie umfasst alles über Vergangenheit und Zukunft. Die linke Hemisphäre ist dafür eingerichtet, aus der gewaltigen Kollage des gegenwärtigen Moments Einzelheiten auszuwählen und Einzelheiten über die Einzelheiten. Und diese Informationen dann zu kategorisieren und zu organisieren und sie mit allem in Verbindung zu bringen, was wir in der Vergangenheit je gelernt haben und daraus alle Möglichkeiten in die Zukunft zu projizieren. Die linke Hemisphäre denkt in Sprache; das ist das ununterbrochene Geplapper im Kopf, das mich und meine innere Welt verbindet mit meiner äußeren Welt. Und, besonders wichtig, das ist die kleine Stimme, die sagt "ich bin. Ich bin". Und im selben Moment, wo meine linke Hemisphäre sagt "Ich bin", werde ich abgesondert, werde ich ein einzelnes, festes Individuum, getrennt von dem energetischen Fluss um mich herum und bin ich getrennt von Dir.

Ihre Erfahrung brachte Jill Bolte Taylor zu dem Gedanken, dass wir unsere gesamte Handlungsfähigkeit immer frei wählen sollten, um so ein volleres, friedlicheres Leben zu führen. Und das Bemerkenswerte: Sie kann seit dem Ereignis ihren Zustand frei wählen!

Sie beschreibt diese Erfahrung weiter: Zuerst war ich erschüttert, mich im Inneren eines stillen Geistes wiederzufinden. Aber ich war sofort gefesselt von der Großartigkeit der Energien um mich herum. Weil ich mich nicht länger identifizierte mit den Grenzen meines Körpers, fühlte ich

mich riesig und ausdehnend. Ich fühlte mich eins mit all der Energie und es war dort schön. Dann kam plötzlich meine linke Hemisphäre wieder online und sagte 'Hey! Wir haben ein Problem! Wir brauchen Hilfe!'. Aber sofort ließ ich mich zurücktreiben in die Bewusstheit und es war schön dort. Stellen Sie sich vor, wie es wäre, völlig abgetrennt von dem Hirn-Geplapper zu sein, dass Sie mit der äußeren Welt verbindet. So bin ich in diesem Raum und jeglicher Stress verließ mich. Stellen Sie sich vor, wie es ist, wenn Sie 37 Jahren an emotionalem Gepäck verlieren. Ich fühlte Euphorie - Euphorie war wunderbar.

Also, wer sind wir? Wir sind die mächtige Lebenskraft des Universums, mit den Fertigkeiten der Hände und mit zweifachem Geist. Und wir haben die Macht zu wählen, Moment für Moment, wer und wie wir in der Welt sein wollen. Genau hier und genau jetzt kann ich eintreten in die Bewusstheit meiner rechten Hemisphäre, wo wir, wo ich die mächtige Lebenskraft des Universums bin, und die mächtige Lebenskraft der 50 Billionen schönen molekularen Genien, die meine Form aufbauen. Oder ich kann wählen, in die Bewusstheit meiner linken Hemisphäre einzutreten, wo ich ein einzelnes, festes Individuum bin, getrennt vom Fluss, getrennt von Dir.

Es heißt, der Körper sei ein Konzept, ein Gedanke, eine Illusion, eine Fata Morgana — wie alles Vergängliche, Gestalthafte. Da komme ich zurück auf die Wellen-Teilchen-Natur. Licht ist untersuchbar entweder als Welle, Strahlung oder aber als Teilchen, Korpuskel. Von Teilchen ist untersuchbar entweder ihr Ort oder aber ihr Impuls. Nichts Drittes dazwischen. Es ist unmöglich!

Aus der Wellensicht mag sich die Leibhaftigkeit 'betrachten' lassen. Als Möglichkeit von Existenz. Wenn jemand in dem Zusammenhang von 'mit Körper identifizieren' spricht, dann schrillen meine Alarmglocken. Das empfinde ich als sehr schief. Aber vielleicht liegt das nur in unserem unterschiedlichen Verständnis und Gebrauch des Wortes. Ich kopiere aus dem Brockhaus:

"Identität,
völlige Übereinstimmung, Einheit (z.B. eines Dinges, Individuums oder Begriffs). In der Psychologie bezeichnet der mit unterschiedlicher Bedeutung gebrauchte Begriff die Erfahrung eines Individuums, eine einzigartige, psychisch weitgehend stabile und von inneren oder äußeren Veränderungen unabhängige Einheit zu sein. Das Bewusstsein der eigenen Identität beinhaltet also, dass man sich als Individuum erlebt, als eine andere Person als die

Anderen, und auch, dass man die Gegensätze und Verschiedenheiten innerhalb der eigenen Person zu einer Synthese bringt."

"Identifikation

(Identifizierung): die bewusste oder unbewusste Übernahme von Eigenschaften, Denk- und Verhaltensweisen anderer Menschen in das eigene Ich durch Verinnerlichung (Introjektion), die innere Gleichsetzung mit anderen. Dabei werden bewunderte, aber auch gehasste oder gefürchtete Züge übernommen, so z.B. Verhaltensweisen, Auffassungen, Interessen einer anderen Person (eines Idols), und zu Eigen gemacht. ..."

Das Ich, hat Sigmund Freud einmal geschrieben, ist "ein kurzlebiges Anhängsel an ein mit virtueller Unsterblichkeit begabtes Keimplasma". Julian Schnabel kehrt in dem Film "Schmetterling und Taucherglocke" (2008) diesen Satz um. Das Ich ist mit virtueller Unsterblichkeit begabt, weil es Medien gefunden hat, durch die andere Menschen in diese Perspektive eintreten können. Das Kino ist das mit virtueller Unsterblichkeit begabte Kunstplasma, das es erlaubt, zugleich die Erfahrung eines Schmetterling und eines Tauchers zu machen, und zwar aus einer Perspektive, die das Kino den anderen Künsten voraus hat - denn im Idealfall ist das Publikum hier ja tatsächlich "locked-in", es sollte sich für die Dauer des Films kaum bewegen, sondern alles dem Auge und den Ohren überlassen. Erleichtern oder erschweren mir solche Kino-Erfahrungen das Fragen und das Antworten?

Identifikation /Identifizierung ist Urteil, ist als Urteil Abgetrenntes *und* Abtrennendes, ist Bildungserbe, gesellschaftliche Vereinbarung — ist in der Ebene von Wellennatur fremd, unmöglich!

Worken (vgl. 8.3 Untersuchen von Gedanken) ist kein Logikspiel mit Wörtern. Es ist Einlassen auf sich selber — und dazu gehört das Lauschen auf die Antworten, die aus dem Herzen und aus dem Körper aufsteigen. Wenn ich Körper nur 'habe', wäre das nur Identifizierung. Der wortlosen Sprache des Körpers zu lauschen, das wäre dann eine Farce. Wenn einer den Körper nur hat, nicht *ist*, dann wäre das Erlauschte nur etwas Beliebiges aus einem beliebigen, von 'mir' getrenntem Ding. Wer hört auf das Klappern seines Fahrrads?

Der Körper sei ein Konzept, ein Gedanke, eine Illusion, eine Fata Morgana. Nein! Wohl, er ist vergänglich. Wohl, er ist zu 99,9% leer zwischen den Atomen. Dennoch IST er, ist vollkommenes Sein auf dieser Stufe von Existenz in der Teilchennatur. Ich habe die Wahl, diese Existenz als Wellennatur oder als Teilchennatur zu *betrachten*. Ich kann das sogar gleichzeitig so erfahren. Aber diese Existenz zu *leben* geht nur je ganz —

ohne, dass dabei ein Bewusstsein um die je andere Existenzform verloren ginge. Nur totale Identität. Für Identifikationen ist dann kein Raum mehr. Und da ich mich nun mal gerade hier&jetzt eingefleischt habe, ist die totale Identität als Körper angesagt — ich verfehle mich sonst, ich weiche aus, ich mache mir eine schöne Zeit mit hehren Gedanken und Gefühlen und mit möglicherweise fehlerbehaftet überlieferten Zitaten von Leuten, die vor langer Zeit in Indien, Palästina oder China lebten.

Leben ist jetzt.

"Folge nicht den Spuren der Meister. Suche, was sie gesucht haben."

Die für das Selbsterkennen besonders wichtigen, hilfreichen Antworten kommen aus dem Körper. Wenn ich den nicht ernst nehme, nur als 'Vehikel' betrachte, was sind das dann für läppische Antworten. Es wäre, als wenn an meinem Fahrrad das Schutzblech klappert. Und dann wird Selbsterkennen nur das Anziehen einer Schraube sein.

Sekt oder Selters! Identität oder Identifikation. Wenn ich für diesen Wimpernschlag von Existenz als Körper mich nicht entscheide, gerade mal jetzt ganz einzutauchen in diese Identität auch als Körper, dann hab ich meine Aufgabe verfehlt. Gott sagt dann: 'gut mein Kind, ich warte'.

Diese Sommergewitter-Cumuluswolke, 'ich', als das 'Große Bewusstsein' braucht meine Liebe auch als Körper zu mir in meiner Ganzheit, um mich in allen Dimensionen in Bewusstheit zu erfüllen. Wenn ich mich mal in das Teilchen-Wellen-Bild vertiefe und von meinem Bildungserbe an indischer und christlicher Weisheitslehre ein wenig ablasse, dann sehe ich den unauflösbaren Widerspruch. Die Seele, Wellennatur, kann gar nichts 'haben'. Haben gibt es nur in der Teilchenwelt.

Vielleicht erklärt sich diese Lust, doch bitte den Körper nur zu 'haben' und sich nicht die Identität mit dem Körper zu erlauben, schon gar nicht rückhaltlos diese Identität anzunehmen, daraus, dass dieser Körper ja angefüllt ist mit dem, was oben genannt wurde '... schwersten zu überwindenden Identifikationen ist die mit dem Körper — und allen seinen unersättlichen Bedürfnissen'. An ihn sind ja alle die Rollen gebunden, die Urteile, Wünsche. Da der/die Erwachte ja weiterhin in diesem Körper drinsteckt und dessen Körpererinnerungen, die unersättlichen Bedürfnisse, durch das Erwachen ja nicht sich sämtlich auflösen, so möchte der/die Erwachte das ganze Leibliche von sich abwischen und negiert sich als Körper. Endlich ist Ruhe — mit diesem Körper hab ich nichts zu tun; er ist nur ein Bruder Esel, den ich das Höhere Selbst tragen lassen. Welch ein Hochmut! Das spricht immer noch Teilchen-Ich, nicht Wellennatur.

Er, der sich diesen Körper geschaffen hat, er, der sich dieses Bild seines Wunsches nach Erfahrung vor sich nach außen geworfen hatte und eintrat in sein eigenes Bild, es konkret, leiblich werden ließ, er verstößt sich selber aus seiner Schöpfung. Heute haben wir andere, umfassendere Informationen über diese Schöpfung 'Körper' und ihr Funktionieren.

"Folge nicht den Spuren der Meister. Suche, was sie gesucht haben."

7.6 Das Ich untersuchen

Albert Schweitzer sagte "Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will". Ich mache dasselbe an meiner Selbstverantwortung fest, meiner ununterbrechbaren Wahr-Gebung, wie ich mich in die Welt stelle, und Wahr-Nehmung, wie ich glaube, diese Welt wirke auf mich.

In der Mailingliste loving-what-is untersuchte Brian Adler seine Gedanken zum *Ich*:

Ich kann diese Gedanken über dieses *Ich Bin* auch als Gedanken untersuchen: *Ich Bin*. Ist das wahr? Es scheint so, zumindest fühlt es sich wahr an. Hier erinnere ich mich, dass der Körper einfach antwortet auf was immer ich in meinen Gedanken nachhänge und der mir damit das Gefühl von Wahrscheinlichkeit gibt. Es ist dasselbe mit dem *Ich Bin* wie mit jedem anderen Urteil.

Ich Bin — kann ich sicher sein, dass das wahr ist? Nein, kann ich nicht, denn alles was ich bemerken kann, sind Gedanken, Gefühle, Wahrnehmungen, aber kein *Ich*.

Und wie reagiere *ich*, wenn ich einem Gedanken nachsinne "*Ich Bin*" oder wie reagiert das Körpergefühl? Mir steigt Enge in der Brust auf, Furcht, Furcht vor Verlust, vor Tod, vor Veränderung, vor Unsicherheit. Es quält mich, wie lebe *ich* denn? Wie fühle *ich* denn? Bin ich glücklich? Bin ich erfolgreich? Bin ich geschickt? Werde ich gemocht? Werde ich geliebt? Werde ich bewundert? Wenn ich über *Ich* nachdenke, wandert die Aufmerksamkeit nach innen, verändert sich von Wahrnehmen zu quälenden Gedanken, zu endlosen inneren Monologen.

Wie behandle ich andere, wenn ich dem *Ich Bin* nachhänge? Ich sehe sie in Begriffen, entweder ob sie für oder ob sie gegen *mich* sind. Sind sie nicht *für mich* dann sind sie *gegen mich*. Ich urteile über sie. Und noch genauer; wenn ich an diesem *Ich Bin* hänge, erinnere ich mich, wie oft meine Frau etwas getan hat, das nicht nett, nicht liebevoll *zu mir* war. Ich denke über die Zukunft *für mich* nach, mache mir Sorgen über die Finanzen, die Gesundheit, den Urlaub *für mich*. Noch genauer, ich sitze herum und denke und denke über *mich*, wenn ich dem Gedanken nachsinne *Ich Bin*.

Was im Besonderen tue ich oder tue ich nicht, wenn ich dem Gedanken nachsinne *Ich Bin*? Mir scheint, ich vermeide, dass Dinge erledigt werden oder ich fühle Bedauern, dass ich Dinge zu erledigen habe, wie den Abwasch machen, Alltagskram. Ich mache nicht den Alltagskram,

wenn ich dem Gedanken nachsinne *Ich Bin*.

Wie im Besonderen behandle ich dann andere? Ich versuche, von ihnen Liebe zu kriegen, während ich sie ihnen vorenthalte. Noch spezieller: Ich sage meiner Frau, sie liebt *'mich'* nicht genug, weil sie zu sehr *'sich selber'* in den Mittelpunkt stellt.

Wie fühlt es sich an, wenn ich in dieser Weise reagiere? Stressig, manchmal äußerst stressig, eng, dicht, zusammengezogen, beschränkt, Angst machend.

Könnte ich einen Grund sehen, den Gedanken fallen zu lassen *Ich Bin*? Das schaffe ich nicht. Das landet höchstens in irgendwelchen komischen spirituellen Sucher-Phantasien. Ja, es gäbe schon eine Menge Gründe.

Wer wäre ich ohne den Gedanken *Ich Bin*? Niemand besonderes. Wer wäre ich mit meiner Frau? Ein Zuhörer, ein Freund, ein Liebhaber. Wer wäre ich in der Küche? Beim Geschirr spülen, Alltagskram, nichts Besonderes. Stehen, sitzen, liegen, essen, ich täte, was immer *ich tue*, bin der ich bin, tu was ich tu. Nur Worte, um einen gewöhnlichen Moment relativer Ruhe zu beschreiben.

Wie kann ich das umdrehen *Ich Bin*? Ich bin — ich bin nicht — kann ich das finden? Nur wenn ich nicht danach gucke. Paradox.

Wir bemerken dieses Paradoxon, wenn wir das *lebendige* Leben direkt untersuchen und das von und mit unserem Herzen erfahren als Bewusstheit oder mit unserem Körper fühlen als Körpergewahrsein. Wir können dieses Fühlen ertragen und zu guter Letzt müssen wir es. Dieses Verständnis markiert den Übergang von der Benutzung spirituellen Wissens als Hilfsmittel oder als Medizin gegen Leiden hin zu einer Entwicklung des Mutes zum Leben, wie es ist. Warum sollte ich dann noch meine Gedanken untersuchen?

Die kurze Antwort ist, dass dieses Herumhängen in einer Drumherumgeschichte das ist, was wir immer tun, wenn wir nicht im Fühlen unseres Seins sind, so wie ich das oben beim Untersuchen des *Ich bin* beschrieben habe. Umgekehrt, wenn ich nicht in einer Geschichte fest hänge, was dann übrig bleibt ist die Bewusstheit dessen, was ist, gefühlt mit dem ganzen Körper. Dies ist vergleichbar dem Zustand, der vor einiger Zeit neu entdeckt wurde als die normale Befindlichkeit von Neugeborenen und dann noch einige Zeit bei Säuglingen. Der Satz im Neuen Testament "so ihr nicht werdet wie die Kindlein, so wird das Himmelreich nicht euer sein" bekommt eine völlig neue, handgreiflich praktische Dimension.

Das Motiv, solche Untersuchung zu machen, die ja auch immer wieder funktioniert, das ist, um zu erforschen, wo und wie wir argumentieren mit dem was ist, und zu erforschen, welches der Argumente dasjenige ist, welches das Leiden an der Realität ausmacht. Anders gewendet, Fühlen, ungeachtet wie intensiv es sei, ist nicht der Grund für Leiden. Unsere Gedanken über das, was wir fühlen, sind die Ursache für Leiden. Körpergewahrsein oder Bewusstheit von Sein, Sichselbstvergessen sind nur unterschiedliche Weisen von Beschreibung der Wahrnehmung, wenn ihr relativ wenige Geschichten im Wege stehen und diese Bewusstheit stören.

Ich frage "wer bin ich?" und habe keine Idee. Ich habe Angst, das Feuer der Untersuchung könnte alles weg brennen, alles Schlacke und es bleibt kein Gold. Brian Adler, ein lange praktizierender Buddhist schreibt weiter, im Rückblick waren nicht die Erfahrungen das Erschreckende, sondern die Gedanken darüber. Er habe immer wieder gefunden, dass der Unterschied zwischen den tiefsten Höllen und dem tiefen Frieden einzig in einem kleinen Gedanken lag wie: 'Dies sollte nicht passieren'.

Dieses Wissen, das die Buddhisten 'Leere vom Selbst' oder 'Ichlosigkeit' oder 'Freiheit von der Illusion des Ich' nennen, ist entweder wahrhaftig und zutiefst erschreckend oder wahrhaftig und absoluter Friede, Stille — oder vielleicht besser: 'ganz normaler und ganz gewöhnlicher perfekter Friede'. Das alles hängt davon ab, ob ich dabei eine Geschichte habe oder nicht. Wenn es eine Geschichte gibt, so ein 'Dies sollte (mir) nicht passieren', dann ist die Untersuchung meiner Gedanken noch nicht erledigt.

Diese Dilemma beim "Ich untersuchen" von Wahr-Gebung und Wahrnehmung ist nicht nur dem praktizierenden Buddhisten vertraut. Es ist in der Kognitionswissenschaft und der Evolutionsbiologie gut untersucht. Im Folgenden gebe ich eine Zusammenfassung aus dem Buch von Francisco J. Varela - Evan Thompson mit Eleanor Rosch "Der Mittlere Weg der Erkenntnis. Die Beziehung von Ich und Welt in der Kognitionswissenschaft - der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung"; Scherz, 1992. (Im folgenden "Varela u.a.")

Phänomenologisch orientierte Kognitionsforscher, die über den Ursprung der Kognition nachdenken, könnten folgendermaßen argumentieren: Der menschliche Geist erwacht in einer Welt. Wir haben unsere Welt nicht entworfen, sondern fanden uns damit vor; wir erwachten nicht nur zu uns selbst, sondern auch zu der Welt, in der wir leben. Wachsend und lebend, reflektieren wir schließlich über eine Welt, die nicht geschaffen, sondern vorgefunden ist, und doch befähigt uns auch unsere Struktur, über diese Welt nachzudenken. In der Reflexion finden wir uns also in ei-

nem Zirkel: Wir leben in einer Welt, die der Reflexion vorauszugehen scheint, aber nicht von uns getrennt ist.

Dem französischen Philosophen Maurice Merleau-Ponty eröffnete die Anerkennung dieses Zirkels einen Raum zwischen Ich und Welt, zwischen Innen und Aussen. Dieser Raum war keine trennende Kluft; er umfasste die Unterscheidung zwischen Ich und Welt, stellte jedoch gleichzeitig die Kontinuität beider her. Seine Offenheit enthüllte einen Mittleren Weg, ein *entre-deux*. Im Vorwort zur *Phänomenologie der Wahrnehmung* (1966) schrieb Merleau-Ponty:

"Beginne ich einmal zu reflektieren, bezieht sich meine Reflexion auf eine unreflektierte Erfahrung und kann sich darüber hinaus nicht als ein Ereignis verkennen. Und so erscheint sie sich selbst als wahrhaft kreativer Akt, als Wandlung in der Struktur des Bewusstseins, und muss doch anerkennen, dass die Welt, die dem Subjekt damit gegeben ist, dass es sich selbst gegeben ist, Vorrang vor ihren Operationen hat ... Wahrnehmung ist nicht Wissenschaft von der Welt, ist nicht einmal ein Akt, eine wohlwogene Stellungnahme. Sie ist der Hintergrund, von dem sich alle Akte abheben und den sie voraussetzen: Die Welt ist nicht ein Objekt in dem Sinne, dass das Gesetz ihrer Schöpfung mein Besitz wäre. Sie ist die natürliche Szene und das Feld für alle meine Gedanken und meine deutlichen Wahrnehmungen."

Gegen Ende des Buches heisst es: "Die Welt ist unabtrennbar vom Subjekt, von einem Subjekt jedoch, das selbst nichts anderes ist als ein Entwurf der Welt, und das Subjekt ist untrennbar von der Welt, doch von einer Welt, die es selbst entwirft."

Die Naturwissenschaften (und die Philosophie) lassen den möglichen Gehalt eines solchen *entre-deux* oder Mittleren Weges meist außer acht. Man könnte die Naturwissenschaft als primär unreflektiert betrachteten, da sie Geist und Bewusstsein naiv voraussetzte. Dies ist tatsächlich eine der extremen Haltungen, die man in der Naturwissenschaft einnehmen kann. Der Beobachter, der Physikern im 19. Jahrhundert vorschwebte, wird oft als körperloses Auge mit objektivem Blick auf das Spiel der Phänomene dargestellt. Man könnte ihn auch mit einem Kognitionsagenten vergleichen, der am Fallschirm auf der Erde abgesetzt wird und diese als unbekannte objektive Realität kartographieren soll.

Die Kritik an dieser Position kann leicht ins andere Extrem umschlagen. Zum Beispiel wird die Unschärferelation der Quantenmechanik häufig verwendet, um eine Art Subjektivismus zu vertreten, worin der Geist aus eigener Kraft die Welt "konstruiert". Besinnen wir uns aber auf uns selbst,

um unsere Kognition wissenschaftlich zu erforschen, ist keine dieser Positionen (körperloser Beobachter / weltloser Geist) angemessen.

Im weitesten Sinne besagt der Terminus Kognitionswissenschaft, dass die Erforschung des Geistes an sich ein lohnendes wissenschaftliches Unterfangen darstellt. Interessanterweise nimmt die Künstliche Intelligenz einen wichtigen Pol ein - das Computermodell des Geistes spielt also eine wichtige Rolle. Als die weiteren Disziplinen gelten meist Linguistik, Hirnforschung, Psychologie, manchmal auch Anthropologie, und die Philosophie des Geistes.

Jede dieser Disziplinen beantwortet die Frage nach dem Wesen des Geistes oder der Kognition eigenständig und hebt damit ihre jeweiligen Interessenschwerpunkte hervor. Von Alexandre Koyré bis Thomas Kuhn haben moderne Historiker und Philosophen argumentiert, dass sich die wissenschaftliche Phantasie von einer Epoche zur anderen grundlegend verändert und dass die Geschichte der Wissenschaft eher an einen phantastischen Roman als an eine lineare Progression erinnert.

Das Zentrum oder der Kern der Kognitionswissenschaft wird meist als Kognitivismus bezeichnet. Wichtigstes Instrument und zentrale Metapher des Kognitivismus ist der Computer, der so konstruiert ist, dass man bestimmte der darin ablaufenden Vorgänge als Rechengvorgänge deuten kann. Diese Rechengvorgänge basieren auf Symbolen, also Elementen, die etwas repräsentieren. Vereinfachend ließe sich sagen: Der Kognitivismus beruht auf der Hypothese, dass Kognition - auch die menschliche - aus einer Symbolverarbeitung wie im digitalen Computer besteht.

Demnach wäre Kognition mentale Repräsentation: Der Geist verarbeitet Symbole, die Eigenschaften der Welt oder die ganze Welt in einer bestimmten Weise repräsentieren. Nach dieser Hypothese bildet die Untersuchung der Kognition als mentale Repräsentation den Kernbereich der Kognitionswissenschaft, einen Bereich, in dem sie von der Neurobiologie einerseits, aber auch von der Soziologie und Anthropologie andererseits unabhängig sein soll.

Der Kognitivismus ist ein wohldefiniertes Forschungsprogramm mit angesehenen Institutionen und Zeitschriften, angewandten Techniken, internationalen Geschäftsinteressen. Er ist Kern der Kognitionswissenschaft, weil er die Forschung so stark dominiert, dass er oft mit dieser Wissenschaft gleichgesetzt wird. In den letzten Jahren sind mehrere alternative Sichtweisen der Kognition aufgekommen, die in zwei wichtigen Aspekten vom Kognitivismus abweichen: 1. Kritik der Symbolverarbeitung als angemessenes Mittel der Repräsentation; 2. Kritik am Repräsentationsbe-

griff als archimedischer Punkt der Kognitionswissenschaft.

Die erste Alternative, hier *Emergenz* genannt, wird gewöhnlich als Konnektivismus bezeichnet. Dieser Terminus basiert auf der Idee, dass viele kognitive Funktionen (etwa Sehen und Erinnern) am besten von Systemen mit vielen einfachen Komponenten ausgeführt werden. Verbindet man diese Komponenten nach geeigneten Regeln, ergibt sich jenes Gesamtverhalten, das der gewünschten Funktion optimal entspricht. Die Symbolverarbeitung ist jedoch lokalisiert; der Umgang mit Symbolen lässt sich spezifizieren, indem man nicht die Bedeutung, sondern nur die physische Form der Symbole verwendet.

Zwar ermöglicht es diese Eigenschaft der Symbole, Instrumente herzustellen, mit denen man sie verarbeiten kann. Der Nachteil dieses Verfahrens besteht aber darin, dass bei Verlust von Teilen der Symbole oder der Verarbeitungsregeln schwere Fehlfunktionen auftreten. Konnektivistische Modelle setzen anstelle der lokalisierten Symbolverarbeitung überwiegend verteilte Vorgänge, die sich über ein ganzes Netzwerk von Komponenten erstrecken und globale Eigenschaften hervortreten lassen, die für rein lokale Defekte nicht so anfällig sind. Für Konnektivisten bedeutet Repräsentation, dass ein in Erscheinung tretender (emergenter) globaler Zustand bestimmten Eigenschaften der Welt entspricht; Repräsentation ist hier also keine Funktion spezieller Symbole.

Die zweite Alternative basiert auf einem noch tieferen Unbehagen am Konzept der Symbolverarbeitung. Sie stellt die zentrale Vorstellung in Frage, Kognition sei prinzipiell Repräsentation. Dahinter verbergen sich nämlich drei Grundannahmen: erstens, dass wir in einer Welt mit speziellen Eigenschaften (wie Länge, Farbe, Bewegung, Klang usw.) leben. Zweitens, dass wir diese Eigenschaften aufnehmen oder wiederherstellen, indem wir sie intern repräsentieren. Drittens, dass es ein separates subjektives "Ich" gibt, das diese Vorgänge ausführt. Alle drei Annahmen führen zu einer ausgeprägten, oft jedoch unausgesprochenen und nie in Frage gestellten Vorliebe für realistische oder objektivistisch/ subjektivistische Meinungen darüber, wie die Welt ist, was wir selbst sind und wie wir die Welt erkennen.

Selbst hartgesottene Biologen müssen einräumen, dass die Welt auf sehr vielfältige Weise *ist* - dass es sogar viele unterschiedliche Erfahrungswelten gibt -, abhängig von der Struktur der jeweiligen Lebewesen und den Unterscheidungen, die zu machen sie fähig sind. Selbst wenn wir uns auf die menschliche Kognition beschränken, kann die Welt sehr unterschiedlich aufgefasst werden.

Für diesen Ansatz schlagen Varela u.a. den Ausdruck *Inszenierung* vor. Damit wollen sie betonen, dass Kognition nicht die Repräsentation einer vorgegebenen Welt in einem vorgegebenen Geist darstellt, sondern das In-Szene-Setzen einer Welt und eines Geistes auf der Grundlage einer Geschichte vielfältiger Aktionen eines Lebewesens *in der Welt*. Das Modell der Inszenierung nimmt also die philosophische Kritik an der Idee ernst, der Geist sei ein Spiegel der Natur; es geht aber noch weiter und spricht dieses Problem im Kernbereich der Wissenschaft selbst an.

Heute ist es modisch zu behaupten, Freud habe das Ich "dezentriert". In Wahrheit gliederte er das Ich in mehrere grundlegende Ichs. Freud war kein strikter Kognitivist: Das Unbewusste hatte die gleichen Repräsentationen wie das Bewusstsein, und - zumindest theoretisch - konnten sie alle bewusst werden oder sein. Der strikte moderne Kognitivismus fasst die unbewusste Verarbeitung viel radikaler und befremdlicher auf, unpassssend für das Verständnis unserer Erfahrung in zwei verwandte Aspekten: 1. Der Kognitivismus postuliert mentale oder kognitive Prozesse, deren wir uns nicht nur nicht bewusst sind, sondern deren wir prinzipiell nicht gewahr sein können. Dadurch übernimmt er 2. die Idee, das Ich oder Subjekt der Kognition sei im Grunde zersplittert oder uneinheitlich.

Zum ersten Punkt wurde bereits erwähnt, dass der Kognitivismus eine Spannung zwischen Wissenschaft und Erfahrung erzeugt. Man könne, mit anderen Worten, in der bewussten Wahrnehmung oder in der selbstbewussten Introspektion keine jener kognitiven Strukturen oder Prozesse ausmachen, die das Kognitionsverhalten erklären sollen. Wenn Kognition prinzipiell symbolische Berechnung ist, liegt diese Diskrepanz zwischen "persönlich" und "subpersönlich" auf der Hand, da vermutlich niemand von uns eines Rechenvorganges in einem internen symbolischen Medium gewahr ist, während er/sie denkt.

Aufgrund unseres psychoanalytisch geprägten Glaubens an das Unbewusste neigen wir dazu, diese tiefe Infragestellung unseres Selbstverständnisses zu übersehen. Allerdings meinen wir mit "unbewusst" in der Regel nicht die unbewussten mentalen Prozesse des Kognitivismus: Gewöhnlich nehmen wir an, dass sich Unbewusstes bewusst machen lässt - sei es durch Selbstreflexion oder durch ein diszipliniertes Verfahren wie das psychoanalytische. Dagegen postuliert der Kognitivismus mentale Prozesse, die prinzipiell nicht bewusst werden können. So sind uns die Regeln für das Zustandekommen mentaler Bilder oder für die Verarbeitung visueller Bilder nicht bloß unbewusst, sondern dem Bewusstsein absolut unzugänglich.

"Man betritt das Gehirn durch das Auge, geht den Sehnerv entlang, rundherum um die Großhirnrinde, schaut hinter jede Nervenzelle und taucht dann unversehens im Tageslicht auf, an der Spitze eines motorischen Nervenimpulses, kratzt sich am Kopf und fragt sich, wo das Selbst geblieben ist."

Das Problem liegt jedoch tiefer. Es mag durchaus schwierig sein, im Tumult "subpersönlicher" Vorgänge ein kohärentes, einheitliches Ich zu finden, und diese Schwierigkeit könnte unser Ich-Empfinden bedrohen - allerdings nur in Maßen. Immerhin können wir noch annehmen, dass es ein Ich gibt, dass wir es nur nicht auf diese Weise finden können. Vielleicht ist uns, wie Jean-Paul Sartre schrieb, das Ich so nahe, dass wir es durch Rückwendung auf uns selbst nicht entdecken können.

Doch die kognitivistische Herausforderung ist sehr viel gravierender. Nach Auffassung des Kognitivismus kann Kognition ohne Bewusstsein vor sich gehen, weil zwischen beiden keine notwendige, innere Verbindung besteht. Was immer wir sonst noch über das Ich annehmen mögen, wir halten Bewusstsein meist für seine zentrale Eigenschaft. Der Kognitivismus stellt daher unsere Überzeugung in Frage, dass die zentralste Eigenschaft des Ich notwendig ist für die Kognition. Damit besagt die kognitivistische These nicht allein, dass wir kein Ich finden können, sondern mehr noch: dass für die Kognition gar kein Ich erforderlich ist.

Wenn die Kognition ohne ein Ich auskommt, warum haben wir gleichwohl die Erfahrung eines Ich? Diese Erfahrung können wir nicht ohne nähere Erklärung von der Hand weisen. Bis vor kurzem gingen die meisten Philosophen nonchalant über dieses Problem hinweg und taten es als irrelevant für die Zwecke der Kognitionswissenschaft ab? Jedoch, alle reflexiven Traditionen in der menschlichen Geschichte - Philosophie, Wissenschaft, Psychoanalyse, Religion und Meditation - haben die naive Ich-Empfindung in Frage gestellt. Keine hat je beansprucht, in der Erfahrungswelt ein unabhängiges, festes, einheitliches Ich entdeckt zu haben.

So schrieb David Hume (1711 - 1776) mit einer berühmten Passage: "Ich meines Teils kann, wenn ich mir das, was ich als "mich" bezeichne, so unmittelbar als irgend möglich vergegenwärtige, nicht umhin, jedesmal über die eine oder die andere bestimmte Perzeption zu stolpern, die Perzeption der Wärme oder Kälte, des Lichtes oder Schattens, der Liebe oder des Hasses, der Lust oder Unlust. Niemals treffe ich mich ohne eine Perzeption an und niemals kann ich etwas anderes beobachten als eine Perzeption."

Diese Einsicht widerspricht direkt unserer kontinuierlichen Ich-

Empfindung. Es scheint, dass viele nichtwestliche (selbst kontemplative) und alle westlichen Traditionen diesem Widerspruch einfach dadurch begegnen, dass sie sich abwenden, ihn nicht zur Kenntnis nehmen wollen.

Keines der kognitivistisch betrachtbaren Aggregate enthält ein Ich. Doch vielleicht ergibt sich dieses aus einer bestimmten Kombination aller Aggregate? Ist das Ich also identisch mit der Gesamtheit der Aggregate? Diese Vorstellung erschiene sehr reizvoll, wenn sie nur praktikabel wäre. Für sich ist jede einzelne der Gruppen vergänglich und unbeständig; wie könnten wir sie also zu einer dauerhaften, kohärenten Einheit verbinden? Vielleicht ist das Ich eine emergente Eigenschaft der Aggregate? Ein solcher selbstorganisierter oder synergistischer Mechanismus ist in der Erfahrung nicht unmittelbar evident. Wichtiger noch: Wir halten ja nicht primär an der abstrakten Idee eines emergenten Ich als dem Ich fest; wir greifen nach einem "wirklichen" Ego-Selbst.

Wenn wir erkennen, dass ein solches wirkliches Ich in der Erfahrung nicht vorzufinden ist, mögen wir zum anderen Extrem übergehen und sagen, das Ich müsse sich radikal von den Aggregaten unterscheiden. In der westlichen Tradition zeigt sich diese Konsequenz besonders in der These Descartes' und Kants, die beobachtete Regelmäßigkeit und Strukturiertheit der Erfahrung setze zwingend eine ordnende Instanz oder einen Beweger hinter den Strukturen voraus. Für Descartes war dieser Beweger die *res cogitans* oder "denkende Substanz". Kant dachte tiefer und genauer. In seiner Kritik der reinen Vernunft schreibt er:

"Das Bewusstsein seiner selbst, nach den Bestimmungen unseres Zustandes, bei der innern Wahrnehmung ist bloß empirisch, jederzeit wandelbar, es kann kein stehendes oder bleibendes Selbst in diesem Flusse innerer Erscheinungen geben ... Es muss eine Bedingung sein, die vor aller Erfahrung vorhergeht, und diese selbst möglich macht ... Dieses reine ursprüngliche, unwandelbare Bewusstsein will ich nun die transzendente Apperzeption nennen."

"Apperzeption" bedeutet soviel wie Bewusstheit, speziell für den Prozess der Kognition. Kant erkannte äusserst klar, dass es in dieser Erfahrung der Bewusstheit nichts gibt, was dem Ich entspricht. Deshalb postulierte er ein transzendentes Bewusstsein, das aller Erfahrung vorausgeht und die Bedingung der Möglichkeit von Erfahrung bildet. Außerdem wies Kant der transzendentalen Bewusstheit unseren Sinn für zeitliche Einheit und Identität zu, so dass er die Basis des empirischen Ich als "transzendente Einheit der Apperzeption" bezeichnete.

Kants Analyse ist zwar brillant, macht das Problem aber nur noch

komplizierter, denn danach soll es wirklich ein Ich geben, das wir jedoch prinzipiell nicht erkennen können. Außerdem entspricht dieses Kantsche Selbst kaum unserer emotionalen Überzeugung, denn es ist nicht das Ich oder mein Selbst, sondern nur die allgemeine Idee eines Selbst, irgendeiner unpersönlichen ordnenden Instanz hinter der Erfahrung. Diese Instanz ist rein, ursprünglich und unwandelbar; ich dagegen bin unrein und vergänglich. Was kann ein derart abgehobenes Ich mit meiner Erfahrung zu tun haben? Wie kann es die Bedingung oder Grundlage aller meiner Erfahrungen sein und doch von diesen unberührt bleiben? Gäbe es wirklich ein solches Ich, könnte es für die Erfahrung nur relevant sein, wenn es am Gewebe der bedingten Welt teilhätte, aber damit verlöre es sofort seine Ursprünglichkeit und Absolutheit.

Die Wissenschaft entfernt sich von der menschlichen Erfahrung und neigt, besonders im Fall der Kognitionswissenschaft, zu einer gespaltenen Haltung, in der wir Schlussfolgerungen verkünden, die wir konstitutionell offenbar nicht akzeptieren können. Da uns die Kognitionsforschung zunehmend zwingt, unsere naive Vorstellung vom Kognitionssubjekt zu revidieren, wird der Brückenschlag zwischen Kognitionswissenschaft und einem offenen, pragmatischen Zugang zur menschlichen Erfahrung um so unausweichlicher.

In einem so mächtigen technischen Kontext wie der heutigen Naturwissenschaft bereitet die bloß theoretische Entdeckung des ichlosen Geistes allerdings noch ein tieferes Problem, da sie hier fast zwangsläufig zu einer Form des Nihilismus führt. Manipuliert die Wissenschaft weiter Dinge, ohne zu berücksichtigen, wie wir in ihrer Mitte leben, wird die Entdeckung der Ichlosigkeit des Geistes außerhalb des Laboratoriums keine gelebten Konsequenzen für den Wissenschaftler haben, auch wenn sein Geist dort ja derselbe ichlose Geist ist. Dieser Geist stellt zwar fest, dass er keine persönliche Basis hat - eine tiefgreifende, bemerkenswerte Entdeckung -, findet aber keine Mittel, seine Erkenntnis zu verkörpern. Doch ohne eine solche Verkörperung bleibt uns nichts übrig, als das Ich völlig zu leugnen, ohne dabei für einen Moment unsere habituelle Gier nach dem aufzugeben, was so geleugnet wurde.

Mit Nihilismus meint Varela u.a. das, was Nietzsche folgendermaßen definiert: "Der radikale Nihilismus ist die Überzeugung einer absoluten Unhaltbarkeit des Daseins, wenn es sich um die höchsten Werte, die man anerkennt, handelt ... ". Das nihilistische Dilemma besteht also darin zu wissen, dass unsere höchsten Werte unhaltbar sind, ohne sie jedoch aufgeben zu können.

Dieses nihilistische Dilemma tritt bei einigen Kognitionswissenschaftlern deutlich zutage. So wird einerseits behauptet, das Bewusstsein sei "zu nichts nütze", jedoch andererseits: "Das Bewusstsein scheint in unserem Leben eine zu wichtige Rolle zu spielen - bereitet zu viel Freude -, als dass wir ihm jeden Nutzen absprechen könnten." Auf den letzten Seiten von Mentopolis untersucht Minsky den Begriff des freien Willens, den er als "Mythos der dritten Alternative" zwischen Zufall und Notwendigkeit bezeichnet. Nach Auskunft der Wissenschaft sind alle Prozesse determiniert oder - wenigstens teilweise - zufällig. Daher sei in ihr kein Raum für eine mysteriöse dritte Möglichkeit namens "freier Wille", worunter Minsky ein "Ich, Selbst oder Letztes Zentrum der Kontrolle" versteht, "in dem wir entscheiden, was wir an jeder Gabelung der Straße der Zeit tun werden".

Minsky schreibt zu diesem Dilemma: "Wenn uns auch die physische Welt keinen Raum für Willensfreiheit lässt: dieses Konzept ist fundamental für unsere Modelle des mentalen Bereiches. Ein zu großer Teil unserer Psychologie basiert auf ihm, als dass wir es aufgeben könnten. Wir sind buchstäblich gezwungen, diesen Glauben beizubehalten, obwohl wir wissen, dass er irrig ist - es sei denn natürlich, wir fühlten uns bemüßigt, die Fehler in allen unseren Überzeugungen zu finden, wie auch immer dann die Folgen für unsere Zuversichtlichkeit und unseren geistigen Frieden aussehen mögen."

Das Zitat über den freien Willen ist seine abschließende Vision zum Verhältnis zwischen Wissenschaft und menschlicher Erfahrung. Wissenschaft und menschliche Erfahrung fallen unrettbar auseinander. Das entspricht genau Nietzsches Diagnose unseres kulturellen Dilemmas aus dem Jahr 1887. Wir sind gezwungen oder "verdammte", wider besseres Wissen an etwas zu glauben.

Die Kognitionswissenschaft belehrt uns, dass wir kein wirkendes oder freies SELBST besitzen. Die buddhistische Achtsamkeit/ Gewahrseins-Tradition besagt dagegen, dass wir gewiss nicht gezwungen sind, an unserem Glauben festzuhalten. Sie bietet als vierte Alternative eine Vision der Handlungsfreiheit, die sich radikal von unseren üblichen Konzeptionen der Freiheit unterscheidet. Entscheidend ist, dass es eine Tradition gibt, die solche Probleme in der Erfahrung selbst untersucht. Fast das ganze buddhistische Streben zielt darauf, das emotionale Anhaften am Ich zu überwinden. Meditationstechniken, Traditionen der Forschung und der Kontemplation, soziales Handeln und die Organisation ganzer Gemeinschaften sind diesem Ziel gewidmet. Es prägt Geschichtsschreibung, Psychologie und Soziologie in buddhistisch geprägten Kulturen. Menschen verändern sich auf diesem Weg zunehmend (und glauben auch, dass sie

sich so verändern können). Daraus resultiert in dieser Weltanschauung, dass wahre Freiheit nicht aus den "Willensentscheidungen" eines Ich-Selbst erwächst, sondern aus ichlosem Handeln.

Was die Kognitionswissenschaft über den ichlosen Geist zu sagen hat, ist wichtig für die menschliche Erfahrung. Und doch: Wenn wir uns der Welt zuwenden, nachdem wir die Grundlosigkeit des Ich aufgedeckt haben, können wir nicht mehr so sicher sein, sie zu finden. Vielleicht sollten wir sagen: Sobald wir das feste Ich aufgeben, wissen wir nicht mehr, wie wir nach der Welt suchen sollen. Schließlich definieren wir die Welt als das, was Nicht-Ich ist, das andere des Ich. Wie ist das jedoch möglich, wenn wir kein Ich als Bezugspunkt mehr haben?

Wir scheinen also erneut unseren Zugriff auf etwas Vertrautes zu verlieren. Gewiss werden viele Leser an diesem Punkt ärgerlich und sehen die Gespenster des Solipsismus, des Subjektivismus und des Idealismus am Horizont auftauchen, obwohl sie bereits wissen, dass wir kein Ich finden, in dem sich solche buchstäblich egozentrischen Auffassungen verankern ließen. Vielleicht sind wir der Idee, dass die Welt eine feste letzte Grundlage hat, noch stärker verfallen als der eines persönlichen Ich. Daher müssen wir uns die Angst bewusst machen, die den Spielarten des kognitiven und des emergenten Realismus zugrunde liegt. Mit der Analyse dieser Angst wollen wir unsere Entdeckungsreise fortsetzen.

Wir nehmen an, die Welt sei vorgegeben, so dass sich ihre Merkmale vor jeder Kognitionstätigkeit spezifizieren lassen. Weiterhin unterstellen wir, um die Beziehung zwischen dieser Kognitionstätigkeit und einer vorgegebenen Welt zu erklären, dass es innerhalb des Kognitionssystems geistige Repräsentationen gibt (seien es Bilder, Symbole oder subsymbolische Aktivitätsmuster, die sich über ein Netzwerk verteilen). Damit besitzen wir eine ausgewachsene Theorie mit folgenden Thesen: 1. Die Welt ist vorgegeben. 2. Unsere Kognition betrifft diese Welt - wenn vielleicht auch nur teilweise. 3. Unsere kognitive Auffassung dieser vorgegebenen Welt besteht darin, ihre Merkmale zu repräsentieren und auf dieser Basis zu handeln.

Diese Theorie klingt, um eine frühere Metapher aufzugreifen, als wäre ein Kognitionsagent per Fallschirm in einer vorgegebenen Welt gelandet. Als solcher kann er nur überleben, wenn er eine Karte hat und lernt, sich danach zu richten. In der kognitivistischen Version ist die Karte ein angeborenes System von Repräsentationen - manchmal eine "Sprache des Denkens" genannt -. Lernen, mit der Karte umzugehen, ist dagegen eine Aufgabe der Ontogenese.

Wir stellen fest, dass wir uns immer mehr von der Vorstellung des Geistes als eines Input-Output-Apparates, der Informationen verarbeitet, entfernt haben. Auch die Umwelt ist zunehmend in den Hintergrund gerückt, wohingegen der Geist als emergentes, autonomes Netzwerk von Beziehungen eine zentrale Rolle spielt. Daher müssen wir fragen: Was haben solche Netzwerke – wenn überhaupt - mit Repräsentation zu tun?

Um diese Frage anschaulich zu gestalten, beziehen sich Varela u.a. erneut auf Minskys Mentopolis, wo er schreibt: "Immer wenn wir über den Geist sprechen, sprechen wir über die Prozesse, die unser Gehirn von einem Zustand in einen anderen versetzen ... Das Interesse am Geist ist in Wirklichkeit das Interesse an Beziehungen zwischen Zuständen - und diese Beziehungen haben buchstäblich nichts mit der Natur der Zustände selbst zu tun." Wie sind diese Beziehungen zu verstehen? Was an ihnen hat mentalen Charakter?

Gewöhnlich lautet die Antwort, diese Beziehungen verkörpern oder stützen Repräsentationen der Umwelt. Behaupten wir jedoch, die Funktion dieser Prozesse liege darin, eine unabhängige Umwelt zu repräsentieren, dann müssen wir sie den außengelinkten (heteronomen) Systemen zuordnen, die durch externe Steuermechanismen definiert sind.

Damit betrachten wir Information als eine vorab definierte Quantität, die unabhängig in der Welt besteht und als Input für Kognitionssysteme fungieren kann. Dieser Input liefert also die anfänglichen Prämissen, nach denen das System sein Verhalten - den Output - errechnet. Doch wie sollen wir Input und Output bei stark kooperativen, selbstorganisierten Systemen wie dem Gehirn näher bestimmen? Zwar fließt Energie in beide Richtungen, aber wo endet die Information, und wo beginnt das Verhalten? Minsky sieht das Problem, und seine Lösung empfiehlt sich für ein längeres Zitat:

"Weshalb sind Prozesse so schwer zu klassifizieren? In früheren Zeiten konnten wir Maschinen und Prozesse in der Regel anhand der Art einordnen, wie sie Rohmaterialien in Fertigprodukte umwandelten. Aber es ergibt keinen Sinn, von Gehirnen zu sprechen, als bearbeiteten sie Gedanken in der Art, wie Fabriken Kraftwagen produzieren. Der Unterschied ist der, dass in Gehirnen Prozesse ablaufen, die sich selbst verändern - und das bedeutet, dass wir solche Prozesse nicht von ihren Produktionen unterscheiden können. Insbesondere arbeiten Gehirne mit Gedächtnissen, die sich im Laufe der Denkprozesse verändern. Die wichtigste Tätigkeit des Gehirns besteht darin, Veränderungen in sich selbst hervorzurufen. Weil die Vorstellung selbstmodifizierender Prozesse eine neue Erfahrung

für uns ist, können wir uns in diesem Fall nicht auf unser vernünftiges Urteilsvermögen verlassen".

Bemerkenswert an dieser Passage ist, dass keinerlei Vorstellung von Repräsentation darin vorkommt. Minsky behauptet nicht, die wichtigste Funktion des Gehirns bestehe darin, eine Außenwelt zu repräsentieren. Vielmehr sagt er, sie bestehe darin, sich ständig selbst zu modifizieren. Was ist aus dem Repräsentationsbegriff geworden?

In der Kognitionswissenschaft bereitet sich infolge der eigenen Forschungsergebnisse ein bedeutender, tiefgreifender Wandel vor. Er besteht darin, dass wir die Idee der Welt als unabhängiges äusseres Faktum aufgeben müssen. Wir haben vielmehr anzunehmen, dass die Welt unlösbar mit der Struktur dieser prozessualen Selbstmodifikation verbunden ist. Darin äussert sich neben einer neuen philosophischen Vorliebe auch die Notwendigkeit, Kognitionssysteme nicht nach ihren Beziehungen zwischen Input und Output, sondern nach ihrer operationalen Geschlossenheit zu beurteilen.

Operational geschlossene Systeme sind dadurch charakterisiert, dass die Ergebnisse ihrer Prozesse diese Prozesse selbst sind. Daher ist das Konzept der operationalen Geschlossenheit eine Möglichkeit, Prozesse zu bestimmen, die auf sich selbst zurückwirken und damit autonome Netzwerke bilden. Solche Netzwerke sind nicht (heteronom) durch externe Steuermechanismen, sondern (autonom) durch interne Mechanismen der Selbstorganisation bestimmt. Entscheidend ist, dass derartige Systeme nichts repräsentieren: Statt eine unabhängige Außenwelt zu repräsentieren, inszenieren sie eine Welt. Diese ist als Feld von Unterscheidungen untrennbar mit der im Kognitionssystem verkörperten Struktur verbunden.

Bevor wir jedoch weitere Schlüsse ziehen, müssen wir uns fragen, warum die Idee einer Welt mit vorgegebenen Merkmalen oder fertigen Informationen so unbezweifelbar erscheint. Warum können wir uns nicht vorstellen, diese Idee aufzugeben, ohne in Subjektivismus, Idealismus oder kognitiven Nihilismus abzugleiten? Woraus resultiert dieses scheinbare Dilemma? Hier gilt es, direkt jenes Gefühl zu analysieren, das sich einstellt, wenn wir meinen, der Welt als festem, stabilem Bezugspunkt nicht mehr trauen zu können.

Die empfundene Unruhe wurzelt in etwas, das wir mit Richard Bernstein "die kartesianische Angst" nennen können. Dabei verstehen wir "Angst" im psychoanalytischen Sinne und bezeichnen sie allein deshalb als "kartesianisch", weil Descartes sie in seinen Meditationen rückhaltlos

offen geäußert hat. Diese Angst entspricht einem Dilemma: Entweder unsere Erkenntnis hat eine feste, stabile Grundlage und einen ruhenden Ausgangspunkt, oder wir geraten in Dunkelheit, Chaos und Verwirrung. Kurz, sofern es keine absolute Basis gibt, bricht alles auseinander.

Dieses Angstgefühl erwächst aus der Sehnsucht nach einer absoluten Grundlage. Kann diese Sehnsucht nicht gestillt werden, scheinen Nihilismus und Anarchie die einzigen Alternativen zu sein. Die Suche nach einer Grundlage kann zwar viele Formen annehmen, doch angesichts der inneren Logik des Repräsentationsdenkens neigen wir dazu, uns entweder auf eine Basis in der Außenwelt oder auf den inneren Geist zu stützen. Wer Geist und Welt als den Gegensatz von subjektivem und objektivem Pol behandelt, schwankt in seiner kartesischen Angst bei der Suche nach einer Basis unaufhörlich zwischen beiden Aspekten.

Allerdings ist der Gegensatz von Subjekt und Objekt keineswegs fest vorgegeben, sondern eine Idee, die der menschlichen Geschichte von Geist und Natur angehört. So galt der Begriff "Idee" vor Descartes nur für Inhalte des göttlichen Geistes. Descartes war einer der ersten, die ihn auf Vorgänge des menschlichen Geistes bezogen. Diese sprachliche und begriffliche Verschiebung ist nur ein Aspekt dessen, was Richard Rorty die "Erfindung des Geistes als Spiegel der Natur" nennt, eine Erfindung, in der heterogene Bilder, Konzeptionen und Sprachgebräuche verschmelzen.

Die kartesischen Wurzeln zeigen sich deutlich, sobald wir an der Metapher der Widerspiegelung zu zweifeln beginnen. Suchen wir nach anderen Denkweisen, verfolgt uns die kartesische Angst auf Schritt und Tritt. Doch unsere heutige Situation ist auch einmalig insofern, als wir zunehmend daran zweifeln, eine letzte Grundlage ausmachen zu können. Stellt sich die Angst also heute ein, scheinen wir hilflos dem Nihilismus ausgeliefert, weil wir es nicht gelernt haben, jene Formen des Denkens, Handelns und Erfahrens aufzugeben, aus denen das Verlangen nach einer Grundlage erwächst.

Wir haben gesehen, dass die Kognitionswissenschaft gegenüber dieser nihilistischen Tendenz keineswegs immun ist. Zum Beispiel erkennt man den inneren Zusammenhang zwischen Nihilismus und kartesischer Angst sehr deutlich in Minskys *Mentopolis*, wo sich der Autor mit unserer Unfähigkeit befasst, eine gänzlich unabhängige Welt zu finden. Wie er schreibt, ist die Welt kein Ding, kein Ereignis und kein Prozess innerhalb der Welt. Vielmehr entspricht sie einer Art Hintergrund - bildet also den Rahmen und das Umfeld für alle unsere Erfahrungen, existiert jedoch nicht unabhängig von unserer Struktur, unserem Verhalten und unserer

Kognition. Alles, was wir über die Welt sagen, betrifft also gleichermaßen uns selbst.

Auf diese Erkenntnis reagiert Minsky ähnlich widersprüchlich wie auf das Fehlen eines Ich. Er schreibt: "Was immer Sie über ein Ding auszusagen vorgeben, Sie drücken nur Ihre persönliche Überzeugung aus. Und doch vermittelt sogar dieser hoffnungslose Gedanke eine Einsicht. Selbst wenn unsere Modelle der Welt keine brauchbaren Antworten über die Welt als Ganzes liefern können und selbst wenn auch ihre anderen Antworten oft falsch sind, können sie uns doch etwas über uns selbst mitteilen."

Varela u.a. stellt diese Ideen in den Worten Minskys dar, weil er ein herausragender Kognitionsforscher ist und seine Gedanken klar formuliert. Allerdings steht er nicht allein da. Bei Gesprächen über diese Frage würden viele Menschen einräumen, dass wir in Wirklichkeit nicht die Welt, sondern nur unsere Repräsentationen der Welt erkennen. Doch wir scheinen durch unsere Beschaffenheit dazu verdammt zu sein, diese Repräsentationen so zu behandeln, als wären sie die Welt, denn unsere alltägliche Erfahrung vermittelt uns den Eindruck, in einer unmittelbar gegebenen Welt zu leben.

Diese Situation erscheint tatsächlich hoffnungslos. Zu bedenken ist jedoch, dass eine solche Hoffnungslosigkeit nur berechtigt wäre, wenn es eine vorgegebene, unabhängige Welt - eine äussere Grundlage - gäbe, die wir allerdings nie erkennen könnten. Dann könnten wir uns nur auf unsere inneren Repräsentationen zurückziehen und sie behandeln, als böten sie eine solide Grundlage. Die Hoffnungslosigkeit resultiert also aus der kartesischen Angst und ihrem Ideal des Geistes als Spiegel der Natur.

Danach sollte sich die Erkenntnis auf eine unabhängige, vorgegebene Welt beziehen und sie genau repräsentieren. Bleibt dieses Ideal unerreichbar, sind wir auf uns selbst zurückgeworfen und suchen eine innere Grundlage. Dieses Schwanken prägt Minskys Vorbehalt, wir äusserten nie etwas über Dinge, sondern immer nur über unsere persönlichen Überzeugungen. Geht es bei dem, was man denkt, nur um subjektive Repräsentationen, bleibt man ganz auf die innere Grundlage verwiesen, auf ein solitäres kartesisches Ich, das in seine subjektiven Repräsentationen eingekerkert ist. Diese Wendung erscheint um so ironischer, als Minsky prinzipiell nicht an die Existenz eines solchen Ich glaubt, das als innere Grundlage dienen könnte. Am Ende erfordert Minskys Version der kartesischen Angst nicht nur, dass wir wider besseres Wissen an ein Ich

glauben, sondern auch, dass wir an eine Welt glauben, die uns prinzipiell unzugänglich bleibt. Die innere Logik dieses Dilemmas mündet unausweichlich in eine nihilistische Grundhaltung.

In Varelas u.a. Analyse der menschlichen Erfahrung durch die Praxis der Achtsamkeit/Gewahrseins-Meditation sahen wir, dass unser Greifen nach einer inneren Grundlage das Wesen des Ich-Selbst ausmacht und eine Quelle ständiger Enttäuschungen darstellt. Damit beginnen wir zu erkennen, dass dieses Verlangen nach einer inneren Grundlage selbst ein Moment in einem umfassenderen Muster des Ergreifens ist, dem auch unser Anhaften an eine äussere Grundlage in der Vorstellung einer vorgegebenen, unabhängigen Welt zuzurechnen ist. Damit bildet unser Greifen nach einer inneren oder äusseren Grundlage die tiefe Quelle unserer Enttäuschung und Angst.

Diese Erkenntnis steht im theoretischen und praktischen Zentrum der buddhistischen Madhyamika-Lehre, der Lehre vom "Mittleren Weg". Das Streben nach einer letzten Grundlage, ob innerhalb oder außerhalb des Geistes, folgt stets dem gleichen Denkmuster und Leitmotiv: der Neigung zum Anhaften. Im Madhyamika gilt diese habituelle Neigung als Wurzel der beiden Extreme "Absolutismus" und "Nihilismus". Zunächst veranlasst uns der ergreifende Geist, nach einer absoluten Grundlage zu suchen - nach etwas Innerem oder Äusserem also, das sui generis, vermöge seines "eigenen Seins", alles andere stützen und fundieren könnte. Angesichts der Unmöglichkeit, dergleichen zu finden, schreckt der ergreifende Geist zurück und klammert sich an das Fehlen einer Grundlage, indem er alles andere als Illusion behandelt.

Die philosophische Analyse des Madhyamika ist also in doppelter Hinsicht direkt für unser Dilemma relevant. Erstens bestätigt sie, dass sich die Suche nach einer letzten Grundlage - die wir heute als das Projekt des Fundamentalismus bezeichnen würden - nicht auf den Begriff des Subjekts und seine Fundierung in einem Ich-Selbst beschränkt, sondern unseren Glauben an eine fertig vorgegebene Welt einschließt. Dieser Aspekt, den man in Indien bereits vor Jahrhunderten erkannt hat und der in den kulturellen Umfeldern Tibets, Chinas, Japans und Südostasiens unterschiedlich ausgearbeitet wurde, beginnt erst seit etwa hundert Jahren, auch in der westlichen Philosophie bedacht zu werden. Die westliche Philosophie kreist überwiegend um das Problem, wo man eine letzte Grundlage finden könnte, hinterfragt aber nicht bewusst und achtsam die grundsätzliche Neigung zum Greifen nach einem Grund.

Zweitens hebt die Tradition des Madhyamika hervor, dass zwischen

Absolutismus und Nihilismus ein innerer Zusammenhang besteht. Unsere ethnozentrische Geschichtsschreibung redet uns ein, das Interesse am Nihilismus - im Sinne Nietzsches - sei ein speziell westliches Phänomen und verdanke sich unter anderem dem Scheitern des Theismus im 19. Jahrhundert und dem Aufstieg der Moderne. Da sich indische Philosophen schon in vorbuddhistischen Zeiten stark für den Nihilismus interessierten, müsste dieser ethnozentrische Dünkel eigentlich verschwinden.

In der Tradition der Achtsamkeit/Gewahrseins-Meditation wird angestrebt, Absolutismus und Nihilismus direkt und fundiert als Formen des Ergreifens zu durchschauen, die aus der Suche nach einem festen Ich-Selbst resultieren und damit unsere konsensuelle Lebenswelt auf die Erfahrung von Leid und Enttäuschung beschränken. Indem man fortschreitend lernt, diesen Hang zum Ergreifen zu überwinden, beginnt man zu erkennen, dass alle Phänomene leer von einer absoluten Grundlage sind und dass diese "Grundlosigkeit" (Shunyata) das Gewebe des Entstehens in gegenseitiger Abhängigkeit bildet.

Im Sinne der Phänomenologie könnten wir sagen: Grundlosigkeit ist geradezu die Bedingung für die eng verwobene, interdependente Welt der menschlichen Erfahrung. Das haben Varela u.a. oben mit der Formulierung angesprochen, dass alle unsere Tätigkeiten von einem Hintergrund abhängen, der sich niemals endgültig festlegen lässt. Damit findet sich Grundlosigkeit nicht nur in entlegenen, abstrus philosophischen Analysen, sondern in der alltäglichen Erfahrung. Sie enthüllt sich in der Kognition als "Common sense" - das Wissen, wie man sich einen Weg durch eine Welt bahnt, die nicht fertig vorgegeben ist, sondern durch unsere eigenen Handlungen ständig umgestaltet wird.

Doch die Stärke der lebendigen Kognition liegt gerade darin, innerhalb eines sehr weiten Rahmens jeweils die Aufgaben ausmachen zu können, die gerade bewältigt werden müssen. Diese Probleme und Interessen sind nicht vorgegeben, sondern werden vor einem Hintergrund des Handelns - in dem allein unser Common sense bestimmt, was im gegebenen Kontext als relevant gilt - inszeniert oder hervorgebracht.

Betrachten wir die visuellen Wahrnehmung und fragen: "Was kam zuerst. die Welt oder das Bild?" Die Antwort der - kognitivistischen und konnektivistischen - Sehforschung ergibt sich eindeutig aus den erforschten Themen. So sprechen die Wissenschaftler von "Wiederherstellung der Gestalt aus den Schattierungen", "der Tiefe aus Bewegung" oder "der Farbe aus wechselnder Beleuchtung". Diese Haltung nennen wir die Henne-Position.

Henne-Position: Die Außenwelt hat vorgegebene Eigenschaften, und diese gehen dem auf das Kognitionssystem geworfenen Bild voraus. Das System soll die Eigenschaften richtig wiederherstellen (was über Symbole oder durch globale subsymbolische Zustände erfolgen kann).

Das klingt sehr vernünftig, und wir können uns kaum eine andere Erklärung vorstellen. Als einzige Alternative scheint die Ei-Position in Frage zu kommen.

Ei-Position: Das Kognitionssystem entwirft seine Welt selbst, und die scheinbare Realität dieser Welt spiegelt nur die internen Gesetze des Systems wider.

Eine Erörterung des Farbe-Sehens deutet einen Mittleren Weg zwischen diesen beiden Extremen an. Wir haben gefunden, dass Farben nicht "da draußen", nicht von unserer Wahrnehmung und Kognition unabhängig sind. Allerdings haben wir auch gesehen, dass Farben nicht "hier drinnen" und damit unabhängig von unserer biologischen und kulturellen Umwelt existieren. Im Gegensatz zur objektivistischen Auffassung sind Farbkategorien empirisch geprägt. Im Gegensatz zur subjektivistischen Sichtweise gehören Farbkategorien unserer gemeinsamen biologischen und kulturellen Welt an. Das Beispiel Farbe verhilft uns also zu der Einsicht, dass Henne und Ei, Welt und Wahrnehmender einander spezifizieren.

Diese wechselseitige Spezifikation eröffnet einen Mittleren Weg zwischen den Scylla der Kognition als Wiederherstellung einer vorgegebenen Außenwelt (Realismus) und der Charybdis der Kognition als Projektion einer vorgegebenen Innenwelt (Idealismus). Beide Extreme basieren zentral auf dem Begriff der Repräsentation: Im ersten Fall dient diese dazu, eine Außenwelt wiederherzustellen, im zweiten, eine Innenwelt zu projizieren. Wir möchten diese logische Geographie von Innenwelt und Außenwelt ganz umgehen, indem wir die Kognition nicht als Wiederherstellung oder Projektion, sondern als *verkörpertes Handeln* auffassen.

Den Ausdruck verkörpertes Handeln wollen wir nun erläutern. Mit verkörpert meinen wir zweierlei: Kognition hängt von Erfahrungen ab, die ein Körper mit verschiedenen sensomotorischen Fähigkeiten ermöglicht. Diese sind ihrerseits in einen umfassenderen biologischen, psychologischen und kulturellen Kontext eingebettet. Mit Handeln möchten wir erneut betonen, dass sensorische und motorische Prozesse, Wahrnehmung und Handlung, in der lebendigen Kognition prinzipiell nicht zu trennen sind. Beide gehören aber bei Individuen nicht zufällig zusammen, sondern haben sich auch gemeinsam entwickelt.

Damit können wir nun vorläufig formulieren, was mit *Inszenierung* gemeint ist. Das Konzept der Inszenierung hat zwei Ansatzpunkte: 1. Wahrnehmung ist wahrnehmungsgeleitetes Handeln. 2. Kognitionsstrukturen emergieren aus rekursiven sensomotorischen Mustern, die eine Lenkung des Handelns durch Wahrnehmung ermöglichen. Beide Aussagen klingen etwas dunkel, werden aber im Verlauf dieser Untersuchung noch aufgeklärt.

Beginnen wir mit dem Begriff des wahrnehmungsgeleiteten Handelns. Wir haben gesehen, dass Repräsentationstheoretiker die Wahrnehmung vom Problem der Informationsverarbeitung her angehen. Nach diesem Modell müssen vorgegebene Eigenschaften der Welt wiederhergestellt werden. Im Gegensatz dazu fragen wir beim Modell der Inszenierung, wie ein Wahrnehmender sein Handeln lokal ausrichten kann. Da die lokalen Situationen sich aufgrund der Aktivität des Wahrnehmenden ständig wandeln, müssen wir die Wahrnehmung nicht mehr vom Bezugspunkt einer vorgegebenen, vom Wahrnehmenden unabhängigen Welt her verstehen, sondern über die sensomotorische Struktur des Wahrnehmenden (mit der das Nervensystem sensorische und motorische Flächen verbindet).

Genau diese Struktur - die Verkörperungsform des Wahrnehmenden -, und nicht eine vorgegebene Welt, legt fest, wie der Wahrnehmende handeln und durch Ereignisse in der Umwelt beeinflusst werden kann. Beim Inszenierungskonzept kommt es also nicht darauf an, wie eine vom Wahrnehmenden unabhängige Welt wiederhergestellt wird. Entscheidend sind vielmehr die gemeinsamen Prinzipien oder gesetzmäßigen Verbindungen zwischen sensorischen und motorischen Systemen, da sie erklären, wie das Handeln in einer vom Wahrnehmenden abhängigen Welt wahrnehmungsgeleitet sein kann.

Diese Sicht der Wahrnehmung gehörte zu den zentralen Erkenntnissen im Frühwerk Merleau-Pontys. Daher möchten wir eine seiner visionären Passagen vollständig zitieren.

".. Der Organismus lässt sich eben nicht vergleichen mit einer Klaviatur, auf der äussere Reize spielen und ihre eigentümliche Gestalt abzeichnen, aus dem einfachen Grunde, weil er selbst dazu beiträgt, die Gestalt zu bilden. "Die Verhältnisse des Objekts und die Intentionen des Subjekts mischen sich nicht nur..., sondern fügen sich auch zu einem neuen Ganzen zusammen". Wenn Auge und Ohr ein flüchtiges Tier verfolgen, so lässt sich bei dem Austausch von Reizen und Reaktionen unmöglich sagen, "wer angefangen hat". Da alle Bewegungen des Organismus stets

durch äussere Einflüsse bedingt sind, kann man durchaus, wenn man so will, das Verhalten als eine Wirkung der Umwelt behandeln. Doch da alle Reize, die der Organismus aufnimmt, ihrerseits erst ermöglicht wurden durch die vorausgehenden Bewegungen, die schließlich das Rezeptionsorgan den äusseren Einflüssen aussetzten, könnte man geradeso gut sagen, das Verhalten sei die Primärursache aller Reize.

So wird die Reizgestalt durch den Organismus selbst geschaffen, durch seine eigentümliche Art und Weise, sich den äusseren Einwirkungen auszusetzen. Zweifellos muss er, um überhaupt bestehen zu können, um sich herum eine bestimmte Anzahl physikalischer und chemischer Agenzien antreffen. Doch er ist es, der entsprechend der eigentümlichen Natur seiner Rezeptoren, den Schwellen seiner Nervenzentren und den Bewegungen der Organe aus der physischen Welt die Reize auswählt, für die er empfänglich ist. Man könnte sagen, "dass die Umwelt sich durch das Sein des Organismus aus der Welt herausschält, unpräjudizierlicher, dass ein Organismus nur sein kann, wenn es ihm gelingt, in der Welt eine adäquate Umwelt zu finden". Es wäre das eine Klaviatur, die sich selbst bewegt, und zwar so, dass sie - nach wechselnden Rhythmen - diese oder jene ihrer Noten der Einwirkung eines äusseren Hammers aussetzt, die in sich selbst monoton ist. .."

In einem solchen Ansatz ist die Wahrnehmung also nicht nur in die Umwelt eingebettet und von ihr geprägt, sondern trägt auch zur Inszenierung dieser Umwelt bei. Wie Merleau-Ponty feststellt, gestaltet der Organismus seine Umwelt und wird von ihr beeinflusst. Merleau-Ponty erkannte also, dass wir die wechselseitige Spezifikation und Selektion von Organismus und Umwelt begreifen müssen.

Varela u.a. belegen nun anhand von Beispielen, wie die Wahrnehmung das Handeln leitet. In einer klassischen Untersuchung zogen Held und Hein Kätzchen im Dunkeln groß und setzten sie nur unter kontrollierten Bedingungen dem Licht aus. Eine Gruppe von Tieren durfte sich normal bewegen, war aber an ein einfaches Wägelchen mit einem Korb angeschirrt, in dem sich ein Tier der zweiten Gruppe befand. Die Tiere beider Gruppen machten also die gleichen visuellen Erfahrungen, doch die der zweiten mussten völlig passiv bleiben. Als man die Tiere nach einigen Wochen freiließ, verhielten sich die Tiere der ersten Gruppe normal, die Tiere, die jedoch nur herumgefahren wurden, wirkten, als seien sie blind: Sie stießen dauernd an und fielen über Kanten. Die Studie stützt das Konzept der Inszenierung, wonach Objekte nicht nur durch visuelle Rekonstruktion von Merkmalen, sondern durch die visuelle Ausrichtung des Handelns gesehen werden.

Wir kommen nun zu der Vorstellung, dass Kognitionsstrukturen aus jenen rekursiven sensomotorischen Mustern emergieren, die eine Wahrnehmungsleitung des Handelns ermöglichen. In diesem Bereich hat Jean Piaget Pionierarbeit geleistet. Er entwickelte sein Programm einer genetischen Epistemologie. Piaget wollte erklären, wie sich das Kind von einem unreifen biologischen Organismus (bei der Geburt) nach und nach zu einem abstrakt denkenden Wesen entwickelt. Zu Beginn hat das Kind nur sein sensomotorisches System. Piaget wollte verstehen, wie sich die sensomotorische Intelligenz dahingehend entwickelt, dass das Kind zu einer Vorstellung von einer Außenwelt mit beständigen, in Raum und Zeit lokalisierten Objekten gelangt sowie zu einer Konzeption seiner selbst als Objekt unter anderen Objekten und als ein interner Geist. In Piagets System ist das Neugeborene weder objektivistisch noch idealistisch gesonnen. Es hat nur seine eigenen Aktivitäten, und selbst das einfachste Erkennen eines Objekts lässt sich nur im Sinne seiner Aktivität verstehen. Aus dieser heraus muss es das ganze Gebäude der phänomenalen Welt (mit ihren Gesetzen und mit ihrer Logik) errichten. Dies ist ein klares Beispiel für das Emergieren kognitiver Strukturen aus rekursiven Mustern (in Piagets Terminologie "zirkulären Reaktionen") der sensomotorischen Aktivität.

Interessanterweise scheint Piaget selbst theoretisch nie an einer vorgegebenen Welt und an einem unabhängigen Erkennenden mit vorgegebenem logischen Endpunkt der kognitiven Entwicklung gezweifelt zu haben. Die Gesetze der kognitiven Entwicklung sind für ihn, selbst auf der sensomotorischen Stufe, eine Assimilation der und Angleichung an die vorgegebene Welt. Daher besteht in Piagets Werk eine interessante Spannung: Ein objektivistischer Denker behauptet, das Kind sei ein inszenierender Agent, doch als solcher entwickelt es sich unausweichlich zu einem objektivistischen Denker. Piagets Werk, das in einigen Bereichen sehr einflussreich ist, hätte mehr Aufmerksamkeit der Nichtpiagetianer verdient.

Eine der grundlegendsten Kognitionsleistungen aller Organismen ist die Kategorisierung. Durch sie wird die Einmaligkeit jeder Erfahrung in eine begrenzte Gruppe erlernter, sinnvoller Kategorien umgewandelt, auf die Menschen und andere Organismen reagieren. In der behavioristischen Ära der Psychologie (die auch den Höhepunkt des kulturellen Relativismus in der Anthropologie bildete), wurden Kategorien als willkürlich behandelt, und die Psychologie setzte Kategorisierungsübungen nur ein, um die Gesetze des Lernens zu erforschen.

Denken Sie an das Objekt, auf dem Sie sitzen, und fragen sich, was es ist - wie es heißt. Sitzen Sie auf einem Stuhl, dürften Sie eher Stuhl als

Möbelstück oder Sessel gedacht haben. Warum? Rosch hat angeregt, dass es eine Grundebene der Einordnung in Taxonomien konkreter Objekte gibt, auf der Biologie, Kultur, kognitive Informationsbedürfnisse und Ökonomie zusammentreffen. In mehreren Experimenten haben sie und andere herausgefunden, dass die Grundebene der Kategorisierung auch die umfassendste ist: Die Elemente 1. werden durch eine ähnliche Motorik eingesetzt und behandelt, 2. haben ähnliche wahrgenommene Gestalten und können imaginiert werden, 3. zeigen erkennbare, für den Menschen sinnvolle Merkmale, 4. werden von Kleinkindern kategorisiert und 5. genießen (in mehrerer Hinsicht) sprachlichen Vorrang.

Auf dieser Grundebene der Kategorisierung werden Kognition und Umwelt offenbar gleichzeitig inszeniert. Das Objekt erscheint dem Wahrnehmenden, als ermögliche es bestimmte Interaktionen, und der Wahrnehmende benutzt die Objekte entsprechend körperlich und geistig. Form und Funktion, meist als Gegensätze behandelt, sind Aspekte ein und desselben Prozesses, und Organismen reagieren äusserst empfänglich auf ihre Koordination. Der Umgang des Wahrnehmenden/ Handelnden mit Objekten der Grundebene gehört den kulturellen, konsensuell bewerteten Lebensformen der Gemeinschaft an, in welcher sich der Mensch und das Objekt befinden - er ist eine Aktivität auf der Basisebene.

Sinnvolle Begriffsstrukturen haben zwei Quellen: 1. die Strukturiertheit der körperlichen und gesellschaftlichen Erfahrung und 2. unsere angeborene Fähigkeit, bestimmte wohlstrukturierte Aspekte unserer körperlichen und interaktiven Erfahrung auf abstrakte Begriffsstrukturen zu projizieren. Das rationale Denken wendet sehr allgemeine Kognitionsprozesse - Fokussieren, Abtasten, Überlagern, Vertauschen von Figur und Hintergrund etc. - auf solche Strukturen an. Diese Thesen scheinen mit Varelas u.a. Auffassung der Kognition als Inszenierung übereinzustimmen.

Eine etwas provokative Ausdehnung der Auffassung von Kognition als Inszenierung wäre es wohl, sie auf das kulturelle Wissen anzuwenden, das die Anthropologie untersucht. Wo sind kulturelle Kenntnisse wie Märchen, Namen für Fische oder Witze lokalisiert? Im Geist des einzelnen? In gesellschaftlichen Regeln? In kulturellen Artefakten? Wie können wir die zeitlichen und individuellen Abweichungen erklären? Für die Anthropologie könnte es sehr förderlich sein, das Wissen an der Schnittstelle von Geist, Gesellschaft und Kultur zu suchen, statt in einem oder allen drei Bereichen. Das Wissen ist nicht irgendwo oder irgendwie vorgegeben, sondern wird in besonderen Situationen inszeniert - zum Beispiel, wenn jemand ein Märchen erzählt oder einen Fisch benennt. Wir überlassen es der Anthropologie, diese Möglichkeit zu prüfen.

Karl Jaspers, Ludwig Binswanger und Merleau-Ponty haben auf der Basis von Heideggers Philosophie ein Konzept der Psychopathologie entwickelt, das sich grundlegend vom Ansatz Freuds und von der neueren Theorie der Objektbeziehungen unterscheidet. Da er psychische Störungen allgemeiner, stärker charakterologisch erklären soll als Freuds auf Hysterie und Zwangsneurosen spezialisierte Analyse, kann man diesen Ansatz als die ontologische Sichtweise bezeichnen. Er steht also im Gegensatz zu Freuds repräsentativ kognitivistischer, epistemologischer Auffassung.

Aus ontologischer Sicht kann man einen gestörten Charakter nur verstehen, wenn man das ganze In-der-Welt-Sein der Person berücksichtigt. Ein Motiv wie Minderwertigkeit oder Dominanz, gewöhnlich nur ein Aspekt unter vielen, mit denen ein Individuum seine Welt definiert, verfestigt sich durch frühe Erfahrungen und wird so zum einzigen Modus, durch den sich die Person in der Welt erfahren kann. Dadurch gleicht es dem Licht, in dem man Objekte sieht - das Licht selbst kann man nicht als Objekt sehen -, und Vergleiche mit andern Modi des In-der-Welt-Seins sind deshalb nicht möglich. Die Existenzanalyse hat diesen Ansatz nicht nur auf pathologische Charakterstörungen angewandt, sondern auch sogenannte Pathologien als existentielle Entscheidungen neu bewertet.

Dieser phänomenologischen Sicht der Pathologie fehlt es jedoch an eigenständigen Behandlungsmethoden. Der Patient kann zwar versuchen, frühkindliche Vorfälle zu erinnern, aus denen die Dominanz eines Motivs erwuchs, dieses in der Übertragung mit dem Therapeuten inszenieren und durcharbeiten oder eine körperbezogene Therapie machen, um die Somatisierung des Motivs aufzuspüren und zu lindern - das alles wäre aber ebenso typisch für Therapien, in denen die Störung im Freudschen Sinne, im Sinne der Objektbeziehungen oder mit anderen Theorien gefasst würde.

Die achtsame, offene Zugangsweise zur Erfahrung, die wir beschrieben haben, bietet Möglichkeiten einer umfassenden Neuverkörperung der Person. Daher könnte sie den erforderlichen Rahmen und die nötigen Hilfsmittel liefern, um die Psychoanalyse im existentiellen, verkörperten Sinne auch praktisch anzuwenden. Das Verhältnis zwischen Meditationspraxis, buddhistischer Lehre und Therapie wird bei westlichen Praktikern der Achtsamkeit/Gewahrseins-Meditation engagiert, aber auch kontrovers diskutiert. Die westliche Psychotherapie ist ein historisch und kulturell einmaliges Phänomen; im traditionellen Buddhismus gibt es nichts Vergleichbares. Viele westliche Meditierende (ob Anhänger des Buddhismus oder nicht) sind entweder Therapeuten oder streben diesen Beruf an. Vie-

le weitere haben Therapieerfahrung.

Die Evolutionsproblematik liegt faktisch parallel zum Problem der Kognition. Wenn der Begriff Repräsentation (in seiner starken Formulierung) im Zentrum der heutigen Kognitionswissenschaft steht, gruppiert sich die moderne Evolutionstheorie um den Begriff der Anpassung.

Bis zum Aufkommen der Kritik an diesem sogenannten adaptivistischen Programm galt die Theorie der organischen Evolution als orthodoxe Grundlage des Neodarwinismus. Dieser ist für die moderne Evolutionstheorie, was der Kognitivismus für die Kognitionswissenschaft bedeutet - und das in mehrerer Hinsicht. Wie der Kognitivismus, lässt sich auch das neodarwinistische Programm relativ einfach in Kurzform darstellen.

In erster Linie stützt sich der Neodarwinismus auf Darwin selbst. Dessen Vermächtnis besteht aus drei wesentlichen Aspekten:

1. Die Evolution vollzieht sich als allmähliche Veränderung der Organismen in einer Abstammungslinie. In der Vererbung gibt es also ein Element der Reproduktion.
2. Das Erbmateriale diversifiziert ständig (durch Mutationen und Rekombinationen).
3. Ein zentraler Mechanismus - die natürliche Selektion - erklärt, wie es zu diesen Veränderungen kommt. Die natürliche Selektion basiert darauf, im Kampf mit der jeweiligen Umwelt die bewährtesten Artmerkmale (Phänotypen) auszuwählen.

Der Neodarwinismus ging in den dreißiger Jahren (durch die sogenannte moderne Synthese der zoologischen, botanischen und systematischen Ideen Darwins mit den neuen Erkenntnissen über Zell- und Populationsgenetik) aus dem klassischen Darwinismus hervor. Diese Synthese prägte die Grundauffassung, dass Modifikationen auf geringfügigen Veränderungen in den Erbanlagen oder Genen der Organismen beruhen. Evolution ist die Summe der genetischen Veränderungen bei den sich kreuzenden Populationen. Rhythmus und Tempo der Evolution werden durch Veränderungen in der "Tüchtigkeit" der Genstruktur gemessen. Obwohl diese Konzepte allgemein bekannt sind, müssen wir sie genauer analysieren, um ihren wissenschaftlichen Funktionen gerecht werden zu können.

Nehmen wir den Begriff *Anpassung*. Intuitiv verstehen wir darunter eine Art Plan oder Entwurf, die einer bestimmten physischen Situation optimal (oder zumindest sehr gut) entsprechen. So eignen sich etwa die Flossen von Fischen gut für das Leben im Wasser, während der Huf bes-

ser dem Galoppieren über Prärien entspricht. Evolutionstheoretiker begreifen Anpassung als einen Prozess, der mit Reproduktion und Überleben zu tun hat, als ein Sichanpassen. Dieser Prozess soll erklären, wie es in der Natur zur beobachteten adaptiven Struktur kommt.

Um die Idee des Sichanpassens theoretisch tragfähig zu machen, müssen wir jedoch die Angepasstheit von Organismen untersuchen. Dabei kommt der Begriff *Tüchtigkeit* ins Spiel. Unter dem Aspekt der Angepasstheit muss die Evolution vererbare Strategien finden, das heißt, aufeinander bezogene Gengruppen aussondern, die mehr oder weniger gut zur differenzierten Reproduktion beitragen können. Verändert sich ein Gen in diesem Sinne, um seine Aufgabe besser zu lösen, dann steigert es seine Tüchtigkeit. Diese Idee der Tüchtigkeit wird oft als ein Maßstab des individuellen Überflusses formuliert und besagt dann, wie viele überschüssige Nachkommen vorhanden sind. Sie kann aber auch als Maßstab für den Überfluss auf Populationsebene gelten, betrifft also die Auswirkung der Gene auf die Wachstumsrate einer Population.

Diese quantitative Messung der Tüchtigkeit hat jedoch begriffliche und empirische Mängel. Zunächst hängt der Reproduktionserfolg bei den meisten Tierarten vom geschlechtlichen Umgang mit anderen Tieren ab. Da Gene stets in große Gesamtheiten eingebunden sind, kann man ihre Effekte zudem meist nicht isoliert betrachten. Dazu ist das Milieu der Gene sehr vielfältig und zeitabhängig. Schließlich muss man dieses Milieu im Kontext des gesamten Lebenszyklus und der ökologischen Bedingungen eines Tieres sehen.

Tüchtigkeit kann auch als Maßstab des Beharrungsvermögens gelten. Dabei misst man die Wahrscheinlichkeit der beständigen Reproduktion in der Zeit. Optimiert wird jedoch nicht die Zahl der Nachkommen, sondern die Wahrscheinlichkeit ihres Aussterbens. Dieser Ansatz betont langfristige Effekte und damit schon ein Fortschritt gegenüber der engen Sichtweise, die Tüchtigkeit bloß mit dem Überfluss an Nachkommen gleichsetzt. Allerdings lässt er sich kaum quantifizieren.

Die orthodoxe neodarwinistische Evolutionstheorie wird meist vorausgesetzt, wenn die Beziehung zwischen Evolution und Kognition geklärt werden soll. Sie bildet also innerhalb der Kognitionswissenschaft die herrschende Auffassung der Evolution. Diese orthodoxe Sicht untersuchen Varela u.a. kritisch. Allerdings richtet sich die Kritik nicht nur auf die wissenschaftliche Plausibilität des Anpassungskonzepts. Dazu skizzieren wir einige der offenen Fragen und strittigen Punkte, die zur Entwicklung alternativen Ansätze beitragen. Daraus ergibt sich eine Sicht der Evolution, die

wir natürliches Driften nennen werden. Die Evolution als natürliches Driften ist das biologische Pendant zur Kognition als verkörpertes Handeln. Daher bildet sie auch einen breiteren theoretischen Kontext für die Analyse der Kognition als biologisches Phänomen.

Alle hier zu erörternden Aspekte haben mit einem grundlegenden Mangel in der herrschenden Deutung der natürlichen Selektion zu tun. Gene sind so verknüpft, dass man Organismen - auch mit eleganten Tricks - nicht als Ansammlung von Eigenschaften oder Merkmalen behandeln kann. Biologen bezeichnen den Sachverhalt, dass einzelne Gene (abgesehen von Sonderfällen wie der Augenfarbe) nicht für das Auftreten isolierter Merkmale verantwortlich sind, als Verknüpfung und Pleiotropie. Pleiotropische Effekte sind jedoch keine bizarren Eigenschaften weniger außergewöhnlich komplexer Merkmale. Vielmehr ist das Genom infolge genetischer Wechselwirkung keine bloße Aneinanderreihung unabhängiger Gene (die sich in Merkmalen äußern), sondern ein eng verwobenes Netzwerk multipler reziproker Auswirkungen, zwischen denen Blocker und Antiblocker, Exone und Introne, springende Gene und sogar strukturelle Proteine vermitteln.

Die vielleicht deutlichsten Beispiele für Ganzheit auf der Genomebene (im Rahmen der Makroevolution, nicht der Ontogenese) sind Brüche in den zeitlichen Veränderungen von Spezies; man bezeichnet sie als punktiertes Gleichgewicht. Dieses viel diskutierte Phänomen entkräftete die Idee einer evolutionären Kontinuität (wonach sich die Evolution durch schrittweise Ansammlung selektierter punktueller Mutationen vollzieht). Die Fossilfunde scheinen nicht unvollständig zu sein. Oft kann man sich Zwischenformen einfach nicht vorstellen. Wie ließe sich etwa der Übergang von einer Spezies mit dorsal-ventraler Asymmetrie zu einer solchen mit Spiegelasymmetrie konstruieren? Der Übergang muss sich durch globale Umgruppierungen vollziehen und koordinierte genetische Wechselwirkungen einschließen. Solche Effekte können in einfachen Fällen sogar ohne jede Selektion auftreten.

Wie oft in der Wissenschaft, kann man solche Probleme entweder als gravierende Mängel oder noch ungeklärte Details auffassen. Überzeugte Neodarwinisten erkennen zwar genetische Wechselwirkungen an, hoffen aber, den Einfluss der Pleiotropie durch feinere Messtechniken von der natürlichen Selektion abgrenzen zu können. Gleichwohl bleibt es dabei, dass die klassischen Tüchtigkeitsmaßstäbe für Artmerkmale das Problem der pleiotropischen Effekte nicht überzeugend lösen können. Man darf also fragen, ob die Analyse der Evolution als optimierte Tüchtigkeit von Merkmalen nicht ein Irrweg ist. Statt dessen könnte man die Evolution in

einem theoretischen Rahmen erforschen, der Organismen und Gesellschaften primär als integrale Einheiten, statt als Ansammlung von Merkmalen definiert - unabhängig davon, wie viele Kompromisse man in Kauf nehmen will.

Die Schwäche eines Ansatzes, der Organismen als Ansammlungen unabhängiger Merkmale definiert, zeigt sich besonders deutlich dort, wo es um die Rolle der Entwicklung im Evolutionsprozess geht. Der klassische Ansatz, der sich noch in den meisten Lehrbüchern findet, springt einfach von den Genen und Genfrequenzen zu Phänotypen und reproduktionsfähigen Organismen. Zwar wird die Entwicklungsphase zwischen Geburt und Reife anerkannt, dann aber sofort beiseite geschoben.

Evolutionsbiologen haben jedoch auf ihrem eigenen Gebiet zu zeigen versucht, dass Musterbildung und Morphogenese streng festgelegten zellulären Choreographien folgen, die den Rahmen der Veränderungsmöglichkeiten stark eingrenzen. In den Worten de Beers heißt das: "Embryologische Studien haben gezeigt, dass Prozesse der Strukturbildung für die evolutionäre Morphologie und Homologie ebenso wichtig sind wie die Strukturen selbst."

Man denke etwa an die Entwicklung einzelner Segmente im Embryo der Fruchtfliege *Drosophila*. In einer frühen Phase, dem sogenannten Blastoderm, gibt es bereits einen ausgewachsenen epigenetischen Kode für die Topographie des Tieres. Dieser Kode definiert eine endliche Menge alternativer Entwicklungsentscheidungen, darunter eine begrenzte Menge von Transformationen. Dieses Modell lässt sich mit einem verteilten Mechanismus, der auf morphogenetischen Gradienten basiert, weiter analysieren und bekommt dann konnektivistische Züge. In der Tat ist der zentrale Punkt wieder derselbe: Man stellt erneut fest, wie wichtig emergente Eigenschaften für komplexe Netzwerke sind (seien sie neuronal, genetisch oder zellulär).

Je mehr wir uns mit embryologischen Landschaften und genetischen Netzwerken vertraut machen, desto stärker treten deren interne Eigenschaften der Selbstorganisation hervor. Daher nennen wir sie intrinsische Faktoren der Evolution. Man muss sich jedoch davor hüten, die natürliche Selektion als etwas Externes im Gegensatz zu den internen Entwicklungseingrenzungen aufzufassen, da diese Dichotomie von Innen und Außen nichts zum Verständnis der Evolution beiträgt.

Neben Pleiotropie und Entwicklung gibt es ein weiteres Element, das die Logik des Anpassungskonzeptes sprengt - den Zufall. Heute ist weit hin anerkannt, dass es in der Zusammensetzung tierischer Populationen

viel zufälliges genetisches Driften gibt (nicht zu verwechseln mit unserer Vorstellung der Evolution als natürliches Driften). Eine Zufallsquelle ist der bloße Näheneffekt: Wird ein Gen aktiv selektiert, werden dadurch - durch einen "Mitnehm"-Effekt andere Gene aus seiner näheren Umgebung betroffen. Da sich die Lage in den Chromosomen kaum epigenetisch auswirkt, bilden diese Näheneffekte einen erheblichen Zufallsfaktor.

Hält die Population, zweitens, eine bestimmte Größe, "driftet" ihre genetische und genotypische Frequenz von Generation zu Generation. Der Grund dafür ist, dass die genotypischen Frequenzen der Elterngeneration, durch differenzierte Wahrscheinlichkeiten der Reproduktion gefiltert, oft nicht für die genotypischen Frequenzen der nächsten Generation repräsentativ ist. Deren genetische und genotypische Frequenzen können nämlich von denen der Vorläufer abweichen. Selbst wenn man Evolution als genotypische Veränderung auffasst, vollzog sich der evolutionäre Prozess ohne jeden selektiven Druck und beruhte auf etwas, das Statistiker "Stichprobenfehler" nennen könnten. Mehrere Beobachtungen ergaben, dass dieses Driften nicht nur eine Nebenrolle spielt. Zum Beispiel wurde festgestellt, dass sich rund vierzig Prozent des Genoms nicht äußern, sondern repetitiv bleiben. Daher bezeichnet man diesen Anteil als "faule" DNS. Für den klassischen Standpunkt ist diese gewaltige Menge genetischen Materials völlig inaktiv und dürfte daher gar nicht existieren.

Es gibt noch weitere Möglichkeiten jenseits des Tüchtigsten in Evolution und Kognition. Die oben skizzierten Streitpunkte lassen die Schwächen des Anpassungskonzepts deutlich zutage treten. Varelas u.a. Einwand lautet, kurz gefasst: Die Erklärung beobachteter biologischer Regelmäßigkeiten durch die Optimierung der Tüchtigkeit oder der Anpassung an vorgegebene Dimensionen der Umwelt ist aus logischen und empirischen Gründen unhaltbar. Richard Lewontin schrieb in einer Kritik der klassischen Position: "Nicht, dass diese Phänomene [Eingrenzung in der Entwicklung, Pleiotropie etc.] übergangen würden, sie lenken aber von einem Großereignis ab, der Besteigung des Berges Tüchtigkeit durch Sir Ron Fisher und seine getreuen Sherpas." Die Evolutionstheoretiker wenden sich zunehmend vom "Berg Tüchtigkeit" ab und arbeiten an einer breiteren, noch nicht vollständig ausformulierten neuen Theorie. Diesen neuen Ansatz wollen wir nun aus unserer Sicht skizzieren.

Die Probleme der Evolution und der Kognition überschneiden sich in mindestens zwei wichtigen Bereichen, auf welche sich die heutige Kognitionswissenschaft implizit beruft:

1. Die Evolution wird häufig bemüht, um jene Art der Kognition zu

erklären, die wir oder andere Tiere derzeit haben. Damit beruft man sich, meist im Rahmen des klassischen Neodarwinismus, auf den Anpassungswert der Erkenntnis.

2. Die Evolution dient oft als Quelle für Begriffe und Metaphern, aus denen Kognitionstheorien entstehen. Besonders deutlich zeigt sich diese Neigung in den sogenannten selektiven Theorien über die Funktionsweise des Gehirns und das Lernen.

In beiden Fällen stellt sich ein zentrales Problem: Kann man den Evolutionsprozess - im Sinne der Repräsentationstheorie - so auffassen, als bestehe zwischen dem Organismus und seiner Umwelt eine Entsprechung, die auf dem Optimierungszwang des Überlebens und der Reproduktion beruht? Zugespitzt ausgedrückt, bildet der Repräsentationsbegriff der Kognitionswissenschaft eine genaue Homologie zum Anpassungskonzept der Evolutionstheorie, da es in beiden Bereichen zentral um Optimierung geht. Daraus folgt, dass jede Schwächung des Anpassungskonzepts ipso facto Schwierigkeiten für den Repräsentationsbegriff der Kognitionsforschung mit sich bringt.

In vorigen Abschnitt haben Varela u.a. gezeigt, dass sich die Kognitionsforscher bei ihrer Arbeit veranlasst sahen, lokale Teilnetzwerke zu untersuchen. Diese wirken zusammen und bilden, um mit Minsky zu sprechen, Gesellschaften von Agenten. Die Liste der aktuellen Probleme zeigt, dass die Evolutionstheoretiker unabhängig davon zu ähnlichen Folgerungen gelangt sind. Die Zwänge des Überlebens und der Reproduktion reichen bei weitem nicht aus, um erklären zu können, wie sich Strukturen entwickeln und verändern. Daher lassen sich evolutionäre Prozesse nicht auf ein globales Modell optimaler Tüchtigkeit zurückführen. Zwar gibt es lokale genetische Agenten, etwa für den Sauerstoffverbrauch oder das Wachstum des Gefieders, die man an einer vergleichenden Optimierungsskala messen kann, aber keine Messskala wird sich für alle diese Prozesse eignen.

Das zentrale Problem lässt sich durch eine Analogie darstellen: John braucht einen Anzug. In einer durchweg symbolischen Welt der Repräsentation ginge er zu seinem Schneider, der Maß nähme und einen genau passenden Anzug nähte. Es gibt jedoch eine weitere Möglichkeit, die der Umwelt weniger abverlangt. John geht in mehrere Kaufhäuser und wählt aus den vielen dort zur Verfügung stehenden Anzügen einen seiner Größe aus. Obwohl verschiedene Modelle ihm nicht genau passen, sind sie doch gut genug, und unter diesen wählt er dann den Anzug aus, der seiner Größe und seinem Geschmack am besten entspricht. Damit haben wir ein

gutes Alternativkonzept der Selektion, das mit einigen Kriterien der optimalen Tüchtigkeit arbeitet. Die Analogie lässt sich jedoch noch verfeinern.

John kann, wie alle Menschen, einen Anzug nicht unabhängig von anderen Lebensbereichen kaufen. Beim Kauf denkt er daran, wie seine Freundin oder sein Chef reagieren werden. Daneben könnten auch politische oder ökonomische Faktoren eine Rolle spielen. Tatsächlich stellt sich die Entscheidung, einen Anzug zu kaufen, nicht von vornherein als ein Problem dar, sondern wird erst durch seine globale Lebenssituation konstituiert. Die Auswahl, die er letztlich trifft, genügt zwar einigen sehr lockeren Zwängen (etwa dem, sich "anständig" zu kleiden), hat aber nicht die Form einer Anpassung - schon gar nicht einer optimalen Anpassung - an diese Zwänge.

Mit dieser dritten Stufe der Analogie nähern wir uns wieder Problemen der Evolutionstheorie und der Kognitionswissenschaft, bei denen man lokale Lösungen nicht einfach auf die Gesamtleistung übertragen kann. Außerdem verweist die Analogie auf Probleme, die in einer umfassenderen Evolutionstheorie neu formuliert werden müssten. Diese wollten wir nun im biologischen Kontext angreifen.

Um den Rahmen der Anpassung überschreiten zu können, müssen wir das Erklärungsprinzip der natürlichen Selektion durch einen anderen Ansatz ersetzen, der nicht alle Strukturen, Mechanismen, Merkmale oder Anlagen auf ihren Überlebenswert reduziert. Dabei ist man versucht zu fragen: Existiert dann alles grundlos? Die Evolutionsbiologie müsste die logische Geographie der Debatte verändern und die verwickelten, zirkulären Kongruenzbeziehungen zwischen den zu erklärenden Aspekten untersuchen.

Der erste Schritt wäre, von einer Logik der Vorschriften zu einer solchen der Gebote überzugehen. Statt: Was nicht erlaubt ist, ist verboten, müsste es heißen: Was nicht verboten ist, ist erlaubt. Im Kontext der Evolution folgte daraus, die Selektion als prozessuale Vorschrift für die Optimierung der Anpassung zu verabschieden. Auf der Basis einer von Geboten ausgehenden Sichtweise müsste die darwinistische Selektion nicht verworfen, aber modifiziert werden: Sie sonderte aus, was nicht mit Überleben und Reproduktion vereinbar wäre. Organismen und die Population bieten Vielfalt; die natürliche Selektion garantiert nur, dass deren Konsequenzen den beiden Grundprinzipien des Überlebens und der Reproduktion genügen.

Diese Orientierung an Geboten verlagert unsere Aufmerksamkeit auf die enorme Vielfalt der biologischen Strukturen auf allen Ebenen. Einer

der wichtigsten Aspekte des modernen biologischen Denkens ist, dass sich diese Vielfalt nicht nur mit dem Grundprinzip kontinuierlicher Fortpflanzung vereinbaren lässt, sondern dieses sogar fördert. Dadurch werden alle Probleme, die wir oben als Schwächen des Anpassungskonzepts erörtert haben, zu denkbaren Erklärungsansätzen für eine alternative Konzeption. Sie beleuchten nämlich, wie die enorme Vielfalt aller Ebenen des genetischen und evolutionären Prozesses die Koppelung an eine Umwelt sowohl prägt als auch von ihr geprägt wird.

Wir haben wiederholt gezeigt, dass solche emergenten Eigenschaften ein wichtiges Resultat der Hirnforschung sowie der Analyse selbstorganisierter Systeme und nichtlinearer Netzwerke sind. Heute wollen Neurobiologen, Entwicklungsbiologen, Immunologen und Linguisten verstehen, wie es möglich ist, eine derart ausufernde Verschwendungssucht so zu bändigen, dass Substrate für zahlreiche tragfähige Wege zustandekommen, statt zwischen Bahnen zu selektieren, die einer externen Norm entsprechen müssen.

Der zweite Schritt besteht also darin, den Evolutionsprozess als hinreichend, statt optimal zu begreifen; dabei wirkt die Selektion als grober Überlebensfilter, der alle Strukturen mit ausreichender Bestandskraft zulässt. Aus dieser Sicht kommt es nicht mehr primär auf die Merkmale an, sondern auf organismische Muster und ihre Lebensgeschichte. Eine andere Metapher, die jüngst für diese postdarwinistische Konzeption vorgeschlagen wurde, ist Evolution als *bricolage*, Bastelei, das Zusammenfügen von Einzelteilen zu komplexen Strukturen, deren Beschaffenheit nicht daher rührt, dass sie einem idealen Plan entsprächen, sondern die einfach nur so möglich ist. Danach lautet das evolutionäre Problem nicht mehr, wie eine bestimmte Entwicklungslinie durch die Anforderung der Optimierung von Tüchtigkeit erzwungen wird, sondern vielmehr, wie die jeweils gegebene Vielzahl tragfähiger Entwicklungslinien sinnvoll zu reduzieren ist.

Eine interessante Konsequenz dieser Umstellung von der Selektion durch Optimierung der Anpassung auf Lebensfähigkeit ist: Präzision und Besonderheit der morphologischen oder physiologischen Merkmale (bzw. der kognitiven Fähigkeiten) lassen sich gut damit vereinbaren, dass sie keinerlei Überlebenswert haben. Anders gesagt: Erscheinungsweise und "Zweck" eines Organismus sind keineswegs durch die Zwänge des Überlebens und der Reproduktion determiniert. Anpassung (im klassischen Sinne), Problemlösung, Einfachheit des Planes, Assimilation, externe "Steuerung" und viele andere Erklärungsprinzipien, die auf der Vorstellung der "Sparsamkeit" der Evolution basieren, treten nicht nur zurück,

sondern müssen vollständig revidiert und in andere Erklärungsbegriffe und Metaphern eingebaut werden.

Formulieren wir also die Alternative zu der hier kritisierten Position. Varelas u.a. Ansatz, den sie Evolution durch natürliches Driften nennen wollen, lässt sich durch vier Hauptaspekte darstellen:

1. Die Einheit der Evolution (auf allen Ebenen) ist ein Netzwerk, das vielfältige selbstorganisierende Konfigurationen hervorbringen kann.

2. Diese Konfigurationen erzeugen ihre Selektion in struktureller Koppelung an ein Medium, indem sie ständig Bedingungen erfüllen. Dadurch werden Veränderungen in der Form tragfähiger Entwicklungslinien ausgelöst (jedoch nicht spezifiziert).

3. Die spezifische (nicht einzigartige) Entwicklungslinie oder Art der Veränderung in der Selektionseinheit ist das komplexe (nicht optimale) Resultat vielfältiger Ebenen von Teilnetzwerken ausgewählter selbstorganisierter Repertoires.

4. Der Gegensatz zwischen inneren und äußeren Kausalfaktoren wird durch eine gegenseitig inklusive Beziehung ersetzt, da Organismus und Medium einander spezifizieren.

Mit diesen Mechanismen wollen wir die oben dargestellte Skizze eines Anpassungsmodells ersetzen und die angekündigte alternative Sichtweise inhaltlich füllen. Diese basiert darauf, dass drei Bedingungen gemeinsam anwendbar sind:

1a. die Vielfalt selbstorganisierender Fähigkeiten in biologischen Netzwerken;

2a. eine Form der strukturellen Koppelung, die es erlaubt, tragfähigen Entwicklungslinien zu genügen; und

3a. Verschachtelung von Teilnetzwerken unabhängiger Prozesse, die in einem Prozess des "Herumbastelns" (unkering, bricolage) interagieren.

Diese drei Bedingungen hängen offenbar nicht logisch voneinander ab. Daher können wir uns verschachtelte Netzwerke vorstellen, die sich auf Zwänge einer zielgerichteten Selektion einstellen, statt nur Anforderungen zu genügen. Denkbar wären auch vielfältige Netzwerke, die zwar historisch Anforderungen erfüllen, aber nicht verschachtelt sind und daher keine Entwicklungsqualitäten zeigen. Daher ist es so interessant wie bemerkenswert, dass lebendige Organismen diesen drei verbundenen Bedingungen empirisch genügen. Allerdings gilt das weder für Systeme im allgemeinen, noch gilt es im logischen Sinne, sondern nur für Wesen un-

seres Schlages, nämlich für lebende Systeme.

Da diese Ideen unsere wissenschaftlichen Auffassungen verändern, müssen sie auf Widerstand stossen. Punkt 1a wird heute von fast allen Biologen und Kognitionsforschern akzeptiert, doch 2a und 3a sind noch Positionen von Minderheiten. Für Varela u.a. liegt der Unterschied zwischen partiellen Veränderungen und der hier vorgeschlagenen radikalen Revision darin, wie man die Idee der Koppelung an eine Umwelt konzeptualisiert. Sie behaupten, dass die Punkte 1 bis 3, folgerichtig angewandt, zwingend zu Punkt 4 führen. Diese These wollen wir genauer untersuchen.

Nach der traditionellen Theorie ist die Umwelt, in der Organismen evolvieren und die sie kennenlernen, fest vorgegeben und einzigartig. Hier stossen wir erneut auf die Vorstellung, dass Organismen prinzipiell aus dem Nirgendwo in einer vergebenen Umwelt landen. Diese Simplifizierung wird jedoch verfeinert, wenn wir zugestehen, dass die Umwelt sich verändert, eine Tatsache, mit der schon Darwin empirisch vertraut war. Eine mobile Umwelt schafft den Selektionsdruck, der das Rückgrat der neodarwinistischen Evolutionstheorie bildet.

Sehen wir die Evolution jedoch als natürliches Driften, müssen wir einen Schritt weiter gehen, da an Stelle des Selektionsdrucks dann allgemeinere Anforderungen treten, die zu erfüllen sind. Entscheidend ist in diesem Zusammenhang, dass wir nicht am Begriff einer unabhängigen, vorgegebenen Umwelt festhalten, sondern ihn zurücktreten lassen und sogenannte intrinsische Faktoren bevorzugen. Varela u.a. betonen also, dass die Vorstellung von dem, was eine Umwelt ist, prinzipiell nicht von dem zu trennen ist, was Organismen sind und was sie tun. Diesen Aspekt hat auch Richard Lewontin hervorgehoben:

"Organismus und Umwelt sind nicht getrennt voneinander determiniert. Die Umwelt wird den Lebewesen nicht als äussere Struktur aufgezungen, sondern ist faktisch ihre Schöpfung. Sie ist also kein autonomer Prozess, sondern spiegelt die Biologie der Spezies wider. Wie es keinen Organismus ohne Umwelt gibt, so gibt es auch keine Umwelt ohne Organismus."

Die Spezies bringt also ihre Domäne der zu lösenden Probleme oder zu erfüllenden Bedingungen selbst hervor und spezifiziert sie; diese Domäne existiert nicht "da draussen" in einer Umwelt, die als Landeplatz für aus dem Nirgendwo einschwebende Organismen dient. Vielmehr sind Lebewesen und ihre Umwelt durch wechselseitige Spezifikationen und Kodetermination aufeinander bezogen. Was wir Regelmäßigkeiten der Umwelt

nennen, sind also keine äußeren Merkmale, die dann internalisiert werden, wie das Repräsentationskonzept und die Anpassungslehre nahelegen. Regelmäßigkeiten der Umwelt resultieren aus einer gemeinsamen Geschichte, also einer Kongruenz, die sich im Laufe einer langen Geschichte der wechselseitigen Determination entfaltet.

Nach Lewontin ist der Organismus sowohl Subjekt als auch Objekt der Evolution. Diesen Aspekt kann man nicht stark genug hervorheben, da viele Forscher auf der Suche nach einer nicht-adaptivistischen Evolutionstheorie der Versuchung erliegen, die Trennung von Organismus und Umwelt aufrechtzuerhalten, und auf dieser Basis versuchen, den jeweiligen "Anteil" der getrennten Pole an der Entwicklung zu bestimmen - ein paar intrinsische Faktoren hier und ein paar externe Zwänge da. Diese Methode, die Dynamik der Evolution zu bilanzieren, ist jedoch unangemessen, da sie uns die angeblich veralteten Alternativen angeboren oder erworben, Natur oder Erziehung, aufzwingt. Doch wie Susan Oyama zutreffend analysiert hat, wird das vermeintlich tote Thema "Natur oder Erziehung" sich so lange hartnäckig halten, bis wir lernen, Organismus und Umwelt als einander wechselseitig entfaltende und einfaltende Strukturen aufzufassen. Oyama schreibt:

"Formen tauchen in sukzessiver Wechselwirkung auf. Sie werden der Materie nicht durch irgendeinen Agenten auferlegt, sondern beruhen darauf, dass die Materie auf vielen hierarchischen Ebenen reagiert und dass diese Wechselwirkungen wiederum aufeinander reagieren. Da wechselseitige Selektion, Reaktion und Einengung nur in wirklichen Prozessen stattfinden können, sind es diese Vorgänge, die die Aktivitäten unterschiedlicher Teile der DNS in Einklang bringen und für eine Wechselwirkung zwischen genetischen und Umwelteinflüssen sorgen: Gene und Genprodukte bilden Umwelten füreinander. Die extraorganismische Umwelt wird durch psychische und biochemische Assimilation internalisiert. Der interne Zustand wird durch Produkte und Verhaltensweise externalisiert, welche die Umwelt selektieren und organisieren."

Man begreift Gene also am besten als Elemente, die spezifizieren, was in der Umwelt festgelegt werden muss, damit etwas als ein Gen fungieren kann, das heißt, voraussagbar mit einem Ergebnis korreliert ist. Bei jeder erfolgreichen Reproduktion vererbt ein Organismus neben Genen auch eine Umwelt, in welche diese Gene eingebettet sind. Wir betrachten Merkmale dieser Umwelt, etwa Sonnenlicht oder Sauerstoff, nur deshalb als vom Organismus unabhängig, weil unser Bezugsrahmen relativ ist. Der innere Zusammenhang der Welt lehrt jedoch etwas anderes, denn die Welt ist, wie gesagt, kein bloßer Landeplatz für Organismen aus dem Nir-

gendwo: Natur und Erziehung sind als Produkt und Prozess aufeinander bezogen.

Daraus folgt nicht, dass Gene und Umwelt für alle ererbten erworbenen Eigenschaften nötig wären (die übliche aufgeklärte Position), sondern dass man nicht sinnvoll zwischen vererbten (biologischen, genetisch begründeten) und erworbenen (umweltbedingten) Eigenschaften unterscheiden kann. ... Entfällt der Unterschied zwischen ererbt und erworben - nicht nur als Extreme, sondern auch als Kontinuum -, kann die Evolution auch nicht mehr auf ihm beruhen. Die Voraussetzung für evolutionären Wandel ist nicht das Vorhandensein genetisch kodierter Merkmale im Gegensatz zu erworbenen, sondern das Vorhandensein funktionierender Entwicklungssysteme: ökologisch eingebetteter Genome.

Lewontin und Oyama können in ihrem Verständnis dieses wichtigen Aspekts als beispielhaft gelten. Im großen und ganzen haben die Biologen dieses Problem nicht genügend durchdacht. Nehmen wir nämlich die Sicht der wechselseitigen Einfaltung von Leben und Welt ernst, stellt sich anfangs ein Schwindelgefühl ein, da uns die vermeintlich sicheren, festen Grundlagen entgleiten. Statt dieses Gefühl der Bodenlosigkeit jedoch unter den Teppich zu kehren, indem wir das Interne wiederum (erfolglos) gegen das Externe auszuspielen versuchen, müssen wir sogar noch tiefer in den Strudel eintauchen und allen seinen philosophischen und empirischen Windungen folgen.

Neuere Theorien behandeln die neuronalen Kognitionsmechanismen im Sinne des darwinistischen Selektionskonzepts. Aus Varela u.a. Sicht umfassen sie nicht nur Punkt 1a, sondern belegen auch in unterschiedlichem Maße die Punkte 2a und 3a. Manche dieser sogenannten Selektionstheorien folgen den Konsequenzen der genannten Punkte bis hin zur gegenseitig inklusiven Beziehung zwischen Organismus und Umwelt. So sagte Gerald Edelman, ein führender Verfechter dieser Selektionstheorien, zu einem Interviewpartner: "Sie und die Welt sind gemeinsam eingebettet."

Kehren wir erneut zum Beispiel der Farbe zurück. Als wir diesen kognitiven Bereich verließen, hatten wir gesehen, dass es unterschiedliche, inkommensurable "Farbenräume" gibt. Einige lassen sich mit nur zwei Dimensionen beschreiben (dichromatisch), bei anderen benötigt man drei (trichromatisch) und wieder andere erfordern vier (tetrachromatisch), eventuell gar fünf Dimensionen (pentachromatisch). Jeder dieser Farbenräume wurde durch eine besondere Geschichte der strukturellen Kopplung inszeniert oder hervorgebracht.

Wir behaupten also, dass man diese einzigartigen Geschichten der Koppelung, die inkommensurable Farbenräume inszenieren, nicht als optimale Anpassung an unterschiedliche Regelmäßigkeiten der Welt erklären darf, sondern als Folge unterschiedlicher Geschichten des natürlichen Driftens. Da sich Organismus und Umwelt nicht voneinander trennen lassen, sondern in der Evolution als natürliches Driften kodeterminiert sind, müssen die Regelmäßigkeiten der Umwelt, die wir mit diesen verschiedenen Farbenräumen assoziieren (zum Beispiel das Reflexionsvermögen der Oberfläche), letzten Endes gemeinsam mit dem wahrnehmungsgeliteten Verhalten des Tieres spezifiziert werden.

Nehmen wir ein Beispiel aus der vergleichenden Untersuchung des Farbsehens. Wir wissen, dass Honigbienen Trichromaten sind, deren Farbempfindlichkeit zum Ultraviolett hin verschoben ist. Bekannt ist auch, dass Blumen in ultraviolettem Licht kontrastreiche Reflexionsmuster haben. Bedenken wir in diesem Rahmen unsere "Henne-Ei-Frage" aus dem vorigen Abschnitt: Was kam zuerst, die Welt (Ultraviolettreflexion) oder das Bild (für Ultraviolett empfindliches Sehen)? Die meisten von uns würden sofort antworten: Die Welt (Ultraviolettreflexion). Daher ist interessant, dass die Farben der Blumen mit dem für Ultraviolett empfindlichen trichromatischen Sehen der Bienen koevolviert zu sein scheinen.

Warum sollte es zu dieser Koevolution kommen? Einerseits ziehen Blumen die Bienen durch ihren Nahrungsgehalt an, müssen also auffällig sein und sich gleichzeitig von Blumen anderer Spezies unterscheiden. Andererseits holen die Bienen ihre Nahrung aus den Blumen und müssen diese schon von weitem erkennen. Diese beiden allgemeinen und wechselbezüglichen Einschränkungen scheinen eine Geschichte der Koppelung geprägt zu haben, in der die Merkmale der Blumen mit den sensomotorischen Fähigkeiten der Bienen koevolvierten. Es ist also diese Koppelung, die das Ultraviolettsehen der Bienen und die Ultraviolettreflexion der Blumen hervorgebracht hat. Diese Koevolution liefert also ein gutes Beispiel dafür, dass Regelmäßigkeiten der Umwelt nicht vorgegeben sind, sondern durch eine Geschichte der Koppelung inszeniert oder hervorgebracht werden. Dazu nochmals Lewontin:

"Unser Zentralnervensystem ist nicht an absolute Naturgesetze angepasst, sondern auf Naturgesetze eingestellt, die in einem Rahmen wirken, den unsere sensorischen Aktivitäten geschaffen haben. Im Unterschied zu Bienen können wir mit unserem Nervensystem die Ultraviolettreflexion von Blumen nicht wahrnehmen. Fledermäuse "sehen" anders als Nachtschwärmer. Wir fördern unser Verständnis der Evolution nicht, indem wir uns auf allgemeine "Naturgesetze" berufen, denen alle Lebewe-

sen gleichermaßen unterliegen. Vielmehr müssen wir fragen, wie sich Organismen im Rahmen der allgemeinen Einschränkungen durch Naturgesetze Umwelten geschaffen haben, die nicht nur ihre weitere Evolution, sondern auch die Fortentwicklung der Natur zu neuen Umwelten ermöglichen."

Man darf dieses Beharren auf Kodetermination oder wechselseitiger Spezifikation von Organismus und Umwelt jedoch nicht mit der trivialeren These verwechseln, dass unterschiedlich wahrnehmende Organismen einfach voneinander abweichende Weltsichten haben. Darin wird die Welt weiterhin als vorgegeben aufgefasst, kann aber aus mehreren Perspektiven betrachtet werden. Varela u.a. geht es darum, dass Organismus und Umwelt einander in vielfacher Hinsicht einfallen, so dass die jeweilige Welt eines Organismus durch seine Geschichte der strukturellen Koppelung hervorgebracht oder inszeniert wird. Zudem verläuft die Geschichte der strukturellen Koppelung nicht über optimale Anpassung, sondern über Evolution als natürliches Driften.

Behandelt man die Welt als vorgegeben, so dass der Organismus sie repräsentiert oder sich ihr anpasst, ist dies eine dualistische Auffassung. Der extreme Gegenpol wäre ein Monismus. Wir treten hier nicht für den Monismus ein. Vielmehr soll die Inszenierung einen Mittleren Weg zwischen Dualismus und Monismus eröffnen.

Stellen wir die Kognition als verkörpertes Handeln in den Kontext der Evolution als natürliches Driften, so erkennen wir, dass die kognitiven Fähigkeiten untrennbar mit Lebensgeschichten verbunden sind, die Wege ähneln, welche erst im Gehen gebahnt werden. Daher begreifen wir die Kognition nicht mehr als Problemlösung auf der Basis von Repräsentationen, sondern als Inszenierung oder Hervorbringen einer Welt durch eine tragfähige Geschichte der strukturellen Koppelung.

Diese Differenz ist auch relevant für die Anforderungen an Kognitionssysteme im Rahmen ihrer strukturellen Koppelung: Müsste die Koppelung optimal sein, wären die Interaktionen des Systems (mehr oder weniger) vorgeschrieben. Um tragfähig zu sein, muss das wahrnehmungsgeleitete Verhalten des Systems jedoch nur dessen Bestand (Ontogenese) und/oder seine Fortpflanzung (Phylogenese) fördern. Wir haben es also erneut mit einer Logik der Gebote, nicht der Vorschriften zu tun: Jedes Verhalten des Systems ist erlaubt, solange es dem Gebot nicht zuwiderläuft, dass die Integrität des Systems und/oder seiner Fortpflanzungslinie aufrechtzuerhalten ist.

Nun können wir das Inszenierungskonzept der Kognitionswissen-

schaft genau formulieren, indem wir die an den Kognitivismus und an das Emergenzprogramm gestellten Fragen nochmals beantworten:

Frage 1: Was ist Kognition?

Antwort: Inszenierung: Eine Geschichte der strukturellen Koppelung, die eine Welt hervorbringt.

Frage 2: Wie funktioniert sie?

Antwort: Über ein Netzwerk, das aus vielfältigen Ebenen wechselseitig verknüpfter sensomotorischer Teilnetzwerke besteht.

Frage 3: Woran erkenne ich, ob ein Kognitionssystem richtig funktioniert?

Antwort: Daran, dass es sich in eine fortbestehende Welt einfügt (wie die Jungen aller Spezies) oder eine neue Welt gestaltet (wie in der Evolutionsgeschichte).

Die wichtigste Neuerung besteht darin, dass die Funktion der Umwelt als Quelle von Inputs zurücktritt, da die Repräsentation keine zentrale Rolle mehr spielt. Sie spielt in Erklärungen jetzt nur noch in solchen Fällen eine Rolle, bei denen Systeme zusammenbrechen oder mit Ereignissen konfrontiert werden, denen ihre Struktur nicht gewachsen ist. Auf dieser Basis wird Intelligenz von einer Fähigkeit der Problemlösung zu dem Vermögen, in eine gemeinsame Welt der Bedeutung einzutreten.

Soweit Varela u.a. zum "Ich". Seine umfangreichen Ausführungen über die theoretischen und praktischen Zugänge zu der buddhistischen Madhyamika-Lehre, der Lehre vom "Mittleren Weg" sowie seine Schlußfolgerungen daraus für einen Ausweg aus dem Dilemma Wissenschaft versus Alltagserfahrung möge der interessierte Leser besser direkt an der Quelle bei Varela u.a. lesen.

Yuan-sou, Zen-Meister (14. Jh.) sagte dazu: "Im Grunde ist da kein anderer, kein Ich, kein gewöhnlich, kein heilig, kein Geist, kein Buddha, kein Ding, kein Zen, kein Tao, kein Mysterium, kein Wunder. Nur durch einen Augenblick des subjektiven Unterscheidens, des Anhaftens und Zurückweisens, wachsen lauter Hörner an deinem Kopf und du wirst von den Zehntausend Dingen unentwegt hierhin und dahin gezerzt und kannst nicht frei und unabhängig sein."

Joanna Macy, geb. 1929, Ph.D., Autorin, lehrte Buddhismus, Systemwissenschaften und Tiefenökologie und engagiert sich für Frieden, soziale Gerechtigkeit und den Schutz der Umwelt. Sie lebt heute in Berkeley, Kalifornien. (Joanna Macy: 'Fünf Geschichten, die die Welt verändern', Junfermann Verlag)

Joanna Macy sieht in der Dankbarkeit eine subversive Kraft, die uns von dem Gedanken befreit, nicht gut genug zu sein, von der Angst, zu kurz zu kommen, nicht genug zu haben, nicht mithalten zu können, nicht modern genug, nicht schön genug zu sein. Dankbarkeit befreit uns vom Zwang zum Konsum und von mangelnder Rücksichtnahme auf unsere Mitgeschöpfe, die unter unserem ständig wachsenden Wohlstand leiden. "Diese Erkenntnis ... rüstet uns mit einer Grundvoraussetzung aus, uns für den Wandel einzusetzen, uns quer zu stellen gegen das Fortschreiten des alten Systems." Es geht ihr darum, die "Energie des Herzens" zu wecken.

Sie sagte, u.a.: Wir befinden uns in einem Prozess der völligen Zerstörung unserer Lebensgrundlagen. Unabhängig von dem, was wir an diesem Punkt dagegen tun, ist es sicher, dass künftige Generationen dazu verdammt sein werden, in einer schwer geschädigten Umwelt zu leben.

Ich glaube, dass die Krise, in der wir uns befinden, im Kern geistiger Natur ist. Es ist wie eine Krankheit, die die Kultur ergriffen hat. Sie führt dazu, dass wir unsere tiefsten Werte völlig in Frage gestellt haben und nicht mehr wissen, woran wir uns orientieren sollen. Man kann auch von einem moralischen Kollaps sprechen, der darauf beruht, dass die Beziehung zwischen uns und den Dingen und Wesenheiten in unserer Mitwelt zusammengebrochen ist. Unsere Gesellschaft krankt an ihrem Anthropozentrismus. Durch ihn verstehen wir uns als Krone der Schöpfung und als Mittelpunkt der Welt. Dabei ist der vielleicht größte Mangel unserer Kultur eine wirklich inspirierende Vision einer gesunden Beziehung zwischen uns und der uns umgebenden Welt.

Die größte Gefahr besteht darin, wir haben Angst. Wir glauben, so zerbrechlich und klein zu sein, dass es uns in Stücke reißt, wenn wir es uns erlauben, unsere Gefühle über den Zustand der Welt anzuschauen. Wir fürchten eine tiefe Depression oder Lähmung. Das Gegenteil ist der Fall. Wenn wir es aussprechen, merken wir, dass wir nicht isoliert sind, sondern dass dieser Schmerz weit hinausgeht über das kleine Ego und Konsequenzen hat, die jenseits unserer individuellen Bedürfnisse und Wünsche liegen.

Wir erfahren dann nämlich eine Art größerer Identität. Wenn wir den Schmerz, den wir für die Welt fühlen, unterdrücken, dann isoliert uns das. Wenn wir ihn akzeptieren, anerkennen und darüber sprechen, dann wird er zum lebendigen Beweis unserer Verbundenheit mit allem Lebendigen. Und er befreit unsere Hilfsbereitschaft. Ich bin in dieser Arbeit zu der Erkenntnis gekommen, dass unser Schmerz um den Zustand der Welt und

unsere Liebe für die Welt untrennbar miteinander verbunden sind. Das sind nur zwei Seiten derselben Münze.

Was können wir tun, wenn die herkömmliche Art, die Welt wahrzunehmen und zu verstehen, vor dem Bankrott steht? Diese Einsicht ermöglicht gleichzeitig, uns für ein sehr viel größeres Verständnis des Lebens zu öffnen. Der Kern dieser neuen Sichtweise liegt darin, die Welt in einem größeren, lebendigen Kontext wahrzunehmen. Unsere Stellung in der Welt verändert sich grundlegend, wenn wir sie als ein lebendiges System verstehen und uns selbst als einen Teil eines im weitesten Sinne lebendigen Erdkörpers definieren.

Diese für immer mehr Menschen selbstverständliche Perspektive hat dramatische Folgen für die Art unserer Beziehung zur Welt, für unsere Kreativität, für unsere Lebensqualität und für unser inneres und kollektives Wachstum. Sie mag - angesichts der herrschenden Probleme in der Welt - visionär und verträumt wirken, kommt jedoch längst in unseren modernen Kulturen zum Ausdruck.

Eine Entwicklung sieht Joanna Macy auf drei wesentlichen Ebenen: Einerseits hat die Tatsache, da wir erstmals in der Geschichte der Menschheit mit der selbstverursachten Zerstörung der biologischen Lebensgrundlagen konfrontiert sind, die Chance eines Wandels erhöht. Keine Generation vor uns war mit derartig umfassenden Fragestellungen und Bedrohungen konfrontiert. Als eine Gattung, die - wie alle anderen - darauf programmiert ist, sich fortzupflanzen, kann die "Überlebensfrage" den Druck erhöhen, alte Denk- und Verhaltensmuster in Frage zu stellen und neue Konzepte zu akzeptieren. Zu keiner Zeit der Menschheit war das Wissen um die globalen Konsequenzen eines reduzierten, isolierten und abgetrennten menschlichen Selbstbildes so groß und der Bedarf an neuen "verbundenen" Sichtweisen so hoch wie heute.

Zudem versorgt uns die moderne Wissenschaft seit einigen Jahren mit schlüssigen Theorien und konzeptionellen Denkmustern, die uns wie Werkzeuge dabei unterstützen können, die konventionellen Vorstellungen einer klaren Grenzlinie zwischen dem Individuum und der Umwelt aufzubrechen. Die vielen Forschungsansätze in der Biologie, Physik, Chemie und Genetik, die das Geheimnis des Lebens entschlüsseln wollen, kommen ebenso wie die systemtheoretischen Ansätze zu dem Ergebnis, dass die klassische Trennlinie unseres Denkens zwischen der Person einerseits und ihrer Umwelt andererseits künstlich ist und dass es sich beim Leben stattdessen um einen wechselseitigen "inter-aktiven Prozess" handelt.

Zum Dritten haben alle großen religiösen Traditionen damit begon-

nen, sich wieder mit den Wurzeln einer ganzheitlichen, "nicht-dualistischen" Spiritualität zu beschäftigen, wo die scharfe Trennlinie zwischen dem individuellen Selbst und der ihn umgebenden Welt ebenso verschwimmt wie zwischen Gott und Mensch, Innen und Außen, Himmel und Erde.

Fangen wir mit der dritten Ebene an: Welche Wirkung kann eine solche Spiritualität politisch haben? Statt einer nur nach innen gerichteten Versenkung entsteht damit eine "soziale Mystik", in der Meditation und soziale oder ökologische Aktion eins werden. Diese Ansätze sind ein wesentlicher Zweig im Buddhismus, waren schon immer im islamischen Sufismus vorhanden und tauchen unter dem Begriff der Schöpfungsspiritualität nun auch verstärkt im Christentum auf.

Immer mehr Menschen beginnen sich zudem für die erdverbundenen Weisheiten indigener Völker zu interessieren. Weibliche Spiritualität entdeckt in den Traditionen uralter Mutter-Göttinnen fast verlorene ganzheitliche Konzepte. All diese Sichtweisen betonen die lebendige Heiligkeit der Welt. Der Weg geistiger Suche wird hier nicht länger als eine Flucht aus der schlechten Welt in irgendeinen paradiesischen Himmel angesehen. Vielmehr wird hier die Welt selbst zum Kloster, die Welt selbst als Arena einer geistigen Transformation verstanden, die Welt selbst zum geistigen Lehrer oder gar zum heiligen Ort.

Wo berühren sich die ganzheitlichen Ansätze aus Religion und moderner Naturwissenschaft? Die ganzheitlichen Ansätze in Wissenschaft oder Theologie betonen im Kern in immer wieder neuen Ausdrucksformen die wechselseitige Verbundenheit des Menschen mit dem Leben und allem, was existiert. Bis in unser Jahrhundert war die klassische westliche Wissenschaft von der Annahme ausgegangen, dass man die Welt verstehen und unter Kontrolle bringen kann, indem man sie in immer kleinere Stücke aufspaltet, dabei den Geist von der Materie, die Organe vom Körper, die Pflanzen von ihren ökologischen Systemen trennt und jedes Teilstück für sich untersucht. Wir haben viel dadurch lernen können, aber auch wesentliche Fragen nicht gestellt, nämlich wie die Einzelteile zusammenwirken und kooperieren, um das Leben als Ganzes zu erhalten.

Immer mehr Wissenschaftler begannen deshalb damit, mehr das Ganze anstelle der Teile, mehr Prozesse anstelle von isolierten Substanzen zu betrachten. Was sie dabei entdeckten, war, dass dieses Ganze - ob es sich um Zellen, Körper, Ökosysteme oder sogar den Planeten selbst handelt - nicht nur aus einem Haufen einzelner unverbundener Teile besteht, sondern aus dynamischen, kompliziert organisierten und ausgewo-

genen Systemen, die miteinander in Beziehung stehen und bei jeder Bewegung, jeder Funktion und jedem Energieaustausch wechselseitig voneinander abhängen.

Diese Sichtweise widerspricht eigentlich zutiefst unserem individuellen Selbstverständnis, jedoch nur auf den ersten Blick. Tatsächlich hat die moderne westliche Welt jedem ihrer Bewohner durch Erziehung, Schule und die Alltagserfahrung in einer konkurrenzbetonten Welt die Überzeugung mit auf den Weg gegeben, ein abgetrenntes und isoliertes Individuum zu sein. Die Menschen leben in der Wahrnehmung, sich als allein stehende Einzelwesen in einer Welt behaupten zu müssen, stärker sein zu müssen als andere, Macht erringen und ausüben zu müssen und sich gegenüber der Macht und Aggression anderer schützen und verteidigen zu müssen.

Anstatt uns selbst als veränderbare offene Systeme zu begreifen, haben wir uns in unseren privaten Beziehungen, in unserem wirtschaftlichen Verhalten und in unserer zwischenstaatlichen Politik einer entsprechenden Burgmentalität untergeordnet, die in unserem Privatleben zu Verhärtung, im Wirtschaftlichen zur Konkurrenz, Macht- und Gewinnsucht und im politischen zum Kalten Krieg geführt hat.

Verstehen wir die Welt als ein zusammenhängendes Ganzes und uns als integralen Bestandteil davon, dann springen wir damit auf eine neue Ebene der Erfahrung, des Bewusstseins, der Wahrnehmung von der Natur der Wirklichkeit und unseres Verhaltens in ihr. Als offene Systeme sind wir an der Schöpfung der Welt beteiligt. Wenn unser Bewusstsein und Wissen wächst, so erweitert sich auch das Bewusstsein und Wissen des Netzes. Es scheint, als seien wir Teil eines größeren Bewusstwerdens. Das Netz des Lebens trägt uns und ruft uns dazu auf, weiter an ihm zu knüpfen.

Psychologisch bewirkt dieser Perspektivenwechsel einen Wandel vom Gefühl der Isolation und Angst hin zu Vertrauen. Statt das ganze System zu dominieren, um mühsam die Kontrolle zu behalten, kommen wir in dieser Wahrnehmung dazu, wirklich am Ganzen teilzunehmen. Es ist ein Wechsel von einem kontrollierenden hin zu einer annehmenden Haltung, die die Vielfalt der Realität begrüßt und zu nutzen weiß. Und es ist ein geistiger Wandel, der uns von einem orthodoxen Glaubenssystem und der Abhängigkeit von fremden Autoritäten zu einer radikalen Offenheit gegenüber der Authentizität der eigenen Erfahrung zurückbringt.

Es handelt sich also um den Wechsel hin zu einem neuen Wahrnehmungsmuster oder einem neuen Code, mit dem wir die Wirklichkeit ent-

schlüsseln. Es ist ein Wandel von dem Gefühl der Isolation zur Wahrnehmung der Teilhabe, also zu ein Gefühl, ein integrierter Bestandteil von etwas Größerem zu sein. Er ermöglicht uns, auch unsere Erfahrungen in einem neuen Kontext verstehen zu lernen. Es ist wie Befreiung aus einem Käfig.

Das heißt nicht Rückkehr zum Kollektiv. Im Gegenteil! Es kann nicht mehr darum gehen, Individualität aufzugeben und in die Masse des Kollektivs zurückzukehren. Ein uniformer Monolith hat keine innere Intelligenz. Das dynamische, sich selbst organisierende Ganze lebt von der inneren Vielfalt und Lebendigkeit seiner Teile. Darin liegt das Paradox der Individuation: Je mehr ich werde, was ich bin, desto mehr kann ich zum schöpferischen Teil des Ganzen werden. Das Gemeinsame im Ganzen kann erst lebendig werden, wenn die inneren Unterschiede volle Anerkennung finden. Es geht der Evolution also wohl darum, das wir werden, was wir sind und so unseren Beitrag leisten.

Tiefenökologie sieht die Erde als ein lebendes System, in dem alle Dinge miteinander verbunden und voneinander abhängig sind. Tiefenökologie unterscheidet sich von der traditionellen Ökologie dadurch, dass sie über den Anthropozentrismus hinausgeht, der alle ökologischen Probleme immer nur zum Nutzen, zum Vorteil oder zum Profit der Menschen reparieren will. Tiefe Ökologie konzentriert sich statt dessen auf die essentiellen Kreisläufe und Systeme der Natur selbst, um uns selbst dann zum Diener der Gesundheit des größeren Ganzen zu machen.

Und das befreit uns dazu, glaube ich, mit mehr Weisheit und Inspiration zu handeln. Dieser Ansatz versorgt uns zudem mit einem Gefühl der Zugehörigkeit zu unserem Universum. Es bringt uns heraus aus dem Gefühl der Isolation, der Entfremdung und Ausbeutung, hin zu einem Gefühl der Gemeinschaft mit dem lebenden Erdkörper und all seinen Manifestationen. Und das hat einen ganz wichtigen Effekt: Es löst unsere Hilfsbereitschaft und unsere Kreativität aus.

Ich glaube nicht, dass der Mensch dann wieder in der Rolle des Machers landet, diesmal als Retter. Ein zentraler Grundgedanke der Tiefenökologie besteht darin, allem einen inneren Wert zuzuerkennen - allen Lebensformen und der Natur selbst als lebendes selbstregulierendes System. All das hat seine innere Schönheit, seine eigene Würde, sein eigenes Existenzrecht. Darin liegt eine verehrende Haltung. Es geht erst mal nicht ums Machen, sondern um die Anerkennung z.B. der Tatsache, dass der Regenwald ein Lebensrecht hat und eine wichtige Funktion als Organ im lebenden Erdkörper. Wenn wir das begreifen, empfinden wir Mitgefühl

- und das ist die tiefste Form der Liebe und der Verehrung.

Gleichzeitig wird uns bei dieser Sichtweise klar, wie eng wir mit diesem Erdkörper verwoben sind, wie er ein Teil von uns und wir ein Teil von ihm sind. In der Tiefenökologie sprechen wir von der Entwicklung unseres 'ökologischen Selbst': Wir erfahren uns als wesentliche und einzigartige Bestandteile dieses größeren lebenden Ganzen. Wir sind keine isolierten Macher. Wir stehen vielmehr in einer ganz persönlichen Beziehung zur Welt und können uns davon tragen und unterstützen lassen.

Es gibt keine Richtlinien, an denen sich der Einzelne orientieren kann. Ich ermutige die Leute dazu, sich für die Lösung der Probleme ihre eigenen Richtlinien zusammenzustellen. Ich habe ein paar, die sich als sehr nützlich erwiesen haben. Die erste ist, dankbar dafür zu sein, in einer Zeit zu leben, die so sehr zur Veränderung herausfordert und diesen sinnlichen, fast erotischen Instinkt in uns weckt, das Leben zu erhalten. Der zweite Ratschlag lautet: Hab keine Angst vor der Zukunft, die in der Dunkelheit liegt, keine Angst vor Ungewissheit, Stress, Verlorenheit, denn all das gehört zu einem einschneidenden Wandel dazu. Alles Neue reift zuerst im Dunkeln. Und wir können nicht auf fertige Pläne warten, um den nächsten Schritt zu tun. Der dritte Tipp ist: Ärmel hochkrempeln. Engagiere Dich politisch, verschaff Dir Durchblick, stell Fragen nach Ziel und Sinn! Es gibt so viel zu lernen und zu tun in dieser Zeit. Und viertens würde ich sagen: Habe Mut zur Vision!

7.7 *Geist- und Seele-Modelle*

Was am Körper, seiner scheinbar objektiven Messbarkeiten wegen, so schön sich in informationsgestützte triviale-Maschinen-Modelle verpacken lässt, das klappt an Geist und Seele nicht so einfach. Diese Modelle sind nicht so vordergründig zu objektivieren wie Körpergeschehen, wenn auch Neurowissenschaften, Psychologie und Psychiatrie große Anstrengungen dahin machen. Trotzdem haben Menschen in allen Kulturkreisen in allen ihren Zeitabschnitten, haben alle Religionen in allen ihren Zweigen Modelle von Geist und Seele entwickelt, lange vor den Hardware-Gläubigen und den Messtechnikern.

Natürlich sind die guten Geist- und Seele-Modelle genauso solide informationsgestützt wie die Körper-Modelle. Nur, um diese Informationen über Geist und Seele zu gewinnen bzw. zu verstehen, muss man seiner Intuition vertrauen oder muss man sich ein mindestens ebenso langes und hartes Studium und Training zumuten wie ein Physiker, Chemiker oder Philosoph, Psychologe oder Mediziner, Psychiater. Vor allem, um fruchtbar für das Erlangen von Gesundheit zu werden, es lässt sich dieses Studium nicht an den Teilen anderer Leute betreiben, an Objekten.

Es ist ein steriler Pfad, die Eigenschaften zu erforschen, denen man unterstellt, den Objekten innezuwohnen. Objektivität ist ein beliebter Kunstgriff, der eigenen Verantwortung zu entgehen. Der Kunstgriff wird noch offensichtlicher, wenn von "Sachzwängen" geredet wird. Als seien es die Sachen mit ihren *realen Eigenschaften* und nicht unsere Ansichten dazu, den *virtuellen Gegebenheiten*, die uns den Blick auf Möglichkeiten und Veränderbares verstellen.

Einstein sagte: "Die Theorie entscheidet, was man beobachten kann". Oder, praktischer, historischer: Die europäische Völkerkunde konnte bis ins 20. Jahrhundert rundum in der Welt nur Primitive finden und beschreiben. Das ist nicht nur Symptom für Chauvinismus. Es zeigt auch, wie jeder in den Spiegel schaut und sich sieht; was man nicht in sich weiß, kann man nicht entdecken. Aus der Unwissenheit II. Ordnung gibt es keinen Beweis für Nicht-Vorhandensein — "absence of evidence is not evidence of absence".

Neues eröffnet sich, wenn man statt dessen sich der Erforschung der Eigenschaften zuwendet, die im Beobachter der Objekte vermutet werden. Bis zur Entwicklung der Kybernetik und des Konstruktivismus verstieß dies gegen grundsätzliche Prinzipien des wissenschaftlichen Diskurses, die die Trennung von Beobachter und Beobachtetem gebieten. Die Unsinnigkeit lässt sich leicht demonstrieren: Wenn die Eigenschaften des

Beobachters, nämlich die des Beobachtens und Beschreibens ausgeschlossen werden, bleibt nichts mehr übrig, weder die Beobachtung noch die Beschreibung. Quantenphysik machte das handgreiflich: Das Problem sind nicht die Dinge, nein, es ist das Sehen, genauer, es ist meine getroffene Wahl für *einen* bestimmten Blickwinkel.

7.8 Lernen

Der Pädagogikprofessor Carl-Hans Jongebloed hat aus einem Naturwissenschaftlichen Phänomen ein Bildungskonzept abgeleitet. Es stellt erstens das Individuum in den Mittelpunkt. Zweitens kommt es dabei darauf an, dass wir Erziehung und Unterrichtung — also Erarbeitung von Erkenntnissen und Erleben von Erfahrungen — streng trennen. Es gibt zwei wesentliche Felder, auf denen der Mensch sich mit dieser Welt auseinandersetzt. Das eine ist das Feld der gesicherten Erkenntnis über unsere Welt — von der Wissenschaft erarbeitet. Das ist vom einzelnen Menschen ganz unabhängig. Er muss sich die Informationen aneignen, wie sie sind. Die andere Seite ist das Erlebnisfeld. Hier macht er Erfahrungen, die nur von ihm abhängen und deswegen auch immer total subjektiv sind.

Aus diesen beiden Teilen entwickelte Jongebloed das Modell der Komplementarität. Die These von der Komplementarität stammt ursprünglich vom Physiker Niels Bohr. Er hat einleuchtend begründet, dass Licht sowohl als Welle wie auch als Teilchen auftritt. Dieser Widerspruch sei die Begründung für die Kraft des Lichtes. Die Verschiedenheit ist sozusagen die Bedingung der Einheit.

Diese Komplementarität ernst zu nehmen hilft mir, wenn ich mich von den Modellen der Psychologie oder Neurobiologie über Geist und Gehirn den Modellen der Religionen über Geist und Seele zuwende. Dieses lange Studium von Geist-Seele-Modellen ist nicht getan mit dem Verstehenwollen der Texte von Weisheitslehren der Alten — das entspricht dem Feld der von der Person unabhängigen, wissenschaftlichen Erkenntnisse. Die hier entscheidende, die andere Seite ist das Erlebnisfeld. Es besteht vor allem im geduldigen Wahrnehmen des Stroms meiner Wirklichkeit, meiner Wahrheit, und im Prüfen meiner selbstverantwortlichen Entscheidungen daraus, im Gewährwerden meiner hellen und dunklen Seiten. Das kann ich zuerst nur in mir selber und dann erst, später, im Austausch mit anderen betreiben. Die Werkzeuge dafür sind zahlreich.

Das kann verwirrend sein, ist meist anstrengend, über längere Strecken möglicherweise sogar schmerzhaft, wenn die dunklen Seiten zu plötzlich in die Bewusstheit treten. Erfreulicherweise sind die motivierenden Momente von Erleichterung gerade zu Anfang häufig. Gelegentlich passiert beglückende Erkenntnis, die solches Studium unmittelbar belohnt. Aber, so hab ich es erfahren am eigenen Leibe, bei mir nahen Menschen sowie in der reichlichen Literatur, es herrscht das Vorurteil, dass Anstrengung und Frust überwiegen. Alleine, ohne Unterstützung scheint dieses Studieren kaum möglich zu sein. Es ist alles so subjektiv — für unseren

Kulturkreis, heute, ein Schimpfwort.

Deshalb bedarf es dabei solcher Lehrer und Trainer, die diesen Prozess als Subjekte selber durchgelebt haben und, vor allem, die sich als Subjekte dem Lernenden zu erkennen geben, die nicht 'Vorturner' für die Ausführung 'objektiver' Regeln, von Konzepten, sein wollen. Es heißt, jeder Lehrer kann nicht weiter führen, als er in dem Prozess selbst gegangen sei. Diese Lehrer laufen nicht öffentlich herum, wie die Beamten an der Uni, wo man sich zu ihnen in den Hörsaal setzen kann.

Nein, diese Lehrer sind versteckt, gestern kann das die Marktfrau sein, morgen ein Kind im Babykorb, selten einer, der sich lehrermäßig anbietet, wie vielleicht ich jetzt mal gerade den Eindruck machen könnte. Meine Lehrer, das können auch alle sein, die ich verurteile. Denn wenn ich diese Urteile untersuche, finde ich mich in diesem Spiegel und bin ihnen dankbar, die ihren Job tun. Ihre Angelegenheit ist es, mich an mein Ärgern zu führen, meine ist es, hinter dem Ärger meine Wahrheit aufzudecken, dabei meine Wahrnehmungen zu verändern und auch so den Raum meiner *zugelassenen* Informationen zu erweitern.

Dieses Studieren geht nur in Selbsterkenntnis und Selbstdisziplin. 'Selbstdisziplin' hat für mich seinen merkwürdigen Geschmack bekommen durch die Leute, die das Wort als Forderung, und, als meine Erzieher, in unterdrückerischer Weise gegen mich benutzt haben. An sich ist das doch etwas bemerkenswert Schönes. Von lat.: 'discipulus' = der Schüler. Ich bin mir selbst mein Schüler. Ich, der Einzige, als mein Eigner mache mein Eigenes. Ich als mein Autor autorisiere mich, mein Lebensscript und meine Auslegung von dessen Traditionen immer wieder neu zu schreiben und auf meiner Bühne zu inszenieren. Mit mir in der Hauptrolle und in allen Nebenrollen, als Regisseur und als Zuschauer — vor allem, als urteilsloser Beobachter.

7.9 Geist — Selbst

Geist - Seele? Der Kongitivismus kann damit nichts anfangen in seinen Hypothesen von Symbole verarbeitenden Systemen. "Ich", das sind dann nur sekundenhaft aufblitzende Spuren von Bewusstsein. Geist und Seele sind für Neurologen auch nur Wörter für etwas Bewusstseinsmäßiges, für eine noch nicht näher erforschbare Gehirnaktivität, ein "Homunkulus". Für die Psychologie ist "Psyche" überwiegend ein leeres Wort für eine Art Black Box oder für biologisch zu untersuchende Erscheinungen im Verhalten von Menschen. In der buddhistischen Lehre gibt es kein Ich, nur als Anhaftung an Illusionen. Auch die monotheistischen Religionen unserer Himmelsgegend reden zwar viel über Geist und Seele und wie "Ich" mich dazu zu verhalten hätte. Aber so richtig klar wurde ich damit auch nie. Doch es stehen ganze Bibliotheken voll von Büchern darüber. Also ist es wohl seit Urzeiten ein ganz besonderes, ein menschliches Bedürfnis, sich darüber klar zu werden.

Natürlich habe auch ich dieses Bedürfnis. Wo man wenig wissen kann, wird man viel glauben; und gerade die, die von sich behaupten, nichts zu glauben, die zeigen sich als hinterrücks besonders hartnäckig Glaubende, was uns die Wissenschaftler sehr schön demonstrieren, die ihre A-Priori-Sätze nicht hinterfragen. Was glaube ich? Mir ist meistens die jüngst genossene Quelle die nächstbeste. Heute ist das das Modell, das Varda Hasselmann vorstellt²¹³

Für mein Bild von Seele-Geist-Psyche hilft mir das 12-dimensionale Weltmodell von Burkhard Heim, der die 4 alltäglichen Dimensionen (b/h/l/t) der Raumzeit (auf die sich exakte Wissenschaft beschränken möchte!) umfasst von 2 Dimensionen Organisation, 2 Dimensionen Information und die wiederum umfasst von 4 transzendenten Dimensionen, die unserer Vorstellungskraft entzogen sind. Festzuhalten ist: Die ersten 6 Dimensionen erweisen sich als physische, physikalische Dimensionen, die zweiten 6 Dimensionen erweisen sich als immaterielle, informatorische Dimensionen. Hypothesen der Astrophysik besagen, dass die Gesamtmasse des Universums nur zu ca. 4% aus der uns geläufigen Materie und Energie besteht; der "Rest" ist 23% sogenannte "dunkle Materie" und dazu sogenannte, noch völlig unbekante "dunkle Energie".

Nun bin ich weit entfernt davon, Physik, gar Quantenphysik oder etwa gar die ganz eigene Mathematik Heims verstehen zu wollen. Diese

213 Varda Hasselmann, Frank Schmolke "Archetypen der Seele - die seelischen Grundmuster, eine Anleitung zur Erkundung der Matrix"; 1993; München; 10. Aufl. 2005 Arkana

Gedankengebäude haben für mich gemein mit den Gebäuden der Theologie, dass ich mich allein daran erfreue, wenn ich etwas *über* diese kühnen Konstruktionen lese. Halbwissen über Physik zu lesen hat zudem für mich den Bonus, dass das nicht so sehr den Geruch von Esoterik hat, was wohl auch eine Illusion ist.

Also, was ist mein Bild von Seele-Geist-Psyche? Seele ist der überdauernde Aspekt eines Wesens, ein Wellenknoten, ein Feld aus dem zweiten Bereich der Dimensionen, den immateriell-informativischen. Ihr Hauptmerkmal ist Neugier als Ausdruck von Liebe, von Ausdehnung in neue Erfahrungen über viele Inkarnationen. Alles Weitere ist angesiedelt in den physisch-physikalischen Dimensionen. Die Psyche ist ein nicht-materielles Organ des Körpers, das sich erst in Kindheit und Jugend eines Wesens herausbildet. Ihr Hauptmerkmal ist Angst, Ausdruck von Zusammenziehung zum Schutz vor Erfahrungen. Geist steht verbindend zwischen Seele und Psyche und zwischen Psyche und Körper sowie verbindend zwischen diesem Wesen und allen anderen Wesen. Geist ist ein nicht-materielles Organ des Körpers dieses Wesens und zugleich der Körper aller Wesen, ein Dahinter. Und "Ich", das ist das alles, je wie es sich mir abbildet, gelegentlich aufscheinend im Bewusstsein.

Ich rede immer von 'ich'. Das sollte ich besser verdeutlichen und unterscheiden. Allerdings, so wie 'Körper', 'Geist', 'Seele' nur Etiketten für 'ich' sind, geklebt auf verschiedene Ansichten eines Modells von ein und demselben Organismus, sind die folgenden Unterscheidungen auch nur Etiketten für 'ich', geklebt auf verschiedene Ansichten eines anderen Modells (und ich werde das immer kursiv schreiben, um zu erinnern: es sind Modell-Ansichten, also attribuierte Gegebenheiten, nicht 'objektive' Eigenschaften). Sylvester Walch²¹⁴ hat sehr viele Definitionen von Selbst aus der Literatur gesammelt. Diesmal heißen diese Etiketten *Maske*, *Niederer Selbst*, *Höheres Selbst*, *Inneres Kind*. Sie kommen aus der Pfadarbeit.

Dieses *Nieder* und *Höher* sollte nicht verwechselt werden mit psychologischen oder theologischen Begrifflichkeiten. Auch die Ähnlichkeit mit dem 'wahren' und dem 'falschen' Selbst in der Theorie der Gestalttherapie ist nur scheinbar. Dort geht es um die Schließung des Gestaltkreises im Kontakt, der dem einen Selbst gelingt und dem anderen nicht. Zwar war die christliche Sichtweise von Eva Pierrakos im Pfad wohl beabsichtigt, aber hier möchte ich die ausdrücklich beiseite lassen.

Mit dem, was die Christen als ihren dreifaltigen Gott beschreiben,

214 Sylvester Walch: "Dimensionen der Seele - Transpersonale Psychologie und holotropes Atmen"; Düsseldorf, Patmos Verlag, 2002

kann ich nichts anfangen. Solche Personalisierung kommt mir eher vor als Profanisierung des Schöpfergeistes meines Universums. Dennoch benutze ich Wörter wie 'Gott', 'göttlich', um meine Bewusstheit von Angebundenheit in das universale Ganze anzudeuten, wie es die Chinesen mit dem Begriff 'Tao' versucht haben. Es reicht mir, dies *Höher* als Bewusstheit von der Verbindung alles Lebendigen, als mein Leben in der Verbindung mit allem Leben um mich herum zu verstehen und das *Nieder* als meinen Versuch einer kreativen Abtrennung davon.

Leben findet in offenen Systemen statt. Und so ist das *Höhere Selbst* offen *als* das Leben. Geschlossene System sind maschinenhaft, unlebendig und so versucht es das *Niedere Selbst*. Der Jungianischen Begriff *Schatten* ist dort ein Archetypus, der zum Göttlichen hinzieht, indem er die sichtbare Vorderseite mit dem Ganzen vereinigen will. Das *Niedere Selbst* erscheint wie die erkaltete, starre Kruste auf der flüssigen Glut von Lava. Diese Glut ist der *Schatten*, der so unmittelbar mit *dem Höheren Selbst* verbinden kann. Wenn ich mich an *Schatten*-Arbeit mache, konfrontiere ich mich auch mit dem *Niederen Selbst* von Gesellschaft und Welt, was ich oben im Anfang mit 'Traditionen' umschrieben hatte.

Noch mal, *Höheres Selbst* und *Niedereres Selbst* sind Begriffe eines Modells, nicht der handelnde Organismus selber. Im *Höheren Selbst* bin ich mit meinem Leben verbunden, von wo meine Kraft kommt. Im *Niederen Selbst* habe ich diese Kraft zur Form, zum Gedanken, zum Glaubenssatz verfestigt und in der Auseinandersetzung damit kann die darin gebundene Kraft wieder frei werden. Insofern ist das *Niedere Selbst* eine meiner kreativen Möglichkeiten.

Was Pfadarbeit hier *Höheres Selbst* nennt, heißt in ARS REGIA die Lichtseele. Ich benutze einen Vergleich aus der Technik: Das *Höhere Selbst* spielt sich ab im Bereich der hohen Frequenzen; zu der Wortfamilie gehören im weitesten Sinne 'Obere Welt der Nichtalltäglichen Wirklichkeit', 'Engelwelten', 'himmlisch', 'Licht'.

Was Pfadarbeit hier *Niedereres Selbst* nennt, heißt in ARS REGIA *Dunkelseele* oder in der Jungianischen Psychologie, ganz anders gewendet, *Schatten*. Es sind für mich unterschiedliche Begriffe für unterschiedliche Sichten von Modellen auf ähnliche Inhalte. Das *Niedere Selbst* deutet auf niedrigere Frequenzen, auf die Wortfamilie 'materielle Welt', 'irdisch', 'Dunkelwelten'.

Maske deutet auf den Bereich 'Alltägliche Wirklichkeit', 'Wahnsinn der

Normalität²¹⁵.

'Höher', 'nieder' sind keine Wertungen im Sinne von 'besser', 'schlechter', etwa aus ethischer, moralischer oder sozialer Sicht, sondern meint 'nieder' aus der Sicht von 'oben', 'höher' aus der Sicht von 'unten' — Astronauten in der Schwerelosigkeit, Menschensicht. Es sind keine Schulnoten oder Klassenzugehörigkeiten oder Entwicklungsstufen. Das geht nicht, es handelt sich ja nur um verschiedene Ansichten, künstliche, des Verständnisses wegen konstruierte Blickwinkel auf das leibhaftige Wellenpaket, auf einen untrennbar einzigen Organismus, auf Leistungen, Seinsweisen dieses Organismus unter verschiedenen Bedingungen, unter verschiedenen Aspekten von Umwelt. Immer, Dank an meine Tochter und die Quantenphysik, im Einklang mit Allem!

Durch die quantenphysikalischen Denkmodelle wissen wir von den zwei Zustandsformen, Welle oder Teilchen. Übertrage ich das auf mich, diesen Schreiber, finde ich mich, bin ich in einer doppelten Natur, der den Teilchen zugehörigen, also der am Leib haftenden sowie der den Wellen zugehörigen, die wir in unserem Kulturkreis nicht so einfach formulieren können.

Für den Körper ist alles *Jetzt*. Jeder Gedanke, der ein Gefühl auslöst, nämlich etwas aus seiner Latenz von Spannung herauslöst in die Aktualität von Körperspannung, bekommt dies vom Körper durch dessen propriozeptiven Sinneszellen rückgemeldet. Die Propriozeptoren sind sensorische Rezeptoren für die Tiefensensibilität, die Informationen über Muskelspannung, Muskellänge und die Stellung des Körpers im Raum zum Kleinhirn weiterleiten. Zusätzlich gibt es akustischen Rezeptoren, die durch Kommandos angesprochen werden, optische Rezeptoren, die durch sehen angesprochen werden, taktile Rezeptoren, die durch Berührung angesprochen werden und Rezeptoren in den Muskelspindeln, die durch Zug angesprochen werden. Der Verstand denkt dann den Gedanken mit und in diesem so aktualisierten Körperempfinden. Der Körper scheint damit die "Richtigkeit" des Gedankens zu bestätigen. So wird aus einem gedachten Urteil ein körperlicher Zustand mit all seinen stressigen Folgen. Der Gedanke hat scheinbar Macht über den Körper, denn wir erleben, das Körperempfinden lässt sich mit dem Gedanken verbinden.

Meine den Wellen zugehörige Natur umschreibe ich mit Geist oder Seele; die Alten benannten das Pneuma, Ruach und mit vielen anderen Ausdrücken. Die Tibeter, die sich seit 1300 Jahren mit der Erforschung

215 Arno Gruen: "Der Wahnsinn der Normalität — Realismus als Krankheit: eine Theorie der menschlichen Destruktivität"; München, 9. Aufl., 1999

der geistigen Welt befassen, haben über 20 Begriffe für dieses "Seele/Geist". Bei schamanischen Reisen kann ich die Nichtalltägliche Wirklichkeit erleben, kann darin handeln und anschließend in der Alltäglichen Wirklichkeit die Folgen dieses Handelns betrachten. Die Physiker Bohm und Heim liefern vieldimensionale Modelle, schlüssig zu berechnen und mit konkreten technischen Anwendungen. Burkhard Heim zeigt, wie auf die 4 alltäglichen Dimensionen (b/h/l/t) der Raumzeit die nächsten Dimensionen X5 + X6 mit Information und X7 + X8 mit Organisation einwirken. Die darüber folgenden Dimensionen X9 bis X12 sind unserer Vorstellung und Rechenhaftigkeit entzogen. Da darf dann Glauben einspringen.

Für diese Wellenwelt ist ebenso wie für die Leibwelt alles *Jetzt*. Ein Gedanke hat aber hier anscheinend die entgegengesetzte Wirkung wie im Körper — er trennt sich aus dem Jetzt heraus und damit auch sein Erleben des Körper, mit dem er propriozeptiv verbunden ist. Und auch dafür haben wir ein sicheres, wenn auch unbewusstes Sensorium. Daher erfinden die Menschen immer wieder und immer neu große Glaubensgebäude um darin Zuflucht zu suchen vor diesem Empfinden von Getrenntsein. Religionen systematisieren das und landen, weil aus Trennung entstanden deshalb zwangsläufig, stets in unterdrückerischer Organisation.

Da diese Etiketten *Maske, Niederes Selbst, Höheres Selbst, Inneres Kind* aus der christlich grundierten Pfadarbeit kommen, fehlt darin der Anteil des Körpers und der Sinn, den er darein bringt. Viktor Frankl der die Logotherapie entwickelte, zählt zu deren Kerngedanken insbesondere die Frage nach dem Sinn des Lebens. Diese Frage macht den Menschen erst zum Menschen. Bleibt sie unbeantwortet, kann es zu depressiven oder neurotischen Erkrankungen kommen. Deshalb gilt es, den Sinn immer wieder neu zu finden: im Tun, im Erleben und in der Einstellung auch schweren Schicksalen gegenüber. Es gibt da keinen generellen Lebenssinn an sich, sondern allein Offenheit, die die Voraussetzung für eine sinnvolle Lebensführung ist. Vor 3000 Jahre findet sich schon in der Bhagavadgita die Quintessenz dessen, was ein Mensch wissen muss, um mit den Anforderungen des Lebens fertig zu werden, um nicht zu zerbrechen, nämlich, die Verantwortung für alles, was ihm geschieht, zu übernehmen und täglich neu dankbar für dieses Leben zu sein. So kann dann der "Sinn des Lebens", ohne psychologischen, philosophischen, metaphysischen oder esoterischen Überbau, schlicht darin liegen, es zu leben — *Jetzt*.

7.10 Höheres Selbst

Ich nenne ab jetzt den 'ich', der sich zur Einkörperung entschieden hat, das "*Höhere Selbst*", "*Göttlichen Glanz*". Von all meinen Ich schwingt er am höchsten, am feinsten. Er ist und weiß sich als Licht im Licht, ist Liebe, Teil der ENERGIE, der AllEinheit, weiß sich intelligent und liebevoll, unteilbar, im Fließen, im Einklang.

Das Neue Testament, mit den Christusworten, ist voll von Sätzen, die das *Höhere Selbst* spricht, gültig für alle, Deines, meines, jedes Menschen. Nur sollten wir von diesen Worten 2000 Jahre Ideologie abblättern.

"Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben" sagt der Mensch Christus. Denn das Wort ist Fleisch geworden, wirklich, ganz existentiell, nicht als Verkleide-Spiel eines Gottes, zu dem ich nur aufschauen könnte und zu dessen Verstehen ich eines Priesters, Lamas oder Gurus bedürfe. Jesus ist ja noch weiter gegangen und hat gesagt: "Jeder von euch kann tun, was ich getan habe". Und so kann denn jeder Mensch mit Fug und Recht sagen: 'Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben'. Das, ernst genommen, hat tausend Konsequenzen für diesen Menschen in allen Lebenslagen! Unausweichlich Selbstverantwortung.

In den Bitten des Vaterunser²¹⁶ steckt das auch: '*...Dein Wille ge-*

216 Manche Irrtümer halten sich hartnäckig und besitzen die Kraft, das kollektive Bewusstsein ganzer Völker über Jahrtausende zu verdunkeln. Übersetzungsfehler oder - was die Sache besser trifft - einseitige Übersetzungen, die dann durch verzerrte Wahrnehmung noch weiter verfälscht wurden, haben in der Geistesgeschichte schon viel Unheil angerichtet.

Das Vaterunser nun hat durch einseitige Übersetzung zu einem ähnlich tendenziösen Verständnis geführt. Dem Forscher NeilDouglas-Klotz zufolge liegt das vor allem daran, dass lange Zeit die griechische Übersetzung des Neuen Testaments als die massgebliche galt. Das Griechische transportiert aber - verglichen mit dem Aramäischen, der ursprünglichen Sprache Jesu - eine ganz andere Mentalität, ein anderes Bewusstsein. Die Sinnverzerrung liegt also schon im Ursprung des organisierten Christentums.

Betrachten wir nun das aramäische Vaterunser nach Neill Douglas-Klotz. Das erste was auffällt, ist dass die Bedeutung des Wortes "awuun" (meist mit "Vater" übersetzt) geschlechtsneutral ist. Klotz übersetzt mit "O Gebärer(in), Vater-Mutter des Kosmos" (womit auch die Suggestion, Gott halte sich ausschliesslich im Himmel, nicht auf der Erde auf, vom Tisch ist). Der Aramäisch-Gelehrte Rocco Errico sagte auf einer Audio-CD über das Vaterunser, "awuun" sei ein familiäres Kosewort, es könne für Vater oder Mutter, Sohn oder Tochter, Bruder oder Schwester gleichermassen verwendet werden. Das mag überraschen, weil es ein solches Wort im Deutschen gar nicht gibt, ausser vielleicht "Schatz" oder "Liebes". Eine mögliche (ausführlichere) Übersetzung wäre angelehnt an Errico und Douglas-Klotz: "Geliebtes Schöpferwesen, das überall im Universum und in meiner Seele gegenwärtig ist".

Es gibt noch weitere solche Begriffsverschiebungen. So bedeutet etwas "lachma" im Aramäischen sowohl "Brot" als auch "Einsicht". Douglas-Klotz sagt: "Gewähre uns täglich, was wir an Brot und Einsicht brauchen".

Also Nahrung für Leib und Geist gleichermassen. Der "Schuld"-Vers lautet in der Neuübersetzung: "Löse die Stränge der Fehler, die uns binden". Eine befreiende Botschaft, die an das Sprengen von Fesseln erinnert. Das Wort für "Vergeben" (ausgesprochen ungefähr "waschwoklähn") trägt im

schehe...': "BITTE für heute sei ich frei von Eigensinn!"; '*...unser täglich Brot gib uns heute...'*: "BITTE für heute sei ich frei von Angst!"; '*...vergib uns unsere Schuld wie auch wir vergeben...'*: "BITTE für heute sei ich frei von Stolz!" Es geht um meine Selbsterkenntnis und um meinen Umgang mit meinem Dreierpack von Eigensinn, Angst und Stolz.

"Liebe deinen Nächsten wie dich selbst" ist keine Aufforderung zur geschmeidigen Sozialverträglichkeit, zur Nächstenliebe²¹⁷, zu einer sozialen Lebensversicherung im 'ich gebe, damit du gibst'. Entscheidend ist der 2. Halbsatz *"...wie dich selbst"*: Es geht um mich, um meinen Umgang mit mir, um eine Hilfe für mich, der die Unausweichlichkeit seiner Selbstverantwortung erkannt und akzeptiert hat, auf meinem Weg, durch meine Wahrheit und in mein Leben. Der mir da gegenüber steht, ist mein Spiegel. Treffender sagt das der griechische Urtext "Liebe Deinen Nächsten als Dein Selbst". Du, das Wellenpaket in unbegrenzbarer Resonanz.

"Du sollst Deine Eltern ehren, auf dass es Dir wohl ergehe auf Erden" meint nicht eine Art Generationenvertrag zur Altersversicherung, gar das Siegel auf Erziehung, sondern sagt: "Sei achtsam für Deine Ganzheit, auch mit Deinen Wurzeln; denn das bist in diesem Spiegel Du auch". Ich bin versöhnt mit diesen Wurzeln. Und diese Wurzeln will ich in Ehren halten, denn auch die Irrtümer, die ich im Rückblick bei ihnen feststellen könnte, waren damals ihr und damit jetzt immer noch mein Bestes, haben mich zu dem gemacht, der ich bin als deren Sohn. In Ehren halten. — Lieben muss ich dieses Beste deshalb nicht, ich will das ja nicht wiederholen. Ich will diesem Besten immer die Ehre erweisen. Was ich aus Kontakten mit den Ahnen gelernt habe, ist: Wir sollen als Minimalforderungen anerkennen, dass sie es als Eltern auf sich genommen haben, uns hier in diese Inkarnation gebracht zu haben. Dafür wollen wir ihnen die Ehre erweisen, weil sie dieses in ihrem Leben auf sich genommen haben. Und dazu gehören auch die Eltern der Eltern und deren Eltern — auch wenn wir sie nicht mehr kennen — von denen wir unsere Genome und einen Teil unserer Traditionen und Geschichten übernommen haben. 'Versöhnen' bekam dadurch für mich einen ganz anderen Klang: ich anerkenne mich als Sohn dieser Ahnen. Ich weiß sie hinter mir stehend als Teil meiner Kraft, mit der ich ohne Rück-Sicht vorwärts gehe.

Kern die Bedeutung "Rückkehr zum ursprünglichen Zustand". Und das Wort für "Versuchung" (I'nisiona) meint in der ursprünglichen Bedeutung "innere Unruhe, die uns von unserer eigentlichen Lebensaufgabe abgelenkt." Also nichts von einem Vater, der uns vorsätzlich in Versuchung führt.
Buchtip: Neil Douglas-Klotz: Das Vaterunser - Meditationen und Körperübungen zum kosmischen Jesusgebet. Verlag Knauer. CD-Tipp: Rocco Errico: Das aramäische Vaterunser zum Selbstlernen. Verlag H.-J. Maurer

217 vgl. auch Kap. 8.11 Ein bisschen Nächstenliebe

"Gebt denn dem Kaiser, was des Kaisers ist, und Gott, was Gottes ist" meint nicht Treuegelöbnis zum jeweiligen Verein oder zur Steuerehrlichkeit, sondern will diesem '*...wie dich selbst*' seine doppelte Wurzel in Erinnerung bringen und seine doppelte Verpflichtung, in Selbstliebe und Selbstverantwortung gut für sich zu sorgen in der weltlichen Welt wie in der geistigen, heißt, in keiner von beiden sich weder zum Märtyrer zu machen noch mit dem eigenen Denken aufzuhören. Das umfasst mich als leibliches und als geistiges Wesen.

Und, klar, wie kein Dunkel ohne Licht, so kein Licht ohne Dunkel. In diesem Großen Buch der Christen stehen auch Sätze des *Niedereren Selbst*, der Dunkelwelt, die das Dunkle in jedem von uns verstärken. So wissen wir aus Hypnotherapie für Vorsatzformeln und seit Urzeiten aus vielen esoterischen Schulen für die Affirmationen, dass Verneinungen nicht wirken, im Gegenteil, dass sie das Unverneinte stärken. Wenn es also heißt "du sollst nicht töten", "... nicht ehebrechen" oder "... nicht stehlen", so verlangt das vom Unbewussten, zu töten und Ehebruch und gibt dem globalen Kapitalismus den dunklen Segen zur globalen Ausbeutung. Offensichtlich mit Erfolg, wenn ich in meine reale Umwelt schaue.

Auch hier ist es spannend, auf die Quellen zu schauen. So habe ich mir sagen lassen, dass im hebräischen Urtext die 10 Gebote als Verheißung formuliert seien: "Wenn du mich als deinen Einzigen Gott wählst, dann wirst du keine anderen Götter finden neben mir ... wirst du dir von mir kein Bildnis machen ... wirst du nicht töten, ehebrechen, stehlen ...". Das macht Sinn! Da kann diese Idee vom Obersten Ganzen nicht verkommen zu dem alten Mann mit weißem Bart, an den zu glauben ich im Religionsunterricht meiner Kindheit lernen sollte. Da wird begreifbar, dass dieses Universum 'Liebe' ist. Jede Zelle, jeder Organismus, jeder Planet, Stern, alle Galaxien sind stets ein Zusammenhängendes in vertrauensvoller Kommunikation — was ist Liebe anders und wie ließe sich für Liebe ein Bildnis oder ein Gleichnis machen? Dann löst sich der Antagonismus von Licht und Dunkel auf. Licht = Liebe, Dunkel = Abwesenheit von Liebe. Solche Abwesenheit macht Angst. Angst schreit nach Sicherheiten. Das Verlangen nach Sicherheiten läßt Menschen oft schreckliche Dinge tun - das nennen wir "Böse".

Nützlicherweise habe ich vieles vom Früheren vergessen, aber das nicht: Wo ich herkomme, wo ich hingehere. Auch das ist gültig für alle, die sich je eingelassen haben auf die Frage nach dem Ursprung. Dieses Wissen ist der Antrieb für die vielen Modelle über Geist und Seele, für alle Religionen, für die diversen Techniken, Qigong, Yoga, Tantra, Meditation, um damit gesicherte Informationen in die Modelle einzubauen.

Ich bin vom Göttlichen Glanz.

Andere mögen das Körpergewahrsein nennen oder 'Bewusstheit im Fühlen des Seins'. Das sind nur unterschiedliche Weisen, diese Qualität zu benennen, wo die Bewusstheit nicht gestört wird vom Anhaften an Geschichten. Dieses Gewahrsein des *Göttlichen Glanz* ist immer präsent. Es geht nie verloren; es scheint nur wie vergessen, nur verdeckt z.B. als Ergebnis unserer Abhängigkeit von Geschichten. Denn die Aufmerksamkeit tendiert dazu umherzustreifen. 'An einem Glaubenssatz fest zu hängen' ist eine andere Weise, dies zu beschreiben, wie die Aufmerksamkeit sich an Gedanken heftet. Es ist diese Fixierung, die das 'Gedanken-/ Glaubenssätzen-/ Geschichten-anhängen' so ungemütlich macht.

Ohne diese Fixierung sind wir frei, das märchenhafte Wunder "zu sein", uns als den *Göttlichen Glanz* zu bemerken. Das ist in jedem Moment möglich, auch da, wo wir traditionell etwas 'unglückliche emotionale Zustände' nennen. Tatsächlich werden auf diese Weise 'zu sein', ohne die Fixierung, nun Schmerz, Wut, Ärger, Traurigkeit und Angst transformiert in ihre lustvollen Aspekte. Das Fühlen, die fließende Energie ist nicht verändert — aber ohne die Geschichten erscheint es völlig verschieden. *Höheres Selbst, Niederes Selbst* sind handliche Umschreibungen dazu.

7.11 *Niederes Selbst*

Seit dem Fall der Engel umgab sich das *Höhere Selbst* in einem langsamen Prozess, schrittweise, mit verschiedenen Schichten. Die Seele will in ihrer harmonikalen Wellenexistenz dennoch die ganze Fülle von Existenz erfahren. Doch das geht nur in der Dualität von Körper. Darin kann sie in vielen Inkarnationen lernen, die Spannweite vom "Heiligen" bis zum "Mörder" zu erleben. Kein besser oder schlechter, sondern erfahren die Selbstverantwortung als Mörder in der Abwesenheit von Liebe wie auch die Selbstverantwortung als Heiliger in der Fülle der Liebe.

So entstand das *Niedere Selbst*. Aus den Anfängen der Vorzeit erzählt uns die Mythologie darüber. Diese Schichten sind aus feinsten Materie, obwohl wir sie mit unserem physischen Auge nicht sehen können; aber sie sind unendlich viel dichter als das *Höhere Selbst*, jedoch nicht so dicht wie die des physischen Leibes.

Das *Niedere Selbst* wird auch heute von mir weiter gebildet. Zusätzlich, denn nun habe ich mal inkarniert, so tue ich das mit allen Haken und Ösen, die mir Terra bietet, und mit allen Konsequenzen. Deshalb mache ich, als geistiger Körper, dieselbe Entwicklung wie "ich" als physischer Körper. An manchen Stellen werde ich schwierig. Manche Partien sind muskulöser als andere. Der geistige Blutkreislauf hat sich eingerichtet auf die Kompensation der geistigen Schwerkraft, denn ich bin auf Terra inkarniert, dem Platz, wo ich als Mensch die Dualität und Polarität finde.

Dieses Selbst ändert im ständigen Austausch mit der Umwelt die Strukturen, indem es sich und die Umwelt anpasst auf ein Optimum zwischen höchst widersprüchlichen und wechselnden Bedingungen. Und das meistens alles, ohne dass ich es bewusst mitkriege. Das *Niedere Selbst* wird weitergebildet, denn letztlich geht es um das Hin zu immer komplexerer Ordnung. Der Tropfen will zum Meer, von wo er als Dunst einstmals aufstieg.

Das *Niedere Selbst* hinter seiner *Maske* ist der schöpferische Kern der dunklen Seite, der negativen Einstellungen und Gefühle, die entstehen aus meiner egozentrischen, eigensinnigen Getrenntheit von der Totalität des Lebens. Es ist die Abwehr gegen unseren Schmerz, ist unsere Gefühlslähmung und ist unsere angstvolle Abkopplung von uns selbst und anderen. Angst ist kontrahierende Energie.

Das *Niedere Selbst* ist zusätzlich eine geniale Leistung der Überlebentechnik und ein nützlicher Teil meines Lernprozesses. All das Entsetzen, die Angst und die Wut, aber auch alles ungelachte Lachen, die ich in

den ersten Stunden und Jahren meines Hierseins ganz neu und leibhaftig erlebe, musste ich wegstecken. Freud nennt das 'Abwehrmechanismen entwickeln'. Da wenig Platz ist in dem Rahmen unserer gesellschaftlichen Regeln, die emotionalen Spannungen aus meinem Schmerz durch Weinen, aus meiner Angst durch Zittern, aus meiner Wut durch Toben sowie aus allem diesen durch Lachen körperlich zu entlasten²¹⁸, lagere ich die Überspannung irgendwo im Organismus dauerhaft ein: Ich baue mir den 'Charakterpanzer', wie Wilhelm Reich, der Entdecker des Orgon und der Psychotherapie mittels des Körpers, das nannte.

Und künftig wird die Selbstheilungskraft meines Organismus mich immer wieder in Situationen führen, wo ich auf die Ähnlichkeiten mit Altem abfare und von neuem versuchen kann, die Gedanken über die alte Verletzung endlich zu heilen. Vielfalt, sich selbst im Gegenüber erkennend. Grundsätzliche Richtung: Hin zur AllEinheit. Das Ziel spiritueller Entwicklung ist es, das *Niedere Selbst* aufzulösen, damit schließlich das *Höhere Selbst* von all diesen erworbenen Schichten frei wird, in der AllEinheit ungetrennt aufgeht. Der Tropfen will zum Meer.

Im Alltag können wir bei uns selber oder anderen leicht fühlen, dass bestimmte Teile des *Höheren Selbst* frei und andere noch vom *Niederen Selbst* verdeckt sind. Wie viel frei ist, wie viel versteckt, wie stark es manchmal abgeschirmt ist, hängt von der gesamten Entwicklung des jeweiligen Menschen ab.

Das *Niedere Selbst* besteht nicht nur aus den persönlichen Irrtümern und Schwächen, sondern auch aus Nicht-wahrhaben-wollen, aus Trägheit und aus dem Dreierpack Angst, Stolz, Eigensinn. Sich zu ändern und zu überwinden, ist dem *Niederen Selbst* verhasst, denn das macht ihm Angst. Es hat einen sehr starken Willen, den es gut verstecken kann. Es will seinen Weg gehen, ohne den Preis zu zahlen. Es ist sehr stolz und selbstsüchtig; es hat immer sehr viel persönliche, eigensinnige Eitelkeit. Es ist das Ego, mein '*Ich Bin*', mit dessen gesamtem äußeren Ausdruck. All diese Charakteristika sind Teile des *Niederen Selbst*, egal wie der individuelle Charakter jeder Person ist.

"*Jeder tut zu jederzeit sein Bestes — ...*" auch der Terrorist? Ich kann vieles in meinem Leben heute sehen, das getan zu haben ich dumm, peinlich, schlimm finde. Ich hab es getan. Vieles wurde mir angetan, das ich mal als dumm, schlimm, schrecklich empfand und manches noch so finde. Menschen tun schlimme Dinge, werden für schuldig befunden. Aus Freiem Willen, auch als in Dienst Genommene. Das Beste ist wohl meist

218 vgl. <http://www.rc.org> "Reevaluation Counseling"

nicht gut genug, denn es ist getrübt von Angst, Stolz und Eigensinn.

Das war für mich Erzogenen erstmal eine merkwürdige Vorstellung: Keine Fehler machen *können* auf der Ebene von Selbstverantwortung: Wahrnehmen, Entscheiden, Handeln. Doch dann ist es zwingende Logik: Fehler gibt es nur aus der Sicht der Angelegenheiten der Anderen oder aus meiner Sicht auf mein Gestern oder Morgen oder aus meiner Spannung zwischen meiner *Maske* und meinem *Höheren Selbst*. Im Moment meines Entscheidens und Handelns tue ich mein Bestes — sonst täte ich etwas anderes.²¹⁹

Wie das *Ich bin* kann ich auch diesen Gedanken untersuchen, z.B.: "Ich mache zu viele Fehler und werde meinen Job verlieren"

Ist es wahr? Hmm. Sicher, vieles deutet darauf hin. Oder einfach: Ja, stimmt, ich tue es. Oder: Alle sagen mir das, weil sie es glauben.

Kann ich beweisen, dass es wahr ist? Nein, das kann ich nicht, dazu sind mir zu wenige der Hintergründe bekannt. Und selbst wenn sie mir bekannt wären, wüsste ich nicht, ob ich sie richtig interpretiere.

Wie reagiere ich, wenn ich diesen Gedanken denke "Ich mache zu viele Fehler und werde meinen Job verlieren"? Ich bemerke, wie die Spannung in meinen Muskeln steigt und der Atem flach wird. Mit diesem Glauben bin ich traurig, fühle ich mich wie ein Fehler, fühle mich, als wenn ich keine Kontrolle habe über mich und die Qualität meiner Arbeit. Ich habe Angst vor Vorgesetzten, Polizisten, Prominenten. Ich muss ständig aufpassen.

Wer wäre ich ohne diesen Glaubenssatz "Ich mache zu viele Fehler und werde meinen Job verlieren"? Ein tiefer Atemzug löst die Spannung im Körper. Ich wäre gelassen; ich könnte tatsächliche Fehler erleben als falsche und korrigierbare Erwartungen, als unrealistische und korrigierbare Planung, als interessante Herausforderungen für neue Sichtweisen, könnte meine Qualitäten erkennen, ohne in diesen Perfektionswahn zu verfallen. Ich würde meine Dinge tun in Kraft, Liebe und Gelassenheit.

Gibt es einen stressfreien, friedvollen Grund, an diesem Glaubenssatz festzuhalten "Ich mache zu viele Fehler und werde meinen Job verlieren"? Ich sehe keinen Grund, der mir nicht mehr Stress machen würde und keinen, der mir Frieden brächte.

Wie könnte eine Umkehrung dieses Glaubenssatzes lauten? Und vielleicht noch eine? Ich mache noch nicht genug Fehler und werde meinen Job behalten. Ich freue mich auf meinen nächsten Fehler. Oder: Wie wäre es damit: Es ist für mich nicht möglich Fehler zu

219 Im Rückblick auf über 80 Lebensjahre lässt sich das auch anders betrachten - vgl. <http://www.fander-kiel.de/betrachtungen-ueber-das-phaenomen-fehler.html>

machen — Gott ist groß, Gott ist alles und sogar meine 'Fehler'. Und ich werde meinen Job behalten oder auch nicht; das ist eine andere Untersuchung: Ich könnte/ werde meinen Job verlieren: Ist das wahr? Was wäre das Schlimmste, was passieren könnte, wenn ich meinen Job verliere?

Der einzige Weg, wie es mir möglich wäre, Sinn in diese 'Fehler-machen-Gedanken' zu bringen, scheint mir in der Unterscheidung der drei Arten Angelegenheit zu liegen: meine, deine, Gottes (oder wie immer Du ES nennst) Angelegenheiten. Auf einer absoluten Ebene können wir keine Fehler machen, denn alles ist Gott, perfekt; das Alte Testament mit dem Urteil des Schöpfers "siehe, es war sehr gut" widerstreitet dem Unternehmen, die grundlegende Güte und Akzeptanz des Lebens von Bedingungen abhängig zu machen. Und auf einer relativen Ebene machen wir definitiv Fehler. Wir brauchen es, dafür aufmerksam zu sein und es ist befriedigend, weil wir uns so in unserem Tun zu vervollkommen. Ich finde beide Sichtweisen sehr hilfreich, wenn ich sie ohne Schuldzuweisung und ohne Selbstmitleid einnehme. So sind beide Umkehrungen sinnvoll: "ich sollte Fehler machen (denn ich tue es ja dauernd und lerne dabei)" und "ich sollte keine Fehler machen (denn ich will weder mir noch anderen schaden)".

Natürlich kann ich mich geirrt haben. Einen Fehler gemacht zu haben, bedeutet ja nicht "*ich bin falsch*". Der erkannte "Fehler" ist eine Chance zum Lernen, zur lustvollen Ausdehnung hin in neue Möglichkeiten. Das angstvolle Zusammenziehen führt zum "warum habe ich bloß ...!", "sollte ich denn ...?", "hätte ich doch...". Das ist Energievergeudung, sich ärgernd hin in unabänderliche Vergangenheit, sich sorgend hin in unwissbare Zukunft.

"Jeder tut zu jederzeit sein Bestes — unter Berücksichtigung der Informationen, die er hat, und der Regeln, die er zu deren Auswertung kennt. Und er verdient nicht, deswegen von irgendwem zurückgestoßen oder beschuldigt zu werden. Von niemand, auch nicht von sich selbst!" Gilt das auch dem Terroristen vom 11. September? Was ist mit mir und alle den anderen Terroristen vom 12. September²²⁰? Es ist so erleichternd zu wissen, "Du bist schuld!"²²¹. Es macht manches einfacher, zu sagen "ich bin schuld". Oder könnten auch das nur Teile sein der kleinen Tröstungen, Teile der Schleier von Illusion, Maske im Versuch, das Leben zu überleben, zu meistern?

220 vgl. http://www.amication.de/der_terrorismus_des_12ten_september.htm

221 Vgl. auch <http://www.byronkatie.com> Ein weblog zu The Work. Hier: - Inquiry - Terrorism and The Work

Bert Hellinger²²² fand, dass "ein gutes Gewissen" zu haben bedeutet, sich im Einklang mit der Familienseele zu fühlen. Die Familie von Mafiosi tickt anders als die von Beamten. Jede hat ihre Tradition von Weltbild. Die Einzelnen hängen nicht nur ab von ihren Eltern und sind in vielfältiger Weise von ihnen beeinflusst und geprägt. Vielmehr können sie darüber hinaus in die Schicksale anderer Familienmitglieder verstrickt sein, ohne dass ihnen das bewusst wird — und das oft über mehrere Generationen hinweg. Dass, unwissentlich, wir aus erworbener Zugehörigkeit darüber hinaus in noch größere Zusammenhänge eingebunden sind, die uns unabhängig von unseren Wünschen und Ängsten in Dienst nehmen, wird ebenfalls durch das Familienaufstellen handgreiflich erfahrbar. Solche Erfahrung ist nichts 'Nachgedachtes', sondern sie entfaltet sich unmittelbar aus dem Einklang in der Situation. In der Stille. In meinem Herzen.

Das *Niedere Selbst*, das ist auch meine unerlöste, existentielle Not und ihre Folgen, nämlich, wie ich trotzdem als anerkanntes Mitglied dieser Gesellschaft weiterleben kann. Ich versuche mich zu schützen, indem ich meine Wahrnehmungen durch viele Filter aus Wertungen und Urteilen drücke und zur Wahnnehmung verfestige. So konstruiere ich mir aus meinen *zugelassenen* Informationen mein Weltbild und verstecke mich hinter einer *Maske*.

222 Bert Hellinger: "Religion, Psychotherapie, Seelsorge"; München, 2000

7.12 Inneres Kind

Zu *Höherem Selbst*, *Niederm Selbst* mit *Maske*, diesem Dreigespann tritt noch ein vierter Aspekt, das *Innere Kind*. Das sind alle diese frühen Verhaltensweisen vor dem Bau des Charakterpanzers, auf die ich stoße, wenn ich den Panzer wieder durchlässig werden lasse. Da man solche Arbeit eben meist als Erwachsener anfängt und dabei besonders auf Kindheitserinnerungen stößt, wurde diese frühe innere Schicht mit "Kind" assoziiert.

Das hat nichts mit "Kind" im Alltags-Wortsinn zu tun. Denn es handelt sich um die ganze Spannweite von Menschlichkeit — wir sind als vollwertige Menschen geboren! Das sind die Impulse seit meiner Anfangszeit als Einkörperung, 'ich' noch unverstellt in meinen ersten drei bis fünf Lebensjahren: liebebedürftig, verspielt, trotzig, sehnsuchtsvoll, verschreckt, voll Mitgefühl, sprachlos, ängstlich, lustvoll, kreativ, es können auch die Impulse der Intuition sein, zeitlos, neugierig, 'verantwortungslos' aus Erzogenensicht. Dieses Kind ist ohne Pathos. Es spielt nicht mit bei den Regeln der gesellschaftlichen Tauschsysteme. Man kann mit ihm spielen, nur vormachen kann man ihm nichts, nie. Es durchschaut alle Fassaden der Erwachsenen. Denn es ist noch nicht angekränkelt von dem gedanklichen LAW-Virus, dem Gieren nach **L**iebe, **A**nerkennung, **W**ertschätzung, nach den Attributen vom Außen. Es lebt noch in der eigenen Identität und ist nicht erstarrt in der Identifikation mit den Anderen.

Innere Kind wirbelt zwischen diesem Dreigespann herum und sagt "Guck mal" oder "Will aber" oder "Mach doch". *Innere Kind* bringt neue Einfälle, die das *Niedere Selbst* zum Rasen oder die *Maske* zum Entgleisen oder das *Höhere Selbst* in lächelnde Aktion bringen. Ich stelle mir das vor wie den Cupido, die Weltenkraft Eros, der die anderen Weltenkräfte Sexus und Liebe ins Schwingen und zur Dauer bringt. Von der nahm Platon an, dass gerade der Dämon Eros die Reflexion des Höchsten gut beflügeln kann. Nur diese dämonische Kraft vermag, das Begehren stufenweise ins Metaphysische zu leiten: hin zur Reflexion der Idee, und hier verbindet sie sich mit der Erfahrung des Schönen²²³. [1]

Will ich meine Ganzheit in meine Bewusstheit runden, dann muss unabdingbar das *Innere Kind* mitwirken. Das hilft mir, die Leichtigkeit meines Seins zu erfahren und zu leben, hilft mir, die Schwere von Schat-

223 Aufsätze Frau Prof. Dr. Sabine Bobert

- Reden vom "schönsten unter den unsterblichen Göttern" - Zur erotischen Inkulturation des Christentums. Als PDF hier: http://www.uni-kiel.de/fak/theol/personen/bobert/bobert_homepage_pdf/erotiklong.PDF (Stand: 4/2010)

ten und Forderungen auszubalancieren, hilft mir, damit selbstvergessen im Hier und Jetzt zu spielen, hilft mir, ohne Schuldzuweisung oder Selbstmitleid, ohne Urteil, beherzt und mitfühlend durch meine Hochs und Tiefs zu leben, hilft mir, ohne Mitleid aber mitfühlend Dich durch Deine Hochs und Tiefs zu begleiten.

Was können wir tun für unser *Inneres Kind*? "Die äußere Freiheit der vielen lebt von der inneren Freiheit der Einzelnen" (Th. Heuss). Wir können umlernen. Wir können aus der angelernten Isolation heraustreten. Wir können uns äußern. Wir können Mitgefühl wieder zulassen — meines für mich *und* Dich, Deines für Dich *und* mich. In der Fremdheit des Gegenüber kann ich mich selber wieder erkennen. Dann können mein *Inneres Kind* und Dein *Inneres Kind* wieder Freundschaft miteinander schließen.

Als besonders hilfreich empfinde ich, mich mit einem Netzwerk von Menschen verbunden zu halten, die ihr *Inneres Kind* ebenfalls schon weiter in ihre Bewusstheit genommen haben. So können wir uns unterstützen. Dazu vermeide ich möglichst jeden Kontakt mit Menschen, die fest in ihrer alten, autoritären, gar frauenfeindlichen Erziehung stehen geblieben sind.

Solch häufig zu hörenden Sprüche wie 'mir haben die Prügel auch nicht geschadet' veranlassen mich, alsbald solche Gesellschaft, zumindest innerlich, zu verlassen. Früher habe ich versucht, solche Menschen aufzuklären, zu bekehren — hoffnungslos, Kampf mit der Realität. Die Autoritären haben Angst vor Freiheit. Vor Autorität kuschen sie. Also brülle ich sie nieder — bestenfalls — wenn ich meinen sozialen Tag habe.

7.13 *Welches Ich*

Es gibt so viele Ideen von "Ich" und "Selbst". Auch hier hat jede Zeit und jede Region ihre Mythen, ihre Religionen, und hat mit ihren Wissenschaften immer wieder neue Modelle entwickelt. Diese Modelle sind nicht nur verschieden, sie werden auch oft völlig unterschiedlich interpretiert.

"Geist" ist für den Naturwissenschaftler Damasio nur ein Homunkulus, Kopfkino, offensichtlich nur ein anderes Wort für das schlichte "Ich-Bewusstsein". Dabei ist es doch so, dass sich das in allgemeine Achtsamkeit oder in Verbundenheit auflöst, wenn ich den Gedanken "Ich bin" (vgl. 7.6 Das Ich untersuchen) hinterfrage oder wenn ich meditierend mich aus diesem Zirkelschluss (vgl. 5.1 Befriedung) löse.

Eigentlich alle Modelle erweisen sich als Aufspaltungen, wenn ich mich ihnen mit meiner westlichen, analytischen Denkweise anzunähern versuche. So wird das schon den Kindern gezeigt. Als ein Beispiel: das Buch von Helme Heine. "Die Schöpfung"²²⁴. Der Text ist weit mehr als eine Adaption des Alten Testaments. Diese Genesis hört nämlich mit dem siebten Tag noch nicht auf. Der Schöpfung der Welt folgt die Schöpfung des Individuums, das drei Freunde hat: Kopf, Herz und Bauch. Und zu einer ehrlichen Schöpfung gehört natürlich auch ihr Ende, der Tod. Das ist der Tag, an dem die drei Freunde auseinander gehen. Und dann? Dann ist da immer noch Rosi Herz. Sie "kümmert sich um alle Herzen, die du in deinem Leben gesät hast — oder die nicht angekommen sind. Sie verteilt sie in deinem Namen, damit du nie vergessen wirst."

Nun, Kopf, Herz und Bauch sind hier Freunde, also nicht drei Instanzen von je höherer oder niederer Hierarchiestufe. Daran erinnerte ich mich, als ich von Ekkehard Zellmer "Der Seelenflüsterer"²²⁵ las. Er stellt die Huna-Vita-Lehre dar und benennt diese Freunde mit Oberem, Mittlerem und Unteren Selbst. Das Obere entspricht im Pathwork dem Höheren, dem göttlichen Funken. Das Mittlere meint vorwiegend den Verstand, das organisierende Großhirn. Da ist für mich dieses Zellmersche Huna-Modell sehr hilfreich und erhellend, viel plastischer und liebevoller, einfach lebensfroh. Mir ist beim Lesen nicht nur klar sondern regelrecht spürbar geworden, wie die Pseudo-Gefühle des Verstandes entstehen und wie sie das originale Fühlen aus dem Bauchhirn überdecken können. Auch die vortreffliche Kunst des Verstandes, ständig zu denken, wird im Zu-

224 Helme Heine: "Die Schöpfung". Eine musikalische Erzählung. Mit Audio-CD. Musik von Reinhard Seifried. Beltz & Gelberg, Weinheim, 2005

225 Ekkehard Zellmer "Der Seelenflüsterer"; Friedberg, 2004

sammenhang mit den Programmierungen des Bauches verständlich als ein göttliches Geschenk und nicht etwa als Behinderung!

Wenn ich mir vor Augen halte, dass z.B. das Weltbild des Ptolemaios zur Erklärung und Berechnung der Planetenumläufe, der Sonnen- und Mondfinsternisse anderthalb Jahrtausende erfolgreich eingesetzt wurde, dann ist es auch naheliegend, dass die Vorstellung vom dreigliederigen Menschen seit Jahrtausenden nützlich sein konnte. Deshalb muss das nicht völlig stimmen. Was weiß ich heute über mich Menschen.

Erstmal bin ich ein Säugetier, im Kern von meinen nächsten Verwandten im Tierreich nur wenig unterscheidbar. Die Differenzen im Genesatz zwischen den Angehörigen einer Menschengruppe sind höher als die Differenzen der Genesätze zwischen Menschenrassen. Mit den Kleinen Bonobo-Schimpanzen haben wir 99% und noch mit den Mäusen haben wir 60% der Gene gemeinsam. Ich, der Körper, das Untere Selbst, ist die Basis, an der alles hängt, von der alles ausgeht – Unihipili, die still dienende Seele.

Nur von dieser Basis aus ist es möglich, das Obere Selbst zu nähren, den Organismus willentlich so sehr energetisch zu laden und mit Vitalkraft zu durchströmen, dass die Schwingungsnatur dieses Organismus in das Bewusstsein des Mittleren Selbst treten kann. Da ist dann die Verbindung mit dem Ganzen, mit allem Schwingenden, unsere Quanten-Natur wahrnehmbar, mit der Existenz außerhalb von Zeit und Raum, von der uns die Mystiker berichten. Aumakua "Äußerst vertrauenswürdiger, völlig entwickelter Geist", der in der Gemeinschaft und Liebe der Großen Gesellschaft der Aumakua lebt. Und das wiederum passt erstaunlich gut in das Bild, das eine für das Laienverständnis aufbereitete Kurzfassung der Einheitlichen Quantenfeldtheorie von Burkhard Heim²²⁶ zeichnet.

Die menschliche Entwicklung des Großhirns ist, stammesgeschichtlich, erst vor einiger Zeit entstanden. Der in Polaritäten analysierende Verstand und die funktional verbindende Vernunft sitzen nur in den 4 mm Großhirnrinde. Das ist nicht sehr viel, doch nützlich, um in der Welt noch überlebenstüchtiger zu sein. Und es ist dieses Großhirn, das eine neue Qualität von Ich entwickelt hat, das Ich der Wörter. Und daraus, zusammen mit dem Zugang des Körpers zur Energie, die Macht der Wörter.

Aber der Körper hat auch alles gespeichert, was die beiden, Verstand und Vernunft, sich ausgedacht haben, was die sich mal vorgeworfen haben, wo die sich mal geirrt haben. Diese Speicherungen hindern den Körper, sich dem sogenannten 'höheren' Bewusstsein anzuschließen, sich zu

226 z.B. in <http://www.rodiehr.de/g_01_heim_droescher.htm> (Stand: 10/2008)

öffnen für die Fülle und Schönheit rundherum, die Existenz als Wellenpaket zu genießen.

Die Welt entsteht individuell neu im Kopf *und* die Erinnerungen an sie waren schon immer allgemein im Körper gespeichert. Es ist meine Haltung und mein Herangehen, was sich mir im Bewusstsein realisiert — und nur da bringe ich es in "Formulierungen" (Worte, Bilder). Dunkel oder Licht, Böse Geister, Engelwesen, das könnten erstmal meine unerlösten Körper-Gedanken sein. Meine Erwartungen im Reptilienhirn von fressen und gefressen werden, im Säugetierhirn von genährt und getragen werden.

Damit bekommt die Frage nach dem Denken und Denken lassen, nach den Möglichkeiten von Beratung eine andere Dimension. Was tue ich hier, in dem ich meine Vorstellungen und Überlegungen darstelle? Was tut der Leser, indem er dies liest und sich mit meinem Text womöglich sogar auseinandersetzt?

Warum aber will man überhaupt beraten werden? Weil die Augen ihr eigenes Sehen nicht sehen können. Mit den Worten Niklas Luhmanns: Der Ratgeber ist eine Notwendigkeit der Selbsterkenntnis, nicht nur bei politischem (gesellschaftlichem) Handeln. Mit Hilfe fremder Augen gelangt man zu einer besseren Selbsterkenntnis, "insbesondere der Erkenntnis eigener Interessen" (Niklas Luhmann). Damit ist genauso der ursprüngliche personale Charakter der Situation des Ratgebens benannt. Aus ihr lassen sich alle weiteren Fragen und Probleme herleiten. Denn dass derjenige, der sich Beratung sucht, in der Regel auf der Seite seiner personalen Macht steht und der Ratgeber eben nicht, dürfte klar sein. Und es ist auch klar, dass es keine Verpflichtung von Seiten der Macht gibt, sich jeden Rat anzuhören, geschweige denn anzunehmen.

Über die ungelösten Probleme, wer und nach welchen Kriterien über die Auswahl der Berater entscheidet, gilt über die Politik hinaus, dass man sowieso nur dort beraten kann, wo auch nach Rat gefragt wird. Welcher Rat von wem eingeholt wird, unterliegt oft irrationalen Stimmungsschwankungen, die dann ähnliche irrationale Erklärungen hervorbringen.

Und immer noch raten wir. Wer berät? Wer lässt sich beraten? Ich, dieser Körper? Ich dieser Körper plus 4 mm Großhirnrinde? Ich als Körper ausgreifend in meine Wellennatur? Da gibt es noch viel zu forschen, noch viel zu versuchen, um Erlebtes wissbar, Erfahrenes mitteilbar zu machen — hier alles nur Worte.

8 Wer antwortet?

8.1 *Entstehen von Wissen*

Der Wissenschaftshistoriker E. P. Fischer schreibt²²⁷: "Verglichen mit dem Teich des Wissens bleibt unser Unwissen von atlantischen Ausmaßen. Der Horizont des Nichtwissens weicht sogar zurück, wenn wir ihm näher kommen. Mit diesen Sätzen eröffneten zwei angelsächsische Herausgeber 1977 ihre "Enzyklopädie der Ignoranz". Die zitierten Sätze beziehen sich dabei auf einen klassischen Gedanken von Isaac Newton (1643 — 1727), der sich als Wissenschaftler zeitlebens mit einem Kind verglich, das am Strand spielt und sich an den gefundenen Muscheln ergötzt — während der riesige Ozean unerforscht vor ihm liegt.

In dem sich öffnenden Horizont steckt weniger Vergeblichkeit denn Hoffnung: nämlich das Versprechen, dass die Suche nach dem Wissen nie vollendet sein wird. Mit anderen Worten: Wissenschaft ist das nie zum Abschluss kommende und somit grenzenlose Abenteuer der Menschheit. In der besagten Enzyklopädie finden sich Fragen, die auf den ersten Blick sehr einfach wirken, obwohl sie bis heute trotz aller Fortschritte rätselhaft bleiben — zum Beispiel "Warum gibt es Blutgruppen?" Daneben stehen Probleme, die mit naturwissenschaftlichen Mitteln allein kaum erfassbar erscheinen — etwa "Warum verstehen wir den Schmerz nicht?". Bis heute weiß niemand, wie eine befriedigende Antwort auf diese Fragen aussehen könnte oder welche Elemente sie wenigstens enthalten müsste.

An vielen Fronten stoßen wir auf Grenzen des Wissens. Damit ist natürlich auf ein großes, unerreichbares Vorbild angespielt: die "Kritik der reinen Vernunft" von Immanuel Kant (1724 — 1804). Gleich im ersten Satz der berühmten Vorrede zur ersten Auflage ging Kant auf die Grenzen des Wissens ein: Demnach hat die menschliche Vernunft "das besondere Schicksal in einer Gattung ihrer Erkenntnisse: dass sie durch Fragen belästigt wird, die sie nicht abweisen kann, denn sie sind ihr durch die Natur der Vernunft selbst aufgegeben, die sie aber auch nicht beantworten kann, denn sie übersteigen alles Vermögen der menschlichen Vernunft". Damit steckte der große Philosoph der Aufklärung deutliche, ewige Gren-

227 E. P. Fischer in "Spektrum der Wissenschaft" Dossier: "Grenzen des Wissens"; 2/2002

zen des Wissens ab.

Wenn wir von den Grenzen der Wissenschaft sprechen, meinen wir damit oft implizit die Grenzen der Physik, die zumindest im 20. Jahrhundert noch das große Vorbild aller Wissenschaft war. Aber natürlich ist Wissenschaft mehr als Physik. Um diese Einschränkung hinter sich zu lassen, könnte die Wissenschaft anfangen, Hermeneutik²²⁸ zu werden, oder sich daran machen, die "Fragen nach dem Warum" zuzulassen, die Friedrich Nietzsche (1844 — 1900) einst so vermisste.

Warum-Fragen haben ganz allgemein Tücken. Sie lassen sich stets aus zwei Richtungen beantworten: von der Ursache und vom Ziel, der Bestimmung her. Wer etwa wissen möchte, warum ein Herz schlägt, kann entweder etwas über Kalziumionen lernen, die Muskelbewegungen in Gang setzen. Oder er kann etwas über das Blut lernen, das bewegt werden muss, um die Zellen eines Organismus mit Sauerstoff zu versorgen und so am Leben zu halten.

Die bekannteste Beschränkung der Wissenschaft allerdings stammt von Karl Popper, ausführlich beschrieben in der "Logik der Forschung". Das Bemühen um Erkenntnis beginnt demnach mit einer Hypothese, die sich in einem Experiment bewähren können muss. Stellt sie sich als falsch heraus, dann erzwingt diese Falsifizierung eine neue Vermutung, die dann ein neues hypothetisches Wissen darstellt, das bis zu seiner Widerlegung gültig ist. Auf diese Weise kann wissenschaftliches Wissen nur hypothetisch — und folglich niemals endgültig — sein, und die eigentliche Aufgabe eines Forschers besteht darin, Experimente auszuhecken, die seine Hypothesen möglicherweise als Irrtum entlarven könnten.

Diese Grundidee der Falsifizierung hat bis heute viele Anhänger, obwohl zahlreiche Erfahrungen der Wissenschaftsgeschichte nicht mit ihr zu vereinbaren sind. (Poppers "Logik der Forschung" ist selbst historisch längst falsifiziert. "Was kümmert die Philosophie die Grenzen, die sie den Naturwissenschaften vorschreibt?") Wolfgang Pauli hat das Unzureichende der Falsifizierung schon 1957 betont: Er hoffe, notierte er in seinem Aufsatz "Phänomen und physikalische Realität", niemand glaube mehr, "dass Theorien durch zwingende logische Schlüsse aus Protokollbüchern

228 [zu griechisch hermeneúein aussagen, auslegen, erklären]. Im engeren Sinn die Kunst und Theorie der Auslegung von Texten, im weiteren Sinn das Verstehen von Sinnzusammenhängen in menschlichen Lebensäußerungen aller Art. Die hermeneutische (verstehende) Methode, die in Gegensatz zur erklärenden der Naturwissenschaften gesetzt wird, will Bedeutung und Sinn von Äußerungen und Werken des menschlichen Geistes aus sich und in ihrem Zusammenhang verstehen. Aus dieser Perspektive unterscheidet sich das hermeneutische Wissenschaftsverständnis substanziell von dem der Naturwissenschaften. Hans Georg illustrierte, dass Wissenschafts-, Alltags- und Stammeskulturen auf traditionell bedingten kohärenten Realitätsdeutungen beruhen.

abgeleitet werden". Diese Ansicht sei veraltet.

Pauli zufolge kommen Theorien "durch ein vom empirischen Material inspiriertes Verstehen" zu Stande, das aufzufassen ist als ein "zur Dekkung Kommen von inneren Bildern und äußeren Objekten und ihrem Verhalten". Damit rekurrierte der Atomtheoretiker auf den griechischen Philosophen Platon: "Die Möglichkeit des Verstehens zeigt aufs Neue das Vorhandensein regulierender typischer Anordnungen, denen sowohl das Innen wie das Außen des Menschen unterworfen sind."

Mit diesen beim ersten Lesen vielleicht ungewohnten Gedanken kehren wir zu den inneren Bildern zurück, die nicht nur von Johannes Kepler (1571 — 1630) zur Erkenntnis benötigt wurden und mit denen sich andere als die bislang betrachteten Grenzen offenbaren, die es auf dem Weg zum Wissen (der Wahrheit) gibt. Pauli argumentierte auf der Ebene der Psychologie. Es sei erwiesen, "dass jedes Verstehen ein langwieriger Prozess ist, der lange vor der rationalen Formulierbarkeit des Bewusstseinsinhaltes durch Prozesse im Unbewussten eingeleitet wird." Auf dieser vorbewussten Erkenntnisstufe sind statt klarer Begriffe Bilder mit starkem emotionalem Gehalt wirksam, die nicht gedacht, sondern "malend" geschaut werden: "Die gesuchte Brücke zwischen Sinnesempfindungen und Ideen oder Begriffen scheint durch anordnende Operatoren oder Faktoren (die ich nicht als "rational" bezeichnen möchte) bedingt zu sein, von denen auch diese vorbegriffliche Schicht der symbolischen Bilder beherrscht wird." So nachzulesen in Paulis Buch "Physik und Erkenntnistheorie".

Dieser Aspekt des Wissens, der in der abendländischen Philosophie nicht gut untersucht ist, weist auf eine Grenze hin, die in uns selbst liegt. Es geht um präexistente innere Bilder und um unanschauliche Ordnungsfaktoren. Für beide wurde im Laufe der europäischen Geistesgeschichte der Begriff "Archetypus" verwendet. Kepler hat diesem Ausdruck bereits im 17. Jahrhundert die erste wissenschaftliche Fassung gegeben. Er beschrieb, was für ihn Erkennen heißt, nämlich "das äußerlich Wahrgenommene mit den inneren Ideen zusammenzubringen und ihre Übereinstimmung beurteilen, was man sehr schön ausgedrückt hat mit dem Wort 'Erwachen' bei einem Schlaf". Kepler war davon überzeugt, dass Sinneserfahrungen die "innen vorhandenen Gegebenheiten" hervor locken, die "dann in der Seele aufleuchten, während sie vorher wie verschleiert waren".

Das bedeutet, dass unser Wissen aus uns selbst kommt und zwar durch eine in jedem Menschen angelegte Vorstellungsfähigkeit, die in Form von symbolischen Bildern in das Bewusstsein treten kann. Das Wis-

sen ist dann einerseits durch den Bildervorrat begrenzt, den das Unbewusste beherbergt, und andererseits durch unsere Fähigkeit, an das innere Reservoir heranzukommen.

Was den ersten Faktor angeht, so stellt der archetypische Bildervorrat allein deshalb eine Grenze unseres Wissens dar, weil seine Quelle, der Archetypus, zugleich mit den inneren Imaginationen die äußeren Erscheinungen bestimmen muss und damit sich nicht der Trennung unterwirft, die das europäische Denken seit rund 400 Jahren als selbstverständlich akzeptiert, nämlich die Trennung in Körper und Geist. Über diese Grenze setzen wir uns hier hinweg. Statt dessen lenken wir die Aufmerksamkeit auf die zweite Bemerkung, die nach dem Wechselspiel zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten fragt. Diese Stelle scheint nämlich grundsätzlich geeignet, um besser als durch eine "Logik der Forschung" festzulegen, worin eine wissenschaftliche Methode besteht.

Pauli zufolge ist es das ureigenste Wesen der Wissenschaft, "eine Sache immer wieder vorzunehmen, über den Gegenstand nachzudenken, sie dann wieder beiseite zu legen, dann neues empirisches Material zu sammeln, und dies, wenn nötig, durch viele Jahre fortzusetzen". Auf diese Weise werde "das Unbewusste durch das Bewusstsein angekurbelt und, wenn überhaupt, kann nur so etwas dabei herauskommen".

Mit diesem Gedanken werden ganz offensichtlich deutliche Grenzen gezogen — und zwar für den, der Wissenschaft nur halbherzig betreibt und nicht wagt, sich auf sein Unbewusstes einzulassen. "Ich glaube, dass man Wissenschaft nicht nebenbei betreiben kann", notierte Pauli. Anders formuliert: Der Verstand allein bringt mich nicht an die Grenzen des Wissens. Ich muss schon mein Leben mit all seinen Fähigkeiten einsetzen, um dahin zu kommen — also auch meine Gefühle, Ahnungen, Träume, Phantasien und mehr. Wenn ich *wissen* möchte, muss ich mein Leben ändern.

8.2 Entstehen von Gedanken

Meine Gedanken ziehen mir durch den Kopf wie Wolken über den Himmel. Habe ich sie geschaffen? Kommen sie aus mir? Meinen sie überhaupt mich? Wer kennt nicht die Situation am Telefon: ich denke an jemand, da ruft der an. Denke ich oder werde ich gedacht? Wenn man mit einem räumlich entfernten Freund ein Gedanken-Tagebuch führt (Uhrzeit, Gedanken-Inhalt, -Stimmung, -Folgerung, Körperempfindung), kann man ein blaues Wunder erleben.

Wie das 'Global Consciousness Projekt' (Kap. 3.2 Welche Antworten?) im Experiment zeigt und wie Weltmodelle von Quantenphysikern nahelegen (z.B. Die erweiterte einheitliche Quantenfeldtheorie von Burkhard Heim²²⁹), wie es jeder Schüler von Radiästhesie bemerken wird, können Wörter, Begriffe, Glaubensgebäude als Informationen auch verbunden mit Energie, also als Felder verstanden und "begriffen" werden. Sheldrake spricht deshalb von "morphogenetischen Feldern". Gegen solche Verwendung des Feldbegriffs werden Physiker Einwände haben; mir geht es um die handfesten Wirkungen im Alltag, wenn mir Gedanken durch den Kopf wie Wolken ziehen.

Mein Weltbild, das sind auch alles nur Gedanken über Meinungen, Traditionen, sind Wahnnehmungen. Und die sind verbunden mit oft sehr anstrengenden Gefühlen. Die Gefühle werden von den Gedanken beherrscht. Gedanken sind Urteile, Argumente aus dem Verstand und dem Bewusstsein, sind Bodensatz von früherem Denken. Gefühle sind Echo der Gedanken und zusätzlich Urteile, Argumente aus dem Körper und dem Unbewussten, sind Bodensatz von früherem Fühlen.

Auch das Fühlen, so aktuell und unreflektiert es sich darstellt, ist als ein Empfinden eher beurteilend, ob nun lebensbejahend oder verneinend. Nur die Emotion (lat.: emovere = herausbewegen) ist ein aus aktuellem Anlass entfachter Energieschub in Geist und Körper, der mich aus dieser in die nächste Situation schieben soll. In der Psychologie werden Gefühl, Fühlen, Empfinden, Emotion kaum unterschieden. In der Philosophie werden sie oft als Leidenschaften zusammengefasst, denen der kühle Kopf gegenüber zu stehen habe, lebensfern, als ob Kopf und Herz getrennte Wesenheiten seien. Dazu, es ist noch völlig unerforscht, was von diesen Vieren vom Bauchhirn ausgeht, oder ob gar von da noch ein Eigenes kommt.

229 z.B. in http://www.terra-energetic.com/Quantenfeldtheorie_Burkhard-Heim/Quantenfeldtheorie.htm

Je mehr ich Gedanken, Gefühle beiseite schiebe, desto drängender füllen sie mir den Kopf. Mir machen solche Situationen viel Stress. Mein Organismus fährt Überlebensfunktionen hoch, die schon damals, zwischen den Mammuts und den Säbelzähntigern, unser Überleben gesichert hatten.

In einer Stresssituation funktioniert erstmal, solange ich nicht bewusst eingreife, die feste Verdrahtung des Hirns, Neurophysiologie, nicht Psychologie: Kommt ein Sinnes-Input — geht ins limbische System — wird mit allen Infos aus dem ganzen Leben über ähnliche Situationen abgeglichen — wird mit der 'angemessenen' Würze versehen (fliehen oder standhalten bzw. Verhaltensmuster oder aber Freude und Neugier) - und geht an das Großhirn zum Schluss. Und das Großhirn setzt mehr als 1/3 Sekunde später in die Tat um.

Dazu, kaum 10% Input bei Seh- oder Hörzentren kommen direkt von den Sinnesorganen. Sehnerv, Hörnerv und Riechnerv sind nicht einfach Telefondrähte von den Sinneszellen zum Hirn. Umgekehrt, sie sind Ausstülpungen des Hirns zum Auge, Ohr und zur Nase hin. Aus dem Hirn selber kommen mehr als 90% des Inputs für eine bewusste Wahrnehmung. Vor allem diese Eindrücke machen das, was mir als Wahrnehmung in das Bewusstsein tritt (ich als meine Wahrheit nehme oder Du als meinen Wahnsinn nimmst. Meine, Deine, unsere Tradition?). Das kreiselt mir anschließend als Gedanke und Gefühl durch die kognitiven Schläfenlappen, treibt den Adrenalin Spiegel hoch, spannt den Körper zu Flucht oder Angriff! Zusätzlich, je höher der Stress, desto höher der Adrenalin Spiegel, desto dauerhafter die sympathikotone²³⁰ Reaktion *und* deshalb noch mehr die Einschaltung der Überlebensfunktionen. Ein Teufelskreis! Der selbstreflexive Geist²³¹ überlässt dem Hirn ein Stück Steuerung und das Hirn übernimmt das als Illusion von Kontrolle der äußeren Umwelt; statt Denken nun Gedanken, statt Fühlen nun Gefühle.

Es ist aus der Neurophysiologie vielfach belegt, dass das Gehirn sich selbst die Wirklichkeit konstruiert, nicht gesteuert, sondern nur angeregt von den Sinnesorganen. Fehlen dem Gehirn Informationen, so füllt es die Wahrnehmungslücken mit Trugbildern. Dadurch entsteht eine realistisch scheinende Erinnerung, die tatsächlich jedoch voller Illusionen steckt. So stehe ich in einem Willen zur Illusion, der mich so tun und leben lässt, wie es sich für mich schickt. Manche nennen das Schicksal.

Neurowissenschaften haben einen bestimmten Hirnbereich identifi-

230 krampfartige Überspannung im System des Sympathikus-Nerven

231 John C. Eccles: "Wie das Selbst sein Gehirn steuert"; Heidelberg, 1994, 3. Aufl. München, 2000

ziert, der gelegentlich als 'der Interpret' (I) bezeichnet wird und der die Quelle des vertrauten inneren Monologs darstellt, indem er die Sinneseindrücke verbindet mit ähnlichen Erinnerungen. Leonhard Orr hatte den interessanten Vorschlag, sich den Verstand bestehend aus zwei Instanzen vorzustellen, dem Denker (D) und dem Beweisführer (B).

Anhand der Hinweise von I wird D aktiv. Was immer D denkt, B findet dazu die schlüssigen Beweise, macht Wissen daraus. Wir haben im Kopf drei Instanzen: den Interpreten, den Denker und den Beweisführer. Der 1. interpretiert die Sinnesinputs, der 2. denkt sich was dazu und der 3. beweist das Gedachte. Eine möglicherweise schreckliche Spirale, weil 1. und 3. miteinander rückgekoppelt sind. Da gibt es zahllose Rückkopplungs-Schleifen. Deshalb funktioniert The Work: ich unterbreche diese Schleifen durch die 4 Fragen und setze mit meiner Umkehrung eine neue, diesmal bewusst gewählte Schleife, indem ich die Umkehrung befrage "ist das genauso wahr oder könnte das wahrer sein?".

Wahrheit, Wahnsinn, wahrnehmen, ausdenken, wännen, beweisen, wissen, sind das alles nur die Kreisspiele der Autoren und Schöpfer? Meine Entscheidung ist: Will ich Recht haben oder will ich frei sein?

So wissen Darwinisten, dass das Menschentier sich auf dem Stammbaum der Tiere entwickelte. Anthroposophen wissen, dass das Tier- und Pflanzenreich sich aus *dem Menschen* entfaltete. Der Kreationismus, eine fundamentalistisch-christliche Sekte — George W. Bush Jr., ein Präsident der USA gehöre dazu, las ich — weiß, und das wurde in die Schulbücher verschiedener Bundesstaaten der USA regierungsamtlich verfügt, dass am 23.10.4004 v.u.Z. Gott die Welt, einschließlich des Menschen, erschuf und, dass Fossilien nur Fälschungen der Ungläubigen sind²³².

So wussten die Alten, dass Sonne und Mond sich um die Erde drehen. Dieses ptolemäische Weltbild mit seinem geozentrischen Modell zur Beschreibung und Vorausberechnung der Planetenbewegungen blieb 1400 Jahre, bis ins ausgehende Mittelalter, unangefochten. Galilei wusste über die Sonne dann das Gegenteil und bis heute glauben das Millionen von Menschen, darunter ich, obwohl wir doch jeden Tag sehen, dass die Sonne wie der Mond im Osten aufgeht, über unsere Köpfe nach Westen läuft und dort untergeht. — Dazu noch, inzwischen gibt es Leute, die wissen, dass Raum und Zeit und damit die Vorstellung von 'Planeten-Umläufen' eine menschliche Erfindung seien.

232 Die Lehre vom "Intelligent Design" ist in einigen Bundesstaaten der USA ein gleichberechtigt mit der Darwin'schen Evolutions-Lehre unterrichteter Ansatz der Biologie. Mit der Idee vom überlegenen überirdischen Willen darf die Evolutionstheorie wenigstens in Zweifel gezogen werden, ganz offiziell im Unterricht, beispielsweise in Kansas. (taz Nr. 7757 vom 1.9.2005, Seite 13)

Wie stehen "Gedanken" zu Denken oder "Gefühle" zu Fühlen? Könnte das ähnlich sein bei dem von christlicher Morallehre viel strapaziertem "Gewissen" zu Wissen?

Laut etymologischem Wörterbuch zeigt die Vorsilbe "ge-" Zusammengehöriges (z.B. Gefährte), drückt das Ergebnis des enthaltenen Verbs aus (z.B. gefrieren, Gewölbe), zeigt Kollektivbildungen (z.B. Gebirge) auch in Anlehnung an Verben (z.B. Gebäck) oder bildet Vorgangsbezeichnung (z.B. Geschwätz) auch als verstärkendes Ableitungsmittel. Meist Bedeutungsunterschied zwischen Simplex und Präfixverb (z.B. horchen – gehorchen, bieten – gebieten).

Die 3 Wörter "Gedanken", "Gefühle", "Gewissen" scheinen mir am ehesten zu den Kollektivbildungen oder verstärkenden Vorgangsbezeichnungen zu gehören. So verstehe ich "Gedanken", "Gefühle", "Gewissen" als Ansammlungen von vielem alten Denken und altem Fühlen und altem Wissen.

Das Wahrnehmen einer Situation führt zum Abgleich mit Erfahrungen entsprechender Situationen in Mandelkern (Angst) und Hippocampus (Lust) und löst von dort als Energiefreisetzung = Emotion (lat. emovere = herausbewegen) einen Flucht-/Kampf-Impuls oder aber Neugier aus. Die schlichteste Antwort ist ein Auslöser zu einem Instinktverhalten (z.B. der Anblick weiblicher Rundungen führt zu männlichem Balzverhalten), eine gelernte Antwort ist der Reflexbogen aus Reiz und eingeübter Reaktion (z.B. Autofahren). Die intelligente, unneurotische Antwort sieht Neues in der sonst bekannten Situation. Hier bewirkt die Energiefreisetzung, das Fühlen, als Folge originales und neues Denken, frische Informationsverarbeitung. In jedem Fall, beide zusammen, Energie mit Information, führen dann aus der Situation heraus.

"Gedanken" hängen fest in der Bekanntheit der Situation. Sie sind Sammlungen des situationsentsprechenden, aber in Formulierungen verfestigten früheren Denkens. Jedoch sind die dabei zu verarbeitenden Informationen nur ähnlich, nicht zutreffend. Diese Ähnlichkeit triggert den Energiestau aus alten, ungelebten oder unterdrückten Emotionen. Deshalb ist die Erfahrung bei The Work einleuchtend: den "Gedanken" *folgen* die "Gefühle", die Sammlungen des entsprechenden früheren Fühlens. Beide zusammen führen tiefer in die Ähnlichkeiten der Situation, in Vergangenes hinein, nicht aber zu ihrer Aktualität, in Gegenwärtiges heraus. Sie trennen vom Leben im Jetzt und Hier. Wer so eingeschränkt seinen Kopf benutzt, der tut nicht was er will, sondern will was er tut. Esoteriker umschreiben das mit "Ego", Psychologen z.B. mit "Verhaltensmuster"

oder "Neurose". Und hier finde ich wieder die Verbindung von Information und Energie, Felder.

Wie wird aus ursprünglichem Wissen später "Gewissen"? Menschen sind Rudeltiere. Sie werden geboren mit dem instinkthaften Wissen um Bindung/ Zugehörigkeit, Ausgleich/ Anspruch, Ordnung/ Treue. Der Neurobiologe J. Bauer beschreibt das als biologisches Bedürfnis nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung.

In der langen Tradition von Erziehung erfahren sich Menschen wie aus ihrer Identität als vollwertige Menschen heraus gedrängt in eine Identifikation mit den Erziehern. "Solange du nicht zu meinem Maß und Anspruch passt, bist du kein vollwertiger Mensch", "ich weiß, was zu deinem Besten ist und werde das durchsetzen". Die angeborene Freude von Leben in der Fülle weicht der Angst vor dem Mangel. Die Erfahrung von Trennung rechnet sich dieser Mensch selbst zu "ich habe dem Maß nicht entsprochen, darum bin ich nicht vollwertig", "ich habe dein Bestes nicht gewürdigt, darum bin ich schuldig". So wird aus Wissen nun "Gewissen", Sammlung früherer Trennungserfahrungen und Mängelängste.

Es häuft sich ein großer Energiestau aus altem, ungelebtem oder unterdrücktem Fühlen mit Sammlungen des den Mängelsituationen entsprechenden früheren Denkens. So geht das, aus Bindung wird Ausschluss, Ausgleich wird Pflicht, Ordnung wird Furcht vor Strafe, kurz, aus einem lebendigen, neugierigen, liebevollen Kind wird ein anständiger Bürger. Das Bedürfnis nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung wird zum neurotischen Zwangsverhalten.

"... Wenn kein Frieden in der Familie herrscht, / tauchen kindliche Liebe und Ehrfurcht auf / Wenn das Land in Wirren und Chaos gerät, / treten ergebene Staatsdiener auf." (Dao De Jing, Kapitel 18).

Wenn ich "Gewissen" betrachte als Feld²³³ dann kommt darauf als Feld-Antwort Trieb, Reflex. Je nach Bindung fühle ich mich ausgeschlossen oder dazugehörig. Deshalb wird dahinter das Feld "Schuld" oder "Unschuld" aktuell. Darauf erfolgt ein Ausgleich als Erwartung von Strafe oder als Gefühl von Treue und endlos dreht sich das Hamsterrad von Tradition, ohne Bewusstheit und, doch nur scheinbar, ohne Selbstverantwortung. Die Menschen machen ihre Geschichte nicht aus freien Stücken, aber sie machen sie selbst.

Wir tun nicht was wir wollen, sondern wir wollen was wir tun, sagt der Neuropsychologe Roth. Was wir in einer Stresssituation zu tun haben,

233 Ein Hinweis von Christiane Boustani, www.metamorphosis-deutschland.de

das *will* das Stammhirn, das für das Überleben zuständig ist. Unser schrecklicher, kultureller Irrtum ist, dass wir den Verstand für den Gebieter halten. Doch das Großhirn ist nur ein Verdauungsorgan für Sinneseindrücke. Es ist nur dazu angelegt, die greifende Hand zu führen. Und selbst höchst entwickelte Technik, Physik oder Jura, sind in diesem Sinne nur Weiterentwicklungen der greifenden Hand. Was will ich aus dem zweiten Hirn, dem Bauchhirn? Und! — Was will ich aus dem Herzen? Aus *meinem* Herzen! Und was ist schlicht die Macht meiner Gewohnheiten?

Über die letzten Jahre werde ich mir bei einer Sache immer sicherer: Ob wir im Leben das bekommen, was wir uns wünschen, wird zu einem großen Maß von unseren Gewohnheiten bestimmt. Glückliche Menschen tun und denken gewohnheitsmäßig Dinge, die sie glücklich machen. Wohlhabende Menschen tun gewohnheitsmäßig Dinge, die sie wohlhabend machen oder ihren Wohlstand schützen. Es reicht nicht, nur zu wissen, wie wir etwas erreichen können. Wenn wir dauerhaft davon profitieren wollen, müssen wir eine Gewohnheit daraus machen, sonst nutzt alles Wissen nichts.

Stellen Sie sich vor, Sie wollen die Beziehung zu Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin verbessern. Reicht es, wenn Sie sich an einem Tag etwas dafür tun? Oder eine Woche lang? Nein. Wenn Sie die Beziehung dauerhaft verbessern wollen, müssen Sie es sich zur Gewohnheit machen, Ihren Partner oder Ihre Partnerin liebevoll und respektvoll zu behandeln.

Unsere Gewohnheiten sind es, die einen wesentlichen Teil der Qualität unseres Lebens ausmachen und nicht einmalige Handlungen. Es sind die Dinge, die wir ganz von alleine tun, ohne dass wir uns daran erinnern müssen. Fragen Sie sich doch "Welche neue tägliche Gewohnheit würde mein Leben mehr als deutlich verbessern und mich ausgeglichener, fröhlicher, zufriedener und glücklicher machen?" Überlegen Sie einmal, was passieren würde, wenn Sie sich Schritt für Schritt immer mehr zufrieden machende Gewohnheiten zulegen würden. Glaubt man Experten, so dauert es ca. 21 Tage, sich etwas Neues anzugewöhnen. Und selbst wenn es jeweils 1 Monat dauert, könnten wir uns pro Jahr 12 neue erfolgreiche Gewohnheiten zulegen.

Stellen Sie sich Ihr Leben doch einmal in einem Jahr vor, wenn Sie 12 glücklich-machende neue Angewohnheiten hätten. Wie würde Ihr Leben dann aussehen?

8.3 *Untersuchen von Gedanken*

Ob Stammhirn, Herz oder Gewohnheit, die Schlussfolgerung? Jedenfalls nicht, mit Denken aufzuhören. Denn die Hand und alle ihre Fortsätze sollen ja weiterhin greifen und ich will ja weiter, denkend, mit meinen Worten hier den denkenden Leser anregen. Sondern lernen, in einem der Momente zwischen Gedanke, Gefühl, Handeln innezuhalten, um diesen Überlebenstrick aus der Vorzeit zu unterbrechen.

Der selbstreflexive Geist spricht zum Hirn "Stopp! Einen kleinen Moment! Da steht ja nicht ein Säbelzahntiger vor mir, sondern ich hab nur den Bus verpasst /oder der Abwasch muss gemacht werden /oder der da vor mir sich aufspielt als Alphamännchen ist nur Chef von Amtswegen, nicht von Statur. Flucht wie Kampf sind hier unangemessen. Selbstbeobachtung, Selbstüberwindung, Selbststeuerung sind eher angesagt! Die sind weniger anstrengend, sind mehr zielführend als flüchten wie kämpfen! Ich erleide nicht jetzt eine tatsächliche Not, ich erinnere nur Ähnliches aus der Vergangenheit." Von kontrollierenden Gedanken und vorgestellten Gefühlen schalte ich um zu steuerndem Denken und zu realem Fühlen.

Jeder Gedanke, besonders jeder, der unfrohe Gefühle macht oder Schlimmeres, kann untersucht werden. Nach einiger Übung in Sekundenschnelle, nebenbei, direkt in der Situation, direkt aus dem Vorwurf gegen jemand, mit 4 Fragen und einer Umkehrung²³⁴:

- *Ist das wahr?*
- *Können Sie mit absoluter Sicherheit wissen, dass das wahr ist?*
- *Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken?*
- *Wer wären Sie ohne diesen Gedanken?*
- *Wie könnte eine Umkehrung dieses Glaubenssatzes lauten? Und vielleicht noch eine?*²³⁵

Oder eine Variation, etwas ausführlicher mit einigen Unterfragen:

1. Ist das wahr?

(Anmerkung: Wenn man sagt: "XY *sollte* Z tun" ist die Antwort, nach 'wahr' gefragt, ob er meinem Wunsch folgt, also es tatsächlich *tut*, jedoch *nicht*, ob er es tun *sollte*. Die Antwort heißt heißt 'nein', wenn ich die Realität, dass XY eben nicht tut was er sollte, für wahrer halte als meinen Wunsch)

Wie sieht die Realität aus?

234 vgl. Abschn. 7.6 'Das Ich untersuchen' und Abschn. 7.11 'Niederes Selbst'

235 siehe Anhang "Das Arbeitsblatt für The Work", mit "A. Schriftlicher Teil - Gedanken auf Papier festgehalten" und "B. Der Schlüssel zu The Work of Byron Katie®" (zu lesen in der website oder von dort als Download)

Wo ist Ihr Beweis dafür?

2. Können Sie mit absoluter Sicherheit wissen, dass das wahr ist?

Können Sie wissen, was für den Weg eines anderen Menschen das Beste ist?

Können Sie mehr wissen als Gott?

Können Sie wissen, ob es besser wäre, wenn die Realität anders wäre als sie ist?

Wessen Angelegenheit ist das? (Deine, seine, Gottes?)

3. Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken?

Wie fühlt sich das für Sie innerlich an? Wie reagiert der Körper auf den Gedanken? Wo?

Was haben Sie davon, wenn Sie so denken? (Wovor haben Sie Angst? Was könnte Ihnen als Schlimmstes passieren? Welche Hoffnung haben Sie?)

Wie behandeln Sie dann andere?

Wie behandeln Sie sich selbst?

Was genau sagen oder tun Sie?

Bringt dieser Gedanke Stress oder Frieden in Ihr Leben?

Können Sie einen friedvollen Grund sehen, diesen Gedanken beizubehalten?

Sehen Sie Gründe, den Gedanken loszulassen? (... und Sie werden nicht gebeten, ihn loszulassen!)

4. Wer wären Sie ohne diesen Gedanken?

Wie reagiert der Körper? Wo?

Wie sähe Ihr Leben aus, wenn Sie diesen Gedanken nie wieder denken könnten? (...wenn Sie ohne Einschränkung akzeptieren würden, was ist.)

5. Wie können Sie den Gedanken umkehren?

Klingt die Umkehrung genauso wahr? Oder wahrer? Gibt es weitere Umkehrungen? Wahrer?

Diese Fragen sind eigentlich gar nichts, sie haben keine Substanz, sie implizieren nichts, kein doppelter Boden, kein psychologischer, philosophischer, metaphysischer oder esoterischer Überbau. Jeder findet seine Wahrheit ohne jede Beeinflussung. Niemand muss diese Fragen beantworten. Sie helfen heraus aus den Gedankenkarussells und Paradoxien des Alltags: Alles, was ich denke, ist plausibel. Nur die Wirklichkeit hält sich nicht an das Bild, was ich mir von ihr mache. Und: Man kann stundenlang durch den Wald laufen und einen Baum suchen. Man wird keinen finden, wenn man nicht weiß, was ein Baum ist.

Im Übrigen sind diese Fragen natürlich nichts Neues. Sie sind unser Denken, das sich selbst untersucht — Interpret, Denker und Beweisführer selber lösen gemeinsam eine Gedankenschleife auf, löschen einen virtuellen Virus — einschließlich der Gedankenschleife im Bauch, wenn ich beim

Fragen aufmerksam in den Körper lausche. Von daher ist es sicher kein Wunder, dass andere Methoden teilweise die gleichen oder ähnliche Fragen stellen.

Die 4 Fragen führen auf die 5., die Frage nach der Umkehrung. Die Umkehrungen bringen meine Projektionen zurück zu mir. Ich bin der Projektor. Ich hatte meine Geschichten über mich auf die Person draußen gelegt, auf den Bildschirm. Die Umkehrung lässt den Schirm verschwinden, die Projektion, und ich sitze direkt nun vor mir mit meinen Geschichten — dann lösen sie sich auf, ohne Selbstbestrafung oder Selbstmitleid.

Die Umkehrung bezieht sich jeweils nur auf die Situation/ den Glaubenssatz, die/den man untersucht! Ganz deutlich wird es, wenn ich Sachen untersuche, wie "George W. ist ein Verbrecher". Wenn ich das umdrehe heißt es "Ich bin ein Verbrecher" — nicht generell, aber in diesem speziellen Fall (z.B. weil ich meine wunderbare kostbare Lebenszeit verschwende für nutzlose Gedanken über George W. und weil ich kostbare Lebensenergie investiere in die Verstärkung von solchen Gedanken). Man sollte aufpassen, dass man aus der Umkehrung nicht eine neue Lebensphilosophie macht! Die Umkehrung und die daraus folgende Empfindung "das könnte genauso wahr sein oder auch wahrer" ist das Ende dieser Untersuchung und nicht der Anfang einer neuen Affirmation. Wohl aber kann ich eine mir besonders wahrer erscheinende Umkehrung für die nächste Untersuchung hernehmen.

The Work ist keine Theorie, ist keine neue Religion zur Erklärung der Welt, ist kein Spielen mit den Gedanken. Es ist ein schlichtes Werkzeug, eine Art Schweizer Taschenmesser für die Untersuchung stressvoller Gedanken (und aller Gedanken). Es in die Höhe einer Theorie zu rücken, wird dem nicht gerecht und könnte damit als eine neue Technik zur Flucht aus der Wirklichkeit verstanden werden. Und dem widerspricht nicht, dass Byron Katie dieses Werkzeug gefunden hat aus einer besonderen Erfahrung, einem besonderen Erlebnis.

In der Iwi-Mailingliste schrieb jemand "... irgendwie gibt es gerade ein 'the work oder die welt'. Und zwischen denen muss ich einen Spagat machen." Du machst doch auch keinen Spagat zwischen Deinem Taschenmesser und Deinem Suppenlöffel. Beim Apfelschälen ist das Messer dran, bei Suppe ist der Löffel dran. Wenn die Gedanken Schmerz, Angst, Wut, Scham- oder Schuldgefühle auslösen, ist die work dran, wenn ich den Haushalt mache, mir eine Bedienungsanweisung reinziehe, in der Welt sinnvoll funktioniere, ist der Verstand anders gefordert.

The Work ist keine neue Religion oder Philosophie! In der Iwi-

Mailingliste schrieb jemand, der schon sehr lange workt

"... Dazu möchte ich noch was bemerken: gestern kam eine Klientin zu mir, die ich über ein halbes Jahr nicht gesehen hatte. Sie hat vor ca. einem Jahr sehr intensiv zu worken begonnen und ist eine Zeit lang sehr dran geblieben und wir haben einmal wöchentlich zusammen geworkt. Es hat sich unglaublich viel in ihrem Leben verändert damals, sie konnte es kaum fassen, wie sich all ihre damaligen "Probleme" zum Guten wendeten, sowohl gesundheitlich als auch arbeitsmäßig (deswegen hatte sie damals überhaupt mit der Work begonnen). Danach hat sie gemeint, sie braucht nun keine Hilfe mehr und will, sollte es Probleme geben, allein weiter worken.

Als sie jetzt da war — ihr ging es beziehungsweise sehr schlecht — hat sich herausgestellt, dass sie seither jedes Mal, wenn ein "missliebiger" Gedanke auftaucht, diesen nicht beworkt, sondern mit Hilfe einer "Work-Philosophie" ("Es ist ja nur ein Gedanke...., es ist ja eh nicht wahr...., es ist ohnehin nur seine Angelegenheit, das muss mich nicht bekümmern, ich weiß eh, dass es nicht wahr ist, etc.") versuchte, sich ihre Gedanken "auszureden". Das hat natürlich nicht funktioniert, sie war aber bis zu unserem Treffen fix davon überzeugt, eh "in der Work zu sein".

Diesem Phänomen bin ich jetzt schon einige Male begegnet, deshalb erwähne ich es hier. Meiner Meinung nach ist das die einzige Gefahr bei The Work bzw. einfach ein Missverständnis, denn die Work ist ja ein Prozess — und wenn ich durch den nicht durchgehe, sondern ihn statt dessen am Anfang schon abstoppe, indem ich The Work benutze als "Philosophie", die mir meinen Stress weg erklärt, dann hab ich nicht die Work gemacht, sondern mir ein Bein gestellt. ..."

Das erlebe ich auch immer wieder. Vor allem bei mir selbst, aber auch bei Leuten, denen ich von der work erzähle. Entweder sie meinen, sie wüssten das eh oder aber sie schauen nur auf die Umkehrung und werden gleich wütend bei dem Gedanken, wieder nur die Schuld bei sich selbst suchen zu müssen. So oder so, die work funktioniert nur als Prozess. Ich weiß das und falle dennoch immer mal wieder drauf rein, wenn ich meine, dass es "schnell" gehen sollte.

Von denen, die diesen Weg des Auflösens ihrer Gedanken schon weit genug gegangen sind, können wir als Information zur Kenntnis nehmen: "Ich weiß nur eines aus eigener Erfahrung: wenn alle Geschichten weg sind, bleibt das übrig, was wir in Wirklichkeit sind: bedingungslose Liebe. Und diese Liebe handelt und spricht und erfüllt den Körper, den ich gewohnt bin, als meinen zu bezeichnen, und diese Liebe erstreckt sich auf jedes Gegenüber und hüllt es darin ein, ist mitfühlend und hilfsbereit und großzügig, beherzt gebend, voller Hingabe an das, was gerade auftaucht, egal, was es ist. Und dafür ist kein Denken nötig, da stört das Denken

eher, oder es kann sich auf das beschränken, wofür es da ist: den Umzug organisieren, die Scheidung erwägen, die Steuererklärung machen, den Einkaufszettel schreiben etc."

Das kann verwirrend sein, denn wenn ich — allein im Kopf — auf die Konsequenzen dieses Auflösens von Gedanken stoße, dann wehrt sich der Verstand mit aller Vehemenz "das ist ja der totale Wahnsinn, da bricht mir ja alles zusammen". Könnte stimmen oder auch nicht. — Aber was kommt alles endlich zum Vorschein? Liebe und das Glück, in jedem Moment bewusst zu leben; die Freiheit, in jedem Moment das Notwendige einfach zu tun; die Freiheit, in jedem Moment einfach zu sein ohne Bedingungen; mit den Menschen und allen Wesen um mich herum in Frieden zu leben; die Gelassenheit, das Unabänderliche zu akzeptieren, der Mut, das Veränderbare zu ändern und die Kraft und die Freiheit, beides zu unterscheiden.

Also lasst uns immer wieder zurückkehren vom Theoretisieren, vom Geschichten erzählen, vom Beschreiben und Erwägen von Meinungen, Befindlichkeiten, Gefühlsgewohnheiten und von Vermutungen über Andere hin zum Untersuchen der stressvollen eigenen Gedanken und zum gegenseitigen Unterstützen dabei.

Ich bemerke manchmal, dass ich besonders stressvolle Gedanken habe, weil ich auf mein Gefühl achte. Ich stelle vor allem dann fest, dass ich den dazugehörigen Gedanken nicht finden kann. Und mir wird klar, dass es ein ganzer, automatischer Gedankenkomplex ist, der sich verselbständigt hat. Es ist gar nicht so einfach, den Auslöser zu finden. Das ist ein normales Problem beim werken: der Auslöser von Stressgefühlen ist ein Komplex, der ungebündelt durch den Verstand streicht. Deshalb ist das Arbeitsblatt (siehe Anhang) so nützlich. Hier kann man einen solchen Komplex aufdröseln in viele Einzelgedanken. Die werden dann einzeln untersuchbar.

Dabei ist es für mich hilfreich, mir als ein urteilsfreier und unverdächtiger Zeuge — nur beobachtend, ohne 'weil', 'damit', 'um zu' — beim Leben zuzuschauen, zu bemerken, wie Leben zu Sinneseindrücken führt, wie Sinneseindrücke im Körper Empfindungen auslösen, wie die Empfindungen Gedanken auslösen, wie den Gedanken gewisse Gefühle folgen und wie die Gefühle sich als Stress äußern und auf mein Leben und meine Sinneseindrücke zurückwirken.

An dieser Stelle schließt sich der Kreis. Deshalb richte ich meine Achtsamkeit besonders auf einen Punkt darin, wo ich den Kreislauf unterbrechen kann. Für mich sind das die auftauchenden Gedanken. Das Le-

ben ist sowieso unwissbar vielfältig. Die Sinneseindrücke sind zahllos, vor allem, die meisten blendet das Gehirn automatisch aus als 'nicht lebenswichtig'. Die Körperempfindungen werden schon greifbarer, erfordern aber wohl ein spezielles Beobachtungs-Training. Die Gedanken gehen durch das Alltagsbewusstsein — da wären sie greifbar, besonders, wenn danach die üblichen Gefühle erscheinen.

Byron Katie sagt: "think - feel - act - have" = Der Gedanke ist die Ursache. Dem folgt das Gefühl. Das Handeln ist die Wirkung. So habe ich dann die Erfahrung meiner Welt. Es ist das, was Du denkst, das das Leiden verursacht, nicht das was Du tust oder sagst. Sich diese Erfahrung zu vergegenwärtigen, das ist der Inhalt von Frage 3 " *Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken?*", nämlich: Welche Gefühle kommen hoch, wo hauen die in den Körper, wie handele ich dann und wie sehe ich dann die Welt (aber nicht wie beweise oder rechtfertige ich den Gedanken). Beschreibe das mal ganz genau: Bist Du sauer, traurig, wie fühlt sich das in Deinem Körper an? Wo fühlst Du das im Körper? Was machst Du mit Dir selber? Wie behandelst Du Deinen Nächsten dann, wie schaut Du ihn an? Wie versuchst Du vielleicht, ihn doch noch dazu zu bringen, Dich und Deine Meinung zu akzeptieren?

Noch deutlicher wird das bei Frage 4 " *Wer wären Sie ohne diesen Gedanken?*". Stell Dir vor, Du sitzt in Deinem Lieblingsstuhl, die Sonne scheint, die Vögel zwitschern und Du schaut entspannt dem allen zu. Wie fühlt sich dann das in Deinem Körper an? Mit dem Gedanken warst Du sauer, traurig, ohne den Gedanken frei und froh. Du brauchst nicht Probleme zu überwinden, Du brauchst nur in Deinem Kopf aufzuräumen, Dich fragen: "Wer wäre ich jetzt - in diesem Moment - ohne den Gedanken? Wie würde ich anders hier sitzen, stehen, liegen ohne diese Geschichte? Jetzt. Wie würde sich das anders anfühlen - in meinem Körper, in meinem Herzen? Was ist jetzt anders, wo der Gedanke nicht mehr da ist? Wo im Körper spüre ich den Unterschied? Wie würde ich generell anders leben ohne den Gedanken? Wie würde ich morgens anders aufstehen, anders an den Tag herangehen, wenn ich die Geschichte nicht mehr hätte? Wie würde ich mich und andere behandeln ohne den Gedanken? Wie würde sich das anfühlen? Wie würde ich anders auf jene schauen, die mehr des von mir im gerade untersuchten Gedanken so sehr Begehren haben - und auf die, die mit weniger auskommen müssen? Wie würde mich das verändern?" Mit Frage 4 kann man stundenlang sitzen, meditieren, sich vorstellen: wer oder wie bin ich ohne diese Geschichte? Es kann ein sehr ganzheitliches Erlebnis sein, sich darauf einzulassen.

Ich finde es wichtig, klare Sätze zur Untersuchung zu nehmen und

8 Wer antwortet? – 8.3 Untersuchen von Gedanken

die ganz einfach zu beantworten. Vielleicht trickst Dich Dein Verstand aus und bringt Dich so um eine gute Untersuchung, indem Du eine Sache schreibst, aber auf eine andere antwortest.

Neulich wirkte eine Mutter mit dem Satz - "meine tochter nervt mich, weil sie da ist". Eine gute Hilfe zum werken ist es, *einfache* Gedanken zu untersuchen. Diesen empfinde ich als *fünffachen*: "Meine Tochter ...", "Meine Tochter ...", "... nervt", "... mich", " ... weil sie *da* ist". 'Meine Tochter' kann mit diesem besitzanzeigenden Fürwort ein 1. anstrengendes Konzept sein; wenn ich einigen Buchautorinnen glauben möchte, so ist Mutter-Tochter/Tochter-Mutter ein 2., sogar ziemlich anstrengendes Konzept; 3. jemand nervt, das finde ich handgreiflich; 4. *mich*, da steckt eine ganze Menge drin, z.B. wie ich mich zur Welt sehe und was ich von der Welt erwarte, das könnten Riesen-Glaubensgebäude sein; 5. weil sie *da* ist, wo? Lümmelt sie in ihrem unaufgeräumten Zimmer? vor Deinen Füßen? in der Welt? Das sind auch größere Komplexe. Wenn Du solche Sätze hast, mach einen Kringel um das, was für Dich das stressigste ist, und das beworke zuerst. Danach das 2., dann das 3., bis Du alle durch hast.

Jemand fragte in der mailing-list lieben-was-ist:

Bei The Work wird öfters die Frage gestellt, wie es sein SOLLTE. Und im Verlauf der Gespräche (die ich bisher gelesen habe) wird dann klar, dass es nicht so sein SOLLTE, weil die Wirklichkeit nicht so ist. Meine Frage ist nun, ob das eventuell etwas mit der amerikanischen Sprache zu tun hat, oder ob ich es noch nicht verstanden habe. Weil SOLLTE bedeutet bei mir ja auch so etwas wie einen Wunsch zu formulieren, und - ja, natürlich wäre es toll, wenn man so weit ist, dass man die Realität so akzeptieren kann, dass man sie sich wünscht - aber bei einem Durchschnittsmenschen wie mir kommt das doch ein wenig anders an?

Moritz Börner schrieb dazu

Hier ein paar Gedanken zum Thema:

Glaubenssätze sind Gedanken, die wir haben.

Man kann JEDEN Glaubenssatz mit "sollte" oder ohne "sollte" formulieren.

Z.B. Es gibt zu viele Kriege.

Es sollte nicht so viele Kriege geben.

Mein Mann schreit mich an

Mein Mann sollte mich nicht anschreien.

Die Formulierungen ohne "sollte" stellen Tatsachen fest, die entweder der Realität entsprechen oder nicht.

Die Formulierungen mit "sollte" sind gleichzeitig Wünsche. Die Wünsche können wahr werden oder auch nicht.

Ich kann in der Zeitung einen Artikel darüber schreiben, dass es nicht so viele Kriege geben sollte, das ist prima. Kann sein, dass es hilft, die Realität zu verändern.

Ich kann meinem Mann sagen, er sollte mich nicht anschreien, vielleicht richtet er sich danach.

Die Untersuchung mit The Work ist etwas ganz anderes und hat damit eigentlich nichts zu tun. (Allerdings stelle ich fest, dass NACH der Untersuchung gelegentlich Wünsche wahr werden, weil ich z.B. meinen Wunsch sachlicher vorgetragen habe als wenn ich mich ärgere oder auch nur Druck ausübe.)

8 Wer antwortet? – 8.3 Untersuchen von Gedanken

Untersuchen kann ich beide Arten von Glaubenssätzen. Manchmal ist es sogar hilfreich, beide Varianten zu untersuchen.

Mein Mann schreit mich an – ist das wahr?

Ja.

Mein Mann sollte mich nicht anschreien – ist das wahr?

Ich antworte NEIN, wenn ich die Realität für wahrer halte als meinen Wunsch.

Ich antworte JA, wenn ich meinen Wunsch für wahrer halte, als die Realität.

Anfänger bestehen meist darauf, dass ihre Wünsche wahrer sind als alles andere um sie herum. Aber früher oder später sehen sie ein, dass die Realität die höchste Wahrheit ist und antworten dann mit NEIN.

Wenn ich die Work mit Klienten mache, formuliere ich Glaubenssätze, die auf wahren Tatsachen beruhen, gerne um mit SOLLTE.

Z. B. Dein Mann sollte nicht lügen.

Dein Kind sollte nicht so unordentlich sein.

Es sollte keine Kriege geben.

Wenn ich denke, dass der Klient möglicherweise einem Irrglauben aufsitzt, lasse ich den Gedanken ohne SOLLTE stehen oder formuliere ihn um.

Z.B. Dein Kind lässt die Schultasche an der Tür fallen, um Dich zu ärgern – ist das wahr?

Die Menschen sind von Natur aus schlecht – ist das wahr?

Dein Mann hat Dich schon tausendmal belogen – ist das wahr?

Natürlich irre ich mich manchmal, oder der Klient besteht auf seiner Wahrheit, dann formuliere ich um mit SOLLTE.

Der Grund ist, dass sich manches mit der jeweils besser "passenden" Formulierung eleganter untersuchen lässt.

Aber unbedingt nötig ist das alles nicht.

Letzten Endes kommt es nur darauf an, zu sehen, dass ich meist leide, wenn ich an meinen Glaubenssätzen festhalte und frei werde, wenn ich das nicht tue.

Ganz wichtig: die Formulierung mit "sollte" bedeutet nicht, dass ich die Tatsachen, die in dem Glaubenssatz beschrieben werden, für gut befinde. (Spätestens bei der Umkehrung könnten manche an so etwas denken.)

Z.B. Männer sollten Frauen vergewaltigen.

Es sollte viele Kriege geben.

Nach meiner Erfahrung haben manche Amerikaner mit "should" die gleichen Probleme wie manche Deutschsprachigen, das hat mit der Übersetzung nichts zu tun.

Ich hoffe, dass ich es jetzt nicht noch komplizierter gemacht habe! :-)

Alles Liebe

Moritz

PS. Ich erinnere mich, wenn Katie was an mir zu meckern hatte, formulierte sie sehr sorgfältig ihren Wunsch und übergab mir dann einen Zettel, auf dem stand: Moritz sollte ...

Ich konnte dann sehen, dass sie den entsprechenden Glaubenssatz hatte und mir dann überlegen, ob ich ihren Wunsch erfüllen möchte oder nicht.

Wenn sie etwas UNBEDINGT wollte, schickte sie mir einen Brief mit einer Bitte oder ein Anwaltsschreiben, je nach Dringlichkeit. Ich bin mir ziemlich sicher, dass sie jeweils vorher eine Art Work gemacht hatte, denn ihre Liebe zu mir ließ niemals nach, ganz gleich, was ich tat oder getan hatte.

Manche Menschen fragen "was ich bei diesem 'Verurteile Deinen Nachbarn' wirklich nicht so ganz verstehe, ist, warum es effektiver sein soll". Byron Katie sagt dazu "vertraue den einfachen Anweisungen". Für mich ist die Antwort einfach: Weil wir alle schon mit unseren frühesten Erfahrungen Erzogene sind, schon als Babies in vorsprachlicher Zeit erzo-

gen von Erzogenen, meint, wir sind infiziert mit dieser pädagogischen Krankheit "ich weiß, was für Dich am Besten ist". Später kommt dann noch drauf "liebe Deinen Nächsten *wie* Dich selbst". Byron Katie erzählt: "ich habe mich gehasst. Also habe ich auch meine Nächsten gehasst". Tatsächlich lautet dieser Satz über die Nächstenliebe im Urtext "... *als* Dich selbst" und will mich erinnern, mich zu lieben in diesem Spiegel, der mein Nächster für mich ist, aber nicht, ein sozialverträglicher Zeitgenosse für alle zu sein.

Nicht die Dinge oder die Verhältnisse sind das Problem. Es ist das Darüber-Denken. Aber das sagte vor zweieinhalb tausend Jahren schon Heraklit: "Nicht die Dinge spielen uns Possen — die Sinne sind schlechte Zeugen".

Byron Katie hat 1986 erkannt, dass wir nur dann leiden, wenn wir einem Gedanken glauben, der im Widerspruch zur Realität steht. Nicht die Dinge oder die Verhältnisse sind das Problem. Es ist das Darüber-Denken. Aber das sagte vor zweieinhalb tausend Jahren schon Heraklit: "Nicht die Dinge spielen uns Possen — die Sinne sind schlechte Zeugen". Es ist hoffnungslos, die Realität anders haben zu wollen, als sie ist. Ich könnte genauso gut versuchen, einer Katze das Bellen beizubringen. Ich könnte das für den Rest meines Lebens tun, und letzten Endes wird die Katze zu mir aufschauen und "Miau" machen. Das mag offensichtlich sein, aber mit etwas Aufmerksamkeit wird mir auffallen, dass ich dutzende Male am Tag ähnliche Gedanken denke: "Die Leute sollten freundlicher sein"; "Kinder sollten sich gut benehmen"; "Meine Nachbarn sollten ihren Rasen besser pflegen"; "Mein Partner hätte mich nicht verlassen sollen"; "Ich sollte schlanker oder attraktiver oder erfolgreicher sein".

Diese Gedanken erwarten von der Realität, dass sie anders sein soll, als sie es jetzt ist. Auf diese Weise werden Stress, Frustration und Depression geboren. Menschen, die neu bei The Work sind, sagen oft: "Aber ich wäre doch machtloser, wenn ich den Widerspruch gegen die Realität aufgebe. Wenn ich einfach alles so akzeptieren würde, wie es ist, würde ich passiv." Ich antworte ihnen mit einer Frage: "Können Sie wirklich wissen, dass das wahr ist?" Was gibt mir mehr Kraft – "Mein Chef hätte mich noch in der Firma halten sollen" oder: "Er hat mich verabschiedet. Welche Möglichkeiten habe ich jetzt?" Die Realität ganz klar zu sehen, versetzt mich in die Lage, intelligente neue Entscheidungen treffen.

Wenn ich mich mit ihr streiten, bin ich eingeschränkt. The Work of-

fenbart mir, dass das, was meiner Meinung nach nicht hätte passieren sollen, wohl passieren *sollte*. Es sollte passieren, weil es tatsächlich geschah, und kein Denken der Welt kann das ändern. Das bedeutet nicht, dass ich es stillschweigend dulden oder es gutheißen will. Es bedeutet nicht, dass ich passiv werde. Es bedeutet nur, dass ich die Dinge ohne Widerstand und ohne den Stress meines inneren Kampfes betrachten kann. Niemand möchte, dass seine Kinder krank werden; niemand möchte vom Partner verlassen werden, aber wenn es dennoch geschieht, wie kann es da hilfreich sein, dem gedanklich zu widersprechen? Wir haben dies unschuldigerweise getan, weil wir keinen anderen Weg kannten.

The Work bietet uns einen Weg, den schmerzhaften Krieg gegen die Realität zu beenden, so dass wir klar sehen können. Wir untersuchen unser Denken mittels bestimmter, durchdringender Fragen und werden uns unserer Verwirrung bewusst. Das ist Selbsterkenntnis. Es ist eine Chance für den Verstand, sich selbst zu begegnen, sich selbst auf dem Papier anzuhalten und durch die Untersuchung die Ursache und Wirkung des eigensinnigen Widerspruchs gegen das "was ist" zu erkennen. Falls das für Sie keinen Sinn ergibt – keine Sorge! Es wird im weiteren Verlauf klarer werden.

Einiges zum "Untersuchen von Gedanken" und zum System weiterentwickelt findet man dazu im Internet (<http://www.thework.org/> und in deutsch: <http://www.thework.at/>), in den Büchern von Byron Katie²³⁶ sowie auch bei dem Verfasser zweier deutscher Bücher dazu, Moritz Börner²³⁷. Eine sehr informative Website bietet Heinz Meisnitzer, zertifizierter Begleiter sowie Coach und Lehrcoach für The Work of Byron Katie, in <http://heinzmeisnitzer.at/>.

Das Worken ist nicht Therapie, sondern wirklich nur schlichtes Untersuchen. Allerdings ist das nicht etwas, das man mal eben probieren kann. Man sollte schon ehrliches Interesse für sich selber und für die eigene Wahrheit haben. Und man kann sehr ausdauernd damit arbeiten. Es reicht nicht, die Säge neben das Brett zu legen — ich muss sie kraftvoll, ausdauernd führen zum Holzsägen. Miterleben kann man das in den Mai-

236 siehe: <http://www.thework.org/Store-Books.asp>. Auf deutsch gibt es "Lieben was ist – Vier Fragen, die Ihr Leben verändern können" und ab September 2005 "Ich brauche Deine Liebe – Ist das wahr?" und inzwischen drei weitere Bücher.

237 Es gibt ein work-Programm für Windows und Mac von Moritz Börner, das finde ich sehr hilfreich! Dadurch, dass die Fragen schon fertig auf dem Bildschirm stehen, kann ich mich ganz dem Fluß meiner Untersuchung überlassen, einfach es schreiben lassen. (Download-Seite www.moritzboerner.de/Material/material.html, Computerprogramm "Nutzen Was Ist", ca. 2,5 MB, Selbstextrahierende exe-Datei. Stand Nov. 2003)

lingliste-Listen der Worker.²³⁸

Diese Mailinglisten heißen nach einem Buch von Byron Katie "Lieben was ist — Vier Fragen, die Ihr Leben verändern können". Annehmen, was ist — das ist ein Element wahrer Lebenskunst. Damit ist nicht gemeint, sich mit allem zufrieden zu geben und nichts verändern zu wollen. Damit ist vielmehr gemeint, sich nicht an dem aufzureiben, was aus meiner momentanen Sicht eben gerade nicht zu verändern ist, sondern dort anzusetzen, wo ich auch wirklich Einflussmöglichkeiten habe.

Lieben was ist heißt, alles bei sich zu finden und fähig zu sein, die Umkehrungen zu finden, die Welt ist völlig perfekt so wie sie ist. *Lieben was ist* ist, auf die Welt lustvoll zuzugehen, sie umarmen aus Freude an der perfekten Realität, die ist wie sie ist; kein Kampf gegen die Realität, sondern Freiheit für die Realität. Es bedeutet nicht "ich sollte einverstanden sein". Das klingt eher danach, dass ich den Kampf mit der Realität mir verfestigt habe zu Scheuklappen, die mich nur noch sehen lassen, was ich an Informationen *zulasse*. Solches "Einverstanden" ist Angst, ist Zusammenziehen auf einen Punkt: ich bin nichts, die Anderen /die Welt /die Regeln/ die Pläne/ die Erwartungen der Gesellschaft sind alles.

Man könnte zu der Auffassung kommen, im Äußeren muss es noch schrecklicher kommen, damit wir die Illusionen der äußeren Welt nicht festhalten wollen. Doch es gibt nichts zu tun, als nur sich seine Urteile anzuschauen; Katie bezieht dazu ganz klar Stellung, und wir vergessen es immer wieder. Oder wie Tony Parsons in seinem Buch "So wie es ist" reagiert, als ein Zuhörer fragt:

" — Wir sitzen hier also bequem und warm und sprechen über Erleuchtung, aber was ist mit all dem Leiden, das geschieht?

Wo ist dieses Leiden? Ich sehe es nicht.

Aber es geschieht in der Welt.

Aber in diesem Moment ist das nur Information, von der Du weißt.

Wie geht es Dir? Wie sieht es da aus, wo Du gerade bist? Jetzt.

Darum geht es nicht. Warum sollte ich meine belanglosen Trips erforschen, während all jene Menschen leiden?

Ich schlage Dir vor, sie nicht zu erforschen. Was kannst Du für jemand anderen tun, solange Du nicht die Natur des Leidens erkennst? Doch wenn Du entschlossen bist, dem Leiden in der Welt ein Ende zu setzen, hättest Du schon früher anfangen sollen.

238 vgl. amerikanische mailing-list: <http://health.groups.yahoo.com/group/Loving-what-is/> (zum Anmelden leere mail an: Loving-what-is-subscribe@yahoogroups.com) sowie deutschsprachig: <http://de.groups.yahoo.com/group/lieben-was-ist/> (zum Anmelden leere mail an: lieben-was-ist-subscribe@yahoogroups.de)

8 Wer antwortet? – 8.3 Untersuchen von Gedanken

Dann verschwendest Du Deine Zeit hier. Du hast eine endlose, riesige Aufgabe vor Dir. Eine andere Möglichkeit bestünde darin, einfach bei Deinem eigenen Leiden anzusetzen und zu schauen, was passiert. Leiden ist da, aber es gibt niemanden, dessen Leiden es ist. Es gehört zu niemanden; es geschieht alles innerhalb des Lebensspiels. — "

Es geht mir bei the work um das, was in mir ist, und wenn ich Brände und Tote erlebe und ich das nicht annehmen kann, dann bin *ich* die Toten, die Flammen und die Umweltzerstörung; was soll ich denn in der Umkehrung sonst sein können?

Wenn ich von mir abtrenne, dann bin ich abgetrennt von allem. Und auch darauf könnte ich mich ja freuen, weil ja sowieso keiner da ist, nur meine Gedanken.

Ich kann in der Umkehrung feststellen, dass ich völlig unperfekt bin, und meine Gedanken unperfekt sind und — ohne meine Gedanken — ich perfekt bin, denn das andere ist nicht meine Angelegenheit. Nun, erst jetzt wo meine Kraft nicht mehr absorbiert wird durch mein Leiden aus dem Einmischen in die Angelegenheiten anderer, nun kann ich in Klarheit entscheiden, was ich zu meiner Angelegenheit mache, wo ich zupacken will und kann, wo ich mir Einflussmöglichkeiten verschaffen will für die Schönheit und Ordnung in meinem Universum.

Byron Katie betont immer wieder: "Der Verstand fragt, das Herz antwortet". Man könnte aber auch sagen: Unser Ego fragt und eine höhere Instanz, eine größere Intelligenz in uns antwortet. Lasse Dir daher mit den Antworten Zeit, spüre tief in Dich hinein. Die Untersuchung ist eine Art Meditation, kein intellektueller Leistungssport. Es geht um Deine Wahrheit, jetzt, und nicht um ein Motiv zur Veränderung des Lebens. Es geht um einen Selbstaufklärungsprozess. Das Gegenteil aller Selbstaufklärung aber ist Selbstgerechtigkeit.

Daher ist es so notwendig (um eine Not zu wenden!), die work *nicht* mit einem Motiv zu machen, sondern nur aus der Liebe zur Wahrheit — meiner Wahrheit jetzt, in diesem Moment. Deshalb ist es so notwendig, die work nicht als Logikspiel zu treiben, sondern als Meditation. Zwar untersucht in the work der Verstand sich selbst im Verstand. Doch zugleich bedarf es dieses kleinen Schrittes nach innen, meditativ, hin zum urteilsfreien Beobachter, zum unverdächtigen Zeugen.

Der urteilsfreie Beobachter tut *nichts* ! Er beobachtet nur. Doch in besonderer Weise: beobachten — akzeptieren — teilhaben — erleben — fühlen. Bei allen 4 Fragen und bei der Umkehrung, jedes mal: beobachten

— akzeptieren — teilhaben — erleben — fühlen. Byron Katie sagt "open mind — open heart!"

Durch das Nicht-Tun des Verstandes (keine Rechtfertigungen, keine Beweise, keine Bewertung, weder Beschuldigung noch Beschönigung) öffne ich den Verstand und komme ins urteilslose Beobachten. Damit öffnet sich das Herz: ich kann akzeptieren, was ist wie es ist.

So kann ich mit offenem Verstand und offenem Herzen teilhaben an der unerforschlichen Fülle meines Lebens. Damit löse ich die Fesseln, in die ich Bauch und Kopf gelegt hatte wegen der Illusion "sonst nicht ertragen zu können" und kann mir jetzt zumuten (ja, es hat wohl was mit Mut zu tun), das, was mir mit dem zu untersuchenden Satz hochkommt, zu erleben und mit dem ganzen Organismus zu fühlen. Dann, damit, dadurch löst sich dieser Gedanke auf, löst sich aus dem Körpergedächtnis und aus dem Verstand und all die Kraft, die ich in das Verdrängen dieses Gedankens gelegt hatte, kommt zurück in mein Herz — in mein Leben.

Dazu gibt es einiges an Modellen, um die Wirk-Mechanismen besser zu verstehen. Und mit dem Verstehen kann ich mir geduldiger zuschauen, kann mich erwartungsfroh meinen neuen Möglichkeiten zuwenden und bin nicht frustriert, wenn ich mal in alte Muster zurückfalle.

Das Gehirn ist im Spiel, was auch immer wir tun. Daher lernt das Gehirn auch immer, nicht etwa nebenbei und wenn es gelegentlich mal sein muss, sondern es kann gar nicht anders, kann ohnehin nichts besser und tut auch nichts lieber! Dies zeigen alle Säuglinge — wir hatten noch keine Chance, es ihnen abzugewöhnen.

Mit jedem Lernen sind auch Gefühle verbunden. Denn unser menschliches Lernen hat keine Ähnlichkeit mit der Informationsspeicherung in der Festplatte des Computers: Es ist die ununterbrochene Anpassung des gesamten Organismus an seine Umwelt, um möglicherweise diese erfolgreich sich anpassen zu können. Leider beachten wir meist nur die kognitiven Informationen, über die wir reden können.

Gerade in jüngster Zeit hat sich die Gehirnforschung dieser Frage angenommen und erste Ergebnisse vorzuweisen²³⁹. Im Modell der Hirnforschung zeigen Untersuchungen, dass der emotionale Zustand, in dem neutrale Fakten gelernt werden, darüber entscheidet, in welchen Bereichen des Gehirns diese gespeichert werden. Lernt man zum Beispiel Wörter in positivem emotionalem Kontext, werden sie im Hippocampus gespeichert, bei negativen Emotionen dagegen im Mandelkern. Ohne

239 Manfred Spitzer "Lernen – Gehirnforschung und Schule des Lebens"; 2002, Heidelberg, Berlin

Kenntnis des Gehirns könnte man hieraus folgern, dass zum Beispiel Englisch mit Spaß und Latein mit Angst zu lernen sei, um auf diese Weise sowohl Hippocampus als auch Mandelkern für das Lernen zu nutzen. Man habe mehr Platz und schaffe Ordnung. Die Funktionen von Hippocampus und Mandelkern entlarven diese Schlussfolgerung jedoch eindeutig als falsch.

Der Hippocampus bewirkt das langfristige Speichern von Informationen in der Gehirnrinde. Wenn in Stresssituationen entsprechende Hormone ausgeschüttet werden, ist das kurzzeitig und dosiert hilfreich. Sie versetzen den Organismus in einen Alarmzustand, der etwa ein schnelles Davonlaufen ermöglicht. In der folgenden Zeit jedoch wirken diese Hormone im Gehirn zytotoxisch. Im Hippocampus werden die Nervenzellen zunächst in ihrer Verästelung reduziert und sterben dann ab. Auch beim Menschen gibt es Hinweise darauf, dass so genannte posttraumatische Belastungsstörungen (PTSD) zu einer Schrumpfung des Hippocampus führen. Untersuchungen mit Vietnam-Veteranen haben ergeben, dass diejenigen mit PTSD im Schnitt einen verkleinerten Hippocampus haben. Ähnliche Ergebnisse finden sich bei durch Kindesmissbrauch traumatisierten Opfern.

Daran ist das Furchtzentrum im Kopf, der Mandelkern, beteiligt. Aus Tierexperimenten wissen wir, dass der nach traumatischen Erlebnissen sehr viel komplexer verschaltet wird. Wenn man Ratten einen großen Schreck einjagt, sie quasi foltert, bilden sich mehr Verästelungen in den Zellen der Amygdala aus. Das Furchtzentrum wird überaktiviert, während die ordnende Kraft des Hippocampus abnimmt.

Die Funktion des Mandelkerns ist es nämlich, bei Abruf von assoziativ in ihm gespeichertem Material den Körper und den Geist auf Kampf und Flucht vorzubereiten — jetzt ist keine Zeit, um kreative Lösungsversuche zu probieren. Wird der Mandelkern aktiv, steigen Puls und Blutdruck, und die Muskeln spannen sich an: Wir haben Angst und sind auf Kampf oder Flucht vorbereitet, eine in Anbetracht von Gefahr sinnvolle Reaktion. Die Auswirkungen betreffen jedoch nicht nur den Körper, sondern auch den Geist. Kommt der Löwe von links, läuft man nach rechts. Wer in dieser Situation lange fackelt und kreative Problemlösungsstrategien entwirft, lebt nicht lange. Angst produziert daher einen kognitiven Stil, der das rasche Ausführen einfacher gelernter Routinen erleichtert und das lockere Assoziieren erschwert. Dies war vor 100000 Jahren sinnvoll, führt heute jedoch zu Problemen, wenn mit Angst und Druck gelernt wird. Nicht dass dann nichts hängen bliebe. Das Problem ist vielmehr, dass beim Abruf eben die Angst mit abgerufen wird. Daraus folgt: Landet gelerntes Material im

Mandelkern, ist eines genau nicht möglich: der kreative Umgang mit diesem Material.

Auch ist mittlerweile das alte Dogma widerlegt, nach der Pubertät könnten keine neuen Nervenzellen im Gehirn mehr entstehen. Heute ist zumindest bei erwachsenen Mäusen erwiesen, dass im Hippocampus neue Nervenzellen wachsen, wenn die Nager in eine anregende Umwelt gebracht werden. Es gibt auch die Erfahrungen mit unzähligen Menschen, dass sie alte Hilflosigkeits-, Angst- und Wutgefühle auflösen konnten. — Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben.

Ich habe weiter oben geschrieben über das *reaktive System* und das *präsentative System*. Das eine kann ausschließlich die virtuellen Präsentationen in dem anderen System "sehen" und reagiert dementsprechend. Ein anderes oben beschriebenes Modell, die Kahuna-Lehre, unterscheidet zwischen Oberem, Mittlerem und Unteren Selbst.

Das Obere, das Überbewusstsein — Hohes Selbst = AUMAKUA, entspricht dem göttlichen Funken, der energetischen Wellenfunktion des Organismus. Es ist der Geist-Aspekt: Kane. Das Kane ist die Quelle der Inspiration. Seine Hauptfunktion ist die Kreativität. Es repräsentiert in diesem Sinne das Göttliche in uns selbst. Das Kane kennt das Ziel und manifestiert das Erleben. Seine Hauptmotivation ist die Harmonie. In der hawaianischen Tradition wird es oft auch Aumakua genannt. Dieses Wort heißt auch "Vorfahren". Es ist der Sitz der "höheren" Ziele, die sich ein Mensch für sein Leben gesetzt hat. Es greift kaum je in die Entscheidungen des Lono ein, außer dieses ist dabei, völlig vom Weg abzukommen. Aber wir können diesen Teil unseres Selbst um Rat fragen.

Das Mittlere, Wachbewusstsein = UHANE, meint vorwiegend den Verstand, das organisierende Großhirn. Es ist der Verstandes-Aspekt: Lono. Das Lono kann mit dem Bewusstsein verglichen werden. Es ist sich aller inneren und äußeren Einflüsse bewusst. Es sieht, hört, fühlt, riecht und schmeckt. Es verbindet sozusagen die inneren und die äußeren Welten. Seine Hauptfunktion ist das Entscheiden. Es wägt ab, bewertet und sagt dann dem Ku, was als zu tun ist. Das Hauptwerkzeug des Lono ist die Imagination. Lono ist die einzige Bewusstseinsebene, über die wir die unmittelbare Kontrolle haben. Dieses Modell besagt, im Hinterkopf der linken Gehirnhälfte werden Negativprogramme, starre Gedankenmuster und Glaubenssätze aus diesem Leben, im Hinterkopf der rechten Gehirnhälfte entsprechende aus früheren Leben gespeichert. Diese können jedoch jederzeit durch entsprechende neue Absichtserklärungen umprogrammiert, neutralisiert und verändert werden.

Das Untere Selbst, Unterbewusstsein oder Inneres Kind = UNIHIPILI, ist der Körper, insbesondere die Intelligenz der Zellen und des Bauchhirns. Unihipili heißt "die Seele, die im Körper still dient". Diesen UHANE und da besonders den Verstand gilt es in seinen verschiedenen Ausformungen und Wirkungsweisen besser zu verstehen. Es ist der Herz-Aspekt: Ku. Dieser Aspekt ist das Gedächtnis und der Körper. Seine Hauptfunktion ist das Erinnern. Das Ku lernt, erinnert, führt aus. Das Ku hat viele Qualitäten des "westlichen" Unbewussten, wird aber nicht damit gleichgesetzt. Es bestimmt die Funktionen unseres Körpers und bewahrt dessen Integrität. Das Gedächtnis ist hier aber nicht im Gehirn gespeichert, sondern auf zellulärer Ebene im gesamten Körper. Das Gehirn fungiert als eine Art "Verteilzentrum" der gespeicherten oder noch zu speichernden Information. Das Ku reagiert immer so, wie es einmal das gelernt hat. Um das Ku dazu zu bringen, anders auf eine wiedererkannte Situation zu reagieren, muss man ihm neue Erinnerungen geben. — Vielleicht ein Ansatz, die Wirkungsweise von Körperarbeit, Psychotherapie über den Körper, besser zu verstehen.

Jedes Individuum ist weit fähiger als es scheint zu sein. Es hat eine riesige Menge an verborgener (schlafender) Fähigkeit. Diese Fähigkeit wird unten gehalten. Sie ist da, aber in seinem gegenwärtigen Zustand ist es unfähig, sie zu benutzen. Eine Person ist tatsächlich ein geistiges Wesen, AUMAKUA, mit einer riesigen Menge an potentieller Fähigkeit. In seinem gegenwärtigen Zustand ist diese Fähigkeit von geistigen Barrieren unterdrückt. Ihre Existenz und Lokalisation sind dem Individuum unbekannt. Deshalb erscheinen sie so unangreifbar.

Bringen Sie jemand dazu, z.B. über diese Barrieren Bescheid zu wissen, so kann er sie nach ihrer Entstehungszeit, nach Platz, Form oder Ereignis sowie mit den damals verbundenen Gefühlen lokalisieren und daraus in neues Entscheiden Hier und Heute kommen. Dann werden die Barrieren verschwinden. Es gibt zahlreiche Techniken, und The Work ist eine besonders einfache und außerordentlich wirkungsvolle, die dem Individuum helfen, seine eigenen geistigen Barrieren im Spiegel der 5. Frage nach der Umkehrung zu erkennen. Diese Barrieren können nur bestehen, solange das Individuum nichts davon weiß.

Deshalb sind sie noch da. Das Individuum hat vergessen, dass es sie selbst als *Gegebenheiten* erschaffen und da hin gesetzt hat. Indem man das Individuum in die Lage versetzt, diese geistigen Barrieren zu lokalisieren und sich zu erinnern, ist es ihm möglich, die sie begründenden Gedanken und Gefühle aufzulösen und dadurch seine verborgenen Fähigkeiten wieder zu gewinnen.

Der Mensch ist ein geistiges Wesen. Der Mensch ist nicht ein Verstand oder ein Körper. Das geistige Wesen *hat* einen Verstand und bewohnt und kontrolliert einen Körper. "Verstand" lässt sich differenzieren: Es gibt ein Modell, das einen analytischen und einen reaktiven Verstand unterscheidet.

Der analytische Verstand besteht aus visuellen Bildern, entweder aus der Vergangenheit oder aus dem physikalischen Universum, überwacht und kontrolliert durch das Wissen des Oberen Selbst. Die Grundfunktion des analytischen Verstands ist Bewusstheit; man weiß, welche Schlüsse man zieht und was man tut. Er kombiniert Wahrnehmungen der augenblicklichen Umgebung, der Vergangenheit (durch Bilder) und Einschätzungen der Zukunft zu Schlussfolgerungen, welche auf die Realitäten von Situationen gegründet sind.

Der analytische Verstand ist der Verstand, der aus geistigen Bildern oder Erfahrungen der Vergangenheit, Gedankenströmen und Beschlüssen besteht, die das Individuum benutzt, um Fragen in der Gegenwart aufzuwerfen, zu analysieren und beantworten und für die Zukunft zu erschaffen. Er zieht seine Daten insbesondere aus dem Hippocampus. Der analytische Verstand beinhaltet die natürliche Fähigkeit des Individuums als Oberes Selbst zu entscheiden und wahrzunehmen. Er ist unfähig, sich zu irren, wenn er nicht irgendwie vom reaktiven Verstand gehindert wird. Sie haben vielleicht schon von Leuten gehört, die enorm komplexe Berechnungen in einer sehr kurzen Zeit mit einer ungeheuren Genauigkeit erstellen konnten. Das ist die Funktion des analytischen Verstands. Jeder einzelne Mensch hat dasselbe Potential. Wie auch immer, in seinem bestehenden Zustand wird er mehr oder weniger durch die Aktion seines reaktiven Verstands behindert.

Der reaktive Verstand legt den analytischen Verstand still, indem er falsche Daten und falsche Beschlüsse einschleust, weil er auf Beweise und Rechtfertigungen aus ist, nicht das Neue sehen kann; er reagiert nur. Das verursacht Fehler und das vermindert das Erfolgspotential einer Person. Der reaktive Verstand ist der Teil des Verstandes, der gänzlich auf einer Reiz-Reaktions-Grundlage (ein bestimmter Reiz löst eine bestimmte Antwort aus) arbeitet, der deshalb nicht unter der willentlichen Kontrolle der Person steht und der, reagierend, Kraft und Befehlsgewalt ausübt auf ihr Bewusstsein, ihre Vorhaben, ihr Denken, ihren Körper und ihre Handlungen.

Der reaktive Verstand besteht aus all jenen Erfahrungen einer Person, die Schmerz und Bewusstlosigkeit, Verlust und Missemotion enthal-

ten. Er zieht seine Daten aus dem Mandelkern. Die geistigen Barrieren sind in diesem reaktiven Verstand enthalten.

Die Anweisungen des reaktiven Verstands erzeugen in der Person, unvernünftig zu sein und sich zu klarem Denken unfähig zu fühlen. Das kann ihre Fähigkeit und ihr analytisches Vermögen so weit einschränken, dass sie ihre Fragen im Leben nicht vernünftig stellen, analysieren und beantworten kann. Er versorgt eine Person mit falschen Zielen, Vorhaben und Entscheidungen, die gegen das Überleben gerichtet sind. Der reaktive Verstand enthält Gegensätzlichkeiten, die die Person mit genau dem enden lassen, was sie nicht will. Zum Beispiel verliert er bei dem Versuch zu gewinnen. Bei dem Versuch Erfolg zu haben, versagt er.

Dieser Verstand kann Gegen-Entscheidungen gegen die Entscheidungen des analytischen Verstands der Person ausspielen und dadurch Probleme verursachen. Der reaktive Verstand hemmt ihre Fähigkeit, jede Handlung sinnvoll zyklisch zu beginnen, durchzuführen und zu beenden, wodurch er in einer Menge unvollständiger Handlungszyklen und vielen noch nicht begonnenen stecken bleibt. Er behindert ebenso ihre Fähigkeit, effektiv zu kommunizieren. Tatsächlich wird jegliche Unfähigkeit zur Kommunikation durch die Existenz des reaktiven Verstands verursacht. Er enthält geistige Barrieren, die ein Individuum behindern und solche Kommunikationsschwierigkeiten verursachen, wie Stammeln, Stottern. Sie erzeugen Wut oder Angst in Situationen, wenn eine Person mit verschiedenen Leuten kommunizieren will, insbesondere Leuten ähnlich zu Eltern, Lehrern, Vorgesetzten, eben weil Personen in "höheren" Positionen für sie Angst erregend sind. Er ist die Quelle aller Nervosität, Hemmungen, mangelndem Selbstvertrauen und der Unfähigkeit, zu kommunizieren.

Das Gehirn lernt immer, ununterbrochen. Es lernt eben auch, während ich mich einschwinde auf die alten Erlebnisse und Barrieren. Dem Organismus geht es um sein Überleben. Deshalb speichert er besonders bedrohliche Erlebnisse redundant ab. Die Erinnerung steckt nicht nur im Gedächtnis des Kopfes, sondern zugleich in vielen Bereichen des Körpers, z.B. als Dauer-Spannungen in Muskeln, Organen und Bindegewebe. Darum ist es so besonders hilfreich, beim Untersuchen von Gedanken immer zugleich in den ganzen Körper zu spüren und damit zu "sitzen", meint, achtsam zu werden auf das, was aus dem Körper als Antwort aufsteigt.

Wenn der eigentliche Witz des "biokulturellen Ko-Konstruktivismus" von Rösler und Baltes darin liegt, dass die Wechselwirkung unendlich reziprok ist — wer Musik besser wahrnimmt, weil er viel Musik gehört hat, macht auch bessere Musik; wer Terror erfährt, neigt hirnpfysiologisch

zum Terror; wer viel und regelmäßig seine virtuellen Viren löscht, wird geschickter im Ausbauen des virtuellen Immunsystems — dann gilt auch der Satz "wir sind was wir tun".

Ich kann mich entscheiden, in jeder Sekunde neu, meine Barrieren im Kopf zu erkennen und ich kann mich nun unterstützen lassen bei solchem Erkennen. Die Mailingliste-Liste lieben-was-ist der Work-Ausübenden ist solch ein Forum. Dort stellen die Teilnehmer ihre works hinein und die übrigen geben Hinweise zum Vertiefen. Jeder Leser bemerkt ständig "Ihr macht meine work". Was Byron Katie immer wiederholt wird erlebbar: "es gibt keinen Stress, es gibt nur Recycling der immer gleichen Vorwürfe seit Jahrtausenden". So erkenne ich meine Barrieren.

Diese meine Barrieren erkennen zu *wollen* ist zu meiner Liebe zu mir selber kein Widerspruch sondern eine Vertiefung. „Ich liebe mich so wie ich bin“ wird ja erst voll und rund, wenn ich mich in meiner ganzen Fülle erkenne und dazu gehört auch das, was ich in meiner früh gelernten Erzogenensprache „Barrieren“ oder „Mängel“ nenne. Die gehören doch zu mir als der, der ich jetzt bin. Indem ich liebevoll auf sie zugehe, gehe ich auf mich in allen meinen Potentialen zu.

Diese meine Barrieren erkennen zu *wollen* ist die Voraussetzung für ein Leben in Frieden und Zufriedenheit. Der Wunsch nach Frieden allein bleibt hohles Pathos. Frieden fängt zu Hause, im eigenen Herzen an. Erst wenn ich meine Barrieren erkenne und damit überwinde, kann ich bemerken, dass es zahllose Informationen gibt, zum Frieden zu kommen. Die kann ich zu meinem Wissen machen und Hippocampus und Mandelkern gelangen zu neuem Gleichgewicht.

The Work von Byron Katie ist für mich das einzige System oder eine Methode, die eine gleiche Idee von sehr vielen Methoden umsetzt, jedoch in einer besonders einfachen, perfekten Form, ohne psychologischen, philosophischen, metaphysischen, esoterischen Überbau — einfach die Untersuchung des momentanen Gedankens mit seinen Gefühlen.

Jenseits von allen therapeutischen Konzepten, einschließlich der modernen Verfahren, wie Familienstellen und was weiß ich, ist The Work von Byron ein Verfahren, was die bekannten Verfahren verfeinert hat. THE WORK wird sehr folgerichtig in dem Buch von Prof. Kriben Pillay "Radikales Erkennen" so darstellt: Therapie kann mit dem Sofa rücken im Gefängnis bezeichnet werden, während The Work einfach ein Bombe in das Gefängnis zu werfen bedeutet. Und diese Bombe wirft jeder selbst! Kann nur jeder selbst werfen! 4 Fragen und 1 Umkehrung.

Das liebe ich an The Work, weil es meinen Verstand einfach so

nimmt, wie er ist. Eine einfachen Struktur für den Verstand, die seinen Denker und seinen Beweisführer, die jeden seiner Gedanken und Gefühle, sein Bedenken und Beweisen samt Gegenteil, ernst nimmt und den Gedanken, das Gefühl so sich selbst auflösen lässt, noch im Verstand. Und mit dem meditativen Spüren bei jeder der 4 Fragen in die aus dem Körper aufsteigenden Gefühle dazu, wird auch das Bauchhirn beteiligt, so dass auch dort die Verhaltensmuster aufgelöst werden können – Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt.

Es erfordert nicht Jahre von Studium oder einen Berg Gelehrsamkeit. Es erfordert gerade mal die Ausrichtung auf wenige, einfache, perfekte Prinzipien, immer, sogar, wenn ich ganz innen ankomme. Ich liebe es wegen dieser Verstandes-Einfachheit, seiner absoluten Effizienz wie das Bewegen eines scharfen Messers durch eine Salatgurke. Ich denke daran, wie an etwas, das ich in meiner Hosentasche mit mir herumtrage. Es erfordert nicht, dass man sich an viel erinnern muss, oder, dass komplizierte Formeln abzuarbeiten wären.

Bleibe nur bei den einfachen Prinzipien, bis Du ganz zu Hause bist. Ich verwende es in dieser Weise. Es ist wie ein Rahmenwerk, das meinen Verstand entspannt sein lässt, und wo ich hineinhängen kann, was ich im momentanen Kontext als anstrengend erkennen kann, eine einfache Wahrheit, die leicht zu erinnern ist, von der aus und mit der leicht zu arbeiten ist.

Mein einziger Rat dazu ist, gehe dabei sehr, sehr sanft mit Dir um. In The Work geht es nicht um Selbstvorwürfe oder darum, sich zu verändern. Es geht darum, die Wahrheit zu finden, Du Deine, ich meine, jetzt. Byron Katie sagt "tue The Work nicht mit einem Motiv ..." (da will einer 'spirituell wachsen' oder 'Sinn in die Gefühle bringen' oder 'sich von negativer Energie freimachen') "... — tue The Work allein nur aus Deiner Liebe zu Deiner Wahrheit". Die Demut, das ist hier "mein Mut für mich als mein Eigner" (ahd. »dio« für Knecht und »muot« (Mut) für Gesinnung, Haltung), die ich in den Umkehrungen finde, kann so süß sein. Meine Umkehrungen sind manchmal wie ein Kissen, in das ich hineinweinen kann und ich kann die bewusst gewordenen Heimsuchungen von Schmerz, Angst, Leid erkennen als meine Freunde, Lehrer, Schutzengel.

Ich kann mich erkennen lassen, dass ein Gedanke, ein Gefühl, ein Glaubenssatz mit Argumenten verteidigt wird. Der Denker denkt, der Beweisführer beweist. Ich kann finden, das jeder Glauben, auch der schrecklichste, mit vielen, vielen Argumenten verteidigt werden kann. Wir führen Krieg, exekutieren Leute; sogar die mörderische terroristische Ak-

tion kann mit Argumenten verteidigt werden.

Seit ich The Work gefunden habe, ist es für mich ein sicheres Signal, wenn ich in mir Leiden oder Scham erlebe: Ich stecke in einer meiner Geschichten. Ein guter Anlass, The Work zu machen. Ich merke, wenn ich wirklich die Wahrheit wissen will, was ja durchaus nicht immer der Fall ist, dass dann das Leid, die Scham verschwindet. Was bleibt, das ist Mitgefühl, mit mir selbst und mit den anderen. Ich finde dann, wir sind alle unschuldig — wir alle tun das Beste, was wir können.

Ein Gedanke, ein Gefühl, ein Glaube ist nicht der Punkt, wo Wahrheit gefunden werden kann. In der Stille nur 'weiß' ich die richtige, beste, liebevolle Antwort. In der Weise erklärt sich mir der Unterschied zwischen Wissen und Weisheit — und auch Weisheit macht ein Spiel daraus. Denn in dem Spiel kann ich leicht die Wahrheit in Glaubenssätzen finden, die mich nicht verletzen und andere auch nicht. Aber, kommen die aus einem netten Konzept oder aus der Weisheit der Stille? Es gibt noch so viel zu erforschen. In den verletzenden Glaubenssätzen steckt die große Möglichkeit zur Klarheit über ihre Grundlage: Mit Konzept? Oder ohne — es passiert eben doch, manchmal, auch ganz reales Leid jetzt und hier.

Ich erkenne das Spielen der Weisheit auch, wenn dieses Gefühl von Versuch kommt, etwas zu packen oder zu konstruieren, was mir Sinn in die Welt bringt, und dann zu versuchen, meine Welt passend zu diesem Konstrukt zu machen. Und da kann mich The Work richtig ergötzen: Es ist solide Arbeit; aber wenn ich versuche, davon ein Ergebnis als Glauben festzuhalten, schlüpft es mir aus dem Griff und dreht sich womöglich um und beißt mich.

Dieses, für mich, ist Wahrheit und ein Stück weit Lösung, möglicherweise sogar Rettung. Ich habe The Work verwendet, um Klarheit in mir, besonders bei meiner Anhaftung an Wettbewerb, Konkurrenz, Maske, Stärke, Überlegenheit zu suchen. Diese Klarheit über mein eigenes Selbst hat das Gepäck erleichtert, das meine Abtrennung bewirkte, die ich ja nicht wirklich will. Diese Abtrennung, dieses Gepäck hatte ich in mich integriert durch die Erfahrung all der Spiele, die ich meinen Verstand zu spielen gelehrt habe von Säugling auf, weil es mir überlebenswichtig erschien.

Mir wurde durch das konsequente Anwenden von The Work offenbar, dass das Gepäck, meine Drumherumgeschichten, mich da zurückhält, wo ich eigentlich in offenem, liebevollem, furchtlosem Frieden leben will, mit keinem Wettbewerb, keiner Trennung, keinem Konflikt sein will.

Ich, das *Niedere Selbst*, will aber das Neue in einer jetzigen Situation

gar nicht mitkriegen, sondern ich halte mich an meiner Geschichte fest, suche eigensinnig die Ähnlichkeiten in früheren Situationen, wo ich erfolgreich die Not übergehen konnte, dem Locken der Selbstheilungskraft widerstanden habe. Ich krieche eigensinnig so tief ins Festhalten des Vorgestern, ins Träumen des Übermorgen, dass ich völlig 'außer mir' gerate. Ich lebe nicht mehr im Hier und Jetzt, wo doch allein mein Leben stattfindet, nicht eben, nicht nachher, nicht da oder dort. Gedanken sind immer Vergangenheit. Wenn ich die Alpträume der Vergangenheit untersucht und aufgelöst habe, gibt es nichts mehr in die Zukunft zu projizieren und eine wundervolle Zukunft wartet auf mich.

Nur jetzt, auf diesem Punkt Gegenwart zwischen Vergangenheit und Zukunft, dieser ungreifbaren Wirklichkeit zwischen Nicht-mehr und Noch-nicht will ich heiter, gelassen, mitfühlend und beherzt leben. Und wieder blitzt ein Paradoxon auf. Denn in diesem Punkt Gegenwart falle ich nicht in die grenzenlose Vereinzelung, sondern weiß mich geborgen in meinen Bindungen an Gestern und Morgen, Oben und Unten und meine Mitte. In selbstverantworteter Freiheit und grenzenloser Resonanz.

In dieser Sekunde beginnt der Rest meines Lebens! Und das Schöne an Gegenwart: In jeder Sekunde kann ich mich neu entscheiden. Und das Schöne an Vergangenheit: Sie ist vorbei; unabänderlich und unwiederbringlich! Und das Schöne an Zukunft: Sie verzweigt sich, zahllosen Zukünften entgegen! Warum erscheint es so schwer, mich in jeder als Handelnden zu erkennen? Warum habe ich das vergessen?

8.4 Maske aufsetzen

Ja, ich habe sogar gelernt, zeitweise zu vergessen, dass ich vergessen habe, wie entsetzlich verlassen, platt gemacht, zerstört, hassend, ekelig und unterdrückt ich mich gefühlt habe. Statt dessen hab ich geübt, mich kompetent, klug, schön und stark zu fühlen, vor allem, auch so zu erscheinen. Und ich habe geübt, selber zu den Unterdrückern zu gehören. "Ich bin königliche Majestät und Ihr seid Untertanen". Nie mehr Opfer sein, um alles in der Welt nicht!

Ein anderer hat, gerade entgegengesetzt, dieses Opferding kultiviert. "Ich bin klein mein Herz ist rein, darum sollst du tun was ich will" klingt es da — Gewalt, auch der Ohnmächtigen; eingeschnürt ins stahlharte Korsett ihrer Hörigkeit an Geschichten machen beide sich ihren Platz. Und den Umstehenden geht bei beiden Varianten innerlich und unbewusst das Nackenhaar hoch. Es gibt so viele Varianten wie Menschen, über 6 Milliarden.

Diese Mischung aus Schmerz, Angst, Wut, Hass, Ekel, Eigensinn und Lüge darf ich natürlich nicht zeigen; 'edel sei der Mensch, hilfreich und gut', meint der Dichter. Zusätzlich, im *Höheren Selbst*, weiß ich es ja, wie sich rechtschaffenes Leben lebt. Deshalb erscheint diese andere Ebene von Verhalten notwendig, die *Maske*. Ich zeige z.B. statt meines Jähzorns 'freundliche Geduld', statt Hass 'höfliche Nettigkeit', die gefletschten Zähne umgebe ich mit einem 'offenen Lachen', statt meiner Angst vor Kontakt werde ich 'ganz der liebevolle Papa'.

Wenn wir erkennen, dass wir mit unserer Umgebung in Konflikt geraten könnten, weil wir unserem *Niederem Selbst* nachgeben, sind wir vielleicht dennoch nicht bereit, die Folgen zu tragen, den Preis dafür zu zahlen. Auf diese Art kreierte das Unbewusste diese andere Schicht, die des *Masken-Selbst*, die unwahr ist und weder der ewigen Realität des *Höheren Selbst* noch der zeitlich begrenzten Realität des *Niederem Selbst* entspricht. Man könnte sie einen 'Schwindel' nennen, sie ist gestellt und unreal. Eben: *Maske*. "Das Gegenteil von gut ist gut gemeint", "Kunst, gut gemeint, ist Kitsch". Genauso die *Maske*, kitschig, lügenhaft, ein ekliger Geruch liegt im Raum. So mag die Volksweisheit entstanden sein, die ich im Schwarzwald hörte "Gutmütigkeit ist die Schwester der Liederlichkeit". Dieser Satz missbilligt den schlampigen Umgang mit sich selbst. Gutmütig folge ich dem Weg des geringsten Widerstands und werde damit weder mir noch dem Fordernden gerecht; letztlich sind alle Beteiligten unzufrieden.

Zum Beispiel befiehlt das *Niedere Selbst*, rücksichtslos hier einem

egoistischen Wunsch zu folgen. Es ist auch für minder intelligente Menschen klar, dass diesem Begehren nachzugeben, Kritik, Zurückweisung und Missfallen durch andere bedeutet. Das will keiner. Statt den Egoismus in einem langsamen, liebevollen Entwicklungsprozess zu überwinden, beschließen wir, so zu handeln, als wären wir selbstlos, bleiben aber tatsächlich das Gegenteil. Wir fühlen es! Wir hassen es, dazu gebracht zu werden, gegen die Wünsche unseres *Niedereren Selbst* zu handeln. Doch wir fühlen uns verpflichtet, nicht unserer niederen Natur entsprechend zu handeln. Aber wenigstens in diesem einen Punkt überwiegt sie noch. Und wir hassen es, dazu gebracht zu werden, gegen die Wünsche unseres *Höheren Selbst* zu handeln. Das Nachgeben und der Edelmut sind lediglich Täuschung, nicht vereint mit dem Fühlen.

Anders ausgedrückt: Das richtige Handeln wird absolut nicht durch entsprechend lauterer Fühlen unterstützt, was mich deshalb mit mir im Streit liegen lässt. Statt meine Handlung frei zu wählen, wird die richtige Tat zu einem Akt der äußeren Notwendigkeit. Der Preis steht noch aus. Denn es kann sein, dass ich etwas gebe, obwohl ich nicht will. Und ich bleibe nicht nur so egoistisch wie eh und je meiner inneren Überzeugung wegen, sondern bin obendrein meiner tiefsten Natur untreu. Ich vergewaltige also doppelt meine Realität, ich lebe eine Lüge. Ja, ich gründe alle meine Beziehungen zu mir, zu den Menschen um mich herum auf Lügen.

Bei Workshops zu *Niedereres Selbst* und *Maske* war es eindrucksvoll, wie viele dieser klugen Menschen, teilweise schon seit Jahren in der Pfadarbeit geübt, immer wieder darauf bestanden, sie verstünden nicht, was sie da in diesem Workshop tun, sie machten wohl alles falsch. Sich *Maske* oder *Niedereres Selbst* bewusst zu machen, ist eine Höllenarbeit. Am Lack der *Maske* zu kratzen ist peinlich. Denn unmittelbar treten die sperrigen Teile des *Niedereren Selbst* in die Erkenntnis. Das ist noch viel peinlicher und nicht nur das, die lange vor mir verborgenen schwarzen Gefühle und Gedanken treten auch mit ihren Kräften ins Bewusstsein. Angst, Stolz und Eigensinn, das Dreierpack, die explodieren geradezu.

So ist mal die *Maske* entstanden: Irgendwann kam ich durch das Verhalten eines Menschen, gewöhnlich ein Zentralsozialpartner, Mama, Papa, auf die Idee, die sich dann zum Glaubenssatz verfestigt hat, ich sei verletzlich, sei nicht liebenswert, sei so jedenfalls unannehmbar für meine Leute, weil meine Identität nicht der ihren entsprach, weil sie mich zwar herzlich als Gast begrüßt haben — aber nur unter ihren Bedingungen.

Und dann hab ich einen Vorhang zugezogen, in der Art, wie es mir diese Zentralsozialpartner vorgemacht hatten, einen Vorhang aus Nettig-

keit, aus Kontrolle, aus Unnahbarkeit. Ich habe mich mit ihnen identifiziert. Später hab ich gemerkt, dass das noch nicht reicht, also hab ich zur Nettigkeit noch Unterwürfigkeit gepackt, habe mich in Besänftigung und Selbstverleugnung geübt. Zusätzlich zur Kontrolle hab ich gelernt: Aggressivität und Herrschsucht. Und zur Unnahbarkeit noch Gleichgültigkeit und zynische Distanzierung.

Die *Maske* ist immer eine Verzerrung der echten Eigenschaften des *Höheren Selbst*. Wir zehren von unseren eigentlichen Stärken — Gelassenheit, Macht, Liebe — um Imitationen zu fabrizieren, die andere von der vermuteten Verletzlichkeit des *Höheren Selbst* fernhalten sollen.

Die Angst verzerrt echte Liebesfähigkeit zu Unterwürfigkeit und Abhängigkeit (Maske der Liebe). Der Eigensinn verdreht die wahre Macht zu Aggression und Kontrolle (Maske der Macht). Der Stolz entstellt Gelassenheit zu Distanz und Rückzug (Maske der Gelassenheit). Angst, Eigensinn und Stolz treten immer im Dreierpack auf.

Da sich das Maskenverhalten unangenehm anfühlt, gehen ihm die Anderen aus dem Wege. Die Ablehnung der *Maske* verlangt nun, deshalb, nach einer noch vollkommeneren *Maske*, um den Schmerz der Zurückweisung zu vermeiden. Ein Teufelskreis. Die *Maske* ruft genau die Ablehnung hervor, die ich am meisten fürchte, wodurch die Glaubensgeschichten über die ursprünglichen Verletzungen des Anfangs immer wieder neu inszeniert werden, solange, bis ich mich zur Auflösung, zum Loslassen solcher Glaubenssätze hinführe — unergründliche Selbstheilungskraft des Organismus, Liebe des Universums zu sich selber.

Die *Maske* versagt zwangsläufig und ruft mehr Elend hervor als sie verhindern sollte, weil sie auf der Fehlannahme beruht, wir könnten die Unvollkommenheiten, Enttäuschungen und Zurückweisungen vermeiden, die für uns Menschen hier auf Erden typisch sind. Akzeptieren wir deren Existenz und lassen wir die menschlichen Schmerzen, Mängel und Kämpfe gefühlsmäßig zu, so lockern wir die Bindung an die *Maske*.

8.5 Kinder

Der Biologe A. Portmann beschreibt Kindheit so: "... Unsere erste Wachstumsperiode vor der Pubertät gliedert sich in zwei Epochen, davon eine verlangsamt nach dem stürmischen Erstjahr. Es zeigt sich, dass diese Verlangsamung in der Phase, die man zuweilen als die exosomatische Vererbung der endosomatischen gegenüberstellt, ihren biologischen Sinn in der Übernahme eines gewaltigen Traditionsgutes hat. Die Anthropoidenforschung hat gewisse Entsprechungen dieser Art im Bereich der höheren Primaten gezeigt. Auch deren Entwicklung beruht auf einer Verlängerung des Jugendalters und des intensiven Kontaktes der Kinder zu den Eltern sowie und vor allem zu der gesamten Gruppe.

Diese frühe Entwicklungsperiode steht im Zeichen einer völlig anderen Weltsicht als diejenige, die sich nach der Pubertät stürmisch in uns entfaltet. Es ist die primäre Welt, in der das traumhafte Erleben, das Gefühlsleben, dominiert. In ihr beherrscht die Wahrheit der Sinne unmittelbar das Feld. Nur sehr langsam bricht die rationale Einsicht in diese dem unmittelbaren Sinn entflozene Wirklichkeit ein. Die Entwicklung in die sekundäre Welt ist ein Teil jenes viel besprochenen Prozesses der Entfremdung vom ursprünglichen Naturzustand. Dieser Prozess ist im Gegensatz zu den Annahmen mancher Soziallehren nicht umkehrbar. Das hat bereits Rousseau klar erkannt, während Marx es nicht sehen wollte und die Hoffnung hatte, dass wir durch eine Spirale in der späteren Sozialentwicklung auf höherer Ebene wieder in den ursprünglichen Zustand zurückversetzt werden könnten. ..."

Das mag wohl sein, denn es gibt kein Zurück, runter von höherer Komplexität einer höherer Ordnung oder aber nur durch Entropiezunahme, also durch Zerstörung. Allein in einer Individualentwicklung, so scheint es uns zur Zeit, nicht als Gesellschaft, können wir diesen Prozess weiterführen in einen höheren Zustand. Jedoch ist solche Entwicklung viel leichter, wenn ich mich aufgehoben und unterstützt weiß in einem Netzwerk von Gleichgestimmten.

Dieser Biologe hängt genauso wie die überwiegende Mehrheit der Kinderpsychologen dem Glauben an, das, was Jean Piaget das magische Denken bei Kindern nannte, sei etwas Falsches, das der Entwicklung von rationalem Denken Platz machen müsste. Ganz anderen Zugang hat J. C. Pearce dazu gefunden²⁴⁰. Kinder sind keine unfertigen Erwachsenen, die

240 Joseph Chilton Pearce "Die eigenen Welt des Kindes – Aufwachsen nach innerem Antrieb" Hamburg, 1980. Auch "Die magische Welt des Kindes und Aufbruch der Jugend", "Neue Kinder – Neue Eltern

wir möglichst schnell in unsere Sicht von Wirklichkeit hineinzwängen sollten. Ihre Phantasie, ihr Spiel, ihr Träumen ist keine Flucht vor der realen Welt: dieses "magische" Denken befähigt das Kind erst dazu, seine naturgegebenen Fähigkeiten zu entwickeln und in der spielerischen Auseinandersetzung mit der Welt seine eigene Wirklichkeit zu erfahren und zu gestalten und es ist die Grundlage für das spätere logische Denken. Wir werden geboren mit der existentiellen Gewissheit, dass uns das Leben mit Vollkommenheit ausgestattet hat und dass wir uns lieben können, wie immer wir sind. Aber die Erwachsenen unserer Kindheit hielten uns nicht für Menschen, sondern für "Kinder", die erst zu Menschen gemacht werden müssen. Unsere Identität, unsere Träume, unsere Harmonie, unsere Selbstliebe zerbrachen. "Wir werden als Götter gezeugt, als Menschen geboren und zu Kindern gemacht. Es dauert dann oftmals ein ganzes Leben, bis wir begreifen, dass wir keine Kinder sind" ²⁴¹(

Wir werden als vollwertige Menschen geboren. Nur weil unsere Erzieher irgendwann dieses magische Denken und diese große Spannweite der Empfindungen, von zärtlich, verspielt über neugierig, ideenreich bis zu trotzig, wütend, nicht mehr ertragen wollten, haben wir überlebensklug einen Vorhang davor gezogen. Wenn Menschen, z.B. durch Psychotherapie oder auf einem der tausend anderen Wege zu sich selbst zu kommen, wieder zum Bewusstsein ihrer ursprünglichen Fülle ihrer Menschlichkeit zurückkommen, dann landen sie da, wo sie sich dies abgeschnitten hatten, in der Kindheit. Daraus entstand dieser eigentlich unsinnige Begriff vom *Inneren Kind* für die unverstellte Menschenhaftigkeit.

Der Begriff 'Kind' gehört größtenteils auch in die Kategorie *Maske*. Er ist hier für das *Innere Kind* eigentlich völlig falsch, nur Ausdruck der Tradition der Erwachsenen-Sicht. Die Menschenrechtsbewegungen nennen diese Tradition "Adultismus" (engl. adult = Erwachsener). Mit Adultismus werden Vorurteile gegenüber einer Person oder einer Personengruppe aus Gründen des Alters bezeichnet. Der Begriff bezieht sich insbesondere auf die Altersdiskriminierung von jungen Menschen, meistens durch Erwachsenen gegenüber Jugendlichen und Kindern: „Du bist zu jung, um das zu verstehen“ oder „Warte bis du älter bist!“ sind Äußerungen, in denen Adultismus zum Ausdruck kommen kann; nicht ernst nehmen, nicht entscheiden lassen und Bevormundung. Alle Menschen, zumindest unserer patriarchalen, abendländisch-westlichen Welt, erleben das, wenn sie jung sind und viele betrachten es als alltäglich. So kann Adultismus junge

241 <http://www.powerscout.net/newsletter.html> Stand:120329 (aus dem ERMÄCHTIGUNGSSEMINAR, von A. Winter, Autor von „Heilen durch Erkenntnis“ - Heilen ohne Medikamente - wie Krankheiten durch Erkenntnis einfach wieder verschwinden

Menschen darauf konditionieren, alle weiteren Diskriminierungsformen (Rassismus, Antisemitismus, Sexismus, Alten- und Behindertenfeindlichkeit etc.) zu akzeptieren bzw. selbst auszuüben.

In der Mailingliste "lieben-was-ist" fand ich diesen Beitrag:

liebe liste,

auf anregung von anyma habe ich nun mal einen work-arbeitsblatt über erwachsene aus meiner sicht als kind zusammengestellt. war ganz schön schwer zu trennen, zwischen meinen echten damaligen gefühlen als kind und meiner heutigen einstellung als erwachsener gegenüber kindern.

(1) Wen oder was magst Du nicht? Wer oder was ärgert Dich? Wer oder was macht Dich traurig oder enttäuscht Dich?

Ich bin ärgerlich auf die Erwachsenen, insbesondere meine Eltern, weil sie:

- mich nicht ernst nehmen, mich nicht für vollwertig ansehen.
- über mich lächeln und mich "süß" finden, wenn ich mich mit feuer-eifer für etwas begeistere oder weine, weil ich so schrecklich traurig bin.
- versuchen, die dinge für mich zu regeln (z.b. beim streit mit freun-din deren eltern einschalten) und mich damit dumm dastehen las-sen.
- mich dick in rosa watte einpacken und von allen schlechtigkeiten dieser welt fernhalten wollen und mich damit auch vieler erfah-rungen beschneiden
- mich vor anderen erwachsenen vorführen (z.b. mit "hast du auch lieb danke gesagt?")
- mich in eine schublade stecken mit äußerungen negativer und posi-tiver art wie "du bist frech /kratzbürstig /intelligent /zuverlässig" anstatt mich einfach wahrzunehmen
- mir gewissensbisse verursachen ("da sind wir aber jetzt traurig")
- manchmal nicht auf mich reagieren, wenn ich was erzähle

(2) Wie sollen sie sich ändern? Was willst Du von ihnen - was sollten sie tun? Ich will, dass die erwachsenen:

- mich ernst nehmen und wie einen vollwertigen, kompetenten men-schen behandeln
- nicht mehr über mich lächeln wenn ich ernst oder traurig bin
- mir beistehen in schwierigen situationen, und mir hilfe zur selbsthil-fe geben, mich die dinge aber selbst regeln lassen, oder mir ein-fach nur in meiner trauer beistehen, ohne diese wegmachen zu wollen.
- mich mein leben leben lassen mit allen höhen und tiefen
- mich einfach wahrnehmen in meinem DA-SEIN.

- mir keine gewissensbisse mehr verursachen.
- mir zuhören

(3) Was genau sollten sie tun oder nicht tun, sein, denken oder fühlen? Welchen Rat hast Du für sie? Die Erwachsenen sollten oder sollten nicht:

- sollten mich ernst nehmen
- sollten meine kindliche kompetenz anerkennen
- mich nehmen und lieben wie ich bin
- mich wie einen vollwertigen menschen behandeln
- sich nicht über mich lustig machen
- mich mein leben leben lassen
- mich die dinge tun lassen, wie ich meine, dass ich sie tun muss und mir weder erklären, dass das was ich tue nicht gut ist, noch es für mich tun wollen (es sei denn ich bitte sie darum)
- nicht mit anderen von oben herab über mich sprechen
- nichts mich betreffendes über meinen kopf hinweg entscheiden

(4) Brauchst Du etwas von ihnen? Was sollen sie Dir geben oder für Dich tun, damit Du glücklich bist? Ich brauche von den Erwachsenen, dass

- sie mich lieben und anerkennen, wie ich bin mit allen meinen guten und schlechten eigenschaften
- sie mich ernst nehmen
- alle meine gefühle anerkennen
- mich sein lassen, wie ich bin
- sie mich für voll nehmen
- sie meinen wert erkennen
- sie mir zuhören
- sie mich „sehen“
- sie mich nicht nur für meine guten leistungen mögen
- mich nach meiner meinung fragen und nicht vorschnell urteilen

(5) Was denkst Du über sie? Mache eine Liste. Die Erwachsenen sind:

- sehr wichtig für mich
- manchmal ganz schön schwierig
- zuweilen arrogant, überheblich, ignorant und besserwisserisch
- leben in einer anderen welt als ich
- oft schuld an meinen schlechten gefühlen (z.b. gewissensbissen oder wut)

(6) Was willst Du mit dieser Person oder Sache oder welche Situation willst Du nie wieder erleben? Ich will nie wieder erleben oder Ich weigere mich, wieder zu erleben, dass die Erwachsenen:

- mich nicht ernst nehmen
- sich über mich lustig machen
- mich be-werten ohne mich wirklich wahrzunehmen

- mich als ihr produkt betrachten
- mich anhand meiner leistungen beurteilen.

Und dazu auf die work zum ersten Satz in dem Fragebogen eine Antwort eines anderen Listen-Teilnehmers:

Hier ganz spontan (meine) Umkehrungen des ganzen Satzes:
"die leute nehmen mich manchmal nicht ernst, sollten es aber tun".

Ich nehme mich manchmal nicht ernst, sollte es aber tun.

Ich nehme die Leute manchmal nicht ernst, sollte es aber tun.

Ich nehme die Leute manchmal zu ernst, sollte es aber nicht tun.

Ich nehme mich manchmal zu ernst, sollte es aber nicht tun.

Mir ist noch eingefallen: vielleicht nehmen die Leute mich gerade dann nicht ernst, wenn ich mich selber grad zu ernst nehme?

Und noch eine kleine Phantasieumkehrung:

Ich gebe (= Gegenteil von nehme) mich manchmal zu ernst, sollte das aber nicht tun.

Zu 'Kindern' wurden wir erst durch erzogene Erwachsene gemacht, ein uraltes Verhaltensmuster in den meisten Gesellschaften. Die Menschenwürde ist unantastbar — nur nicht bei Kindern? Laut Wohnungsbau-DIN-Norm ist die Fläche eines Kinderzimmers kleiner als laut Tierschutz-Bestimmungen die für den Zwinger eines Schäferhundes. Eine Erzieherin verdient weniger als ein Tierpfleger im Frankfurter Zoo. Was sind dieser Gesellschaft ihre Kinder wert?

Wir sind eine Gesellschaft, die in triviale Maschinen verliebt ist. Sagt ein Kind "2x2 = grün", so schicken wir es in die Trivialisierungsanstalt, in das Teilzeitgefängnis Schule, damit es lernt, immer zu glauben "2x2 = 4". Und wir sind glücklich, wenn es dabei zum guten Mitarbeiter, Bürger und Steuerzahler wird. Menschen passen sich an die pädagogische Umgebung an und weisen es — aus Verantwortung für sich selbst — mehr und mehr zurück, für sich selbst verantwortlich zu sein, bis sie schließlich selbst glauben, dass sie nicht für sich selbst die Verantwortung tragen *können*.

In www.amication.de oder im Buchladen-PC unter "Autor: Hubertus v. Schoenebek"²⁴² findest Du reichlich Material dazu. Und natürlich haben auch viele andere Kluges dazu geschrieben. Deutlich wird dabei, dass nicht grundsätzlich oder immer der Säugling und das Kleinkind in eine Opferrolle hineinwächst. Sich so zu sehen ist eine persönliche Entscheidung. Einige Menschen bleiben freie Selbstverantworteter. Doch erzogen zu werden von Erzogenen bedeutet in der Regel Unterdrückungserfahrung und

242 http://www.amication.de/hubertus_von_schoenebeck_-_zur_person.htm

— überlebensklug — das Übernehmen einer Opferrolle.

Konflikte kommen im Alltag oft vor. Selbst wenn man sich in Konflikten mit Kindern nur zehnmal am Tag durchsetzt, dann sind das 3650 Steine, die im Lauf eines Jahres in den Weg eines Kindes gerollt werden. Bei 18 Kinderjahren sind das 65 700 Steine, bei beiden Eltern 131 400, hinzu kommen Verwandte, Bekannte, Erzieher, Lehrer: rund 200 000, vielleicht sogar eine viertel Million Steine warten auf jedes Kind, Behinderungen, Niederlagen.

Es gibt kein Patentrezept, wie sich dieser riesengroße Steinhaufen verringern lässt. Unzählige Steine sind die Realität jedes Kindes. Sie sind mal kleiner, mal größer, in jungen Jahren mehr, später weniger — aber sie sind da. Muss ein Stein, müssen alle diese vielen Steine nicht nur behindernd, sondern auch noch giftig sein? Behaftet mit dem seelischen Gift "Sieh das ein! Das kannst Du nicht richtig beurteilen! Ich bin für Dich verantwortlich! Ich weiß es besser als Du!" Dieses Gift gibt es in der erziehungsfreien Beziehung nicht, auch nicht im Konfliktfall.²⁴³

Viele bewegende Bücher zu dieser Not der Erzogenen schrieb Alice Miller und hat Arno Gruen geschrieben. Vor einiger Zeit hörte ich ein Interview mit ihm anlässlich seiner jüngsten Bücher "Der Fremde in uns" und "Der Kampf um die Demokratie — Der Extremismus, die Gewalt und der Terror". Das meiste davon passt hierher:

Empathie, die Fähigkeit zum Mitgefühl, entwickelt schon der Fötus; es ist eine der Funktionen des neuromuskulären Systems. Die EEGs von Müttern und ihren Neugeborenen zeigen, dass beide Hirne in Resonanz schwingen. Doch bald bricht über den neuen Menschen die Erzogenheit seiner Zentralsozialpartner herein. In bester Absicht, ganz unschuldig und voll guten Willens tun sie mit dem Kind, wie sie es als Kind von ihren Eltern selbst erlebt hatten und so als Verhaltens-Modell unbewusst für das jeweilige Alter gespeichert haben. — Und diese Kinder behandeln dann wieder ein Leben lang sich selbst so, wie sie es von den Eltern gewohnt waren. Und dann ihre eigenen Kinder. Diese Kette zu unterbrechen, das kann jeder nur für sich selber.

Genauso wie den Eltern nach deren Geburt geht es jetzt für diesen neuen Menschen um das Überleben der Unterdrückung. 5000 Jahre patriarchale Tradition. Es geht um Erwachsenen-Macht und Erhalten des Status quo, und nicht nur in vielen Familien. Bis in die siebziger Jahre war es in Heimen gängige Praxis, die jungen Menschen massiv zu quälen und

243 Hubertus von Schoenebeck: "Kinder der Morgenröte", Taschenbuch-Ausgabe 2004. 142 Seiten.
EUR 9,80

zu demütigen – die Mannschaften aus den Nazijahren waren ja noch aktiv und sie konnten die jüngeren Erzieher dort lange dominieren.

Erst heute haben einige Opfer ihre Traumatisierungen soweit bearbeitet, dass sie sich laut äußern können und beginnen, sich in Selbsthilfegruppen zusammenzuschließen. Erst heute gibt es dazu Veröffentlichungen²⁴⁴.

Zum Beispiel die von Dietmar Krone "Albtraum Erziehungsheim - Die Geschichte einer Jugend". Alles, was er darin beschreibt, ist mir dem Geiste nach bekannt, wenn diese Haltung in meiner "gutbürgerlichen" Familie und meinem humanistischen Gymnasium auch in ganz anderen Formen auftrat. Michael-Peter Schiltsky schrieb "Kann man leise schreien?" Zitat: "Dietmar Krone – Jahrgang 1954 – hatte Jahrzehnte in sich verschlossen, was nun in seinem Buch "Albtraum Erziehungsheim – Die Geschichte einer Jugend" nachzulesen ist. Beschrieben wird eine Kindheit und Jugend in der Zeit des deutschen Wirtschaftswunders. Das unerwünschte Kind wird von der Mutter – einer ehemaligen BDM-Führerin – auf den Dachboden verbannt, zu Kinderarbeit gezwungen, von Liebhabern der Mutter brutal geschlagen. Als er eines Tages, knapp 12 Jahre alt, bei der Arbeit zusammenbricht, wird die Fürsorge eingeschaltet. Die "Fürsorgeschwester" hat aber an dem Kind mehr auszusetzen als an der das Kind misshandelnden Mutter.

Er findet Hilfe in einer religiösen Gemeinde und freundet sich mit einem Mann an, zu dem er sich hingezogen fühlt, der ihm zu helfen versucht, der ihm menschliche Nähe vermittelt. Die Mutter zeigt den Mann als Kinderschänder an, es kommt zur Verhaftung mit dem Ergebnis, dass es nach der einschüchternden Vernehmung des Kindes heißt: "Im Namen des Volkes ergeht folgender Beschluss: ... wird auf Grund sittlicher Verwahrlosung bis zur Vollendung seines 21. Lebensjahres in ein geschlossenes Erziehungsheim überstellt. Es wird Fürsorgeerziehung angeordnet." Damals wurde man mit 21 Jahren volljährig. Das Opfer jahrelanger Vernachlässigung und Misshandlung durch die Mutter wird zum jugendlichen Kriminellen ohne Schulbildung abgestempelt. Nicht die erforderliche,

244 Seit Anfang 2006 Peter Wensierskis Buch "Schläge im Namen des Herrn" erschien, in dem der Journalist Bericht ablegt über die unfassbaren Zustände in den Kinderheimen der frühen Bundesrepublik bis in die 70er Jahre, gleich ob konfessionell oder staatlich. Es wird endlich thematisiert, was bisher einfach verdrängt wurde: die Menschenrechtsverletzungen in der frühen Bundesrepublik. Wensierskis Buch ist eine Sammlung des Grauens, der Erinnerungen von unzähligen Heimkindern, die an Leib und Seele regelrecht gefoltert worden waren von Erziehern, die ganz selbstverständlich in dem Glauben lebten, mit unerbittlicher Härte das Richtige für ihre Schutzbefohlenen zu tun. Alles im Namen einer schwarzen Straf- und Besserungspädagogik, generiert im 19. Jahrhundert und "verfeinert" durch die Nationalsozialisten. . Peter Wensierski, "Schläge im Namen des Herrn", 2006, Spiegel-Buchverlag/DVA

schützende Hilfe, sondern die Bestrafung des Opfers wird angeordnet.

Was dann über Jahre im Jugenderziehungsheim Viersen-Süchteln unter der Leitung eines ehemaligen HJ-Führers folgt, ist ein Martyrium. Erziehung durch Demütigung, erzwungene Arbeit, eingesperrt werden in einer Dunkelzelle, bis hin zu schwerster Körperverletzung und schließlich in einer Zwangsjacke die Überführung des Schwerstverletzten in die Psychiatrie. Dort geht die Tortur erst weiter. Fixierung am Bett, ruhig stellende Medikamenten-Vergabe im Überfluss. "Wir sind hier schon mit ganz anderen Verbrechern fertig geworden." Man erinnert sich an die damals noch gängigen Sprüche: "Unter Adolf ...". Der Schoß war fruchtbar noch aus dem das kroch.

Doch schließlich kommt Hilfe durch einen Pfleger und einen Arzt. Nach einigen Monaten wird mit Hilfe eines Anwalts bewirkt, dass Dietmar Krone nicht mehr ins Erziehungsheim zurück muss. Mit inzwischen 19 Jahren geht er nach West-Berlin. Es beginnt, mit den zu erwartenden Anfangsschwierigkeiten, ein selbstbestimmtes Leben, das aber bis heute geprägt ist von dem ihm damals zugefügten Leid.

Bemerkenswert ist, dass Dietmar Krone sein Buch mit einem Bericht über die verlorenen Kindheit einer Frau beendet, die nicht im Heim gewesen ist. Auf diese Weise wird deutlich, dass allgemein die "Fürsorge" in der deutschen Wohlstandsgesellschaft der damaligen Zeit häufig weder für die Bedürfnisse von Kindern einstand, noch sich um deren Menschenrechte gesorgt hat.

Ein geflüstertes Buch, das vom Leid schreit, schnörkellos, eine unmissverständliche Anklage gegen eine "fürsorgende" Gesellschaft, die "Fürsorge" mit Demütigung, Beschimpfung, erzwungener Arbeit und schwerer Körperverletzung, das heißt, mit Menschenrechtsverletzungen praktizierte.

In einem Interview sagte Dietmar Krone: "Warum das alles eigentlich? Ich wollte doch nur Liebe, Wärme, auch Körperwärme, die einem Kind zustehen sollte."²⁴⁵

Bei Caritas und Diakonie will man angeblich nicht wissen, was jahrzehntelang unter ihrer Verantwortung geschehen ist. Dabei liegen die letzten dieser Fälle gar nicht so lange zurück. So wurden Kinder im "St. Joseph-Haus" in Seligenstadt noch 1992 blutig geschlagen. Und im katholischen Stift zu Eisingen bei Würzburg wurden sie noch im Jahr 1995 bei-

245 Dietmar Krone "Albtraum Erziehungsheim - Die Geschichte einer Jugend"; 1. Auflage 2007_04; Engelsdorfer Verlag; ISBN-10: 3-86703-323-4

spielsweise zur Strafe in Badewannen mit kaltem Wasser gesteckt.

Von 1945 bis etwa 1970 wurden die schlimmsten Pädagogikvorstellungen der Nazi-Zeit in der kasernierten Fürsorgeerziehung nahezu ungebrochen fortgesetzt. Erst die "Heimkampagne" der Apo und vereinzelt, auch von Ulrike Meinhof unterstützte "Befreiungsaktionen" leiteten Reformen ein.

Auf einer Tagung über katholische Heimerziehung beschrieb 1959 der Frankfurter Jesuitenpater Karl Erlinghagen seinen Brüdern und Schwestern Erziehern, mit wem sie es in den Heimen zu tun hätten: "Die Menschen, die Sie vor sich haben, seien sie nun Psychopathen, seien sie kriminell, seien sie irgendwie sinnesgeschädigt, auch ganz normal, diese Menschen leiden unter dem gleichen Fluch der Erbsünde, unter dem die ganze Menschheit leidet." ²⁴⁶

Es geht dem Neugeborenen um selbstverantwortete Anpassung und dafür ist das Kleinkind perfekt ausgestattet. Das Hirn wächst besonders schnell im ersten Lebensjahr. Dabei entwickelt es feste Bahnungen für jede erfolgreiche Bewältigung und baut viele der angeborenen Bahnungen ab, weil die unbenutzt bleiben. Und so nehmen diese Kinder sich ein Modell vom Leben von ihren Eltern, die ja, gesellschaftlich konform, sich nicht im Körperlichen selbst wahrnehmen mögen, sondern 'normal' sein wollen, sich als statistischer Fall innerhalb einer statistischen Population verstehen. Die Eltern wollen das Beste für ihre Kinder, in aller Liebe und Unschuld — sie wussten es nicht besser. Und als Erwachsene glauben diese Kinder, sie seien 'verletzt' worden — sie nehmen die Opferrolle, statt sich ihrer Anpassungsleistung zu freuen und für ihr Heute unverdrossen neu- und umzulernen.

Das Neugeborene ist in einer Weise sensibel und ist mit einer Sinnesstärke ausgestattet, wie wir Erwachsene sie uns kaum vorstellen können. In der Medizin und den Neurowissenschaften beginnen dazu erst die Forschungen. So ist z.B. der Geschmackssinn dreihundertmal empfindlicher als der von Erwachsenen. "Etwas mit der Muttermilch lernen" ist völlig real, weil Muttermilch ja kein Standardsaft ist wie die Molkereimilch oder gar wie eine Kinder-Trockenmilch. Die Muttermilch lässt das Kind zu jeder Zeit die Reaktion der Mutter auf eine Lebens-Situationen schmecken als Änderung ihres Blut-pH-Wertes oder der Ausschüttungen der Hormonsysteme.

Wir wissen, dass Neugeborene nur sehr, sehr verschwommene Bilder

²⁴⁶ <http://wissen.spiegel.de/wissen/dokument/dokument.html?id=27163301&top=SPIEGEL> (Stand: 16.8.08)

wahrnehmen. Wir wissen aber auch, dass sie es 30 Minuten nach ihrer Geburt eher vorziehen, Bilder des menschlichen Gesichts zu betrachten, als andere gleichwertig komplexe Bilder. Neugeborene können sehr bald Fotos ihnen vertrauter Menschen unterscheiden von denen Fremder. Es scheint also, dass wir geboren werden mit der Fähigkeit, Gesichter wahrnehmen zu können.

Schon vier Monate alte Babys können Gesichtsausdrücke interpretieren, haben britische Forscher beobachtet: Wenn jemand Blickkontakt mit den Kleinen aufnimmt, werden bei ihnen bereits die gleiche Hirnregionen aktiv, die auch bei Erwachsenen auf soziale Signale wie beispielsweise ein Lächeln reagieren. Aufgrund dieser Erkenntnisse glauben die Forscher, dass Babys möglicherweise bereits mit der Fähigkeit zur sozialen Interaktion geboren werden.

Wenn Kinder ein Jahr alt sind, erreichen sie nahezu die Sehschärfe eines Erwachsenen. Sie können Farben, Objekte, Tiefe und Bewegung konstruieren. Die visuelle Intelligenz ist also ziemlich gut entwickelt mit einem Jahr. Erst danach beginnen Kinder Worte zu lernen. In gewisser Weise verbringen wir den ersten Teil unseres Lebens mit anfassen, in den Mund nehmen, mit Händen und dem ganzen Körper zu "begreifen" und damit zu lernen, wie man die visuelle Welt konstruiert. Erst danach beginnen wir, die visuelle Welt zu *benennen*²⁴⁷. Wir beginnen, Bewusstsein in Sprache zu übersetzen. Und leider halten die Erzieher das dann für Intelligenz.

Das Neugeborenen-Hirn hat noch Querverbindungen zwischen den Sinnen. Etwa 7 % der erwachsenen Menschen bewahren das als Synästhesien²⁴⁸. Zahlen als Farben, Buchstaben als Klänge - alles ist möglich. Für Babys, die noch nicht zu abstrahieren oder objektivieren gelernt haben, heißt das: Jeder Sinnesreiz wird als ein die ganze Person und seine Welt Umfassendes erlebt und nicht abstrahiert als 'ich sehe dich' oder 'ich habe Bauchweh'. Die Welt und sie darin, für uns "normale" Erwachsenen kaum vorstellbar, kann ihnen also als brüllend, flackerndes Chaos erscheinen. Auch das Erleben von Kindern, unter denen bis zur Pubertät noch rd. 17% Synästhesisten sind und die noch in einer magischen Welt leben, ist

247 Donald D. Hoffman: "Intelligenz – Wie die Welt im Kopf entsteht" Klett-Cotta, Deutscher Taschenbuch Verlag.

248 Am häufigsten werden bei Synästhesien durch akustische Eindrücke (Töne, Wörter) zugleich optische Erscheinungen (auch farbig: Farbenhören) miterregt oder es werden umgekehrt auch durch optische Wahrnehmungen zugleich sekundäre Gehörserlebnisse (Phonismen), akustische Eindrücke und Gefühlslebnisse hervorrufen. Untersucht wurden inzwischen auch Verbindungen von Wörtern mit Geschmacksempfindungen und von Reihungen (z.B. Zahlen, Zeiteinteilung) mit Farbempfindungen.

das für uns "normale" Erwachsenen ebenfalls kaum vorstellbar.

Die Wissenschaftlerin Daphne Maurer berichtet, dass alle Kinder unter vier Monaten synästhetische Reaktionen erleben, weil das Gehirn seine Funktionen noch nicht aufgefächert hat, noch keine einzelnen Abteilungen geschaffen hat, die getrennt voneinander auf einen Reiz reagieren, je nachdem ob der von Auge, Ohr, Nase, Zunge oder der Haut kommt. Das kleine Kind löst eine Erfahrung nicht in einzelne sensorische Komponenten auf. In einem Artikel mit dem Titel "Synästhesie bei Neugeborenen" legt Maurer dar: "Die Sinneswahrnehmungen eines Neugeborenen sind nicht gut voneinander unterschieden, sondern statt dessen in einem synästhetischen Durcheinander miteinander vermischt."

Die Kleinkinder nehmen ganzheitliche Konfigurationen von Energie wahr, anstatt diese Konfigurationen den Filter unserer fünf Sinne passieren zu lassen, so dass durch den einen oder aber den anderen Sinneskanal etwas auf uns einwirkt. Kleinkinder erfahren eine zusammenhängende, in sich geschlossene Konfiguration, und es kommt ihnen nicht in den Sinn, irgend etwas zu hinterfragen: Sie leben einfach.

Kinder machen Erfahrungen, die sie akzeptieren und den Erwachsenen nicht schildern. Das ist der Grund dafür, dass viele Eltern nie herausfinden, dass ihr Kind synästhetische Wahrnehmungen hat, und dass so viele Menschen, die Synästhetiker sind, nicht wissen, wie ungewöhnlich ihre Form des Wahrnehmens ist, bis sie das Erwachsenenalter erreichen. Es gibt wahrscheinlich auch einige Synästhetiker, die durch das Leben gehen, ohne dass ihnen jemals bewusst wird, dass ihre Wahrnehmungen nicht der Norm entsprechen.²⁴⁹ Was hier für synästhetische Wahrnehmungen untersucht wurde, kann unmittelbar auf alle Arten von Wahrnehmung und natürlich auch auf das Wahrnehmen von erzieherischen Aktionen der Erwachsenen verallgemeinert werden. So wird die pädagogische Krankheit über Generationen weitergegeben.

Wenn man schon die Analogie von Hirn zu Computer nehmen will, so wäre das Hirn eine Hardware, die sich ständig der Software anpasst. Der ununterbrochen Strom der Sinneseindrücke wird zu Bildern verarbeitet und es werden daraus Regeln extrahiert. Das geschieht massiv in den ersten drei Lebensjahren, ist noch stark bis zur Pubertät und wird erst schwächer danach. Aber immer noch bleibt in diesem plastischen System die Fähigkeit zur gegenseitigen Synchronisierung bestehen, von jeder neuen Erfahrung veränderbar.

²⁴⁹ <http://www.synaesthesiewerkstatt.de/synaesthesie.htm>

8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

Eine solche andere Wahrnehmung für die jungen Menschen, "Kinder", vor allem wenn sie verbunden wird mit Empathie für die eigene Kindheit, führt zuerst zu einem psychodynamischen Prozess mit neuem Denken zu den alten Empfindungen und das dann kann zu Veränderungen in der konkreten Welt führen. Wie wurde mit mir, als diesem von Geburt an vollwertigen Menschen, und mit meinen Menschenrechten umgegangen? Wie erlebe ich heute in der Hinsicht mich im Umgang mit jungen Menschen? Was kann ich jetzt bei mir verändern und was bedarf des größeren Rahmens, wo ich mich mit meinem Veränderungswunsch eingebunden sehe in strukturelle, gesellschaftliche oder rechtliche Bedingungen?

Meine Entwicklung zu Freundschaft-mit-Kindern erfolgte über meine Erlebnisse durch Re-evaluation Counseling (RC)²⁵⁰. Co-counselling wurde 1957 durch den US-Amerikaner Harvey Jackins gegründet. 1976 ging ich in die RC-Gemeinschaft in Münster. Co-Counseln²⁵¹ ist Arbeiten an der persönlichen Entwicklung. Co-Counseln ist – kurz gesagt – eine Technik des konzentrierten Zuhörens. Zwei Partner arbeiten gleichberechtigt in wechselnden Rollen als Klient und als Counselor (Unterstützer) nach dem Prinzip der Gegenseitigkeit. Als Klient ist man dabei selbst verantwortlich für den eigenen Prozess. Der Glaube daran, dass ich mehr bin als ich heute in mancher Situation sein kann, lassen mich an mir arbeiten. Ausgangspunkt des Co-Counselns ist ein positives Menschenbild: Jeder Mensch hat das Potential, liebevoll, kreativ und vernünftig zu sein und in seinem Sinne zu handeln. Er strebt und sehnt sich danach, diese Möglichkeiten immer weiter zu entwickeln und zu nutzen.

Da das RC auch ein sehr politisches Selbstverständnis hat, an feministischen und marxistischen Theorien anknüpft, treibt es entsprechend die Gründung von Gruppen zur Selbstbefreiung voran²⁵². So kam ich in erlebenden Kontakt mit den verschiedensten Gruppen, die ihre je ganz eigenen Erfahrung von Unterdrückung neu bewerten und neue Handlungsmöglichkeiten und Strategien ausprobieren²⁵³. Insbesondere konnte ich da meine Rollen als Unterdrückter wie auch als Unterdrücker (z.B. als Kind, Erwachsener, Sohn, Vater, Weißer, Hetero, Mann) neu bewerten; ich *spiele* Rollen, doch ich *bin* ein Mensch – der Mittelpunkt meines Le-

250 <http://www.rc.org/> (Stand 5/08)

251 <http://co-counseln-lernen.de/res-01-02.php> (Stand 5/08)

252 http://www.rc.org/liberation/ilrp_reports.html (Stand 5/08)

253 <http://www.rc.org/uer/liberation.html> (Stand 5/08)

bens bin *ich*.

Nachdem einmal unveräußerliche Menschenrechte formuliert waren, begannen mit solchen Prozessen von Bewusstwerden, ob intellektuell, emotional oder anders, vermutlich alle Zweige der Menschenrechtsbewegung. Es ist schon beeindruckend, dass in allen diesen Bewegungen eine Auseinandersetzung um fast identische Begriffe geführt werden musste: die "Neger", die "Frauen", die "Kinder" bedürfen der starken Führhand des allein vollwertigen (weißen) Mannes; sie sind zu sehr anders als dieser Mann; sie müssen zu ihrem Besten unter seiner Führung gehalten werden – und sei es mit Gewalt. Die Kinderrechtsbewegung ist wohl der jüngste Zweig. Deshalb ist das Bewusstsein dafür noch nicht allgemein verbreitet. Die Frauenrechtsbewegung hat eine viel längere Tradition und darum will ich an Beispielen daraus diese Psychodynamik erläutern.

Wir, Hubertus v. Schoenebeck und ich, als wir das erste Freundschaft-mit-Kindern-Papier (FMK) in der Bundesversammlung des Deutschen Kinderschutzbundes (DKSB) vorlegten und 1978 den Freundschaft-mit-Kindern-Förderkreis gründeten, hatten zumindest viel gelernt von den Feministinnen in unserem Umfeld. Wir formulierten utopisches Denken, doch beide hatten wir das praktisch bereits zwei Jahre gelebt, er in seiner Schulklasse, ich mit meinen vier Kindern und allen den Kindern im RC. Und als wir nach einer Rundfunksendung über FMK einen Waschkorb voller Hörerbriefe erhielten, überkam uns auch ein Stück Euphorie.

Die lange Tradition der Frauenrechtsbewegung wurde wieder deutlich in einem Gespräch, dass die taz²⁵⁴ führte mit der Politologin Claudia von Gélieu über Frauen.

Am 15.05.1908, vor hundert Jahren, fiel das Politikverbot für Frauen nach sechzig Jahren des Kampfes. Nur Deutschland hatte dieses Politikverbot, ein Symptom für die besondere Härte der Diskriminierung hier. Das Reichsvereinsgesetz löste die Ländergesetze ab. Und in diesem war das Verbot nicht mehr enthalten. Es hatte sich als wirkungslos erwiesen.

Frauen hatten im Vormärz kräftig mitgemischt. In Berlin waren Frauen schon ein Jahr vor den Männern auf der Straße. 1847 haben sie die Scheiben des Schlosses eingeworfen und den Rücktritt des Königs gefordert. Die Herrschenden hatten Angst davor, dass sich Frauen und untere Schichten zusammenschließen.

Louise Otto (1819-1895, gilt als Protagonistin der "bürgerlichen Frau-

254 <http://www.taz.de/nc/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=tz&dig=2008%2F05%2F15%2Fa0097&src=GI&cHash=6c974e752f>

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

enbewegung") gründete 1849 eine Frauenzeitung. Für Louise Otto war es selbstverständlich, dass Frauen die gleichen Rechte wie die Männer bekommen müssten. Die eigene Frauenzeitung war nötig, um den Forderungen der Frauen die Publizität zu verschaffen, die sie sonst nirgends hatten. Bis heute wirft man Feministinnen vor, sie würden die Männer ausgrenzen. Dabei war die autonome Organisation historisch immer eine Reaktion der Frauen darauf, dass sie in der allgemeinen Politik nicht gewollt waren. Diese Debatte "mit oder ohne Männer", die gibt es sei 1848.

Das traditionelle Frauenbild, das ist Propaganda. 90 Prozent der Frauen mussten schon immer ihren Lebensunterhalt verdienen. Allerdings hatten die bürgerlichen Frauen nach dem Politikverbot ihre Aktivitäten als "geistige Mütterlichkeit" getarnt.

Zu den "Antifeministen" und ihren Scheinargumenten schrieb 1902 Hedwig Dohm (1831-1919, galt als "radikale Feministin". Forderte früh das Wahlrecht für Frauen und die Abschaffung des Paragrafen 218. Sie führte als Erste die Geschlechterunterschiede auf kulturelle Prägung zurück anstatt auf die Biologie.): "Weil sie sich heimlich ihrer Schwäche bewusst sind, betonen sie bei jeder Gelegenheit ihre Oberhoheit. Wenn die Frau nicht dümmer wäre als sie, wer dann?". Es ist paradox: Man warf den Frauen vor, sich nicht genügend politisch zu betätigen, hinderte sie aber gleichzeitig an eigenständiger Agitation unter den Frauen. Auch muss man sehen: viele Parteien haben Frauen bis zur Einführung des Wahlrechts 1918 gar nicht aufgenommen. Alle Fortschritte für Frauen sind immer über Druck von unten erreicht worden: Das Wahlrecht kam in der Revolution, die Gleichberechtigung im Grundgesetz über eine große öffentliche Kampagne der Frauen, die Quoten in den Parteien kamen durch die Frauenbewegung. Eine Quote ist ein Armutszeugnis für die Gesellschaft, die es nicht schafft, auf anderem Wege Chancengleichheit herzustellen. Wenn der Druck von außen nachlässt, gibt es nicht nur keine weiteren Fortschritte, sondern auch immer wieder Rückschritte.

Es gibt immer eine Frauenbewegung. Allerdings verändert sie ihre Bewegungsformen, und manchmal ist sie stärker als zu anderen Zeiten. Letztendlich geht es ja darum, diese Interessengegensätze aufzuheben und eine menschliche Politik zu entwerfen.

Verena Stefan schrieb 1975 "Häutungen" – ein literarisches Experiment über die zerstörende Macht der Beziehung zwischen Mann und Frau. Sie gilt heute als Mutter der Frauenliteratur.

Sie wurde zum Muttertag 2008 in der taz interviewt²⁵⁵. Die Parallelen zu dem, was wir in jener Zeit durch unser Einlassen auf Kinderrechte erlebten, finde ich immer noch aktuell und berührend. Ich brauche in Verena Stefans Äußerungen nur Frauen/Männer zu ersetzen durch Kinder/Erwachsene und heterosexuell/lesbisch durch Mütter/ Bezugspersonen.

In "Häutungen" schrieb sie auch über die Liebe zu Männern. Da heißt es: "Liebe ist eine tausendfache Verwechslung von begehrtsein und vergewaltigt werden". Damals hat dieser Satz ins Mark der heterosexuellen Welt getroffen. Was sie damals schrieb, gilt heute wohl noch. Der Gruppenzwang ist enorm, und die Struktur ist offensichtlich. Es geht um die Befriedigung der Jungen, die Mädchen bedienen sie. Die erste Erfahrung, die Mädchen machen, ist oft von einer solchen Machtbeziehung geprägt.

Die Definition, wie die heterosexuelle Welt konstruiert ist, ist gleich geblieben. Die soziologische Pyramide besteht fort: Die Spitze ist weiß, heterosexuell und männlich. Alles andere ist weniger wert. Wenn man zur Frau erklärt wird, wird man zu einem Wesen gemacht, das in die Kategorie "anders" gehört. Deshalb wollte Verena Stefan sich nicht zur "Frau" reduzieren lassen. "Ich wollte ein Mensch sein."

Die taz fragte, Sie sind keine Differenzfeministin, die die Weiblichkeit an sich aufwerten möchte?

Richtig. Damals gab es diese Theorie übrigens noch gar nicht. Alix Dobkin sang 1973 den Ohrwurm "The woman in your life is you". Ich aber wollte nicht in die Kategorie Frau gehören. Ich habe am Schluss von "Häutungen" geschrieben: "Der MENSCH meines Lebens bin ich." Das heißt: In der Welt sein. Hinausmarschieren und werden, was man werden will. Nicht eingeschränkt sein. Reisen können, nachts auf der Straße sein können. Wenn man sich zuerst als Frau definiert, dann muss man gegen das Klischee und gegen die Rolle arbeiten. Das wollte ich nicht, ich wollte ein Mensch sein. Die Theoretikerin Monique Wittig sagte: "Ich bin keine Frau". Punkt.

"Ich möchte mit keines Mannes Verkümmern gleichberechtigt sein", schrieb Verena Stefan in "Häutungen". Der Gedanke "Wenn alles schiefgeht, kann eine Frau heiraten" ist pures Gift, mentales Gift. Dieser Gedanke schwächt: Man bekommt Anerkennung dafür, dass man sich in einen goldenen Käfig setzt.

255 <http://www.taz.de/nc/1/archiv/print-archiv/printressorts/digi-artikel/?ressort=hi&dig=2008%2F05%2F10%2Fa0060&src=GI&cHash=09e5613fef> (Stand 12.05.08)

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

Ein Buch wie "Häutungen" gibt es heute nicht mehr. Statt dessen dominieren Ratgeber zur Alltagsbewältigung: "Die weibliche Art, sich durchzusetzen", oder so. Heute hat man dreißig Jahre mit dem Buch gelebt. Diese Ratgeber sind eine Folge jener radikaleren Bücher.

Hatte dieses Denken Heilserwartung? Verena Stefan sagt, hatten wir nicht. Wir hatten ein utopisches Denken, das stimmt. Wir wollten die Welt verändern. In allem. Und nicht nur wir: Das war eine weltweite Bewegung. Das können Sie sich gar nicht mehr vorstellen. Heute gibt es das ganze ökonomische und feministische Wissen. Damals gab es nichts. Plötzlich ging eine Tür auf, und da war ein völlig neues Zimmer mit völlig neuem Wissen. Ein neuer Blick auf die Wirtschaft, die Gesellschaft, die Geschichte. Wir fanden wieder, was der herrschende Blick alles aussortiert und in den Keller verbannt hat.

Dass eine Frau aufstand und sagte: "Ich bin übrigens anderer Meinung. Ich denke mir das so und so", das war eine Revolution. Und plötzlich gab es ganz viele von diesen Frauen mit so vielen Gedanken. Es war reine Euphorie. Sie sprechen von "Entfremdung": Es war das Gegenteil: Wir haben uns zum ersten Mal "wirklich" gefühlt.

Doch die Machtfrage ist ein strukturelles Problem, auf dem unsere Welt aufgebaut ist, mit der wir aufwachsen wie mit der Luft, die wir atmen. Machtfragen entstehen in allen Beziehungen, auch in lesbischen.

"Liebe zwischen Frauen heilt", haben Sie dennoch in dem nachfolgenden Buch "Mit Füßen und Flügeln" postuliert. Da war sie noch, die Heilserwartung, oder?

Es geht nicht um eine Heilserwartung. Es geht darum, dass wir in einer Art Parallelwelt lebten. Da muss man sich immer wieder versichern, dass man noch da ist, dass man existiert. Und deshalb ist die Bestätigung von anderen Frauen so wichtig: Ja, es gibt dich, und das, was du denkst, ist nachvollziehbar. So würde ich heute diesen Satz übersetzen, "Liebe zwischen Frauen heilt". Es hat mit Verifizieren zu tun: Du spinnst nicht. Du bist nicht verrückt. Was du wahrnimmst, existiert tatsächlich. Mit meinem neuen Buch mache ich übrigens gerade höchst merkwürdige Erfahrungen. Ich treffe auf Literaturkritiker, die sich dunkel an "Häutungen" erinnern und nun denken: "Oho, die ist Feministin, da muss ich mir eine Frauenfrage einfallen lassen." Verstehen Sie, in diesem Verhalten kommt alles, was wir angesprochen haben, wieder zum Vorschein: Eine Feministin ist die Andere, eine Fremde, nicht ein Mensch, mit dem man über alles diskutieren könnte. Die Frauenfrage gehört immer noch nicht selbstverständlich zur Allgemeinheit.

Das hat Sie auch in den Ruch des Differenzfeminismus gebracht.

Von mir aus. Was hat man mir nicht alles vorgeworfen. Ich war auf der Suche nach einer anderen Ikonografie. Es geht um Bildwelten.

Silvia Bovenschen schrieb damals, diese Suche nach Matriarchaten sei ein hoffnungsloses Unterfangen: "Ihre Reiche sind erloschen, ihre Macht reicht nicht herüber."

Da bin ich anderer Meinung. Diese Bilder sind in unserem Unbewussten virulent. Wenn Göttinnenbilder zum Vorschein kommen, hat das einen Einfluss auf uns, es verändert die symbolische Ordnung: Es waren nicht immer nur die drei männlichen Hanseln da, wie etwa im Christentum. Das ist Bestandteil unserer geistigen Rumpelkammer: Es gab Bilder von weiblichen Figuren, die mächtig waren, im Vollbesitz ihrer Macht. Genauso wie es wichtig ist zu sehen: Es gibt Frauen als Staatsoberhäupter. Das ist enorm wichtig, weil es die unbewusste Ikonografie verändert. Vor-Bilder im wahrsten Sinn des Wortes.

Meine Mutter versuchte, mich zu zähmen, was nicht funktioniert hat. Das hatte damit zu tun, dass mein Vater ein deutscher Einwanderer in der Schweiz war. Ich sollte überkompensieren und ein nettes Schweizer Mädchen sein. Ich war aber ein wildes Gör. Sie hat mir ein klassisches Doublebind vermittelt: Du kannst alles werden, du kannst alles machen. Aber so, wie du bist, kann ich dich nicht akzeptieren."

Dieses Resümee einer Feministin war einer der wichtigen Blickwinkel, über den wir Ende der 70er Jahre die Antipädagogik erlebten, diese pädagogische Krankheit des "ich weiß was zu Deinem Besten ist - und werde das auch durchsetzen".

Wie begann die Kinderrechtsbewegung? Die Vereinten Nationen verabschiedeten 1989 die UN-Kinderrechtskonvention, die heute von den meisten Staaten der Erde ratifiziert worden ist. Neben den ohnehin auch für Kinder geltenden Menschenrechten schreibt die Konvention weitere Rechte fest, die vor allem für Kinder gelten sollen: das Recht auf Bildung oder die Entfaltung der Persönlichkeit werden ebenso gefordert wie der Schutz vor Ausbeutung und Gewalt.

Doch die Kinderrechtskonvention ist keine Erfindung der Vereinten Nationen. Sie geht auf die Forderungen der Gründerin von Save the Children, Eglantyne Jebb²⁵⁶ zurück. Nach Ausbruch der Hungersnot in Russland 1921 erkannte Eglantyne, dass Hilfe für Kinder langfristig angelegt sein muss. Wenn die Aufmerksamkeit der Menschen nur bei Katastrophen

256 http://www.savethechildren.de/germany/wer_wir_sind/Eglantyne_Jebb.html (Stand 5/08)

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

gewonnen werden kann, wie kann man Kinder dann dauerhaft unterstützen? Diese Überlegung führte zur ersten Erklärung der Rechte der Kinder, die Eglantyne 1923 im Save the Children-Magazin "The World's Children" veröffentlichte. Ihrem vehementen Einsatz für die Kinderrechte ist es zu verdanken, dass diese Grundsätze 1924 vom Völkerbund als "Genfer Erklärung" verabschiedet wurden, die Grundlage für die "Erklärung der Rechte der Kinder" der Vereinten Nationen sind. Am 20. November 1989 nahm die Generalversammlung der Vereinten Nationen die Kinderrechtskonvention an und schuf endlich eine völkerrechtliche Grundlage für Kinderrechte.

Wie sah das in Deutschland aus?²⁵⁷ In den siebziger Jahren entstand in den USA und dann auch in Deutschland eine Bewegung, die sich radikal gegen jede Form von Erziehung wendet: die Antipädagogik. Sie war nicht einfach nur die Negation der Pädagogik, sondern entwickelte eine eigene – außerhalb des pädagogischen Systems stehende – Theorie vom Umgang mit Kindern. Es wird von einem völlig anderem Menschenbild als in der Pädagogik ausgegangen, welches von der Fähigkeit der Kinder ausgeht, von Geburt an selbst zu bestimmen, was das Beste für sie sei. Damit einhergehend werden Forderungen wie etwa rechtliche Gleichstellung von Kindern und Erwachsenen laut, die aus pädagogischer Sicht unvorstellbar wären. Aufgrund dieses grundlegend verschiedenen Selbstverständnisses gibt es bzw. eher gab es teilweise massive und aggressive Anfeindungen und wüste Beschimpfungen gegenüber der Pädagogik und ihrer Vertreter wie auch umgekehrt.

Die verschiedenen Strömungen der Antipädagogik eint jedoch lediglich der Konsens, gegen jeden pädagogischen Einfluss auf Kinder zu sein.

Aus der us-amerikanischen Kinderrechtsbewegung (Childrens Rights Movement) kamen wesentliche Impulse, die die Entwicklung der deutschen Antipädagogik vorantrieben. Die wichtigsten Akteure der in den siebziger Jahren aufgekommenen Kinderrechtsbewegung waren der Psychologe Richard Farson, der Publizist John Holt, sowie die französische Schriftstellerin Christiane Rochefort.

"Die Kinderrechtsbewegung entstand [...] aus der Tradition der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung" (Schoenebeck 1992, S.84), und ging davon aus, "dass die Kinder in gleicher Weise wie andere Bevölkerungsgruppen – Schwarze, Frauen, oder auch die Völker Afrikas, Lateinamerikas und Asiens – dadurch unterdrückt werden, dass ihnen das Recht auf Selbstbestimmung politisch vorenthalten wird." (ebenda). Die Grundan-

257 <http://www.grin.com/de/preview/37837.html> (Stand 5/08)

nahme ist demzufolge, "dass allen Menschen, gleich welchen Geschlechts, welcher Rasse *und welchen Alters*, derselbe Zugang zu den allgemeinen Menschenrechten ermöglicht werden muss." (Klemm 1992, S.12).

Die zentrale Forderung nach Selbstbestimmung der Kinder, zu der sie von Geburt an befähigt sind, bildet das Fundament einer Vielzahl von Forderungen der Kinderrechtler, die John Holt wie folgt zusammenfasst:

1. Das Recht auf gleiche Behandlung vor dem Gesetz – d.h. das Recht in jeder Situation nicht schlechter behandelt zu werden als Erwachsene.
2. Das Recht, zu wählen und vollen Anteil am politischen Leben nehmen zu können.
3. Das Recht für sein Leben und seine Taten die rechtliche Verantwortung zu tragen.
4. Das Recht, für Geld zu arbeiten.
5. Das Recht auf Privateigentum.
6. Das Recht auf finanzielle Unabhängigkeit und Verantwortung [...]
7. Das Recht sein Lernen selbst zu lenken und zu verwalten.
8. Das Recht zu reisen, außerhalb seines Elternhauses zu leben, sein eigenes Zuhause zu wählen oder zu begründen.
9. Das Recht, zu bekommen, was immer der Staat seinen erwachsenen Bürgern an Minimaleinkommen zusichert.
10. Das Recht, auf den Grundlagen gegenseitiger Übereinstimmung familienartige Beziehungen außerhalb seiner unmittelbaren Familie zu begründen und anzuknüpfen – d.h. das Recht, andere Personen als seine Eltern zum Vormund zu erwählen und sich in ihre Abhängigkeit zu begeben.
11. Das Recht, generell alles zu tun, was jeder Erwachsene im Rahmen der Gesetze tun darf. (Holt, zit. in Klemm 1992, S.154).

Inwieweit diese Rechte dann vom Einzelnen genutzt werden, muss dieser selbst entscheiden. Es geht eben nicht darum, dass Kinder beispielsweise arbeiten gehen oder an Wahlen teilnehmen *müssen*, sie können es jedoch tun, insofern dies ihr eigener Wille ist.

Der zentrale Beitrag der Kinderrechtsbewegung für die Antipädagogik war die politische und anthropologische Annahme, dass Kinder von Geburt an über sich selbst bestimmen können und die sich daraus ergebende Forderung nach rechtlicher Gleichstellung von Kindern und Erwachsenen.

Im Jahr 1982 schreiben Hubertus von Schoenebeck und ich in einem

Offenen Brief an Kritiker des Deutschen Kindermanifests u.a.²⁵⁸: "Von der heutigen Gesellschaft aus betrachtet scheinen den Kritikern die Forderungen der Kinderrechtsbewegung teils utopisch, teils gar rückschrittlich.

Ein Beispiel: In Artikel 9 des Deutschen Kindermanifestes²⁵⁹ wird gefordert: "Kinder haben das Recht, gegen Entgelt zu arbeiten". War es denn nicht eine historische Errungenschaft, die Kinderarbeit abgeschafft zu haben? Doch wenn wir dann daran dachten, wie viel wir selbst als Kind gearbeitet hatten (was natürlich aus Erwachsenensicht nicht Arbeit genannt wurde, und wir statt dessen bloß für gelegentliche finanzielle Unterstützung durch die Großen dankbar zu sein hatten), relativierte sich diese Errungenschaft schon sehr.

Uns fiel auf, wie scheinheilig diese Gesellschaft mit Rechten verfährt. Kinder waren in Fabriken nicht mehr nötig, weil genügend Arbeitskräfte vorhanden waren, und weil es profitabler war, diese per Schule mehr zu qualifizieren. Also kam ein Jugendschutzgesetz. Die dann ausschließlich in den Blick gerückte Fürsorglichkeit der Erwachsenen – die eben sehr handfeste wirtschaftliche Gründe hatte – macht die Unehrlichkeit aus. Abgesehen davon, dass so genannte private Arbeit z.B. auf Bauernhöfen oder in Handwerksbetrieben davon unberührt blieb.

Heute ist für alle Kinder tagtäglich äußerst fremdbestimmte und mit unendlichem Leid, Ängsten und Demoralisierungen verbundene Zwangsarbeit Realität: Die "Errungenschaft" Schule, deren Zwangscharakter (Schulpflicht, Lernpflicht, Beurteilungszwang) kaum schöngeredet werden kann, ist entgegen Artikel 12 des Grundgesetzes Zwangsarbeit ist ("Niemand darf zu einer bestimmten Arbeit gezwungen werden").

Die Debatte über Homeschooling in Deutschland liefert deutliche Beispiele. Für eine Familie evangelikalen Christen war ihr Hausunterricht, das Homeschooling so wichtig, dass sie in die USA ausgewandert sind. Ja, sie haben gar, gemäß der Entscheidung eines Immigrations-Richters, politisches Asyl dort gefunden, weil sie in Deutschland wegen ihrer Schulverweigerung verfolgt wurden! Unsere Schulkrise resultiert nicht aus einem bedauerlichen Webfehler, es ist das falsche Konstruktionsprinzip der staatlichen Schule. Diese Schule ist veraltet und in den Denkstrukturen des Obrigkeitsstaates gefangen. Warum sollte der Staat irgendetwas besser machen? Er hat die Schulen im 19. Jahrhundert verstaatlicht und bürokratisiert - aber er hat sie nie demokratisiert und grundlegend moderni-

258 http://www.amication.de/der_offene_brief.htm (Stand 5/08)

259 http://www.amication.de/das_deutsche_kindermanifest.htm (Stand 5/08)
und hier in dieser Website: II Gesellschaftlicher Bezug, Seite 35, 7.4. Deutsches Kindermanifest (1980) http://www.selbsterkenntnis-eigensinn.de/ii_gesellschaftlicher_bezug.html

siert. Demokratisierung schenkt einem der Staat nicht, die muss man sich erkämpfen – indem die Gesellschaft ihre Schulen sich wieder zurückholt. Wie das geht? Paradoxerweise durch eine Privatisierung oder, schöner, Vergesellschaftung. Indem Kommunen und Reforminitiativen eigene gute Schulen gründen. Und indem die Eltern dem Staat ihre Kinder wegnehmen, solange er sie für seinen Sortierauftrag missbraucht. Eltern sollten mit Fördervereinen die Staatsschule unterwandern, sie in Schulgremien zivilisieren.

Dramatisch ist die Situation behinderter Kinder. Nach der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention durch den Deutschen Bundestag sind die Bundesländer verpflichtet, schrittweise ein inklusives Bildungssystem zu entwickeln. Davon ist die Konferenz der Kultusminister (KMK) weit entfernt. Die UN-Konvention legt fest, dass behinderte Kinder nur in Ausnahmefällen vom Besuch der allgemeinbildenden Schule abgehalten werden dürfen. Bislang ist das aber die Regel in Deutschland, das ein in Europa einzigartiges getrenntes Sonderschulwesen betreibt, in dem über 400.000 Schüler von Regelschulen ausgeschlossen sind. Ein Rechts-Gutachten dazu stellt fest, "Die staatliche Befugnis, das Kind gegen dessen bzw. gegen den Willen seiner Sorgeberechtigten der Sonderschule zuzuweisen, ist abzuschaffen." Das bezieht sich auf die Praxis in vielen Bundesländern, Kinder auch gegen den Willen der Eltern begutachten zu lassen - und anschließend diese Kinder in Sonderschulen einweisen zu lassen. Untersuchungen des Erziehungswissenschaftlers Hans Wocken haben aber gezeigt, dass in Sonderschulen oft "pädagogische Friedhofsruhe herrscht". Statistisch ist es höchst unwahrscheinlich, aus Sonderschulen wieder auszubrechen.

Das Deutsche Kindermanifest hat einen anderen Ausgangspunkt. Es geht davon aus, dass Menschen Erwachsene werden können, die nicht durch Erziehung deformiert werden und die daher ein Leben lang in der Lage sind, ihre Möglichkeiten und auch Risiken rational zu betrachten und entsprechend zu handeln. Diese Menschen werden keinen Schutz suchen, sondern Ungerechtigkeiten abbauen wollen – das heißt, dass ein Staat, der auf der Angst zahlloser Generationen begründet ist (wie dies auch für unsere adultistische Ordnung gilt), sich vor ihnen schützen will.

Wie weit dieses Schutzbedürfnis (der adultistischen Erwachsenenwelt vor den selbstbestimmten Kindern) geht, verdeutlichte uns ein Jugendrechtsexperte stellvertretend für viele. Er verteufelte das Deutsche Kindermanifest wegen seines Artikels 3 ("Kinder haben das Recht, für ihr Leben und für ihre Taten die rechtliche Verantwortung zu übernehmen"), denn er hielt es als Fachmann – nämlich Jugend(straf)richter – für unver-

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

antwortlich, Kinder noch früher in Kontakt mit dem Strafrecht treten zu lassen. Hierbei übersah er zum einen, dass die Artikel des Deutschen Kindermanifestes die Kinder nicht verpflichten, dies oder jenes zu tun. Das heißt, ein Kind *muss* nicht die rechtliche Verantwortung für sein Leben und Tun übernehmen – aber es *kann* dies, wenn es selbst so entscheidet. Und anzunehmen, Kinder würden dabei die Pflichten und Sanktionen, die unsere Gesellschaft für alle die parat hält, die Vollbürger sind, außer acht lassen oder unkorrekt bewerten, ist typische erwachsenenzentrierte Denkweise.

Solche "typische erwachsenenzentrierte Denkweise" erkennen die Anarcha-Feministinnen²⁶⁰ als die typisch männliche. "... Es ist die Sache der Unterdrücker, die Dynamik ihrer Unterdrückungsmethoden zu kopieren und nicht Sache der Unterdrückten, ihnen das beizubringen. In allen heutigen Gesellschaften wird vom Mann als Orientierung ausgegangen. Die Frau gilt als Anhängsel, hat in der Regel nicht mal in ihren geschlechtsspezifisch zugewiesenen Räumen eine Autorität. Selbst über ihren Körper soll verfügt werden. In dieser Gesellschaft sind Kids Stammhalter, Dressur-, Prestige- und Aggressionsobjekte. Ein/e kleine/r Klassenkämpfer/in?

Projizieren nicht wir Verwaxenen Wünsche und Hoffnungen, aber auch Ziele in das Kind? Wollen wir nicht alles besser machen als Papa und Mama? Einsamkeit? Eine Aufgabe? Das Kind wird schon sofort nach der Geburt in einen, wenn auch autonomen Käfig gesperrt. "Wir behaupten daher, dass die Kategorisierung (z.B. Alte, Kranke, Behinderte, Ausländer, Kinder) zur Aussonderung von bestimmten Lebensbereichen führt, die das "Kind" z.B. in Normen zwingt, die nicht die eigenen sind!"

Aus "wahren Anarchist/inn/en" werden kriegerische Verwaxene. Der Kampf gegen die Kinder ist grausam, wir Verwaxene sitzen immer am längeren Hebel. Ein Grafitti dazu: "Die eltern sollst Du ehren und achten, aber wenn sie dich quälen, sollst Du sie schlachten!"

Die geschlechtsspezifische Erziehung beginnt bei der Geburt. Mütter, die "bestenfalls wegen der anerzogenen Fähigkeiten besonders qualifiziert ist (sind) für die Kindererziehung" (U. Scheu "Wir werden nicht als Mädchen geboren", Ffm 1983, S. 72), üben ihr (unbewusstes) patriarchales Handwerk ab der Geburt aus.

Mütter nehmen ihre drei Wochen alten Jungen im Durchschnitt 27 Minuten länger aus dem Bett und in den Arm. Sinnesreize werden in den ersten Monaten durch die Haut aufgenommen. Hier werden also Tastsinn

260 <http://www.anarchismus.de/paedagogik/erziehung.htm> (Stand 5/08)

und Bewegungsempfindungen der Mädchen schon geringer "gefördert". Diese geringere Stimulanz wirkt sich auf die Lebhaftigkeit aus. Mädchen sind eher passiv. Auch wird den Jungen beim Stillen ein eigener Rhythmus zugestanden. Mädchen werden zur Schnelligkeit angehalten. Im Alter von zwei Monaten dauert die Stillzeit bei Jungen 20 (!) Minuten länger. Der Beginn der Sauberkeitserziehung beginnt bei Mädchen im 5. Monat, bei Jungen drei Monate später. Dies reicht als Einblick. Hieran wird deutlich, wie tief patriarchale Erziehung sitzt. Es ist ein wichtiger Bruchteil der Sozialisation.

"... nichts nötiger brauchen als eine Mutter und nur eine, die alles das wieder gut machen kann, die Schutz und Sicherheit gibt, durch die alle schlechte Erfahrungen kompensiert werden können." (Swing Nr. 14). Hieran wird unserer Meinung nach schon vieles deutlich. Was früher rausgeprügelt wurde, wird heute weggeliebt. Die Wirkung ist genauso qualvoll, hierarchisch und entmutigend. Kids sind doof, verstehen nichts und können Erlebnisse nicht verarbeiten. Mütter müssen ihre Kids erziehen, ist dann eine liebevolle, verständliche und hoffnungsvolle Konsequenz.

Wir fragen uns häufig, warum die Bevölkerung so "führer/in/hörig" ist, warum so wenig Selbstverantwortung, Selbstbewusstsein, aber auch soviel Konsumdenken und soviel Bequemlichkeit (enger Horizont) da sind. Einer, wenn nicht sogar der wichtigste Punkt, ist die Erziehung. Als Kids wird uns gelehrt, Autoritäten zu gehorchen, da sie immer Recht haben. Selbst wenn's anders sein soll, gilt dies. Die Gefühle, die Gegenbeweise zählen erst einmal nicht. So nach dem Motto "ich weiß besser, was gut und richtig ist". Hieraus entsteht logischerweise eine Verwirrung des "kleinen" eigenen Inneren. Mit der Zeit wird aus dem Selbstbewusstsein, aus dem tiefen Ich ein Schlachtfeld. Orientierungslosigkeit und Vereinsamung (verstärkt durch Kleinfamilie und Wohnisolation) führen zum Blick auf "Führer/innen", auf Leute, die den Durchblick haben, die anbieten, meine äußerlichen Widersprüche (Wohnung, Arbeit, Kohle) zu lösen, und wo wir hoffen, damit auch das Innere zu klären. Die Verantwortung für mich tragen die Autoritäten, denn die wissen ja besser Bescheid. Dies lernen wir von Kind auf. Nicht meine Entscheidung als Kind ist wichtig, sondern was der/die Verwaxene will; nicht was ich tue, ist wichtig, sondern wie es die Großen bewerten; nicht das, was ich mache, ist wichtig, sondern ob der/die Herrscher/in dies gut findet. Belohnung und Bestrafung. Die Grenzen des Erlaubten können auch unendlich sein (antiautoritär), aber dann lerne ich, dass die Großen sich nicht ernst nehmen, sich quälen lassen von mir als Gör etc.

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

H. Giesecke erkannte 1969, noch als Erzieher: Erziehung beinhaltet immer ein Gewaltverhältnis von Menschen über Menschen...". "Ich weiß besser, was für dich gut ist" Leitspruch des Imperialismus, des Patriarchats, des (Staats-) Kapitalismus und jeden Staates – Leitspruch der Erziehung.

Es ist konsequent, dass Erzogene in der Regel später selbst erziehen. Dies in Kürze. Es ist hoffentlich deutlich geworden, was Erziehung ist – Mord am Lebendigen!

Ähnliches gilt für die Pädagogik. Früher Kinder- und Knabenführung, heute die wissenschaftliche Absicherung von Kontrolle und Dressur. Sie umfasst Erziehung und Bildung, Philosophie davon und ihre Geschichte. (Das letzte ist immer gut, sehen wir doch, wie weit wir heute sind!) Pädagogik ist der Versuch, Vorgänge zwischen Männern und Frauen zu versachlichen, Kriterien und Antworten zu finden. Sie ist Profilierungsfeld der Erwachsenen auf den Körpern ihrer Kids (Versuchskarnickel!). Ihre Grundlage ist eine zu formende Noch-Unperson – das Neugeborene!

Die Alternative zu den großen Pädagogik-Strömungen dienen auch der weiteren Herrschaftsabsicherung und sind Ausdruck der bürgerlichen Gesellschaftsströmungen. Sie möchten sich ja auch ausleben, und nach 20/30 Jahren Unterdrückung möchte ja auch ein/e Grüne/r ein bissl mächtig sein.

Auch ein Großteil der Antipädagogikvertreter/innen sind inkonsequent. Ihr reduzierter Blick auf Nicht-Erziehung von Kids ist eine verlogene und meist defensive Inselmentalität.

Eine konsequent anti-pädagogische und gesamtgesellschaftliche offensive Herangehensweise mit einer libertären Perspektive (Schule und Entschulung, Unis, Lebensisolation, Kinderselbstbestimmung, "Rechte" etc.) ist eine individuelle Veränderungsmöglichkeit, aber auch ein Kampf der Unterdrückten gegen die Herrschaft. Die Praktizierung/Umsetzung ist heute möglich! Die Auflösung der Hierarchien Kinder, Alten, Behinderte etc. ist ein wesentlicher Punkt.

Und was finden wir in den Institutionen? Vom Kindergarten über Schule, Ausbildung bis Uni, Büros und Betrieben wird unterdrückt. Ausmutigen kleinen Rebell/inn/en werden angepasste Erzieher/innen oder sie fallen unter den konsumgesellschaftlichen Tisch. Wenigen gelingt es, ihr Selbstbewusstsein und ihre Gefühlswelt zu bewahren (unsere Autonomie ist meistens nur eine Verneinung unserer Eltern, der Erziehung und Schule und die bekämpfen wir oft in Form von Bullen auf der Straße). Innerinstitutionelle Konkurrenz, Bewertungen, Zwänge bauen ein Heer von Mas-

ken auf. Wir sollen oft zu Objekten einer sadistischen Einpressung in die so gehasste Ellenbogengesellschaft werden.

"Wir brauchen keinen Stress, keine Gehirnwäsche, keine Lebens- und keine (Welt-)Muster, sondern lernen die Sachen, die wir wissen wollen von unseren Freunden, mit denen wir freiwillig zusammenleben" (India-nerkommune Nürnberg, Flug 10/87).

Der Pädagogikbereich und deren Institutionen (dazu gehört auch die Lehre oder Erziehung zu sozialer Kontroll-Blockwart/wärtin-Mentalität) haben sich kaum verändert. Dass z.B. die Sozis jetzt getrenntgeschlechtliche Schulklassen wegen der Chancengleichheit befürworten, ist Klitterung. Es geht weiterhin um die maximale Ausbeutung menschlicher Ressourcen.

Innerinstitutionelle Veränderungen (die ihnen eigene Struktur und Bürokratie und die von vermittelten Inhalten) sind fast unmöglich und nur mit einer Masse Leute zu bewirken. Hier ist es einfacher, gleich den Überbau zu kippen, um gemeinsam die diskutierten und ausprobierten eigenen Sachen aufzubauen. Denn Institutionen schaffen durch staatliche Vorschriften und Wert- und Normenvorstellungen auf Dauer Zwänge und Erwartungen, was in der Regel zur Distanzierung, Ängsten, Konservierung, Sicherheitsdenken, Machtansprüche etc. führt.

Klemm fasst den Stand 1992 zusammen²⁶¹.

Es gibt in der pädagogischen Diskussion seit den 70er Jahren in der BRD wohl keine Ideen und Konzepte, die die Theorie und Praxis von Bildung und Erziehung, sprich: Pädagogik, mehr herausgefordert, provoziert und in Frage gestellt haben, wie die Antipädagogik und Kinderrechtsbewegung.

Entgegen den späten 70er und frühen 80er Jahren, ist es derzeit jedoch eher ruhig in der Auseinandersetzung "Antipädagogik contra Pädagogik" geworden. Es scheint, als ob die "Sturm und Drang-Jahre" dieser Diskussion vorüber sind und der pädagogische Alltag mit mehr "Mut zu Erziehung" wieder die Diskussion prägt:

– Die (akademische) Erziehungswissenschaft hat Anfang der 80er Jahre ihre Pflicht- und Panikauseinandersetzung geführt und kann sich nun wieder der traditionellen und in gewohnten Bahnen bewegenden (akademischen) Erziehungsdiskussion zuwenden;

– Der ehemalige zentrale Mentor der Antipädagogik, Ekkehard von Braunmühl – teilweise aber auch Alice Miller, was die Bedeutung der Psy-

261 <http://www.anarchafeminismus.de/libertaere-tage/lt1993/infomappe/klemm2.htm> (Stand 5/08)

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

choanalyse für die Antipädagogik betrifft – hat sich seit Mitte der 80er Jahre aus der Diskussion zurückgezogen bzw. vertritt neue Thesen;

- die Zeiten von spektakulären Einzelaktionen wie die öffentliche Zeugnisverbrennung (1980), die medienwirksame Proklamation des "Deutschen Kindermanifests" (1980) oder des "Kinder-Doppelbeschlusses" (1984) scheinen vorbei zu sein;

- die antipädagogische "Bestseller-Publizistik" von Autoren wie Ekkehard von Braunmühl oder Alice Millers gehört der Vergangenheit an. Bestseller-Auflagen erreichen dagegen derzeit Bücher wie die von der Kinderpsychologin Jirina Prekop mit ihrem Elternratgeber "Der kleine Tyrann" (14 Auflagen der Hardcoverausgabe mit einer Auflagenhöhe von weit über 100.000 Exemplaren im Zeitraum von 1988 bis 1991; seitdem als Taschenbuchausgabe mit ebenfalls mehreren Auflagen seit 1991).

Und trotzdem hat die Antipädagogik einen "Stachel im Fleisch" der Pädagogik hinterlassen, der heute spürbar ist und auch an Bedeutung gewinnt:

- Es gibt heute immer mehr Einrichtungen der Erwachsenenbildung (z. B. Volkshochschulen), die sich in Vorträgen und Seminaren der erziehungsfreien Lebensführung widmen und damit einem immer größer werdenden Interesse an erziehungskritischen Fragestellungen nachkommen;

- an Universitäten ist ein zunehmendes Interesse seitens der Studenten am Konzept der Antipädagogik auszumachen und zeigt sich beispielsweise in Einladungen von Antipädagogen zu Gastvorträgen und in entsprechenden Examensarbeiten;

- die heute in Gestalt des Münsteraner Förderkreises "Freundschaft mit Kindern" mit Hubertus von Schoenebeck institutionalisierte Antipädagogikbewegung weitet ihr Seminar- und Beratungsprogramm ständig aus, führt bereits im Ausland Öffentlichkeitsarbeit für eine erziehungsfreie Lebensführung durch (z. B. in Polen, Holland, Schweiz) und gründete die ersten erziehungsfreien Lebensgemeinschaften, in denen Antipädagogik als umfassendes "Lebensprinzip" umgesetzt wird;

- trotz aller gegenläufiger Tendenz sind Teile der akademischen ErziehungswissenschaftlerInnen seit der Antipädagogikdebatte sensibel für eine neue, radikale und grundlegende Erziehungs- und Pädagogikkritik geworden und führen bis heute eine mehr oder weniger intensive öffentliche Diskussion darüber (z. B. Heinrich Kupffer, Hermann Giesecke, Wolfgang Hinte, Freerk Huisken).

Diese zwei Aspekte prägen heute [1992], nach ca. 20 Jahren Kinderrechtsbewegung (in den USA) und Antipädagogikdebatte (in der BRD seit 1975), den Stand der Auseinandersetzung. Das heißt: Weder "vom Ende der Erziehung" noch vom "Ende der Antipädagogik" kann heute gespro-

chen werden. Eine Tendenz wird jedoch immer deutlicher: In dem Maße, wie die gesellschaftliche und politische Entwicklung die heutige Wissenschaft vor neue Aufgaben, Erklärungen und Lösungen stellt und diese einklagt, in dem Maße täte die Pädagogik gut daran, "heilige Kühe" zu schlachten, wenn sie weiterhin daran interessiert ist, öffentliche Legitimation zu erlangen. Pädagogik und Erziehungswissenschaft sind ein hoch subventioniertes Konstrukt, von dem behauptet wird, das es einen wichtigen gesellschaftlichen Nutzen erfüllt. Jedoch: Ist die Welt seit der "Erfindung der modernen Pädagogik" vor etwa 400 Jahren besser, gerechter und lebenswerter geworden? Das Problem der heutigen Pädagogik ist vor allem eine Legitimationskrise im Zeitalter der "Postmoderne". Es muss heute mehr denn je die Frage gestellt werden, ob Pädagogik in der Lage ist, die an sie gestellten Aufgaben mit dem traditionellen Instrumentarium und den klassischen Werten lösen zu können.

Pädagogik hat eine Verpflichtung übernommen und trägt das Banner des Edlen, Guten und Wahren stets und gerne vor sich her, um sich zu rechtfertigen. Die Pädagogik und die PädagogInnen legitimieren sich mit gesellschaftlicher Verantwortung und entsprechend muss diese Verantwortung auch ständig überprüft werden. Die Pädagogik kann sich momentan jedoch immer weniger hinter einer Ideologie (Scheinthorie) oder einen Beamteneid zurückziehen – sie wird von der Öffentlichkeit zunehmend in die Pflicht genommen und gerät unter Legitimationsdruck.

In diesem Sinne könnte die Antipädagogik mehr sein als "nur" eine Herausforderung an die Pädagogik: Sie wird zum notwendigen Bestandteil pädagogischen Denkens und Handelns, um Bildung und Erziehung vor den größten Fehlern zu bewahren. Die Pädagogik selbst – dies lehrt die Geschichte – kann dies aus eigener Kraft nur selten erfüllen. Das heißt: Antipädagogik als kritische Instanz und Praxis wird maßgeblich zum Überleben der Pädagogik im Zeitalter der "Postmoderne" beitragen können, gewollt oder nicht, bewusst oder unbewusst. So stellt sich nach "20 Jahren Antipädagogik" in erster Linie die Frage, wie der erziehungsfreie Impuls gesellschaftlich umgesetzt werden kann, welche Praxis aus der Theorie folgt. Der Streit um die Theorie und Semantik, der vor allem publizistisch ausgetragen wurde, ist heute sinnlos geworden. Die Praxis muss überzeugen – und hier tun sich sowohl PädagogInnen als auch AntipädagogInnen nach wie vor schwer. ..."

Auch im juristischen Denken, der Gesetzgebung und Justiz hat Kinderrechtsbewegung ihre Spuren gesetzt²⁶².

262 <http://www.system-familie.de/kindeswille.htm> (Stand 5/08)

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

Die gesellschaftliche Etablierung des Kindes und seiner Anerkennung als Subjekt führte auch im Familienrecht zu entsprechenden Veränderungen. War das Wort "Kindeswille" bis in die 60er Jahre kaum bekannt und ein Kind bis zur Reform der Freiwilligen Gerichtsbarkeit im Jahr 1980 mehr oder weniger Objekt oder Verfügungsmasse des familiengerichtlichen Verfahrens, ähnlich dem Hausrat oder Zugewinn (Eherechtsreform von 1977), so wurde es nun zum Subjekt erklärt, dem es nicht unbedeutend zukäme, die Weichen für sein weiteres Leben zu stellen.

"... Angesichts dieser ... Situation kam der im Jahre 1989 in Kraft getretene § 50b FGG (Freiwillige Gerichtsbarkeit) gerade gelegen. Denn danach soll der Wille des Kindes berücksichtigt werden, welchen Elternteil das Kind gegenüber dem anderen bevorzuge. Jetzt musste der "bessere" Elternteil nicht mehr diagnostiziert werden, weil ja das Kind mit seiner Willensäußerung dadurch entschied. Seither wurden Kinder von berufenen und weniger berufenen Experten oft insistierend aufgefordert, doch nun endlich zu sagen, zu welchem Elternteil die denn gehen wollen. Und, um so mehr der Fragende insistiert, um so mehr gibt das Kind eine Antwort, meist eine, die der Fragende hören will, was Kinder meisterhaft spüren, um die lästige Fragerei loszuwerden, noch dazu nichts ahnend, damit eine das ganze Leben überschattende Entscheidung über ihre familiären Beziehungen getroffen zu haben. Während drinnen der Fragende mit sich selbst zufrieden ist, endlich Klarheit geschaffen zu haben, wird draußen dem Kind siedend heiß klar, sich mit seiner Aussage für den einen Elternteil zugleich gegen den anderen Elternteil ausgesprochen zu haben." (Wolfgang Klenner: "Essay über die Emanzipation des Kindes im Familienrechtsverfahren"; In: "Kindschaftsrecht und Jugendhilfe"; 2006, Heft 1, S. 9).

Dem sogenannten Kindeswillen wird im Zusammenhang mit familiengerichtlichen Verfahren und nirgends sonst, landauf landab von Tausenden von Sozialpädagogen, Diplom-Psychologen und Familienrichtern in mitunter irrational anmutender Weise eine mitunter schon religiös anmutende Ehrerbietung gezeigt, grad so wie gläubige Lamaisten seiner Heiligkeit dem Dalai Lama, der sich stets erneuernden Inkarnation eines Bodhisattwa (selbst wenn dieser nur drei Jahre alt ist) ihre uneingeschränkte Ehrerbietung erweisen.

Eine der historischen Wurzeln der Idealisierung des Kindes liegt sicher schon im Christentum mit der Anbetung des Jesuskindes, des jungfräulich geborenen Sohnes Marias und des per Fernzeugung etwas außerhalb der Mutter-Kind-Dyade stehenden Josefs begründet. Diese christlich mythologische Linie scheint sich bis in die heutigen Tage auch beim Bun-

desgerichtshof und am Bundesverfassungsgericht zu halten. Das mag uns Einblicke über die Weltanschauung der betreffenden Bundesrichter geben, zeitgemäß ist es indes nicht.

Während in den fünfziger Jahren des vorigen Jahrhunderts noch kaum ein Mensch von einem "Kindeswillen" sprach, gehörte es – sicherlich beeinflusst von den allgemeinen gesellschaftlichen Veränderungen – ab den sechziger Jahren immer mehr zum guten Ton, dem "Kindeswillen" eine stärkere und zunehmend sakrosankt werdende Bedeutung im familiengerichtlichen Verfahren einzuräumen.

Was als Emanzipation des Kindes zu begrüßen war, endete schließlich, von Erwachsenen instrumentalisiert, als vermeintlicher "Triumph des Kindeswillen" in dem größten Elternausgrenzungsprogramm der Nachkriegszeit Deutschlands.

Der "Kindeswille" – aber nur dann, wenn er denn in das eigene Konzept passte – wurde zum Vetorecht des betreuenden Elternteiles gegen vom anderen Elternteil beantragte Regelungen zum Umgangsrecht oder zum Aufenthalt des Kindes. Das alles sollte angeblich dem Kindeswohl dienen, die entsprechenden psychologisch gefärbten Argumentationen von Lempp und Kollegen traute sich offenbar kaum einer zu widersprechen. Das Gros der Fachkräfte zog es vor, im neuen Mainstream mitzuschwimmen, ein Verhalten, was aus totalitären Systemen bestens bekannt ist.

Die Kinderrechtsbewegung hat, völlig zu Recht, das Kind als eigenes Rechtssubjekt benannt und aus dem Status eines "noch nicht vollständigen Menschen" befreit. Die Rechte der Kinder haben richtigerweise in der UN-Konvention über die Rechte der Kinder ihren Niederschlag gefunden, wenn auch die Bundesregierung derzeit noch verschiedene Vorbehaltsklauseln dagegen hinterlegt hat.

Doch, "Vernunft wird Unsinn, Wohltat Plage", wie Goethe sagt. In der Hochphase der antiautoritären Erziehung (z.B. bei Alexander Sutherland Neill) und noch ausgeprägter der Antipädagogik (z.B. bei Ekkehard von Braunmühl) erlangte der Wille des Kindes Kultstatus und dessen Befolgung wurde als generell positiv und förderlich für die Entwicklung des Kindes postuliert. Bei allem historischen Verdienst der antiautoritären Erziehung und im stärker eingeschränkten Maße bei der Antipädagogik, steht hinter dem Versuch, dem Kind eine alleinige Verantwortung zuzuschreiben, die Weigerung von Erwachsenen, Verantwortung für ihr eigenes Kind oder für ein ihnen anvertrautes Kind zu übernehmen.

Neben einer historisch zu verstehenden Entwicklung kommt ein Phä-

8 Wer antwortet? – 8.6 Beispiel Kinderrechtsbewegung

nomen bei Helfern hinzu. Man könnte dies unter dem Begriff Helfersyndrom subsumieren. Der Helfer projiziert eigene Gefühle auf das Kind. Ist der Helfer noch sehr stark in eigene persönliche Konflikte verstrickt, dies ist leider bei Helfern in der Trennungs- und Scheidungsszene oft der Fall, so werden eigene Positionen, Verletzungen, Traumatisierungen auf das Kind projiziert, welches den Konflikt des Helfers stellvertretend erlösen soll. Stimmt der geäußerte Wille des Kindes mit dem inneren Bild des Helfers überein, so wird dem Kindeswillen eine absolute Wahrheit zugeordnet. Ist dies nicht der Fall, so wird der Kindeswille bagatellisiert.

Mit der Überbetonung des "Kindeswillen" in wichtigen ein Kind betreffenden Fragen delegieren Erwachsene, Eltern wie Fachkräfte, ihre eigene Verantwortung an das Kind. Sie stehen damit zum Kind in einer Art Geschwisterposition, in der sie sich selbst zum jüngeren und damit weniger entscheidungsfähigeren Geschwisterkind halluzinieren. Oder noch schlimmer, das Kind wird von den tatsächlich Erwachsenen in die Rolle eines Erwachsenen gedrängt, dem die Pflicht obliegt, den tatsächlichen Eltern zu sagen, wo es von nun an lang gehen soll. ..."

Und noch aus einer ganz anderen Richtung bekommt das Pendeln der Beziehungsmöglichkeiten zwischen den jungen und den erwachsenen Menschen Schwung²⁶³. Mother-Watching oder Helicopter-parenting – so lauten zwei neue Begriffe aus der Pädagogik. Eltern überwachen immer stärker ihre Kinder, kreisen wie Hubschrauber über ihren Köpfen, ständig verbunden durch die "längste Nabelschnur der Welt", das Handy – oftmals mit Überwachungssendern. Bald wird es im Körper implantierte Chips dafür geben.

Vor 30 Jahren war die Anzahl der Gewaltdelikte gegen Kinder doppelt so hoch wie heute, doch Kinder durften damals durchaus draußen spielen, heimlich in Abbruchhäusern, bauten Buden im Wald, streunten durch den Stadtpark oder fuhren Rad, 10 oder 15 Kilometer zum Badensee. Heute darf nur eins von acht Kindern in England selbstständig in die Schule gehen.

Wissenschaftler sprechen von "Elternhysterie" und "Elternparanoia", also der übersteigerten Angst bis hin zu hysterischen Anwandlungen.

Die meisten Eltern wollen ihre Kinder zu selbstständigen Persönlichkeiten erziehen. Gut so! Komisch nur: Bloß nicht heute! Da stürzt eine Mutter hysterisch zu ihrem Dreijährigen, der eine sichtbar feste Leiter erklimmen will und reißt ihn weg. Was lernt das Kind durch solch eine Mutter: Ich bin zu blöd, ich darf nichts ausprobieren, ich darf aus meinen ei-

263 <http://www.dradio.de/dkultur/sendungen/politischesfeuilleton/729340/> (Stand 5/08)

genen Fehlern nicht lernen, nicht meine Kräfte und Grenzen erproben und darf nicht stolz auf mein eigenes Tun sein.

Wollen wir dies der nächsten Generation als Grundgefühl einimpfen: Furcht, Ängste, Bedrohungsphantasien? Mutig dagegen werden Kinder nur durch erprobten Mut, überwundene Ängste und Risiken, durchlittene Furcht. Und ihren Stolz auf sich selbst!

8.7 Erziehung

"Erziehung", das ist eine Ideologie, die typisch ist für alle 'großen' Zivilisationen. Diese besagt: Die Natur der Beziehung zwischen Kindern und Eltern ist die eines Machtkampfes, in dem verhindert werden soll, dass sich der 'unreife' Wille des Kindes durchsetzt. Verschleiert wird aber dabei, dass es weniger um ein 'Zivilisieren', also z.B. um das Weitergeben von Kulturtechniken geht, dass es vielmehr um die Festschreibung von Herrschaft geht. Die so geartete Sozialisation des Kindes soll dafür Sorge tragen, dass die Motivation zum Gehorsam gegenüber den Mächtigen tief in der menschlichen Seele verankert wird. Das geht aber nur, indem man die Bedürfnisse, Wünsche und Gefühle, die dem Menschen eigen sind, zum Schweigen bringt.

Der junge Mensch beginnt sich fremd zu werden, wird zum 'Kind', macht sich zum Objekt der Erwachsenen und zum Sklaven des Glaubenssatzes: "Ich brauche eure Liebe, Anerkennung und Wertschätzung", mit dem er sich den Rest seines Lebens verpatzt, wenn er ihn nicht irgendwann mal untersucht. Später wird dieser Überlebenstrick verfeinert. Das Kind entwickelt seine Identifikation mit der Identität des Unterdrückers. Mitgefühl, Kreativität, Neugier, Freiheit, Gelassenheit, Eigenmacht, Liebe, alle diese menschlichen Grundqualitäten, mit denen wir geboren sind, passen nicht in diese Identifikation. Sie machen jetzt Angst. Mein Menschliches wird als Feind erlebt. Hilflosigkeit wird zur Aggression gegen mich selbst umgepolt. Wir leben dann im Zustand der "gelernten Hilflosigkeit"

Als Kinder waren wir ausgeliefert und hilflos. Als junge Säuger sind wir vollständig abhängig davon, dass sofort die Bindung an die Anderen gelingt und wir nicht den Hyänen vorgeworfen oder in die Babyklappe geschoben werden. Der Biologe Adolf Portmann prägte dazu die Begriffe "physiologische Frühgeburt" und "sekundärer Nesthocker". Unser Überleben hing von einer Übereinstimmung mit den Eltern und der Primärgruppe ab. Der innere Terror des Opferseins ist deshalb zutiefst existentiell.

So kommt es, dass uns die Angst vor dem Verlust von Arbeitsplatz oder von sozialen Rollen in den Grundfesten unserer Persönlichkeit erschüttern kann. Wenn unser Selbstwert vorwiegend auf Erfolg, Status und materiellem Gewinn beruht, im erfolgreichen Hecheln nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung, also auf Attributen der Außenwelt, muss ein möglicher Verlust solcher äußeren Errungenschaften als existenzgefährdend erlebt werden, weil dadurch der alte Terror der Ohnmacht, des Ausgeliefertseins und der Scham wieder aufersteht. Alles deutet darauf hin, dass das menschliche Ich keine abgeschlossene, innerliche Existenz hat.

Vielmehr ist das Bewusstsein dieses Ich in jedem Moment mit dem Bewusstsein seines sozialen Status verkoppelt, ohne den das Ich nicht existieren kann.

Deshalb kann auch die Bedrohung durch mehr Freiheit dasselbe bewirken. Denn das Gefühl von Sicherheit aus dem Außen verlöre seine Grundlage. Hier lässt sich auch eine der Quellen finden für die Faszination, die die Grundlage für religiöse Übungswege, Sekten und Terrorzellen ist. Rituale, als Form von Außen, sind Erfindungen der Ängstlichen, wo sie gehorsam sich verirren wollen in die Form, in Erübtes. Rituale in Freiheit sind nur so etwas wie ein Haarband, das die ungezügelte Mähne aus Gedanken hindern soll, mir den Blick auf das Jetzt und mein Ziel zu verhängen, auf das hin ich in Achtsamkeit und Absicht meine Kraft zentriere und mich dadurch größeren Kräften anschließe und dazu jedes mal die rechte Form neu erfinde. Absicht und Form, Energie und Ziel, verbinden sich in der Intuition zu neuem Entscheiden. Das äußere Ritual ist eine Erfindung des *Niedereren Selbst* und der Dunkelseele, aus dem Wunsch zu beherrschen.

Die Entstehung des Fremden und dessen Externalisation²⁶⁴ stehen in direktem Bezug zum Intimsten des Menschen, zu seiner Identität. Entscheidend ist die Frage: Was bleibt für deren Entwicklung, wenn all das, was dem Menschen eigen ist und ihn als Individuum ausmacht, verworfen und zum Fremden gemacht wird? Dann reduziert sich Identität auf die Anpassung an äußere Umstände, welche das seelische Überleben des Kindes sichert: Sehr überlebenstüchtig tut es alles, um den Erwartungen von Mutter und Vater gerecht zu werden. Kern dieses Prozesses ist die Identifizierung mit den Eltern. Das Eigene des Kindes wird durch das Fremde der Eltern ersetzt. Der 'unreife' Wille des Kindes, seine tiefe Menschlichkeit, überzieht sich vor dem Elternwillen mit Raureif und wird zur Angst.

Diese Kinder befinden sich in der klassischen Situation gelernter Hilflosigkeit, die Passivität und Depressionen zur Folge hat. Nach der berühmten Theorie des Psychologen Martin Seligman ist es eine zentrale menschliche Lustquelle, "Kontrolle" zu erleben — also die Erfahrung zu machen, dass das eigene Verhalten die Umwelt beeinflussen kann. Umgekehrt führt der "Kontrollverlust", wenn man die Umweltbedingungen, z.B. die pädagogische Krankheit der Eltern, durch eigenes Handeln nicht verändern kann, zur "gelernten Hilflosigkeit". Die Ursprungswahrneh-

264 Bei Arno Gruen: Externalisation ist das Hinausverlegen von Empfindungen, Gefühlen, Wünschen, Interessen oder Erwartungen in die Außenwelt.

mung, nichts bewirken zu können, wird dabei verallgemeinert und auf alle späteren Situationen übertragen.

Gelernte Hilflosigkeit hat drei Folgen:

1. Passivität und Motivationsverlust: Wenn die eigenen Handlungen ohnehin keinen Einfluss haben, ist kein Anreiz vorhanden, überhaupt etwas zu tun.
2. Verminderte Lernfähigkeit: Wenn man gelernt hat, dass man nichts bewirken kann, ist es schwer, in neuen Situationen Handlungsmöglichkeiten zu erkennen.
3. Depressive Verstimmungen: Man fühlt sich traurig, ängstlich und hoffnungslos, weil man nichts ändern kann und sich der Welt hilflos ausgeliefert fühlt.

Diese Befunde wurden zunächst in Tierversuchen gewonnen und später in Versuchen mit menschlichen Probanden vielfach bestätigt. Wie stark sich die Hilf- und Hoffnungslosigkeit ausprägen, hängt nicht nur von der Dauer des unkontrollierbaren Ereignisses und seinem Stellenwert im menschlichen Leben ab — wichtig sind auch die Erklärungsmuster, die herangezogen werden, um das Scheitern zu deuten. Gehen die Betroffenen zum Beispiel davon aus, dass der Misserfolg auf äußere Gründe zurückzuführen ist, dann sind Selbstwert und innere Stabilität weitaus weniger gefährdet, als wenn ein eigenes Versagen vermutet wird. Genau das aber geschieht in Kindern, die sich ja ihrem geliebten Objekt, Mutter, Vater, anpassen wollen und das biologisch, neurophysiologisch auch tun. Doch das reicht nie, weil der pädagogische Anspruch der Eltern "ich weiß, was zu Deinem Besten ist, und werde das auch durchsetzen" nie endet.

Wenn sich die Beschwörungsformel "Du kannst es schaffen, wenn du wirklich willst!" schließlich als Illusion herausstellt und der Traum vom geliebten Kind trotz perfekter Selbstpräsentation noch immer auf sich warten lässt, dann ist der Absturz um so tiefer. Die so Instruierten führen den Misserfolg zwangsläufig auf das eigene Versagen zurück. Resignation, Depression oder Flucht in die Sucht sind die Folge. Auch hier ist die Sozialpsychologie erhellend: Empirische Befunde belegen, dass Menschen, die eine hohe Kontrollerwartung haben und überzeugt sind, dass ihr Verhalten Veränderungen bewirken kann, zunächst weniger niedergeschlagen sind als Menschen, die diese Hoffnung nicht teilen. Doch wird diese Erwartung enttäuscht, werden die Betroffenen weitaus depressiver als jene Personen, die von vornherein glaubten, nur wenig bewirken zu können, oder die ihre Handlungsmöglichkeiten realitätsgerecht eingeschätzt hatten.

Der entscheidende Punkt bei der Erziehung ist, dass es nur zwei Arten des Lernens gibt: Die eine ist das wahre Lernen und die andere ist

Konditionierung. Konditionierung ist eine von Angst geprägte Reaktion des älteren Gehirns, also dessen, was wir als "Hinterhirn" oder "Reptiliengehirn" bezeichnen. Das ist das auf Reflexen beruhende, auf Überleben und Arterhaltung programmierte Gehirn, das auf Bedrohung reagiert. Es findet dort zwar eine gewisse Form des Lernens statt, jedoch handelt es sich um konditioniertes Lernen, das eng mit emotionalen Zuständen wie Feindseligkeit, Wut, Angst und Sorge verbunden ist. Wenn Sie echtes Lernen haben möchten — Lernen, das die höheren Stirnlappen, mit anderen Worten das intelligente, kreative Gehirn, einbezieht — dann muss die emotionale Umgebung positiv und unterstützend sein. Das liegt daran, dass das Gehirn beim ersten Anzeichen von wahrgenommener Bedrohung seine Funktionen aus dem hohen, vorderen Stirnlappenbereich in die alten Abwehrmechanismen des Reptiliengehirns verlagert.

In den ersten elf Lebensjahren finden nicht nur solche Verschiebungen zwischen dem Reptiliengehirn und dem emotionalen und dem kognitiven Gehirn statt, sondern man hat da ja zusätzlich noch einen riesigen Überschuss von Zeugs im Gehirn. Im Alter von etwa elf oder zwölf Jahren durchläuft das Gehirn eine Feinabstimmung und entscheidet, was es nicht mehr braucht. Das Gehirn fängt an, überflüssige Neuralverbindungen entweder in dem alten Überlebensgehirn oder in dem neuen intellektuellen Gehirn aufzulösen. Was entfernt wird, hängt von der Lebenssituation des Kindes zu dieser Zeit ab. Die Frage, ob es sich sicher und geliebt fühlt oder ob es das Gefühl hat, sich gegen eine feindselige Welt schützen zu müssen, hat tiefgreifende Auswirkungen auf die Intelligenz des Kindes.²⁶⁵

In Österreich gab es eine interessante Untersuchung bezüglich der "Gsundn Watschn" (Schläge ins Gesicht aus erzieherischen Gründen, welche angeblich heilen statt schaden). Und zwar befragte man 500 Grundwehrdiener und 500 Zivildienener zum Thema: von den Soldaten gaben 98% an, hie und da geschlagen worden zu sein und dass es ihnen nicht geschadet hätte. Von den Zivildienenern 86%, dass sie nie geschlagen worden seien und die gesunde Watschn auch selbst nicht als Erziehungsmittel einsetzen würden.

Natürlich haben "Ehrenmorde" und "Zwangsehen" eine besondere "Qualität". Aber Gewalt gegen Frauen ist kein spezifisch muslimisches, sondern auch ein deutsches Problem. Die erste große Studie zum Thema wurde 2002 vom Bundesministerium für Familie, Senioren und Jugend in Auftrag gegeben. Über 10.000 Frauen in ganz Deutschland wurden zu ih-

265 Joseph Chilton Pearce: "Der nächste Schritt der Menschheit — Die Entfaltung des menschlichen Potentials aus neurobiologischer Sicht" sowie "Die Biologie der Transzendenz – Neurobiologische Grundlagen für die harmonische Entfaltung des Menschen" Arbor Verlag

ren Gewalterfahrungen befragt, türkische und osteuropäische Migrantinnen gesondert. Demnach gaben 40 Prozent der befragten, ganz "normalen" deutschen Frauen an, schon einmal körperliche oder sexuelle Übergriffe erlebt zu haben, und zwar in einer strafrechtlich relevanten Form. Bei den osteuropäischen Migrantinnen lag diese Rate bei 44 Prozent, bei den in Deutschland lebenden Türcinnen bei 49 Prozent — das ist fast jede zweite Türkin, und damit eine in der Tat unakzeptabel hohe Zahl. Dagegen vorzugehen ist also dringend nötig.

Eine 1950 veröffentlichte Untersuchung von britischen Psychoanalytikern an deutschen Kriegsgefangenen zeigte den Zusammenhang zwischen Weltbild und Familienerfahrung. Ein knappes Drittel waren "überzeugte Nazis". Alle stammten aus sehr autoritären, frauenfeindlichen Familien. Ein gutes Drittel waren "unentschieden". Deren Familienhintergrund war deutlich weniger autoritär. Das letzte Drittel erwies sich als "unbeeindruckt" von Nazitum, sie waren eher widerständig dagegen. Diese hatten ihre Herkunftsfamilien als unterstützend und mitfühlend erlebt.

Dieselbe Dreiteilung zeigen viele Untersuchungen auch heute noch. An der Grundtatsache von Erziehung hat sich ja nichts geändert. Ob autoritärer, antiautoritärer, demokratischer oder Laissez-faire-Erziehungsstil, dem Zögling wird eine Leine um den Hals gelegt. Jedoch, es kommt nicht an auf die Länge der Leine, sondern auf die Tatsache von Leine!

Das Drittel der "Unbeeindruckten" sollte sich zusammenschließen und damit das Drittel der "Unentschiedenen" beeinflussen. Damit wird das Drittel der "Autoritären" still, denn sie haben Angst vor Mehrheiten, weil sie sich fremd sind und wohl auch bleiben werden.

Da ist immer Ich in seiner Welt. In der gibt es nur mich. Hirnforschung hat die funktionale und strukturelle Plastizität des Hirns inzwischen erkannt. In keinen zwei Köpfen ist die Informationsverarbeitung, das Wissen, die Entscheidungsfindung gleich organisiert. Deshalb ist in *einer* Situation die "Wirklichkeit" für jeden anders und nur insoweit ähnlich, wie die beteiligten Menschen darüber Vereinbarungen haben. Es scheint, dieses "Ich in meiner Welt" empfinden die meisten Menschen als radikal, als erschreckend, als asozial. Deshalb ist es den meisten, besonders den "Autoritären", so wichtig "dazu zu gehören", zu einer Familie, einer Partei, einer Nation, einer peer group. Das macht dann ihre gemeinsame Wirklichkeit, in der sie sich vor sich selber verbergen können. Deshalb helfen Ratschläge so selten und erst recht kein "du müsstest doch nur dies oder das tun, dulden oder unterlassen".

8.8 Maske erkennen

Die Verleugnung des *Niedereren Selbst* beim Menschen ist eine mindestens so starke Kraft wie die Verleugnung des Todes. Allzu häufig meinen wir, unser Selbstwert hänge davon ab, 'gut' zu sein — oder mindestens anderen so zu erscheinen — und das Bekennen unserer 'Schlechtigkeit' käme einer Vernichtung gleich. Der Preis des Erkennens und Annehmens der zerstörerischen, dunklen Seite des Selbst erscheint hoch, aber er ist es nicht wirklich. Im Gegensatz dazu ist der Preis des Verleugnens ungeheuer.

In dem Maße, wie das Böse richtig betrachtet wird, in demselben Maße entsteht mehr Selbstakzeptanz, neue Energie fließt, Heilung, mehr Liebe zu sich selbst und Lust. Lust ist expandierende Energie.

Das wichtigste Werkzeug, um die Negativität besser zu vertragen, ist die Entwicklung des mitfühlenden Beobachterselbst, einem Aspekt des *Höheren Selbst*. Vier Fragen und eine Umkehrung. So nennen wir die Tatsachen beim Namen. Damit verlagern wir die Identifikation mit dem Benannten zur eigenen Identität des Benenners. Wir werden zum Beobachter und sind nicht mehr das Beobachtete. Wir werden zum Bewusstsein statt zum Inhalt des Bewusstseins. Diese allmähliche Verschiebung der Identifikation hin zu unserer eigenen Identität verankert uns im *Höheren Selbst*. Die Lichtseele legt eine Sonde an die Dunkelseele.

Eine Lüge macht krank und bringt mich vom Leben weg — bringt mich aus dem Herzen heraus. Die Wahrheit tut das genaue Gegenteil — sie führt mich zum Leben hin und lässt mich mit meinem Fühlen im Herzen. Und das ist genau das, was ich seit Jahren gesucht habe: Mit meinem Herzen zu fühlen und nicht immer den Kopfgeburten hinterher zu rennen. Es wird vielleicht noch ein wenig dauern, aber ich spüre, ich bin auf dem richtigen Weg.

Wir können nur bearbeiten, was völlig bewusst ist. Es geht um diesen Moment des bewussten Innehaltens zwischen Wahrnehmen, Entscheiden, Handeln, um die Umschaltung vom "Hinterhirn" oder "Reptiliengehirn" zu den höheren Stirnlappen und um die Umschaltung von den kontrollierenden Gedanken zum steuernden Denken, um Selbstdisziplin, Selbstbeobachtung und Selbststeuerung. Das lehren die vielen Religionen, leider meistens dick verpackt. Vielleicht ist das der einzige handfeste Grund, den schmalen, spirituellen Weg zu gehen, weil diese Religionen mit Heilsversprechungen locken.

Vor all solchem Heil, was immer das sei, kann das Innehalten mich

dazu führen, mein bewusstloses, ständiges, schmerzhaftes Rennen mit dem Kopf gegen Wände zu bemerken: Du solltest .../ ich sollte.../ man muss aber .../ eigentlich wollte ich Um diesen Kampf gegen die Realität zu beenden, reicht mir oft schon die kleine Frage "Will ich Recht haben oder will ich frei sein?" Mag ich meinen Wahrheiten *und* meinen Wahnheiten auf die Spur kommen? Was könnte schlimmstenfalls passieren, wenn ich meinen Vorhang beiseite nähme?

Doch meistens schauen wir nur ungern so tief. Wir reagieren auf das *Niedere Selbst* gefühlsmäßig, ohne überhaupt darüber nachzudenken. Konfrontiert mit den aus dem *Niedereren Selbst* stammenden Schwierigkeiten, fühlt sich das Unbewusste gezwungen, das Selbstbild zu ändern, um Unerfreulichkeiten oder Nachteile zu vermeiden.

Zu solchen "Unerfreulichkeiten" gehören auch meine "anstrengenden", meine "negativen" Gefühle wie Verwirrung, Ärger, Sorgen, Schmerz, Scham, Schuld, Wut, Angst. Beim liebevollen Untersuchen mit den vier Fragen merke ich schnell, dass Ärger, Sorgen, Wut, Scham, Schuld oft nur Masken von Angst sind. Hier die größte Angst kann ich mir zum Wegweiser, zum Leuchtturm nehmen, der mich sicher und schnell zu einem Zentrum meiner Überzeugungen führt, die ich dann untersuchen kann. Dabei lösen sie sich auf oder ich kann sie als meine Wahrheit akzeptieren.

Das lässt mich auch bald erkennen, dass niemand, der nicht sehr verwirrt ist, einem anderen Menschen etwas antun will. Diese Erfahrung nährt mein Mitgefühl mit mir und mit anderen, vor allen hilft sie mir, mit derart Verwirrten, mir und anderen, unaufgeregter, entspannter, klarer und dadurch weniger gefährlich umzugehen. Ich weiß, es gibt keine andere Wahl: Entweder untersuche ich meine Gedanken oder ich glaube sie. Das ist eine blitzartige Entscheidung in jedem Moment neu — mit grundstürzenden Folgen.

Dann erst, wenn ich Stück für Stück Verwirrung, Schmerz, Wut, Angst, Stolz und Eigensinn ins helle Licht meines Bewusstseins hebe, kann ich sie Stück für Stück annehmen oder loslassen, kann ich sie Stück für Stück der Selbstheilungskraft meines Organismus endgültig übergeben, kann ich sie integrieren aus der Abspaltung, kann Verdrängtes nun offen hin in meiner Ganzheit leben. Die vormals für das Verdrängen aufgewendete Kraft wird frei zur Lust am Leben. Wieder kann ich einen Schritt tun in dem Lernprozess, für den ich mich diesmal inkarnierte.

Das Tollste ist, auch wenn ich diese Ideen von 'Ganzheit', 'Inkarnation', 'höher', 'nieder', diesen ganzen 'spirituellen Kram' völlig albern fände,

die praktischen Wirkungen von Pfadarbeit oder von The Work im Alltag sind trotzdem durchschlagend. Sie führen zu mehr Lebensfreude, mehr Gesundheit, mehr Effektivität, zu befriedigenderen Beziehungen.

Zum Thema Angst sollte ich etwas mehr sagen²⁶⁶. Angst ist der einzige echte Feind des Lebens. Nur Angst kann das Leben bezwingen. Angst ist ein kluger, raffinierter Gegner, das weiß ich aus Erfahrung. Sie kennt keine Moral, akzeptiert kein Gesetz und keine Konvention, sie ist unerbittlich. Sie sucht sich bei jedem den schwächsten Punkt, findet ihn ohne Mühe.

Die Angst beginnt ihren Angriff im Kopf, immer. In einem Moment fühlt man sich noch ruhig, selbstsicher, glücklich. Dann schleicht die Angst sich in den Verstand wie ein Spion, gehüllt in den Mantel des leisen Zweifels. Man begegnet dem Zweifel mit Unglauben, und der Unglauben will ihn verscheuchen. Aber der Unglauben ist ja nur ein armer, schlecht bewaffneter Fußsoldat. In ein paar Zügen hat der Zweifel ihn besiegt. Man spürt eine Beklommenheit. Die Vernunft springt in die Bresche. Man ist beruhigt. Die Vernunft ist schließlich nach den neuesten Erkenntnissen der Waffentechnik gerüstet. Aber zu unserem großen Erstaunen unterliegt, trotz überlegener Taktik und einer Reihe von siegreichen Scharmützeln, auch die Vernunft. Wir spüren, wie wir schwach werden, unsicher. Aus der Beklommenheit wird Angst.

Jetzt nimmt die Angst sich den Körper vor, der längst weiß, dass da etwas nicht stimmt. Längst schon sind die Lungen fortgeflogen wie ein Vogel, die Eingeweide winden sich wie eine Schlange davon. Jetzt lässt sich die Zunge fallen wie ein Igel, und das Kinn galoppiert dazu auf der Stelle. Die Ohren werden taub. Die Muskeln zittern, als hätte man Malaria, und die Knie schlackern, als wären sie auf dem Tanz. Das Herz zieht sich zusammen, dafür weitet der Schließmuskel sich. Und immer so weiter, der ganze Körper. Jeder einzelne Teil versagt, jeder auf die Weise, auf die er es am besten kann. Nur die Augen bleiben aufmerksam. Sie registrieren jeden Schachzug der Angst genau.

Nicht lange, und man macht Fehler. Man lässt seine letzten Verbündeten ziehen: Zuversicht und Vertrauen. Und schon hat man sich selbst besiegt: Die Angst, die doch nichts ist als ein Hirngespinnst, triumphiert.

Es ist nicht leicht, diese Dinge in Worte zu fassen. Denn echte Angst, diejenige, die uns bis in die Grundfesten erschüttert, Angst etwa, die wir spüren, wenn wir unvorbereitet dem Tod ins Auge blicken, nistet sich in der Erinnerung ein wie ein Faulbrand: Sie lässt alles verrotten, selbst die

266 aus: Schiffbruch mit Tiger, von Yann Martel

Worte, mit denen wir von ihr sprechen. Man muss um diese Worte ringen. Man muss kämpfen und das Krebsgeschwür ins Licht der Worte zerren. Denn wer das nicht tut, wer seine Angst im wortlosen Dunkel lässt, wem es womöglich sogar gelingt, sie zu vergessen, der öffnet sich jedem neuen Angriff der Angst, weil er mit dem Gegner, der ihn beim ersten Mal bezwang, nie wirklich gerungen hat.

Diesen Gegner ins Licht der Worte zerren, da könnten schon die vier Fragen und die Umkehrung reichen, manchmal schon die 1. Frage "ist das wahr?". Denn wenn ich Angst empfinde, dann liegt das für gewöhnlich daran, dass ich mir eine Zukunft vorstelle. Ohne Zukunft kann Angst nicht existieren. Und das ist immer ein Gedanke. Meist, ja eigentlich immer, ist die Wirklichkeit barmherziger als die Gedanken, die man hat. Oder das Ereignis, dass man befürchtet, ist nicht so schlimm wie man es sich ausgemalt hat. Aber solange man es in Gedanken durchspielt, erlebt man auch das Schlimmste, was passieren kann, und alle Gefühle, die damit einhergehen.

8.9 *Maske ablegen*

Natürlich gibt es auch andere Wege, mit der Angst umzugehen. Das scheint mir der wichtigste Teil des Angst-Problems — es ist der Widerstand dagegen; ich sage ihr 'geh weg!', 'ich will dich nicht!', 'ich will nichts mit dir zu tun haben!'. Der Widerstand erzeugt das Fortdauern, oder, wie ich von Byron Katie hörte 'resistance is existence'. Ich kann das jedes mal beobachten, wenn ich mir in der Küche in den Finger geschnitten habe. "Autsch!": Schmerz und dann Widerstand. Wenn ich mich entspanne und 'durch den Schnitt ein- und ausatme', dann verschwindet der Schmerz sofort und ich kann meinem Finger beim Heilen zuschauen. Der Widerstand ist wie ein Staudamm, der verhindert, dass man von dem Schmerz überschwemmt wird. Er ist jedoch auch eine Blockade, die verhindert, dass der Schmerz wieder abfließen kann.

Vor einiger Zeit hörte ich auf einem Tonband Katie sagen "Wenn Du eine Überzeugung töten willst, dann liebe sie". Meine Angst da draußen ist wie ein verlorenes Kind, allein gelassen, zurückgewiesen. Alles, wonach sie fragt, ist ein klein wenig Liebe, ein klein wenig Anerkennung. Sie sucht nach einem Platz in mir. Sie möchte, dass ich mich ihrer annehme.

Jeder tut das in seiner Weise. Man kann das in eindrucksvoller Weise kennen lernen, wenn man Menschen in leidvollen Situationen erlebt. Solche Beispiele fand ich in der Website www.witwerundweise.de

Wenn ich Leidgedühle²⁶⁷, Ängste, unangenehme körperliche Empfindungen habe, dann übe ich mich, mich genau mittendrin aufzuhalten. Ich begegne der Angst da, wo sie sich im Körper zeigt. Ich mag mir solches Bewusstsein, diese Bewusstheit vorstellen als mich wie eine kluge, liebende Mutter, die ein gestresstes Kind im Arm hält. Einer meiner Lehrer zeigte mir das mal: "Lade die Empfindung ein; ja, das fühlt sich erschreckend an. Es ist schmerzhaft, mühevoll. Aber ich kenne keinen anderen schnelleren Weg als dies."

Halte die Empfindung, halte die Angst. Sei mit ihr. Fühle sie. Aktiviere alles, was Du an mütterlichen Instinkten findest — male Dir ein Bild, ein kleines verletzliches Neugeborenes, ein Baby, stell Dir alles vor, was Dein nährendes Selbst wecken kann. Streichele die Teile Deines Körpers, da wo die Angst sitzt, sprich zu ihr, sei aufrichtig mit ihr. Sag ihr, dass Du erschreckt bist von ihr, dass Du aber lernen willst, ihr ein Freund zu werden. Den grauen See, der Deinen Bauch als Bild der Angst füllt, lade ihn ein in die Wärme und das goldenen Licht Deines Herzens. Komme in eine

267 zu "leiden" siehe auch http://www.muc.de/~heuvel/papers/passion_de.html (Stand: 01/2003)

Beziehung zur Angst. Sie wird Dir so dankbar sein. Es mögen einige Tränen fließen, einiges an Energie mag den Körper bewegen — großartig!

Das ist zu Anfang nicht einfach, aber, Hey, wir sind Krieger. Liebe es zu Tode. Du wirst finden, es gibt keinen Tod, nur Verwandlung. Angst wandelt sich in Lust. Der Energie ist es egal, wie Du sie etikettierst, mit plus oder minus. Sie ist. Du bist.

Das Wort von der *Maske* ist eine Modellvorstellung. Ich glaube nicht, dass einer, selbst der erleuchtetste Guru, ohne solche 'Vorhänge' leben kann. Allein schon, in Worten zu kommunizieren, ermöglicht, hinter Geschichten zu verschwinden. Da sind immer wieder die kleinen Tröstungen, mit denen ich die alltägliche Wirklichkeit mir erträglich illusioniere. Aber, beobachtend, kann ich mir dabei wohlwollend zuschauen und hinter der Illusion meine Ängstlichkeit sehen und sie dann "Ängstlichkeit" nennen. Damit passiert etwas kleines Neues: Der Vorhang erscheint nun nicht mehr als 'das wirkliche Leben'.

Ich werde vom verurteilten Beobachteten zum urteilslosen Beobachter, vom Benannten zum Benenner. Ich nehme meinen Vorhang der Illusion ein wenig zur Seite und es passiert etwas großes Neues: Ich kann und mag mich lieben wie ich bin.

Das Neue, diese neue Liebe findet ja etwas Uraltes: Meine Menschenhaftigkeit. Damit bin ich geboren. Die ich hatte versteckt aus Angst, derselben Angst, die mich den Vorhang zuziehen ließ, Angst vor mir und der Welt, schon in frühesten Tagen, also in vorsprachlicher Zeit. Um die Angst zu ertragen, habe ich vergessen, dass ich sie vergessen hatte. Da ist es heute nicht leicht, das in Worte zu fassen. Worte sind 'eins nach dem anderen', eine Perlenschnur. Dies, was hier ausgedrückt werden soll, ist ein dichtes funktionales Netz, ohne Anfang und Ende, wie eine Kugelfläche.

Das Neue bedeutet auch, ich kann jetzt registrieren, was ist, nun ohne Schuldzuweisung und ohne Selbstmitleid. Etwas abzulehnen ist so einfach, schwieriger schon das Annehmen und hohe Schule ist das Tai Ji Quan: Form und Absicht, Xing und Yi, von beiden völlig erfüllt als den natürlichen Bestandteilen meines Seins in jedem Augenblick erlebe ich die richtige Reaktion im Einklang mit der Natur. Ich bin dankbar für die Lernerfahrung und erlebe sie im richtigen Zeitpunkt, wo ich das Alte auflöse durch Loslassen oder Annehmen. Ohne Einmischung von außen kann ich Meines tun. Pema Chödrön²⁶⁸ beschreibt das sehr schön und eindrucksvoll

268 Pema Chödrön: "Geh an die Orte, die du fürchtest"; 2002, Freiamt, Arbor Verlag

mit den Bodhichitta-Übungen aus dem tibetischen Buddhismus.

"Ich liebe mich, so, wie ich bin", der amitative Kernsatz, das ist ja kein Versuch zum 'Augen zu und durch' oder ein Aufruf zum fatalistischen Stillstand, gar zum plumpen Egoismus, ist keine Absage an Selbststeuerung. Selbstbeobachtung ist keine eitle Selbstbespiegelung. Selbstüberwindung ist keine Sportdisziplin. Lieben ist leben. Leben ist Rhythmus. Ich bin in ständiger Veränderung, immer! Und dann schaue ich als mein mitführender Beobachter auf meine Ängste und Leiden, wobei sie sich auflösen können.

"Ich liebe mich, so, wie ich bin" meint, dass ich meinen Ist-Zustand und meine Veränderungen liebevoll für mich selbst achte, mich mit gutem Denken, guten Worten, gutem Handeln dabei begleite. Nicht aber mit Bewertungen oder mit pädagogischer Gewalt über mich herfalle: 'Gut gemacht', 'Das reicht nicht', 'Du machst immer denselben Blödsinn', 'Du musst besser werden', 'Weiterkommen', 'Hör auf uns, diese Art Spiritualität ist zu Deinem Besten'. Nein, ich sehe auf mich, ich höre auf mich und ich bin achtsam für alle meine Möglichkeiten, bin mein Liebender — im Austausch mit meiner Umwelt, im Gegenüber mich erkennend. Ohne Bewertung: keine Beschönigung, keine Beschuldigung, kein Urteil.

Von diesem Punkt kann ich Zugang erlangen zum urteilslosen, besitzfreien *"ich liebe Dich wie Du bist"*. Wahrnehmung der Resonanz von Wellenpaketen. Das stärkt mein *ich liebe mich wie ich bin*.

Mitgefühl, Empathie, Selbstverantwortung bekommen eine andere Qualität: Ich kann meine Verwirrung an Dir wahrnehmen und meinen Schmerz loslassen. Der durch Ansprüche, sich kümmern müssen, Besitzstreben, Sexualität und Romantik verwirrte Begriff 'Liebe' verliert sein Schillern und beginnt zu leuchten. Liebe ist kein Gefühl — es ist ein Zustand, Ausdruck von Ausdehnung. Sie ist der Gegenpol von Angst, dem Ausdruck von Zusammenziehung, Abwesenheit von Liebe.

Der Begriff 'Menschenwürde' verliert sein hohles Pathos. *Würde wird*, Deine, meine. Ich erkenne, dass ich nicht zu bemessen bin nach meinem Wert — als Leistungserbringer oder Leistungskonsument, als Mitglied einer Familie, einer Nation. Werte sind Ausdruck von Handelsware, sind Traditionen von Betrachtungsweise. "Die Würde des Menschen ist unantastbar", dieser Vordersatz unserer deutschen Verfassung, richtet sich an alle Staatsgewalt, nicht an die selbstverantwortlichen Bürger dieses Staates. "Alter in Würde"²⁶⁹ ist keine Forderung an andere, sondern ein Aufruf

269 siehe <http://www.alter-in-wuerde-ev.de>, die website eines Vereins für die Selbstbestimmung auch im Alter (Stand 02/2002)

an mich, sie für mich in mir zu erkennen, mich strebend zu bemühen in Selbstverantwortung herauszutreten aus der Ohnmacht meiner Kindheits-ängste und einzutreten in meine Eigenmacht.

Die Transformation der *Maske* erfordert, dass wir um den Tod unseres idealisierten Selbst trauern. Es ist eine leblose Fassung unseres Selbst, die aufgegeben werden muss, damit wir wieder zu dem werden, wer wir eigentlich sind. Ich habe das Glück, in einer Zeit zu leben, wo es nicht mehr lebensgefährlich ist, offen die Kette der Traditionen zu durchbrechen und vom Identifizieren mit der Identifikation der Vorangehenden zurückzukehren in meine eigene Identität.

Oben hatte ich das Beispiel Egoismus. Das ist eine Sache. Aber es gibt genügend andere Gefühle, die denselben Prozess durchlaufen und die Persönlichkeit verfremden. Wenn Menschen gefühlkrank sind, ist das fast immer ein Zeichen für eine *Maske*. Sie merken nicht, dass sie eine Lüge leben. Sie haben sich eine irrealer Ebene geschaffen, die nichts mit ihrem wahren Selbst zu tun hat. Also sind sie nicht ehrlich sich selbst in ihm, ihrem wahren, dem *Höheren Selbst*, gegenüber.

Wie gesagt, ehrlich zu sein, '*ich liebe mich, so, wie ich bin*', heißt nicht, seinem *Niederen Selbst* nachzugeben, sondern sich liebevoll ganz seiner selbst und seiner Rhythmen von Veränderung bewusst zu werden. Selbst wenn ich in einer Situation mich völlig — nach meinen momentanen Regeln — mies verhalte, ganz opportunistisch mit den Wölfen heule, so kann ich das als bewusste Entscheidung tun, ohne Schuldzuweisung, ohne Selbstmitleid dann dem Kaiser — wem auch immer ich in dem Moment dieses Attribut zuschreibe — geben, was des Kaisers ist.

Die bewusste Entscheidung lässt mich den Preis zahlen. Das macht den Unterschied aus zum "seinem *Niederen Selbst* nachgeben". Augustinus sagte das so "Crede firmiter et pecca fortiter" = "Sei fest im Glauben und sündige tapfer". Ich bin in der festen Absicht, habe im Herzen das klare Ziel und sehenden Auges, ohne mich zu belügen, verfehle ich es: Sündigen als bewusste Entscheidung: Ich handele — und das schmerzt mich — so, wie es mir für die momentane Gegebenheit, zum Abwenden der Not für mein leibhaftiges, mein geistiges oder mein soziales Überleben sinnvoll erscheint — tue mein Bestes.

Macht euch nicht selber vor, lediglich aus 'Notwendigkeit' oder innerer Überzeugung und Klarheit heraus zu handeln. Seid euch im Klaren darüber, dass eure Gefühle in vieler Hinsicht nicht sauber sind. Dann habt ihr eine gute Ausgangsposition. Es wird euch leichter fallen, euch in dieser Hinsicht wahrzuhaben, wenn ihr erkennt, dass hinter eurer niederen

Schicht euer *Höheres Selbst* lebt, eure höchste und absolute Wirklichkeit, die ihr letztlich ganz ausfüllen wollt. Der Tropfen will zum Meer.

Um eure höchste und absolute Wirklichkeit zu erreichen, müsst ihr zunächst euer *Niederes Selbst*, eure zeitlich begrenzte Wirklichkeit annehmen, statt sie zu verbergen, weil sonst nur die Distanz zwischen euch und eurer absoluten Wahrheit, eurem *Höheren Selbst* größer wird. Um nun das *Niedere Selbst* akzeptieren zu können, muss die *Maske* herunter, koste es, was es wolle. Ihr könnt selbst diesen Schritt machen, wenn ihr euch die drei hier beschriebenen Selbste vergegenwärtigt im geduldigen, liebevollen Untersuchen der Gedanken. Die Lichtseele wird wach und sie überwindet die Dunkelheit.

Weiter in den Worten des Pfad: Sich selbst zu belügen und nicht über die eigenen Beweggründe und Empfindungen nachzuspüren, sie aber schalten und walten zu lassen, mag zeitweilig scheinbar vollauf genügen, tut es aber nicht wirklich. Wer glücklich und gesund und mit sich im Frieden sein will, sein Leben wahrlich erfüllen will, wer in Fühlung mit Gott, somit auch mit sich selber stehen will, muss sich selber einige Fragen stellen: Was bin ich im Augenblick wirklich? Was ist mein *Höheres Selbst*, was zeigt sich als mein *Niederes Selbst*? Worin könnte mein Betrug, meine *Maske*, bestehen?

Wichtig für uns alle ist, dass wir versuchen, unser inneres Auge darin zu üben, uns selbst und andere aus diesem Blickwinkel zu betrachten. Je wacher wir spirituell sind, um so leichter werden wir uns und die anderen so wahrnehmen. Haben wir Kontakt mit unserem *Höheren Selbst* und ist durch unsere spirituelle Entwicklung erst einmal unsere Intuition geweckt, werden wir für die *Maske* völlig anders empfinden. Wir werden die Übelkeit erregenden Auswirkungen des Maskenselbst spüren, zuallererst des eigenen, ungeachtet, wie freundlich es sich auch geben mag.

Wenn jemand bereit ist, Hilfe anzunehmen, ist der Teil des Selbst, der Wille und Bewusstsein bestimmt, auf dem richtigen Wege. Nun geht es nur noch darum, mit diesen Wahrheiten in die unbewussten Schichten der Persönlichkeit vorzudringen, so dass die inneren Widerstände überwunden werden. Das aber kann jeder nur selbst. Willst du also diesen Weg gehen und von deinen Gemüskrankheiten geheilt werden, dann ist es wichtig, dass du diese Prinzipien verstehst. Auch wenn du kein sogenannter 'Neurotiker' bist oder in deinem Fall nur kleinere Abweichungen vom göttlichen Gesetz bestehen, wird es dir doch sehr nützen, wenn Du alles verstehst und darüber meditierst.

Gelingt es Dir für Dich bzw. dem Patienten, von einem Helfer unterstützt, diese *Maske* abzunehmen, wird der Patient dadurch konfrontiert

mit seinem *Niederen Selbst*, und diese Erfahrung kann so niederschmetternd sein, dass er vollständig zusammenbricht. Wäre diesem Menschen jedoch gesagt worden, was wir jetzt wissen, wäre er also vorbereitet, was ihn erwartet, könnte viel Härte und oft sogar Unglück vermieden werden.

So lässt sich erklären, warum eine Person in eine Krise fallen kann, in der ihre Bewusstseinsverfassung vielleicht schlimmer wird als vor Beginn der Behandlung. Das passiert leicht, wenn der Patient oder der behandelnde Psychotherapeut, sich streng an eine gedankliche Schule hält, spirituelle Wahrheit nicht anerkennt und mit solchen Dingen auch nicht sehr intuitiv umgeht.

8.10 Aufmerksamkeit und Vergebung

Anstatt mich und andere ändern zu wollen, versuch ich es doch mal mit dem Verzeihen, mir selbst verzeihen — "obwohl ich diese xxx habe/bin, liebe und akzeptiere ich mich so wie ich bin" — und anderen verzeihen. Und wenn ich jemandem nicht verzeihen kann (weil mein Ego es nicht zulassen will), dann kann ich den Heiligen Geist in mir bitten zu verzeihen. Ich bitte also eigentlich mein höheres Selbst, anderen und mir selbst zu verzeihen. "Gott ist die Liebe, in der ich verzeihe", heißt es im *A Course in Miracles*.

Mir selbst verzeihen, heißt aber, mich selbst akzeptieren. Schluck! Dann müsste ich mich ja von einem alten Freund verabschieden — der Selbstkritik — Bruder Skorpion. Wenn ich mir all das vorstelle, was ein gutes Verhältnis zu mir selbst verhindert, dann sehe ich, gleichsam als Hintergrund aller meiner Probleme und alles andere überragend, einen Skorpion, der den Schwanz über den eigenen Rücken gekrümmt hat — bereit, sich selbst zu stechen. Das ist die schon früh als Kind den Erwachsenen zuliebe gelernte Kritiksucht gegenüber mir selbst, mit der ich mich fertig mache, mit der ich mich unliebenswürdig finde, das Grundgefühl hinter allen anderen Problemen, die ewigen Klagen gegen mich selbst, die mich das Licht nicht sehen lassen — und die Wunder, die nur in diesem Licht zu sehen sind. Hmmm. Die härteste Nuss. Wird schon besser, aber immer noch die härteste Nuss. Leicht saures Gefühl im Magen, wenn ich nur daran denke. So fühlt sich das Gift an, das ich mir selbst gebe, wenn ich es schlucke.

Doch ich würde nicht starten mit der gängigen "Vergabung", zumindest versuchen, nicht mal solche kleinen Grausamkeiten zu denken, aus dem einfachen Grunde, das hatte niemals funktioniert, weder für mich noch für sonst jemand, den ich kenne. Eigentliche Vergebung²⁷⁰ funktioniert ganz anders. Ich würde jeden bedauernden, schäbigen, vorwurfsvollen, verurteilenden Gedanken in meinem Kopf auf Papier schreiben und dann untersuchen. Und mach Dir gerade jetzt keine Sorgen um Großmut und Vergebung. Byron Katies Satz kommt mir in denn Sinn "Sie erzählten mir, ich sollte den Nächsten lieben wie mich selbst. Gut, das tat ich: ich hasste mich und also hasste ich meinen Nachbarn".

Für mich ist die in der Welt gängige Vorstellung von Vergebung ganz und gar nicht Vergebung. Für diese Welt ist Vergebung ein Akt "jemandes

270 vgl. auch http://www.tipping-methode.de/Die_Tipping-Methode_ist_eine_f/die_tipping-methode_ist_eine_f.html

Verstoß gegen moralische Prinzipien oder Regeln des sozialen Verhaltens zu übersehen". Das deutet daraufhin, dass der Verstoß wirklich vorgekommen sei und dass die Person tatsächlich schuldig sei. The work und die Untersuchung erweist uns stets aufs Neue, dass wir nie wirklich wissen können, dass etwas wirklich wahr sei (außer vielleicht im eigenen Kopf), und erweist, wie etwas zu glauben uns dann fühlen macht. Die work über solchen Glauben kann uns dahin führen, was ich "Wahre Vergebung" nenne, die Erkenntnis "Kein Schaden wurde zugefügt und niemand ist schuldig".

Das ist riesig! Das führt uns zu der Erkenntnis, dass wir tatsächlich in einer schuldlosen Welt leben — außer für unser Denken, dass wir es nicht täten. (Und, glaubt es oder nicht, das schließt jeden Präsidenten der USA ein und jede ehemalige "Liebe meines Lebens", ohne Ansehung, wie schuldig mein Denken sie mir auch erzählen mag.)

Ich wünsche Euch allen das Beste und freue mich auf die Zeit, wenn Ihr seht, wie exakt diese Erfahrung zu Eurem höchsten Gut wird. Bis dahin bleibt dabei, Euch die vier Fragen zu stellen. Byron Katie sagte "Gott ist Liebe und alles ist Gott". Bis ich das in 100% der Zeit sehen kann, werde ich the work machen.

Eckhart Tolle schreibt in "Die Kraft der Gegenwart":
"... Aufmerksamkeit bedeutet nicht, dass du darüber nachdenkst. Sie bedeutet, das Gefühl einfach wahrzunehmen, es zu beobachten, es zu fühlen und es damit anzuerkennen und so zu akzeptieren, wie es ist.

Einige Gefühle sind leicht identifizierbar: Wut, Angst, Kummer und so ähnliches. Andere sind nicht so leicht zu erkennen. Das können vage Gefühle von Unruhe, Schwere oder Enge sein, irgendwo zwischen einem körperlichen Gefühl und einer Emotion. Es geht jedenfalls nicht darum, das Gefühl zu benennen, gar zu begründen, sondern darum, es so weit wie möglich ins Bewusstsein zu bringen, indem ich es erstmal zulasse, ohne es verändern zu wollen.

Es scheint, Aufmerksamkeit, wie auch immer sie erzeugt wird, ist der Schlüssel zur Transformation — und volle Aufmerksamkeit bedeutet auch Annehmen. Aufmerksamkeit ist wie ein Lichtstrahl — die konzentrierte Kraft deines Bewusstseins, das alles in sich selbst umwandelt.

In einem gut funktionierenden Organismus hat eine Emotion nur eine kurze Lebensdauer. Sie ist wie ein momentanes Kräuseln einer Welle auf der Oberfläche des Seins, die eine Veränderung bewirken will. Wenn du nicht bewusst in deinem Körper bist, kann dieses zum "Gefühl" werden und über Tage und Wochen in dir andauern. Oder es wird sich mit ande-

ren Gefühlen ähnlicher Frequenz verbinden, die miteinander zum Schmerzkörper verschmolzen sind, einem Parasiten, der jahrelang in dir leben, sich von deiner Energie ernähren, dich physisch krank machen und dein Leben vergiften kann.

Richte also deine Aufmerksamkeit darauf, die Emotionen zu fühlen und prüfe, ob dein Verstand an altem Groll festhält, der diese Emotionen nährt. Das kann eine Schuldzuweisung sein, ein Vorwurf oder Selbstmitleid.

Ist das so, dann beweist das, dass du noch nicht vergeben hast. Dein Nichtvergeben richtet sich oft gegen eine andere Person oder gegen dich selbst. Genauso gut kann es sich gegen eine Situation richten, gegen eine Gegebenheit aus Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft, die dein Verstand nicht annehmen will. Oder das Nichtvergeben bezieht sich auf die Zukunft. Das ist dann die Weigerung des Verstandes, Unsicherheit anzunehmen, zu akzeptieren, dass die Zukunft letztendlich jenseits seiner Kontrolle liegt.

Vergebung bedeutet, auf Groll zu verzichten und so das Leid loszulassen. Das geschieht ganz natürlich, sobald du erkennst, dass dein Groll keine andere Absicht verfolgt als dein falsches Selbstgefühl zu stärken. Vergebung bedeutet, dem Leben keinen Widerstand zu bieten — dem Leben zu erlauben, durch dich zu leben.

Dazu die Alternative ist Schmerz und Leiden, ein stark eingeschränkter Fluss der Lebensenergie und in vielen Fällen körperliche Krankheit. In dem Moment, wo du wirklich vergibst, hast du deine Kraft vom Verstand zurückgefordert. Nichtvergeben ist das eigentliche Wesen des Verstandes, so, wie das vom Verstand geschaffene, falsche Selbst, das Ego, nicht ohne Zwietracht und Konflikt überleben kann. Der Verstand kann nur Recht haben wollen. Der Verstand kann nicht vergeben.

Vergeben kannst nur du. Du wirst gegenwärtig, Du trittst in deinen Körper ein, Du fühlst den lebendigen Frieden und die Stille, die vom Sein ausgeht. Darum hat ein großer Lehrer vor 2000 Jahren gesagt: "Bevor du in den Tempel eintrittst, vergib!" ..."

Diese Gedanken von Eckhart Tolle erlauben, das menschliche Angewiesensein auf Liebe, Anerkennung, Wertschätzung und deren paradoxe, krankmachende Umkehrung neu zu denken und neu zu erfahren.

Vorschläge wie von Byron Katie und Eckhart Tolle gibt es einige, so z.B. die oben erwähnte Tipping-Methode der „Radikalen Vergebung“²⁷¹.

271 <http://www.tipping-methode.de/>

Das ist eine ungewöhnliche Synthese aus psychologischer und spiritueller Arbeit. Sie unterstützt Menschen dabei, mit sich und der Welt in Frieden zu kommen. In im Newsletter vom 4. Feb. 2012 schrieb Tipping:

„Aus dem "Erste-Hilfe-Kasten" der Tipping-Methode: Die 4 Schritte zur Vergebung

Neben den grossen Themen in unserem Leben erleben wir oft kleine Ärgernisse und Dinge, über die wir uns aufregen (können).

Egal, ob uns gerade jemand den letzten freien Parkplatz weggeschnappt hat oder sich jemand an der Supermarktkasse vordrängelt: wir können uns immer entscheiden, ob wir das zum Anlass nehmen, uns aufzuregen/zu ärgern - oder ob wir einen anderen Weg wählen.

Hierbei sind die 4-Schritte zur Vergebung hilfreich.

Im ersten Schritt sagen wir zu uns: **"Schau, was ich kreierte habe!"**

Natürlich haben wir uns nicht selbst den Parkplatz weggeschnappt, aber das, was da "draussen" geschieht, hat in der Regel auch etwas mit uns zu tun...

Dies ist unser erster Schritt auf dem Weg zur Übernahme von Verantwortung für das, was in unserem Leben geschieht.

Zweiter Schritt: **"Ich bemerke, dass ich urteile und liebe mich dennoch."**

Wenn wir also den Übeltäter gerade kraftvoll als "Volldepp!" bezeichnet haben ist dies eine vertraute Beurteilung und Interpretation. Statt uns von unserem spontanen Gefühl abzuschneiden, erkennen wir diesen Teil bei uns an und bleiben so mit unserem authentischen Selbst in Kontakt.

Dritter Schritt: **"Ich bin bereit, die Vollkommenheit in der Situation zu sehen."**

Diese Bereitschaft ist der wichtigste Schritt. Wir ziehen die Möglichkeit in Betracht, daß das, was uns passiert - und uns gerade gar nicht recht ist!- in irgendeiner Weise vollkommen sein könnte und uns dient. (Wir müssen aber glücklicherweise nicht mit einer verständnisvollen Erklärung aufwarten - wichtig ist nur unsere Bereitschaft, eine Vollkommenheit zu vermuten.)

Vierter Schritt: **"Ich entscheide mich für die Kraft des Friedens."**

Die Vorstellung, das die Situation eine Vollkommenheit in sich tragen könnte, erlaubt es uns, gelassen und ruhig zu werden und wieder kraft- und friedvoll zu handeln.

Nutzen Sie diese vier Schritte, so oft Sie können.

Machen Sie sie zu einem Teil Ihres Bewusstseins.

Sie können Ihnen im Alltag eine große Unterstützung sein, Ärger und Streß zu vermeiden und mehr Frieden zu finden. Das gilt vor allem für die täglichen "kleinen Dramen" und für Situationen, die am besten sofort geklärt werden."

8.11 Ein bisschen Nächstenliebe

Oben habe ich einiges über Selbstverantwortung, "Unterstützen statt Erziehen" und vom gleichwertigen Umgang miteinander geschrieben. Im Abschnitt 3.3 Bewusstmachen habe ich Amication und den *Freundschaft mit Kindern* Förderkreis vorgestellt, der auch unterstützt, diese Ideen im praktischen Alltag umzusetzen. Im Folgenden werde ich deshalb zwei Rundbriefe des Förderkreises zeigen über Nächstenliebe²⁷² und über die amitative Praxis²⁷³ von Hubertus von Schoenebeck.

"Jeder Mensch kann sich lieben, so wie er ist. Diese konstruktive Sicht auf sich selbst kommt aus dem Lebenswillen und wird durch nichts und niemanden in Frage gestellt. Selbstliebe ist ohne Egoismus und von Nächstenliebe umgeben." So steht es als Punkt Eins in den "Grundlagen amitativer Lebensführung". Selbstliebe ist für jemanden, der sich auf die amitative Gesamtaussage bezieht, selbstverständliche Basis.

Wenn man dem Selbstliebegedanken zustimmt und sich zu eigen gemacht hat, wenn man ihn jetzt wieder oder schon lange wieder oder immer schon in sich trägt, dann gibt es all die Probleme und Belastungen nicht (mehr), die Menschen mit sich herumtragen, die wenig an sich glauben, die immer wieder an sich arbeiten müssen, die andere glücklich machen müssen, die nie aufhörende Schuldgefühle haben, die auf einer ziemlich dunklen und trüben Seite des Lebens wandern. Wer an sich glaubt und es nicht für übertrieben hält, sich auch noch zu lieben, der ist von Sonne umgeben. Zumindest im Nachdenken und im Selbstbild. Die Schwierigkeit, wie man diesen schönen Selbstliebegedanken auch im Alltag erlebt, will dann noch gemeistert sein. Aber irgendwie geht das dann schon, mal besser, mal schlechter. jedenfalls stimmt die Richtung, auch wenn der Weg dorthin immer wieder nicht so klar ist. Was einen aber letztlich nicht verdrießt. Denn, so ist das Gefühl, es ist ja erkannt, was einem gut tut und was nicht. Gut tut es, an sich zu glauben und sich zu lieben. Anderes nicht.

Wenn das soweit klar ist (und es "nur" noch und immer wieder darum geht, die Selbstliebe dann auch real zu erleben), dann gibt es einen weiterführenden Gedanken, der etwa so klingt: "Es ist die Grundlage meiner Sicht von mir, dass ich mich lieben kann, so wie ich bin. Kein Thema. In dieser Frage bin ich entschieden und gelegentliche Praxistiefs werfen

272 Hubertus v. Schoenebeck, *Freundschaft mit Kindern Förderkreis*; Rundbrief 3/02

273 Hubertus v. Schoenebeck, *Freundschaft mit Kindern Förderkreis*, Rundbrief 1/03
(siehe weitere in http://www.amication.de/www_amication_de_inhaltsverzeichnis.htm)

das alles nicht um. Ich bin mir meiner Selbstliebe sicher. So weit so gut. Und nun, von dieser Sicherheit aus, sehe ich mich nach dem Anderen um. Von dieser meiner Selbstliebebasis aus frage ich nach Dir: Was kann ich für Dich tun? Was brauchst du? Wer bist Du?"

Amication hat die Selbstliebe als unverzichtbares Gut erkannt. Selbstliebe ist nicht gegen andere gerichtet, sie ist ohne Egoismus. Und sie enthält ein großes Tor zum Nächsten, zu dem Anderen, den man aus dem Ruhen in sich heraus sieht, dem man sich nah fühlt und dem man seine Unterstützung anbieten kann. Es ist die Frage, wann man in sich bemerkt, dass es dieses Tor gibt, und wann man es durchschreiten will. Es gibt nichts, das einen dazu drängt. Und wenn man sich seiner Selbstliebe nicht so sicher ist, wird man sich kaum um dieses Tor kümmern und daran vorbeigehen. Aber es ist da, und wenn die Zeit gekommen ist, wird man es bemerken und sich seiner bedienen.

Warum soll man nicht durch das Tor der Nächstenliebe zum Anderen gehen? Es gibt da keinen Stress und keine Pflicht. Keine Moral setzt amitative Menschen unter Druck, sich dem Anderen zuzuwenden. Jeder ist sein eigener Chef. Das ist amitative Grundposition. Aber man kann. Man kann nach dem fragen, was der Andere braucht, man kann ihn unterstützen, seine eigenen Dinge tun zu können. Wenn man dazu die Zeit und die Kraft hat. Aber ist diese Kraft denn nicht längst da bei denen, die sich selbst so lieben, wie sie sind?

Das muss man sehen, von Fall zu Fall. Ich möchte es in Erinnerung rufen, diese Möglichkeit, sich einmal um den Anderen und seine kleinen und größeren Nöte zu kümmern. Warum nicht? Einfach mal nett sein und schauen. Wenn der es dann Marke "Kleiner Finger — ganze Hand" sofort überzieht, kann man es ja wieder sein lassen. Aber mir geht schon durch den Sinn, dass diejenigen, die voll des süßen amitativen Selbstliebehoigweins sind — und davon kann man nicht voll genug sein — sich auch einmal um den Becher des Anderen zur Rechten und zur Linken kümmern können. Könnten!

Nein, natürlich soll daraus, dass man mal gefragt hat, kein Anspruch des Anderen erwachsen, man hätte sich nun öfter so um ihn zu kümmern. Die Frage nach dem Anderen ist nicht der Beginn einer neuen Verstrickung und Abhängigkeit, die amitative Menschen ja gerade erst mühsam überwunden haben. Wir haben uns von dieser unguuten Verklammerung gelöst, dass die Wünsche des Anderen unsere eigenen Wege verstellt haben. Wir haben ja gerade diesen Griff auf uns überwunden, wie er in jeder (pädagogischen) Kindheit einen jeden von uns klein, ohnmäch-

tig und schuldbewusst am Boden hielt. DAS haben wir hinter uns, dieses Kümmernmüssen um den Nächsten aus dieser ganzen Anspruchswelt heraus. Dagegen steht unsere Fanfare "Ich liebe mich so wie ich bin". Das alles ist schon klar, und dahinter soll es nicht zurück gehen.

Aber der Gedanke des Hinschauens auf den Anderen kann eben auch jenseits dieser schrecklichen Verdrehung gedacht werden. Das Kümmern um den Anderen kann aus der Diskreditierung gelöst werden, den das Anspruchsdenken über die Nächstenliebe gestülpt hat. Gelöst werden aus dem wilden Wahn, in den der Andere wegen all dieser Verdrehung gefallen ist, dass er nämlich meint, sich zu recht an uns wenden zu können, uns zu recht für seine Not vereinnahmen zu können, uns zu recht die Pflicht auferlegen zu können, dass wir uns um ihn kümmern. Schluss mit diesem schaurigen Szenario. Amication! Jeder ist für sich selbst verantwortlich. Wir weisen solch ein Ansinnen zurück, es ist von der anderen Welt. Unsere Beschwörungsformel gegen diesen lähmenden Zauber heißt "Ich liebe mich so wie ich bin", solange wehrhaft und zugleich ohne Missachtung immer wieder wiederholt, bis der Drachenkopf aus Anspruch und Schuld wieder versinkt im Meer der unendlichen Möglichkeiten. Nein: Wir lassen uns nicht mehr einfangen.

Von vorn: Der Gedanke des Hinschauens auf den Anderen kann auch jenseits dieser Verdrehung gedacht werden. Einfach mal so. Für Mutige. Oder beiläufig, ohne sich viel dabei zu denken. Oder als banaler Reflex in unseren Beziehungen. Ja, ja, wenn das denn alles so beiläufig und so banal schon ist! Wenn genug Liebe zwischen uns lebt, ist so etwas beiläufig und banal. Aber auch dort gilt: Wenn es eine wahre Liebe ist, dann keine, die auf Kosten des anderen geht.

Ist es eine noble Geste, nach dem Anderen Ausschau zu halten? Warum nicht. Wir sind noble Menschen. Sind wir nicht reinen Herzens? Ja, sind wir, und zwar uns selbst gegenüber, denn das "Ich liebe mich so wie ich bin" ist nur arglos und ohne irgendwelche Listigkeiten möglich (sonst wird es eine Farce und klappt niemals). Und diese hinterhaltslose Herzlichkeit kann man auch zum Anderen wenden, eben mal vorbeischaun, wie es ihm geht, was der denn so braucht, unser Nächster, unser Partner, unser Kind.

Es ist immer wieder erstaunlich, wie offene Bücher die Anderen sind. Sie lassen doch stets erkennen, wo sie gerade sind und was sie brauchen. Eigentlich muss man sie überhaupt nicht fragen; es ist sowieso klar, was anliegt. Man kann da schon gleich den nächsten Schritt tun und sich selbst fragen, was man tun kann, damit sie bekommen, was ihnen gut

tut. Das "Was brauchst Du? Was kann ich für dich tun?" klingt sowieso nur aufgesetzt und unwirklich therapeutisch. So kann das nicht gehen.

In Wirklichkeit entfällt diese Frage auch als real gestellte Frage. Aber sie hat ihre Bedeutung in uns selbst. Sie ist das Tor zum Anderen, sie ist unsere Sensibilität für den Anderen, in Gedanken gefasst, sie lässt uns anlegen an sein Lebensschiff. In der Welt des Handelns wird dann sichtbar, was wir im Moment gerade für Menschen sind: Nämlich solche, die aus ihrer Selbstliebe heraus auch für den Anderen da sind und die helfen, dass geschieht, was der Andere jetzt braucht.

Wisst Ihr, was Eure Anderen brauchen? Wann wisst Ihr es? Einmal im Monat, einmal in der Woche, einmal am Tag, einmal in der Stunde? Einmal in der Minute gilt nur für frisch Verliebte, und das ist man selten oder lässt sich dieses behutsame "Du-bist-mir-wichtig-Gefühl" pflegen und wieder herbeiholen? Und wenn Ihr es denn präsent habt, was Euer Anderer gerade braucht, was hindert Euch daran, dies zu tun? Wie üblich hunderttausend Beziehungssteine. Klar.

Aber, und nur das schlage ich vor, man kann ja mal schauen, einfach mal so schauen und einfach mal wieder erkennen, was der Andere braucht und es ihm vielleicht geben. Weil das Wetter schön ist. Oder weil es so schlecht ist. Weil, eben. Das ist jedenfalls nicht verboten und das kann ein jeder tun. Wenn man es denn will, ohne es zu sollen oder zu müssen, als Chef des eigenen Lebens. Und: "Könnt mich doch freuen, wenn ich Dir gebe, was Du brauchst. Mir zur Ehre und zum Hosianna." Nicht großartig inszeniert, sondern eben beiläufig. Weil ich mich so liebe, wie ich bin.

Ich meine ja nicht, dass man sich um der schönen Effekte willen verbiegen soll. Ich meine nur, dass man sich einfach auch in diese Region seines Selbstliebelandes begeben kann und dort auch Blumen pflanzen kann. Darauf mache ich aufmerksam und dazu lade ich ein. Wer Lust hat, kann das machen, mitmachen. Auch dieses Spiel des Lebens mitspielen. "Ich kann mich auch um Dich kümmern." Ich kann das tun. Jeder kann das tun. Amicative Nächstenliebe ist ein Geschenk wie die Selbstliebe. Auch sie ist uns geschenkt, als eine Kraft, die in uns ist.

Kinder werden dauernd genervt und gequält mit dem "Kümmere dich!" Um die Hausaufgaben, die gewaschenen Hände, das Vertragen, unsere Ruhe. Sie sollen sich ohne Unterlass um uns — unsere Vorstellungen vom Leben und um unsere Wünsche — kümmern. Schöne Nächstenliebe! Der Blick auf dieses Geschenk des Lebens wird in der pädagogischen und Oben-Unten-Welt, in der wir groß geworden sind, so ver-

fälscht, dass einem ganz grundsätzlich die Lust vergeht, sich des Anderen anzunehmen. So etwas wird anstrengend, wird zur Pflicht, zum Staatsakt. Oder so aufgebläht, dass man für seine Aufopferung und edle Sozialgesinnung mindestens den Nobelpreis erwartet.

Wirkliche Nächstenliebe findet beiläufig statt, sonst ist es Show. Kein Vorwurf, aber doch schal und ganz fern der Möglichkeiten, die wir in uns tragen. Wie kann man seine Nächstenliebe entwirren, befreien, zurückerobern? Nur kein Stress! Kein Bemühen, keine Arbeit. Einfach mal überraschen. Nicht zu viel, nur ein bisschen. Ein bisschen Nächstenliebe.

8.12 Die amicative Praxis

Es wird oft erwartet, dass amicative Menschen die Kinder auch tun lassen, was diese selbst entscheiden. Das sei doch die Quintessenz aller amicativen Theorie! Doch es ist anders.

»Setz die Mütze auf!« — »Ich will nicht!« Eine Mutter im Konflikt mit ihrer dreijährigen Tochter. Die Welt wird interpretiert. Wer interpretiert richtig? Die amicative Antwort ist: jeder interpretiert auf seine Weise, der eine hat soviel recht wie der andere. Die Mutter sagt der Tochter ihre Sicht der Dinge, die Tochter sagt der Mutter ihre Sicht der Dinge. Die Mutter sagt sie vielleicht mehrmals, das Kind antwortet mehrmals. Dann kann es sein, dass sie übereinstimmen: »Ich setze die Mütze auf« oder »Na gut, dann gehe ohne«.

Oder sie bleiben bei ihren entgegengesetzten Beurteilungen. Dann wird sich in der Regel der Erwachsene durchsetzen, und das Kind muss das tun, was er will. Dies ist auch in amicativen Familien nicht anders.

Doch bei aller Gegensätzlichkeit im Handlungsbereich: auf der psychischen Ebene findet kein Angriff gegen die Innere Welt und Souveränität des Kindes statt. Das »Nein« des Kindes wird als Ausdruck eines gleichwertigen Menschen mit Innerer Souveränität verstanden, der einen anderen Weg gehen will — den der Erwachsene aus seinen Gründen heraus aber nicht zulassen kann. Es geht dabei nur um das handlungsmäßige »Tu es« bzw. »Tu es nicht«, nicht aber um das psychische »Sieh das ein — ich habe recht«. Im amicativen Konflikt gibt es keinen Angriff des Erwachsenen auf die Seele und die Identität des Kindes und — deswegen auch nicht eine entsprechend vehemente Verteidigung dagegen. Ein amicativer Konflikt verläuft in anderen Bahnen.

Auf der psychischen Ebene stehen sich die amicative Position und die traditionelle pädagogische Position gegenüber. Hier die Anerkennung der souveränen Inneren Welt des Kindes, Beziehung und Austausch mit einem vollwertigen Menschen — dort das Feststellen des Nichtvorhandenseins einer souveränen Inneren Welt beim Kind, Erziehung und Unterweisung eines zur Vollwertigkeit reifenden Menschen. Amicative Erwachsene werden durch die Anerkennung der Souveränität des Kindes nicht handlungsunfähig — ihre Handlungen sind jedoch von anderer psychischer Qualität.

Frei von Bevormunden, Einsichtigmachen und Trotzbrechen wird für den amicativen Erwachsenen anderes möglich: psychisches Hören — *Empathie*. In gleicher Weise kann das Kind den Erwachsenen psychisch

wahrnehmen. Denn da es nicht angegriffen wird, muss es seine Energie nicht in der Verteidigung gegen den Erwachsenen aufreiben. Beide können deswegen die jeweilige Dringlichkeit des anderen mitbekommen. Beide sind offen zu merken, wie wichtig dem anderen sein Interesse wirklich, d.h. auf der emotionalen und existentiellen Ebene, ist. Sie nehmen einander wahr, sie erfahren auch im Konflikt, auch im Obsiegen und auch in der Niederlage, wer der andere nach seinem Selbstverständnis ist. Empathie ist die Basis erziehungsfreier Praxis.

Der Erwachsene und das Kind informieren sich also über ihre Interessen und teilen sich zugleich auf der emotionalen Ebene ihre Dringlichkeiten mit. Dies geht ein paarmal hin und her, mal mit Worten und Erklärungen, mal ohne. Dann kann es zwar vorkommen, dass sich einer durchsetzt — mal der Erwachsene, mal das Kind —, aber die Regel ist, dass der eine den anderen machen lässt. Denn die Dringlichkeiten zweier Menschen sind selten von gleichem Gewicht. »Dann mach du« — dies liegt näher. Das geht aber nur, wenn nicht existentielle Wichtigkeiten im Zentrum des Konflikts stehen: Einsicht und Gehorsam, die der Erwachsene vom Kind einfordert; Würde und Selbstachtung, die das Kind vom Erwachsenen respektiert wissen will.

In der erziehungsfreien Praxis werden Konflikte nicht mit (bewundernswerter) Mühe gelöst, sondern sie lösen sich wegen der Empathiestruktur amicativer Kommunikation meistens von selbst auf. Das wird nicht irgendwie gemacht, vorbereitet, erarbeitet oder ähnlich angestrebt. Der amicable Alltag mit Kindern lässt sich nicht inszenieren. Er ist ein authentisches Geben und Nehmen gleichwertiger Partner. Der beiläufige tägliche Friede mit Kindern wird als Geschenk erlebt, das sich aus der amicativen Haltung ergibt.

www.amication.de Freundschaft mit Kindern - Förderkreis e.V.

8.13 Selbstliebe - Verändern und Erinnern

Im Rundbrief 02/09 schrieb Hubertus v. Schoenebeck an die Mitglieder
des FREUNDSCHAFT MIT KINDERN Förderkreis

<http://www.amication.de/selbstliebe_veraendern_und_erinnern.htm>

Selbstliebe

Verändern

Ich merke, dass ich mich verändere. Dass ich heute Schmerz anders erlebe als früher, dass ich meine Aggressivität und meinen Stress anders erlebe, usw. Wenn ich alle Kraft in mir sich zentrieren lasse und dabei nicht Energie für das Verändern-Wollen abzwinge, wenn ich also immer mehr ich bin statt mich bemühe, es zu werden - dann strömt die so gesammelte Kraft in die Winkel und Nischen meines Ichs, wo sie tatsächlich gebraucht wird. Ich lasse Veränderungsenergie sich in mir frei entfalten, ohne sie zu dirigieren.

Die selbstorganisierte Veränderungsenergie lässt sich gut mit den weißen Blutkörperchen vergleichen, die auch selbst und aus ihrer Weisheit heraus das tun, was dem Organismus dient. Wenn ich meiner Kraft vertraue, wenn ich meinem Organismus vertraue, wenn ich mir vertraue wenn ich mich liebe, so wird mich dies dahin entwickeln, wo ich wirklich jeweils bin. Es ist nicht nötig, dies zu wollen, denn solches Wollen kostet nur Energie und blockiert den Vorgang der Selbstorganisation. Und selbstverständlich ist es völlig unsinnig, dies zu *sollen*.

Ich muss mich nicht verändern, ich soll mich nicht verändern, ich will mich nicht verändern: Ich verändere mich. Zu mir selbst gelange ich nicht mit Wollen, sondern mit Vertrauen. Selbstliebe kann man nicht wollen (oder gar irgendwie machen). Sie findet in uns statt, wenn wir uns dies gestatten, wenn wir den Mut aufbringen, o.k. zu uns zu sagen.

*

ich lasse es geschehen
und habe in mir das universum

*

auf dem weg
zu mir gehe ich seltsame wege
wenn ich stark genug bin
ihnen zu folgen
ohne ihr ziel zu kennen
dann
werde ich mich
finden

Selbstliebe

Erinnern

Wie kann die Erkenntnis von der Selbstliebe zur gefühlten und gelebten Wirklichkeit werden? Wie kommt man weg von "Ich bin nicht viel wert" und vom "Ich kann mich nicht leiden" und vom "Ich muss besser werden" und vom "Ich muss an mir arbeiten"? Wie kann ich mich lieben?

Vielleicht ruht bei einigen das Wissen um die Selbstliebe dicht unter der Oberfläche, und es wird lebendig, wenn es ausgesprochen und bewusst wird. "Ja, so fühle ich auch, eigentlich schon immer, nur fehlte mir der Mut, aber jetzt bin ich mir sicher, ich werde den Glauben an mich nicht wiederverlieren." Der Impuls reicht aus, um die Selbstliebe, die ja nicht wirklich verloren gehen kann, wieder fühlen zu können.

Für viele andere aber ist es nur eine schöne Idee, und sie sehen keine Möglichkeit, wie all das für sie Wirklichkeit werden kann. Ich habe viele Gespräche hierüber geführt, und meine Antwort ist stets etwa so: "Du musst Dich nicht bemühen, ein besserer Mensch zu werden, diesmal einer, der sich selbst liebt. Du bist doch schon ein richtiger Mensch, 100 Prozent, *von Anfang an*. Du bist o.k., mit allem, was in Dir ist."

Wer sich nicht liebt, der liebt sich nicht - *jetzt* nicht. Wer fällt, der fällt, und es gibt viele Steine und Fallgruben in dem weiten Land, das wir sind. Wir können dort laufen und springen, aber auch immer wieder stolpern und fallen. Solche Steine und Fallgruben kommen aus unserer Biographie, sie sind Zeugnisse unserer Vergangenheit und sie wirken in die Zukunft. Auch sie gehören zu uns, und auch wenn sie uns weh tun, so sind sie doch weder richtig noch falsch, weder gut noch böse, sie sind. Sie sind Teile von uns und wie alle Teile unseres Selbst stets sinnvoll.

Nachdem man in eine solche Fallgrube gefallen ist - sich nicht leiden kann, sich nicht vertraut, nicht an sich glaubt - kommt immer auch der Moment des Innehaltens. Früher warteten dort zusätzlich schlechte Gefühle. Aber das Innehalten öffnet auch dem *Erinnern* die Tore: Dass es so etwas wie Selbstliebe gibt, dass auch Steine und Fallgruben sinnvolle Teile von uns sind. Dass wir uns nicht verbessern, an uns arbeiten, uns erziehen müssen. Die Verbindung kann wiederhergestellt werden. Alle Fallgruben verlieren ihren Schrecken, wenn wir nicht länger schlecht von ihnen denken. Wenn die Benommenheit durch den Sturz nachlässt, können wir den nie wirklich abgerissenen Kontakt zu unserer Selbstliebe immer wieder aufnehmen: Wir besinnen uns auf uns selbst und darauf, dass wir uns lieben können, so wie wir sind.

9 Eigensinn

9.1 Das Böse

Mir klingen die Bilder der Pfadarbeit alle sehr schlüssig. Für mich ist es hilfreich und auch nützlich im Alltag. Aber es bleiben große Fragen noch offen: Warum kommt das *Höhere Selbst*, so wie es die Pfadarbeit sieht, schon abgetrennt, beschichtet in diese Welt, was ist daran gut, was böse? Was ist das Böse? Wie passt das neben: Die ENERGIE, intelligent und liebevoll, unteilbar, im Fließen. Vielfalt, sich selbst im Gegenüber erkennend. Grundsätzliche Richtung: Hin zur AllEinheit. Aus gutem Grund und mit aller Konsequenz. Eine unendliche Kette von Geschöpfen und Schöpfern.

Könnte es sein, dass ich die Energie in meinem Kopf in einem Konzept fest stecke und ich das, statt es zu untersuchen, glaube? Dann halte ich fest in meiner Ignoranz. Dann erlebe ich Gefühle wie Wut, Zorn, Hass, Neid, Eifersucht — und aus diesen Gefühlen heraus handele ich: so entsteht das auch, was wir als das "Böse" bezeichnen, weil die Konsequenzen unangenehm, "negativ" sind.

Gibt es das Böse in der Natur? Ist die Katze böse, die eine Maus fängt oder der Vulkan, dessen Auswurf eine ganze Stadt tötet? Mir scheint, das es "böse" nur zwischen Menschen gibt. Jede Kultur hat sich ein ihr passendes Böses gestaltet²⁷⁴; die verschiedenen Definitionen sind kaum vergleichbar über jede der Zeiten.

Das Wort 'böse' lässt mich nicht los. Das hat ja schon in der Alltagssprache ein verwirrende Tradition: Wie oft hab ich den Satz gehört, an mich gerichtet oder an andere Kinder: "Hör damit sofort auf, sonst machst Du Mama ganz böse".

Mama, mein Zentralsozialpartner, die Einzige, die Geliebte, diese Lichtgestalt kündigt ernsthaft an, dass sie aus der Lichtwelt hinüberwechseln wird ins Reich der Dunkelheit; das Böse tritt in den Raum. — Und sie will das ja gar nicht; ich sei Schuld, sei die Ursache und Anlass.

Welche Macht habe ich da. Gleich wird sie mich ohrfeigen, prügeln, verächtlich machen — und so geschieht doch, wonach ich mich sehne:

274 Gerald Messadié: "Teufel Satan Luzifer – Universalgeschichte des Bösen", Eichborn, Frankfurt/M, 1995

Wir kommen in Kontakt, wenn auch etwas auf die perverse Art.

Man könnte einwenden 'böse', das ist doch nur eine volkstümliche Redensart. Nein, diese Menschen waren oft religiös oder philosophisch gebildet. "Das Böse" war für sie ein bekannter und breit fundierter Begriff. Jeden Sonntag beten sie "... und erlöse uns von dem Bösen ...".

"Das Böse" tritt in den Raum — und ich hätte es gerufen, sagt sie. Also scheine ich natürlicherweise in einer besonderen Verbindung mit "dem Bösen". Denn was da verlangt wird von mir im "hör sofort damit auf", das ist eine Forderung, gegen die sich alles in mir sträubt — ich tu doch mein Bestes. Ist das die Erbsünde/Ursünde, von der der alte Mann in dem schwarzen Kleid in der Kirche redet?

Anders gewendet, wenn ich 'böse' tatsächlich nur als volkstümliche Umschreibung nähme, was umschreibt es an Glaubenssätzen?

Mama wendet sich von mir ab

Mama erpresst mich

Mama gibt mir nicht die Liebe, Anerkennung, Wertschätzung, von der ich zu glauben gelernt habe, dass ich sie brauche zum Leben

Mama ist genervt, sie hat was anderes vor, sie weiß es besser, sie kann/will meines nicht verstehen

Mama ist schlecht drauf

Mama hat Migräne

Mama ist schonungsbedürftig, insbesondere bedürftig, dass alle (jetzt insbesondere ich) tun, was sie will, wie sie will, wann sie will, wo sie will

Statt dessen sagte sie und tausende von Müttern bis heute "Hör auf, sonst *machst Du* Mama ganz böse". Kommt daher der Geschmack des Wortes? Mein Verstand gibt den Einwand, das sind alles mythologische Formeln, und, *Das Böse* ist ein Konstrukt, das man religionspsychologisch und soziologisch erklären kann. Aber kann man es auch so erfinden? Wer weiß es wirklich?

Wenn Menschen in Angst sind, wollen sie um so mehr Sicherheit. Also sehen sie sich von diesem Druck gezwungen, aggressiv zu handeln. Das finden die Anderen meist nicht gut und nennen das böse. Ich glaube, Menschen können sich so in Angst zusammenziehen, das kaum eine Spur von Liebe noch an ihnen offenbar wird. Wenn die ausrasten, wird es fürchterlich. Und dann wird das nicht nur "böse" genannt, dann glauben wir an das Böse im Menschen und finden die Beweise. Die Böses finden, finden das als den Unterschied zum Guten in ihrem System zu fühlen und zu denken. Beruht ihr System auf Neugier, ausdehnender Liebe, dann ist Gut und Böse anders als dann, wenn ihr System auf zusammenziehender

Angst beruht.

Hannah Arendts "Eichmann in Jerusalem: Ein Bericht von der Banalität des Bösen" ist keine Charakterstudie, sondern weist auf eine systemische Verkettung aller derjenigen, die sich strikt weigerten, Verantwortung zu übernehmen. Diese Verkettung trat an die Stelle zerstörter zwischenmenschlicher Beziehungen. Innerhalb ihres reibungslosen Funktionierens waren die traditionellen moralischen Haltungen und Normen nur noch Wechselmarken. Auch der Antisemitismus wurde transformiert. Neben das subjektive Ressentiment trat zunehmend und beherrschend der Zwang der "Notwendigkeit", der sich durch Erfahrung nicht mehr irritieren lässt und den Arendt mit einem Satz Kafkas auf den Punkt bringt: "Du brauchst es nicht für wahr zu halten, nur einzusehen, dass es notwendig ist. Darauf Kafka: Die Lüge wird zur Weltordnung gemacht."

Arendt stellt fest, dass die Maßstäbe eines selbstverständlichen Wissens über das, was gerecht und was ungerecht ist, von standardisierten Rede- und Verhaltensweisen überlagert waren, deren Gewalt man sich nur entziehen konnte, wenn man bewusst aus diesem System austrat. Innerhalb dieses sich selbst auferlegten Zwangs hat das Normale die Funktion, das Ungeheuerliche unkenntlich zu machen, und umgekehrt hat das Ungeheuerliche die Funktion, den Tatsachen den Makel der Unglaubwürdigkeit anzuhängen.

Arendt entwickelt eine scharfsinnige Kritik an der Vorstellung vom Gewissen, das unveräußerlich zu jeder normativen Ethik gehört. Arendts Fazit: Das Schuldgefühl des Gewissens "gibt keine verlässlichen Hinweise auf Recht oder Unrecht", sondern es sagt etwas über "Anpassung und Nicht-Anpassung" aus. Als Befehlsempfängerin des Normativen funktioniert das Gewissen systemkonform.

Ein Freund, erfahrener Kinder- und Jugend-Psychotherapeut, erzählte mir, er habe in seiner Praxis schon Kinder gehabt, die einfach grundböse sind. Diese Kinder sind noch unter dem Schulalter; später verwische sich das hinter Höflichkeit. Auch seien die Familien solcher Kinder nicht etwa in irgendeiner Weise auffällig. Er habe dazu schon viel Supersision genommen. Er glaubt an das "Böse" im Menschen.

In einem Gespräch mit der taz sagte der Schauspieler Jürgen Vogel u.a. über Figuren wie den Vergewaltiger Theo Stör im Film "Der freie Wille": "Wir wären Clowns und Deppen, wenn wir glauben würden, dass es das Böse nicht gibt. Wenn wir dessen Existenz nicht akzeptieren und lernen damit umzugehen, verkennen wir uns selbst. Wir können nur glücklich sein, wenn wir zum Monster in uns stehen."

Die Haltung meines Freundes und die von Vogel finde ich sehr lebensklug und alltagspraktisch.

Jeder Gedanke ist auch eine Energieform - beim Pendeln-Lernen kann man das erfahren. Menschen habe immer wieder Wege gesucht und offensichtlich auch gefunden, diese Energien zu konzentrieren mit ihren Gebeten und Ritualen. Und das gilt für beide Grundformen, Liebe und Angst. So kann man Plätze finden, wo sich das manifestiert, warme wie kalte Plätze. Das Üble ist, dass wir als in aller Regel von Erzogenen erzogene Menschen den Blick in den Mangel, die Angst vor der Angst besser kennen, damit leichter damit in Resonanz kommen als mit einem Angebot von Liebe.

Mag ja sein; die *Schwerkraft* kann mir auch keiner richtig erklären. Die Hebelgesetze und andere Konstrukte der Physik, deren Algorithmen ich in meiner technischen Formelsammlung finde, die verstehe ich auch meist nicht. Dennoch wende ich sie an im Alltag und richte mich ein auf ihre Wirkungen. Ich benutze Messer in der Küche, betätige Wasserhahn, Klospülung, Lichtschalter, PC-Tastatur, setze mich aufs Fahrrad und trage dabei zu meinem Schutz Fahrradhelm und -handschuhe.

Schon die Menschen der Altsteinzeit haben aus Flintsteinen Messer geschlagen. Die ihrer Schneidefunktion zugrunde liegenden Hebelgesetze wurden (menschheitsgeschichtlich) erst vor einiger Zeit formuliert und ich habe erst jüngst aus einer technischen Zeitschrift davon erfahren. Dennoch kenne ich die Wirkungen und seit ich vor vierzig Jahren als Tischlerlehrling geübt habe, meine Werkzeuge am Abziehstein zu schärfen, benutze ich nur sehr scharfe Messer.

Das *Gute*, das *Böse*? Muss ich die der Schneidefunktion zugrunde liegenden Hebelgesetze kennen, ehe ich die erkannten Wirkungen akzeptiere? Wenn meine Gedanken und die Gefühle dazu mir Leid, Wut, Angst bereiten und ich meine Wahrheit wissen will, dann kann ich sie untersuchen, nur vier Fragen und eine Umkehrung. Was ist das Böse? Wieder Modelle, Landkarten von unsichtbarer Landschaft.

9.2 Sünde

In dieser Kette von Geschöpfen und Schöpfern tritt alles mal auch in den Vordergrund, z. B. der Eigensinn, sei es, wie üblich, aus Angst oder Stolz konfrontiert mit der virtuellen Welt meiner Gesellschaft, sei es aus kreativer Neugier in meinem bunten Leben. Die Neugier lässt Menschen, die gewiss nicht viel vereint, die aber doch eine Vorstellung von "Erfolg" haben, welche sich simplen geldwerten Rationalitäten entzieht, einen gemeinsamen Nenner von "Würde" und von Selbstbestimmung finden. Der Stolz lässt mich fragen "Und was wäre, wenn ich etwas nur für MICH erschaffe?". Und ich erschaffe: MEIN Geschöpf. Oder ich glaube: mein Wunschkind. Damit trete ich aus der AllEinheit, in die Trennung. Ein Sund — ein trennender Meeresarm — ist entstanden und, mit aller Konsequenz, entstehen daraus viele: Die Sünde.

Leider assoziiere ich bei solchen christlichen Begriffen immer automatisch auch die *Masken*-haften Situationen aus dem Religionsunterricht meiner Schulzeit. Und das löste bei mir früher meist ziemlich krause Reaktionen aus. Geht es manchen von Euch ähnlich? Mit klarem Verstehen-wollen konnte ich dem erst begegnen in der Verfremdung beim Lesen des Koran und den islamischen Erläuterungen dazu.

Bei solchen 'kognitiven Dissonanzen', wenn ich dieses untergründige, widersprüchliche Schrillen im Hinterkopf verspüre, trete ich innerlich einen Schritt zurück, um mir das bewusst zu machen. Dann prüfe ich, ob mich die Sache wirklich interessiert, ob ich nicht den Finger verwechsle mit dem Mond auf den der zeigen will, ob ich tatsächlich die Botschaft vom Boten unterscheiden will. Wenn ja, trete ich noch einen innerlichen Schritt zurück, in eine meditative Haltung, nichts erwartend, weder hoffend, noch fürchtend, spreche meinen ganzen Namen und sage weiter "Friede sei mit Dir und mit Deinem Geiste". (Das funktioniert auch gegenüber anderen Streithähnen; dann gehört dessen Name natürlich in die Formel!)

Das ist wahrlich eine mächtige, magische Formel, die schlagartig die Atmosphäre der Situation verändert, wenn ich tatsächlich die meditative Haltung einschalten kann und wenn ich tatsächlich den Willen zum Frieden fühlen kann. Es wäre sonst leeres Ritual.

Sünde gibt es im Alten und in Neuen Testament. Das hebräische Wort *chata'*, sowie das griechische *hamartía* (Tätigkeitswort: *harmatáno* = (ver)fehlen, nicht erreichen, entbehren, vergessen) bezeichnen wörtlich eine Zielverfehlung, wir sagen heute Verfehlung (Fehler) oder Sünde. Jede Verfehlung der Ziele Gottes ist demnach Sünde. Erst als Gott dem Adam Ge- und Verbote gab, kam eine Gesetzgebung Gottes zu den Men-

schen. Zum ersten Mal seit der Erschaffung der Menschheit kam hier ein Gesetz Gottes in den Kosmos, wurde Sünde zugerechnet.

Paulus (Römer 7:7-11) erklärt ausführlich, was er meint: "Die Sünde hätte ich nicht erkannt, als nur durch Gesetz ... Die Sünde aber ergriff durch das Gebot die Gelegenheit und bewirkte jede Begierde in mir; denn ohne Gesetz ist die Sünde tot. Ich aber lebte einst ohne Gesetz. Als aber das Gebot kam (durch Verkündigung!), lebte die Sünde auf - ICH ABER STARB! Und das Gebot, das zum Leben (gegeben), gerade das erwies sich mir zum Tod. Denn die Sünde ergriff durch das Gebot die Gelegenheit, täuschte mich und tötete mich durch dasselbe."

Paulus beschreibt hier, wie das Gebot ihn erreichte, während ihm die zu seiner Erfüllung nötige Geistesgemeinschaft fehlte. So bewirkte die Kenntnis des Gebotes seinen Tod - womit nur der geistige Tod gemeint sein kann, denn er lebte danach ja weiter und schrieb seinen Brief.

Auch der Textzusammenhang von Genesis 2 beweist eindeutig, dass es nicht in erster Linie um körperlichen, sondern um geistigen Tod ging, also um die Trennung von Gott und seiner Lebenskraft. Denn der HERR hatte Adam gewarnt: "An dem Tag, an dem du vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse isst, wirst du gewiss sterben! (Genesis 2:17). Adam lebte nach seinem Fall jedoch noch hunderte von Jahren! Der geistige Tod, die Zerstörung der Gemeinschaft mit Gott, trat sofort ein, der körperliche Tod war eine spätere Folge davon.²⁷⁵

Was dort beschrieben wird als der geistige Tod weil das Gebot ihn erreichte, während ihm die zu seiner Erfüllung nötige Geistesgemeinschaft fehlte, die Zerstörung der Gemeinschaft mit Gott, ist für mich erstmal ganz irdisch und alltäglich mein Verfehlen meiner Liebe, Anerkennung, Wertschätzung für mich als Fülle, das Lieben-Was-Ist, das sich dann logischerweise ausbreitet auf alle meine Mitgeschöpfe, erstmal, im kleinsten Ausschnitt: "Freundschaft mit Kindern". Dieses Verfehlen führt zum neurotischen Gieren nach Liebe, Anerkennung, Wertschätzung im Mangel. Dem kann ich begegnen in Selbsterkenntnis durch: Selbstbetrachtung - Selbstüberwindung – Selbststeuerung.

Die Seele wächst an der Liebe und an der Erkenntnis, wann Liebe waltet und wann nicht. Gäbe es die Abwesenheit von Liebe nicht, gäbe es kein Bewusstsein von Liebe. Abwesenheit von Liebe ist ebenso wie die Liebe selbst ein kosmisches Prinzip, das der Urkräfte von Zusammenziehung und Ausdehnung. Dennoch manifestiert Abwesenheit von Liebe sich

275 <http://www.urzeitundendzeit.de/Adam.pdf>

nur dort, wo eine Seele sich im Körper befindet und die Freiheit besitzt, gegen die Freiheit eines anderen Körpers zu handeln. Denn Abwesenheit allein bewirkt noch nichts, sie beschreibt vielmehr einen neutralen Zustand. Erst wenn aus dieser Abwesenheit durch Denken, durch Agieren oder durch Zerstören Konsequenzen gezogen werden, dann kann von Sünde die Rede sein. Sünde - um diese Bezeichnung vorläufig zu verwenden - ist also die manifeste Abwesenheit von Liebe, und Sünde in diesem Sinne kennt viele Facetten. Umgekehrt kann auch gesagt werden, dass jede Übertretung eines menschlichen Gesetzes, die nicht mit einer Abwesenheit von Liebe einhergeht und sie manifest macht, keine Sünde ist. Aber wir Menschen sehen wenig Möglichkeit, uns, die wir in der Dualität gefangen sind, davon überzeugen zu können, dass alle gedanklichen Strukturen, die uns mit Schuldgefühlen belasten und uns damit an der Erkenntnis von Liebe hindern, von Nachteil sind und uns dort fesseln, wo wir ohnehin gefangen liegen. Aber wir könnten uns dennoch befreien, wenn wir das Prinzip der Sünde und der Schuld in das Prinzip der verantwortlichen Liebe oder ihrer Abwesenheit umwandeln würden.

Das Christentum hat das Konzept der Erbsünde. Vom Baum der Erkenntnis essend wussten die Menschen gut und böse und bedeckten ihre Scham. Wenn ich mich da wieder an das Abblättern von tausenden Jahren Ideologie mache, dann fallen mir menschengemäβere Interpretationen ein. Die Entfremdung von Menschen zu Kindern drängt sich mir auf, das Umschwenken von Identität zur Identifikation, die vertrackte Grundlage von Urteilen in Gedanken und Gefühlen. Und die Scham? Ist das die Vorstellung, ich sei verletzlich, sei nicht liebenswert, sei so jedenfalls unannehmbar für meine Leute, weil meine Identität nicht der ihren entsprach, weil sie mich zwar herzlich als Gast begrüßt haben — aber nur unter ihren Bedingungen?

Anders gewendet: das Verbot war ein genialer Trick dieses Gottes des Alten Testaments, um für sich neue und überraschende Selbsterkenntnis anzustoßen! Gott braucht das Gegenüber, den Menschen, den er mit Fleiß nach seinem Ebenbilde schuf. Adam und Eva mussten sich aus der Einheit des Paradieses absondern, indem sie die Frucht dieses Baumes aßen. Der Gewinn der Fähigkeit zur Erkenntnis brachte ihnen wohl den Verlust der Einheit und damit allen ihren Nachkommen, die ja nun in die Vielheit hineingeboren wurden. Jedoch aus dieser Vielheit können sie, also wir bis heute, nun Erkenntnis gewinnen, können lernen. Lernen wiederum bedeutet, Erkenntnisse *in* sich aufzunehmen, so dass diese nicht mehr die Daten außen sondern mein Wissen innen sind, was letztlich auf einem langen Weg uns zurückführt in die Einheit.

Die Erschaffung von Adam und Eva brachte etwas Neues in die Welt, das Fremde. Meine Existenz ist abhängig von der Existenz des Anderen, und das andere ist immer das Fremde. Das gilt für den Mann, für die Frau, es gilt für alle Menschen.

Bekanntlich hat aber der Mann den Namen des geschlechtslosen Menschenwesens, Adam, für sich reklamiert. Hat sich selbst Adam genannt und somit behauptet, nach wie vor für die Ganzheit, das Eine, zu stehen. Und damit gleichzeitig die Frauen, wie alle anderen Anderen, zu den ihm Fremden erklärt. Hat also das Fremdsein nicht als eine Grundtatsache des Menschseins gesehen, sondern als eine Abweichung von sich selbst.

Fremd zu sein, das ist seither etwas, das sich auf den Mann und die von ihm gesetzte Norm bezieht – und nicht auf Gott. Die italienische Philosophin Luisa Muraro hat darin den eigentlichen Sündenfall gesehen: Nicht im Essen vom Baum der Erkenntnis, sondern darin, dass sich der Mann den Frauen gegenüber an die Stelle Gottes gesetzt hat – und dass die Frauen das zugelassen haben.²⁷⁶

Bauhütten-Überlieferung kennt die Ursünde: als die Engel aus Asgard ihr Lichtgewand ablegten und körperlich menschliche Gestalt annahmen, um ihren eigenen Geschöpfen, den Erdmensch, näher zu sein und sich schließlich in die Töchter ihrer eigenen Geschöpfe, die Erdmensch, verliebten.

Alle Konzepte von Sünde, Schuld und Scham, die ich in meinem Alltag vorfinde, sind Konstrukte aus unserer langen Erfahrung mit Herrschaft und Unterdrückung. Für den Herrschenden ist es schlicht wirtschaftlicher, wenn er die Beherrschten nicht dauernd selber kontrollieren muss, sondern wenn sie schon selbst die Schere im Kopf haben, die die unpassenden Gedanken abschneidet, zumindest es ihnen sehr unangenehm macht, so zu denken.

Schuld- und Schamgefühle sind wohl so etwas wie die Servobremsen einer Gesellschaft, damit ihre Regeln von Virtualitäten und Wahnheiten eingehalten werden. Jedes Schuld- oder Schamgefühl ist die Erinnerung an eine strafende Hand, die zuschlug, als ich einst in aller Unschuld und Neugier etwas Ungewöhnliches getan hatte. "Scham", sagte Alfred Adler, "ist nichts als die klammheimliche Freude dennoch getan zu haben, was ich wirklich wollte". Es könnte sein, das zum Überleben in einer Gesellschaft ohne Schuld und Scham eine große Gelassenheit und Achtung

276 Antje Schrupp im Netz; http://www.antjeschrupp.de/entfremdung_lachesis.htm#_ftnref3

vonnöten ist, das Leben sich leben zu lassen.

Vielleicht könnte "das Leben sich leben zu lassen, in Achtung und Gelassenheit" eine Form dessen sein, was in den Bücher von der Genesis bis zur Offenbarung des Johannes als die Gnade des Herrn umschrieben wird.

9.3 **Beispiele Erziehung und Technik**

Typisches Beispiel für meinen Eigensinn ist für mich mein elterliches Verlangen nach Erziehung, denn damit fängt ja viele Maskenhaftigkeit an. Eltern mögen noch so lieb sein, mögen noch so klare, wohlerwogene Erziehungsprinzipien leben. Was der Erzogene davon wahrnimmt, gar, wie er davon in sein Weltbild einbaut, ist vom Elternziel völlig unabhängig; entscheidend: sie machten aus einem Menschen einen Zögling. Ich sehe das an den so unterschiedlichen Geschwistern ein und derselben Familie. Diese Menschen könnten von verschiedenen Sternen stammen.

Denn die Ursachen emotionaler Verwirrung und gestörten Verhaltens liegen weniger in früheren oder jetzigen Erlebnissen, sondern eher in den dauerhaften, irrationalen Gedanken über diese Ereignisse und in ihrer gedanklichen Wiederholung. Die gedankliche Wiederholung führt auch zu definitiver Wiederholung, d.h. ich inszeniere meinen Gedanken, projiziere ihn von der Vergangenheit in die Zukunft und "erschaffe" so immer wieder von neuem dieselbe persönliche Realität. Das schafft mir ein Daheim-Gefühl in meiner alltäglichen Wirklichkeit.

Ganz gleich, wie sehr ich mich von den auslösenden Ereignissen ursprünglich irritiert oder gar tief verletzt gefühlt habe, ich bleibe verwirrt, weil ich mich selbst pausenlos mit den irrationalen Gedanken darüber indoktriniere²⁷⁷, die ich in der Vergangenheit selbst geschaffen oder übernommen habe von anderen. Und das tue ich, nicht die Eltern. Auch hier gilt: Das Problem sind nicht die Dinge, nein, es ist das Sehen, genauer, es ist meine getroffene Wahl für *einen* bestimmten Blickwinkel.

Es ist in Ordnung zu glauben, mich habe jemand verletzt. Aber wenn ich daran leide und das Leiden satt habe, dann ist es an mir, mich aus diesem Glauben zu lösen, den Blickwinkel zu verändern. Ich habe die Alternative: ich kann meinen Gedanken glauben oder aber sie untersuchen.

Auch ohne Erziehungsziel, es wird das vorgelebte Verhalten des Zentralsozialpartners — in unserer Gesellschaft fast immer eines Erzogenen, egal, ob eines Gehorsamen oder komplementär eines Revoltierenden — aufmerksam kopiert. Das ist feste Verdrahtung des Hirns, Anpassungsleistung des Neugeborenen. Das geschieht so selbstverständlich wie Spracherwerb, ohne Arg, ohne bösen Willen. Manche Verwirrung wird in aller Unschuld über Generationen weitergetragen und erzeugt immer wieder

277 Indoktrination, Bezeichnung für alle Formen der psychischen Beeinflussung, um das Denken und Handeln von einzelnen Personen oder von Gruppen zu bestimmen. Zweck der Indoktrination ist meist die Durchsetzung einer spezifischen Ideologie und die (weit gehende) Ausschaltung freier Meinungsbildung.

z.B. dieselbe Krankheit. Familienaufstellung kann da tiefe Einblicke geben.

Wortlos dröhnte es schon in dem Säugling: "Du bist so nicht in Ordnung — Hör auf mich, es ist zu Deinem Besten — erst wenn Du so bist wie ich das will, wirst Du als Mensch anerkannt" oder, noch kränkender, "... wenn Du erreicht hast, wovon ich nur träumen konnte ...". Später, welch ein Widersinn, soll dann der Schüler zur Freiheit, zum Demokraten²⁷⁸ erzogen werden. Erziehung gibt solch schreckliche Würze dazu, weil sie dem durch Erziehung Verwirrten auch noch seine Verwirrung zur Schuld machen will: "Stell Dich nicht so an".

Einen anderen Tummelplatz für meinen Eigensinn bietet mir die Technik. Dieser Eigensinn findet täglich seinen Ausdruck in unserer Verliebtheit in die allgegenwärtigen Phantasien über triviale Maschinen. Ich sehe in meiner Handlung jetzt nur die Ursache für die Folge gleich. Tatsächlich ist diese Handlung eingebunden in eine Kette von Folgen, deren Tragweite, Anfang oder Ende, wegen der Unwissbarkeiten aus den Regeln II. Ordnung und wegen meines Unwissens II. Ordnung ich gar nicht überblicken kann mit meinem Verstand, selbst wenn ich ihn per Computer noch so sehr erweitere.

Ich mag mein warmes, helles Zuhause, den Herd, das Bett, die Bücher. Ich weiß, dass dies alles viel Technik voraussetzt, Kraftwerke, Fabriken, Netze von Infrastrukturen. Das Instrument der "Technikfolgenabschätzung" zeigt immer wieder, dass die mit den Technikfolgen sich entwickelnden höheren Komplexitäten in höherer Ordnung unwissbar und damit unvorhersagbar sind. Ökologie-Wissenschaft hat inzwischen nur einen Zipfel des Unwissens in Händen. Trotzdem wissen wir schon heute genug, um zu erkennen, dass unsere Technik diesen Planeten verwüstet, so weitergeführt, dass wir uns damit umbringen.

Können wir wissen, dass wir uns umbringen werden? Wir wissen nicht wie das geschehen wird. Es gibt kein ökologisches Gleichgewicht. Der Erfolg dieser Metapher steht in einem direkten Zusammenhang mit der Krise der Umweltbewegungen und der Ökologie als Wissenschaft. Der in München lehrende Ökologe Joseph H. Reichholf hat in seinem Buch "Comeback der Biber", dessen Untertitel "Ökologische Überraschungen" andeutet, wie wenig genau Vorhersagen der Ökologie sind, an Fallbeispielen die Schwierigkeiten ökologischer Begriffsbildung durchgespielt.

Das fängt schon an mit dem Begriff des Ökosystems. "Ökosysteme

278 von gr. "demos" = "Volk" und "kratein" = "herrschen"; zusammen "Volksherrscher". Es geht also weiter um Gehorsam und Herrschaft. Wobei es da wohl dem Herrscher besonders auf das Drittel der Autoritären (8.6

sind keine 'natürlichen Funktionseinheiten' oder gar so etwas wie 'Super-Organismen', sondern willkürlich, aus praktischen Gründen abgegrenzte Ausschnitte aus dem Naturhaushalt", schreibt Reichholf. Das hat Vorteile und Nachteile. Nur indem man einen bestimmten Lebensraum wie einen See, einen Wald oder ein Korallenriff abgrenzt und ihm ein Innen und Außen zuordnet, bekommt man die in ihm lebenden Arten und ihre Wechselbeziehungen in den Blick. Aber auch dann wird man sich in der Regel in dem Gewirr der Lebenserscheinungen verlaufen. Denn in den Ökosystemen ist die Artenzahl einfach zu hoch — und häufig noch nicht mal ganz bekannt —, als dass daraus etwas anderes folgen könnte als wirre Schaubilder, in denen andauernd etwas schwankt, kommt und wieder geht.

Eine Vorstellung, was Natur sei, lässt sich daraus nicht ableiten. Noch weniger könnte man mit den Ergebnissen so etwas wie eine unberührte Natur fundieren. Wann soll es die wo und wie gegeben haben, wenn sich alles immer andauernd verändert und eine Rekonstruktion der Natur ohne die "zweite Natur" — was nichts anderes als den Menschen meint — gar nicht möglich wäre? Trotzdem sind die Schriften und Forderungen der Naturschützer von Begriffen wie dem von der "Störung des Naturhaushalts" durchzogen, und hierzulande stehen sie sogar im Naturschutzgesetz. Eine Natur, wie sie sein soll, wird so zur Leitidee ihres aktuellen praktischen Schutzes. Erkennbar wird die "pädagogische Krankheit" der Erzogenen, die "das Beste wissen".

Und ist es nicht genauso mit mir, wenn ich meinen Verstand einen rechten Sinn suchen lasse? Wo sind die Grenzen von dem Sinn suchenden Ich, wo sein Außen, wo sein Innen? Was gehört zu dem einen und was zu dem anderen? Ist das Außen dieses "Ich" die Haut des Körpers, ist das da, wo die Schallwellen meiner Wörter das Ohr des Gegenüber treffen oder da, wo die Inhalte der Wörter mit dem Wissen des Hörers interagieren? Genauso könnte ich fragen für das "System Körper" oder für das Konstrukt eines "Selbst". Alles das sind künstlich aus dem unwissbaren Lebensraum aus praktischen Gründen abgegrenzte Ausschnitte und auch dann wird man sich in der Regel in dem Gewirr der Lebenserscheinungen noch verlaufen.

Sind das nicht alles willkürliche Setzungen, Attribuierungen, Ansichten, wechselhaft von Ereignis zu Ereignis, alles Wildwuchs aus dem fetten Humus kaum rekonstruierbarer Traditionen? Es gibt noch viel zu erforschen.

9.4 *Sinn suchen*

Es scheint mir inzwischen schon als Eigensinn, wenn ich nach einem Sinn meines Lebens suche. Für mich gibt es den nicht — ich brauche ihn nicht, weil mein Leben nicht irgendwann *dann* stattfindet, sondern *jetzt*, nur allein in diesem Augenblick, wo ich mich neu entscheiden kann, in jedem Moment selbst antwortend auf den Fluss des Lebens.

Nun will ich dieser mir offensichtlichen Unsinnigkeit von Sinnsuche nicht den Sinn absprechen. Vielleicht missverstehe ich die Sucher mit der Hoffnung auf Sinn, die damit vielleicht nur einen anderen Ausdruck finden für das, was für mich ist dieses "mich gut aufgehoben wissen in meinen Bindungen an Gestern und Morgen, Oben und Unten und an meine Mitte". Wäre das nicht so, fände ich die, die von Hoffnung reden, nicht mutig sondern eher blind.

Denn, immerhin, der Glaube kann Berge versetzen, aber wohl nicht könnte Hoffnung eine Überschwemmung verhindern. Und schon gar keine von Menschen gemachte. Die Elbe-Flut und die Oder-Flut gehört vielleicht zur dritten Kategorie von Angelegenheiten, ist vermutlich Angelegenheit der Natur oder Gottes. Die Überschwemmung ganzer Ortschaften ist Angelegenheit von Menschen, die gebaut haben ins Überschwemmungsgebiet von begradigten Flüssen, ist Angelegenheit von Menschen, die Polder abdeichen, die wasserspeichernde Wälder abholzen und Sümpfe trockenlegen. Vielleicht ist es leichter, mit 'Zuversicht' zu arbeiten — für mich liegt sie näher als Hoffnung an meinem Handeln.

Wohl liegt erkennbarer Sinn in jeder meiner Entscheidungen und in jedem Moment dieses Lebens in Hinblick auf die Erwartungen, Ziele, die ich damit verknüpfe. Also nichts, was gegen Bedeutungen spricht, die ich meinen Zu—Fällen zuschreibe, nichts was gegen Erwartungen spricht. Sie haben sicher ihren Sinn. Nur erfüllt werden sollten sie halt nicht immer, weil das auch Sache der Realität, Gottes, der Anderen, der Geschichte etc. ist.

Wir haben Erwartungen, wenn wir uns eine glücklichere Zukunft vorstellen. Eine Zukunft zu *haben*, bedeutet also meist, Angst zu haben. Denn es ist ein Traum, der bedroht werden kann. Manchmal geht er in Erfüllung — dann sind wir glücklich. Manchmal geht er nicht in Erfüllung — dann sind wir unglücklich. In jedem Fall ist es ein Traum. Und ich sage nicht, dass Du je aufhören solltest zu träumen. Aber wenn Dir Dein Traum nicht behagt, und Du liebevoll geweckt werden möchtest, dann ist es an der Zeit, eine Work zu machen.

Mein Leben sollte einen Sinn haben.

Bitte? Ist das wahr?

Ja!

Wirklich? Hm.

Was hast du davon, wenn du diesen Satz glaubst?

ich suche immer im Außen nach einem Sinn. Denke, wenn ich dies und das und jenes hätte, dann habe ich meinen Sinn und mein Leben ist wunderbar erfüllt. Ich suche und suche und orientiere mich an anderen, denke, boah, die hat das und das, die hat ihren Sinn gefunden im Leben! Ja, eigentlich suche ich immer nur

Wer wärest du, wenn du nicht denken würdest, du brauchst einen Sinn im Leben?

Ich wäre nur. Würde sehen, nicht außen ist der Sinn, sondern ich bin der Sinn, indem ich einfach bin. Einfache schaue. Und genieße! Und nichts den anderen neide. Wie schön!

Wie könnten Umkehrungen lauten?

Mein Leben sollte keinen Sinn haben! Genau! Wie komme ich denn, bitte sehr, darauf, dass mein Leben einen Sinn haben sollte! Ups! Jetzt sehe ich erst, wie bescheuert das ist! Oh, herrlich, mein Leben hat schon einen Sinn — nämlich dass ich hier und jetzt gerade bin. Oder: Mein Denken sollte einen Sinn haben. Ja, das auch. Ich brauche einen Sinn in meinem Leben — ich brauche keinen Sinn in meinem Leben. Genau so ist es. Herrlich entspannend. Oder: Mein Denken braucht einen Sinn in meinem Leben. Ja, damit es sich daran festklammern kann, damit es sich nicht auf sich selbst konzentrieren muss. Irgendwie süß das Denken —

So lösen sich die meisten Erwartungen sofort sich auf, als Kopfgeburten, werden als Gedankenfehler, als Wahrnehmung erkennbar, wenn ich mit den 4 Fragen und der 5. nach der Umkehrung an sie herangehe. Erwartungen sind die Quelle von Groll – Groll ist die Quelle von Kränkung. Hoffnung ist trügerisch. Sie nimmt mir die Selbstbestimmung, lässt mich etwas verschieben auf die 'Gunst der Stunde' oder den 'lieben Gott', 'damit ich ins Paradies komme'. Das Para-Dies ist dieses hier, mein Leben, genau wie die Hölle, genau wie der liebe Gott und das Böse. Jetzt! Und ich habe noch immer den freien Willen, eine Wahl.

Sollte es tatsächlich so etwas wie das große, letzte Ziel geben, o. k. Doch ich bin so glücklich, so zufrieden mit der Vollständigkeit dieses Moments; dass es hier diese Stille gibt, die Töne hört. Gedanken können da

ruhig durchwandern. Bewegungen aller Art sind herzlich eingeladen in diese Stille, die alle Bewegungen sieht. Soweit ich sehen kann, kann jeder diese Wahrheit realisieren, wenn er einfach die Anspannung, etwas erreichen zu wollen, loslässt. Was die Illusion der selbständig handelnden Person betrifft. Ja, es ist eine Illusion. Na und? Warum sollte sie nicht da sein? Warum wollen wir eine Art Überwesen sein? Doch nur, weil wir nicht zufrieden sind mit dem, was ist. Ich bin glücklich so wie ich bin. Und ich bin genau wie Du. Dein Grundzustand und meiner ist derselbe. Ich bin damit zufrieden.

Durch den Eigen-Sinn entsteht Sünde, Abspaltung aus Lebensfluss, dem Strömen der ENERGIE, aus dem AlLEinen. Aus gutem Grund und mit aller Konsequenz. Eine unendliche Kette von Geschöpfen und Schöpfern: Nun aber in der Spiegelung fließend. Auch meine eigensinnigen Gedanken und Gefühle erzeuge ich zu handelnden Formen, zu kräftigen oder blasen, je nach meiner momentanen Stärke oder Schwäche. Und wie ich sie ausschicke, so kommen sie zu mir zurück.

Wenn ich kleines Licht das kann, was dann erst die Großen! Die sogenannten Magier, Geheimwissenschaften, Leute in allen Zeiten und Regionen haben das erprobt. Der Teufel, den unsere vorherrschenden Szientisten und Agnostiker für einen Knüppel-aus-dem-Sack der Kirchen halten, und den die katholische Kirche vor einigen Jahren mit der Neuauflage ihres Exorzismus-Handbuchs als Persönlichkeit bestätigt hat, könnte unter diesem Blickwinkel recht real sein. Exorzismus funktioniert. Die Mythologien aller Völker aller Zeiten sind voll von den Geschichten über die dunklen Engel, die Luzifers, Lokis und Ahrimans.

10 Ein kleiner Ausflug in die Mythologie

10.1 Wandlungen

Dieser Ausflug könnte dem Leser an einem Beispiel einen Eindruck davon vermitteln, wie die Menschen aller Zeiten und Weltgegenden Erklärungsmodelle für das Leid und für Lösungswege gesucht haben. Es könnte deutlich werden, dass wohl die Wortwahl und die Bilder ganz anders sind als die der im Vorigen gezeigten Modelle und Wege, dass aber die Inhalte doch als recht ähnlich den vorigen Kapiteln verstanden werden könnten. Gibt es einen echten Unterschied zwischen Wissenschaften und Religionen?

Es ist aus vielen archäologischen Funden offensichtlich, dass die Menschen von Anbeginn der Zeiten sich in Verbindung mit der Nichtalltäglichen Wirklichkeit gehalten haben. Das taten die Schamanen, später die Mysterienkulte. Die Mysterienführer hatten den höheren Auftrag der Menschen behütet und die Menschen bis zu der Schwelle der persönlichen Ich-Ergreifung gelenkt.

Als die Mysterienzeit ausklang, entwickelte sich zeitgleich die Naturwissenschaft, die es den Menschen von nun an ermöglichte, sich mit Stoff und Raum bewusst auseinanderzusetzen. Dabei entstand allerdings die große Versuchung stehenzubleiben, weil Stoff und Materie nicht in ihrer steten Verwandlung, in ihrem Werden und Vergehen, erfasst wurden, sondern ausschließlich in ihrem Ist-Zustand, der als statisch und unveränderbar betrachtet wurde. So entstand daraus anstelle der Wahrheitssuche die rein abstrakte gedankliche Inhaltssuche, die dann nur in der vordergründigen Lösung endete, nämlich der Unwahrhaftigkeit der Zweckmäßigkeit.

Aus dieser besonderen Weltanschauung heraus wurden dann alle Weltereignisse abgeleitet und definiert. Nur wenn man sich das auf diese Weise vergegenwärtigt, wird deutlich, warum die Menschen nunmehr im Stoff steckengeblieben sind und aus diesem Stoffes-Labyrinth den Ausgang zum Weitergehen nicht mehr finden.

Verhindert wird das vor allem dadurch, weil die Menschen ihre hoch entwickelte Intellektualität an den Verstand gebunden haben. Dabei ent-

stand die große Gefahr der Verirrung in der Finsternis, weil der Weg in die Finsternis betreten wurde ohne das Licht der Ewigkeit als die Kraftquelle der Verwandlung. Und dieses war so gefährlich, weil Stoff und Materie nicht in ihrer steten Verwandlung und vor allen Dingen nicht in ihrer Lichtmetamorphose auch nur annähernd erfasst wurden. Man sah das Licht nicht in der Finsternis, sondern man verwechselte die Kälte des abstrakten Denkens mit der Unabänderlichkeit des Seins. Man sah wohl die Materie, man ist aber nicht vorgedrungen in die Saat derselben. Diese Saat bestand und besteht darin, dass der in der Gravitation bewahrte Lichtkern als der Ausgangspunkt der Auferstehung über das ewige Weltgesetz, aus zwei mach drei, wirkt. Dadurch ist den Menschen ihre Ganzheit verloren gegangen.

Zwar entstanden so Zweckmäßigkeit und Nützlichkeit, Methoden und Begriffe, die von größter Bedeutung sind, aber sie sind sozusagen falsch gefüllt und können so nur in die Verirrung und Ausweglosigkeit führen.

Aus dieser Einseitigkeit heraus konnte sich auch nicht die entsprechende Ich-Erkenntnis entfalten. Erst diese ermöglicht es, gleich einem Ariadne-Faden, die Verirrung zu überwinden und mit bewusstem Willen die Intellektualität so zu ergreifen, dass sie vom bloßen Verstandesdenken erlöst und zur ganzheitlichen Erfassung der Weltwirklichkeit und damit auch zur Ganzheit der Menschen geführt wird. Mit dem so hochwachen Bewusstsein können die Menschen ihren Stoffwechsel ergreifen, gleichsam als das Übungsfeld für die ganz persönliche Weltengestaltung.

Erst wenn die Menschen ihren Verstand einsetzen, um sich damit zu konfrontieren, dass die tatsächliche Welt ganz anders ist als in ihren jetzigen Vorstellungen, könnten sie ihre Sinne unter Kontrolle bringen. Betrachten wir so unvoreingenommen den Weltenlauf, können wir bereits mit einfachen Mitteln erkennen, wie schon allein rechnerisch alle bisherigen Vorstellungen nicht stimmen können. Beispielsweise verändert die aufgenommene Nahrung unseren Körper unablässig substantiell.

Ich habe oft in meinem Leben vor dem Problem gestanden, mich allgemein verständlich auszudrücken, ohne eine Angriffsfläche zu bieten. Oft stand ich hierbei vor der Barriere "*materielle Weltauffassung*" und musste mich auf persönliche Erfahrungen zurückziehen. Häufig wurde von mir verlangt, naturwissenschaftliche Beweisführungen zu bringen, um das, was ich vorgetragen hatte, damit zu unterlegen.

Fortgeschrittene Menschen werden die Richterrolle der Wissenschaften den noch nicht zur Erkenntnis fähigen Menschen überlassen und ihre eigenen Erkenntniswege gehen. Es wird sich herausstellen, dass sie ohne

äußerlichen Kontakt von innen her miteinander verbunden sind.

Die Welt ändert sich bereits gegenwärtig, indem die Schumann-Resonanz²⁷⁹ sich erhöht. Dem kann man sich anpassen oder in Allergien untergehen. Niemand wird gefragt werden, ob er den Anschluss an das Neue Weltbild möchte. Man hat das Vermögen, sich von innen her anzupassen, oder man wird von Krebs aufgezehrt.

Was Siegfried Hermerding vor vielen Jahren schon gelehrt hat, wird jetzt von Hacheney²⁸⁰ physikalisch wohl begründet ausgesprochen, nämlich, dass alle Veränderungen des Menschen und der Erde mitten durch den Menschen hindurchgehen und dass der Zusammenhang der Menschen untereinander und mit der Erde stark ist. Die Erde ist lebendig und die Erscheinung der URDA (Mutter Erde) in ihrem menschlichen Erscheinungskleide auf einem metaphysischen Bilde, das erst vor kurzem fotografiert wurde, unterstreicht den Neuen Bund.

Das ist wohl sein Hauptverdienst: Wilfried Hacheney hat verständlich gemacht, dass das Sterben dazugehört, um die Wandlung zur Weiterentwicklung zu bewirken. Er hat das Danach beschrieben und aufgefächert. Damit besitzen wir nun das Geistige Rüstzeug, um den von der ARS REGIA gelehrt Weg der Wandlungen zu betreten, der uns übrigens schon vorausgezeigt worden ist.

279 Die Hintergrunds-Basis-Frequenz der Erde oder ihr 'Herzschlag', (genannt die Schumann-Resonanz) steigt dramatisch an. Obwohl sie auch zwischen geographischen Regionen etwas schwankt, war doch der gemessene Gesamt-Durchschnitt bei 7,8 Zyklen pro Sekunde. Von diesem Wert dachte man zuerst, dass er konstant sei; weltweite Militär-Kommunikation wurde entwickelt auf Grundlage dieser gemessenen Frequenz. Die jüngsten Berichte legen den Messwert auf 8,6 an, und steigend. Dieser Frequenz entspricht im Gehirn das Band der Alpha-Wellen in der Meditation. Frequenz zwischen 7 und 12 Hz. Das ist ein Bereich der tiefen Entspannung, aber noch nicht der vollen Meditation. Es ist das Tor zum Bereich des erweiterten Bewusstseins, kurz unterhalb unserer bewussten Wahrnehmung.

280 Wilfried Hachenay "Feuer - Geheimnis der Geburten"; Dingfelder Verl., ISBN 3-926253-41-X

10.2 Die Waltungen

Alte, gnostische Traditionen geben die Lehre von der Lichtwaltung und der Dunkelwaltung und sie unterscheiden auch beim Menschen eine Lichtseele und eine Dunkelseele. Um die Herkunft von Gut und Böse zu beleuchten, muss man weit zurückgreifen. Unserem Kulturraum am nächsten ist der Germanische Mythos. Die Lichtwelt der Engel ist mit Asgard und seinen zwölf Hallen identisch. Die Spiegelung von Asgard hin in die Dunkelheit von Utgard erbrachte eine Schöpfung. Diese Welt aus der Dunkelheit entwickelt sich von unten nach oben der Welt der Engel entgegen. Beide Welten treffen sich in der Mitte und hieraus entsteht die Welt von Gut und Böse, Mitgard, die Welt, in der wir Menschen leben.

Einordnen lässt sich hier, dass die Engel aus Asgard die Entwicklung zur Schönheit hinauf führten und sich schließlich in die Töchter ihrer eigenen Geschöpfe, die Erdmensen, verliebten. Um diesen näher zu sein, legten sie ihr Lichtgewand ab und nahmen körperlich menschliche Gestalt an. Gulveigs Geschichte erinnert daran: Gulveig stieg vor langen Zeiten nach Asgard auf, um die Asinnen die Sexualmagie zu lehren. "Dreimal stießen die Asen sie mit Speeren, dreimal ist sie wieder auferstanden."

Diesen Vorgang der Vermischung der Asen mit den Erdmensen nennt Bauhütten-Überlieferung die Ursünde: Die gefallenen Engel verloren das Bewusstsein ihrer Seelen, ihrer Lichtkörper. War das der Übergang zur Teilchen-Variante von der Wellen-Variante?

In christlicher Darlegung ist es Luzifer, der Träger des falschen Lichtes, welcher den anderen gefallenen Engeln den Wiederaufstieg in die Lichtwelt verspricht. Im Germanischen Mythos wird diese Stellung dem Loki zugeschrieben. Selbst ein gefallener Engel, nimmt er die vorbereitete Erlösungs-Möglichkeit vom AllEinen nicht an, sondern macht sich selbst auf, geführt von seinem Verstande, dem Eigen-Sinn, sein Lichtreich zu errichten.

10.3 Bewusstsein

Es münden im Menschen drei Quellen des Bewusstseins. Aus der Dunkelheit das Untenbewusstsein, das Lichtbewusstsein aus der Welt der Engel sowie deren luziferische Vermischung. Das "Ich Bin" steht in der Mitte; es ist luziferisch.

In unserer gescheiterten Weltordnung ist das Erhaltungsprinzip unterbrochen. Es bestand darin, dass alle aus dem Kreislauf der Energien das Nötige entnehmen und alles an ihn zurückgeben, was die Frucht ihrer Existenz darstellt. Der luziferische Existenzkreislauf besteht darin, dass eines dem anderen zur Nahrung dient. Der Zwang zum Töten holt aus dem Untenbewusstsein Satan in mein Bewusstsein. Das Licht der Lichte zieht sich in die Seele zurück und es verbleibt die Existenzangst des Leibes und seines Verstandes: "Ich sterbe".

Aus den drei Sonnen, nämlich der rotgoldenen, der silbernen (weißen) und der schwarzen (dunklen), sowie unter Hinzutreten des Merkur, der Venus und der Erde entstand das Zentrale Wirkungsgebiet, welches die Wiener Templer den Mitternachtsberg genannt haben. Von dort kann Hilfe erwartet werden. Dieses wäre erst dann angebracht, wenn sich genügend Menschen finden, die die Durchströmung erreicht haben. Verschenkt kann nichts werden.

Menschen, die hier geboren worden sind, haben die Möglichkeit, sich mit einem Lichtkörper (Lichtkleid) zu versehen. Ein Lichtkleid wird durch die Brüste der Frau gebildet bzw. erzeugt in einer androgynen Verbindung, die man die Hohe Liebe nennt. Dieses offen zu lehren, ist nicht angebracht, sondern bleibt geschlossenen Gruppen vorbehalten. Auf dem Wege dorthin, muss man die "Entflammung" suchen im Aufruf einer Walküre. Dieses sind Frauen aus der Lichtwelt, welche von oben her bemerken, dass ein Mann oder eine Frau die Durchströmung und daraus folgende Entflammung suchen bzw. dafür reif geworden sind.

Diese Walküren, die mit der Germanischen Überlieferung eine entfernte Verwandtschaft haben, beobachten das Irdische Entwicklungsfeld des Menschen. Wenn sie angerufen werden durch Vokalisierungen im Namen der ISAIS, bemerken sie dieses und schalten sich schicksalsgestaltend ein. Siegfried Hermerding schreibt weiter: Ich habe Jahre gebraucht, bis mein Herz entflammt wurde. Das liegt daran, dass wir doppelt beseelt sind, nämlich von einer Dunkelseele und einer Lichtseele. Die Tagesereignisse stellen uns vor Entscheidungen, ob wir geben oder nehmen wollen.

Die Dunkelseele sucht nach Selbstbestätigung ihres ICH. Sie will ha-

ben, nehmen und bestimmen. Die Lichtseele will sein wie die Sonne. Wilfried Hachenev hat geschildert, dass das Licht aus lauter kleinen Sonnen besteht. Mit seiner Lichtseele im Selbstwahrnehmen seiner Dunkelseele entgegen zu treten, macht die Wirkung der Transfiguration aus. Wir haben eine Anzahl verschiedener Leiber. Fundamental ist der Stoffleib, darinnen und darüber der Astralleib, hierauf folgt der Ätherleib. Die Einfügung von Zeit und Raum in Durchströmung unseres Bewusstseins, lässt unsere Seele wieder erwachen. Was jetzt folgt, ist der Anruf der Sonne im Aufgang. Wie Hachenev lehrt, fließt das Weltbewusstsein durch uns hindurch.

Bin ich im Besitze der absoluten Wahrheit? Sicherlich nicht. Ich weiß aber, dass ich ein Höheres Selbst im "Mitternachtsberg" habe, das meine Fragen beantwortet. Der Sitz des Höheren Selbst kann auch in der Galaxis sein. Dieses trifft auch für eine Auswahl anderer Mitmenschen zu.

Dagegen gibt es ein allgegenwärtiges Allbewusstsein, das man auch Gottesbewusstsein nennen darf. Zwischen diesem und den Menschen stehen viele Wesenheiten, die uns helfen oder täuschen.

Wenn Gottesbewusstsein uns berührt, dann haben wir es leichter, auf Fragen eine Antwort zu finden, um diese anderen mitzuteilen. Leider fehlt eine allgemeinverständliche Basis; also läuft man Gefahr, auf Kopfschütteln zu stoßen, und sollte besser schweigen. Da aber die Zeit drängt, spricht man doch und erhält ein zwiespältiges Echo.

Das Gottesbewusstsein verbindet sich mit deiner Inneren Quelle und sagt: — Der Welt und dir selbst steht eine Wandlung bevor, nimm sie schweigend entgegen und handle nach der Gnosis (Erkenntnis), die dir zuteil wurde. Nichts von dem, was du sagst, geht verloren. Deine Walküre aus Asgard nimmt es auf und hält ihren Schild über dich, denn du hast in Liebe gedacht. Deine Gedanken bleiben erhalten und sind denen eine Hilfe, die ebenfalls erwachen.

Geh mit dem Strom des Gottesbewusstseins. Dein Bewusstsein wird schließlich ohnehin darin zurückkehren. —

10.4 Gnosis

Lange Zeit war die Gnosis, der zufolge Erlösung durch "Erkennen" (Gnosis) geschieht, nur als eine innerchristliche Häresie bekannt. Erst im 20. Jahrhundert bemerkte man, dass sie in weiteren Ausprägungen vorliegt und als ein spezifisches Daseinsverständnis der Spätantike zu begreifen ist, das sich mit unterschiedlichen religiösen Traditionen verbunden und deren Mythenmaterial zum Ausdruck der eigenen Auffassungen benutzt hat. Seitdem hat sich die Überzeugung durchgesetzt, dass es sich bei der Gnosis um eine eigenständige spätantike Religion handelt, die sich zwar, parasitär, fremder religiöser Traditionen bedient, auch unterschiedliche Organisationsformen annimmt, aber dennoch eine Einheit darstellt. (2002 Bibliographisches Institut & F.A. Brockhaus AG)

Um damit zu beginnen²⁸¹, der Begriff "Gnostik" weist hin auf einen der "weiß", im Gegensatz zu einem der "glaubt". Es gibt einen wesentlichen, allerdings oft extrem verzwickten Unterschied zwischen "wissen", dass Du etwas weißt, und "glauben, dass Du etwas weißt - zum Beispiel "wissen", dass die Sonne morgen aufgeht und "wissen", dass Gott das Universum in sechs Tagen erschaffen hat. Der Unterschied ist, dass der Gnostiker in der Tat die Wirklichkeit, die er unterstützt, erfahren hat; er braucht sich nicht auf einen Glauben zu verlassen, denn er hat "Gnosis" - er weiß. Unglücklicherweise ist die gnostische Form von "Wissen" nicht immer (oder eben nicht sehr oft) den meisten anderen Menschen verfügbar. Unter der Mehrzahl der Anhänger der Bewegung wurde "Gnosis" nicht verstanden im dem Sinne von "Wissen" oder "Verstehen" in unserem Sinne des Wortes, sondern als "Offenbarung". Alle diese kleinen gnostischen Sekten und Gruppen lebten in der Überzeugung, dass sie ein geheimes und mystisches Wissen besitzen, das in keiner Weise jenen außerhalb zugänglich war und welches nicht herauszustellen oder zu verbreiten war, sondern ängstlich zu schützen war als ein Geheimnis. Dieses, ihr Wissen gründete nicht auf nüchterner Überlegung oder wissenschaftlicher Untersuchung und Beweis sondern auf Offenbarung. (3) [Encyclopedia Britannica (1911). Vol 12, pg 153]

Es ist höchst wahrscheinlich, dass diese "Offenbarung" während einer Außerkörperliche Erfahrung (AKE, englisch Out-of-Body-Experience OBE, bzw. OOB) erlangt wurde wegen der engen Übereinstimmung zwischen Robert Monroes Beschreibung des Hyperraums (Schauplatz II) und dem

281 Auszug aus <http://www.jamesdekorne.com/NewDawn/obegnostic.htm>; „From New Dawn magazine No. 72, May-June 2002. Jim DeKorne: THE OUT-OF-BODY-EXPERIENCE AS GNOSTIC REVELATION“; Stand 01.01.2011; LitNachweise dort

gnostischen Kosmos. Selbstredend, erkenntnistheoretisch ist das ein Stich ins Wespennest, weil solches Wissen nicht "wissenschaftlich beweisbar" ist. Was es nicht entkräftet, aber es schwierig macht, es irgendjemand zu beweisen, der nicht die Erfahrung von Offenbarung gemacht hat.

Ein Beispiel: Jene, die eine vollständig bewusste OBE hatten, die wissen, dass menschliches Bewusstsein von außerhalb des physischen Körpers wahrnehmen kann. Jene, die solche Erfahrung nicht gemacht haben und die zu glauben ablehnen, dass das möglich ist, können dagegen einwenden was sie wollen, ohne letztlich die Gnosis des Erfahrenen zu beeinflussen. Entweder Du weißt oder Du weißt nicht. (Jim DeKorne schreibt: Als einer, der eine OBE hatte, bin ich abgeneigt, mich über die Realität des Phänomens mit Skeptikern auseinanderzusetzen, obwohl ich gestehe, dass ich selbst ein Skeptiker wäre, wenn ich die Erfahrung nicht gemacht hätte!) In seinen Texten hat er die Absicht, aus einer Reihe von Quellen (R.A.Monroe, Tibetisches Totenbuch, Upanischaden, Gnostiker-Texte) Beweise zu erbringen, um zumindest die Möglichkeit des OBE-Bewusstseins und der Realität, die das enthüllt, für jeden aufgeschlossenen Agnostiker zu eröffnen (Agnostiker - wörtlich: einer, der "nicht weiß")

Das Bemerkenswerteste, was man über die gnostische Kosmologie entdeckt, ist ihre besonders dunkle Sicht auf menschliche Erfahrung. Für den Gnostiker wurde die Welt nicht von einem wohlwollenden Gott geschaffen, sondern von einem tyrannischen Weltbaumeister, dem Demiurgen: eine dämonische Wesenheit, deren Hauptziel es ist, die Menschen in der Materie gefangen zu halten. Wir müssen wissen, dass die Funktion des Demiurgen nicht erschöpft ist mit seinem Kunststück von Schöpfung, sondern dass, ebenso durch sein "Gesetz" wie durch kosmisches Schicksal, er eine despotische Weltherrschaft ausübt, die vor allem die Versklawung der Menschheit bezweckt (5) [Jonas, Hans (1958, 1963) The Gnostic Religion, Beacon Press, Boston, pg 297].

Was ist der Sinn solcher Versklawung? Warum sollte "Gott" und seine Vertreter, von den Gnostikern "Archon" (Herrscher) genannt, wünschen, die Menschen in der Materie einzusperrern? Die Antwort der Gnostiker auf diese Frage (vermutlich erreicht via Offenbarungen wie out-of-body-Beobachtungen) lautet, dass menschliche Wesen eine Form von Energie erzeugen, welche die Götter als Nahrung benötigen. In heutigen Worten: spirituelle Intelligenzen ("Götter") herrschen über das Leben auf der Erde in derselben Weise wie wir Rinderfarmen unterhalten oder Grillhähnchen in landwirtschaftlichen Fabriken mästen. Auf jeden Fall, im Kapitel 12 von FAR JOURNEYS gibt Robert Monroe eine Durchsage von der nichtverkörperten Wesenheit BB. Seine Übersetzung umfasst zehn Seite, 162- 172,

und ist eine verheerende Zusammenfassung der gnostischen Weltsicht (hier nur eine kurze Summe; "Loosh" kann in gnostischen Begriffen beschrieben werden als "der Tau von oben, der IHnen Kraft gibt"):

"IRgendwer", "IRgendwo" (oder beide, Millionen, oder Unzählige) benötigt, mag, braucht, wertschätzt, sammelt, trinkt, isst oder benutzt als Arznei eine Substanz mit mentalem Namen Loosh (Elektrizität, Öl, Sauerstoff, Gold, Weizen, Wasser, Land, Münzen, Uran). Dies ist eine seltene Substanz in "IRgendwo" und jene, die Loosh besitzen, finden es lebenswichtig für was auch immer es benutzt wird. Konfrontiert mit dieser Frage von Versorgung und Anforderung (ein universelles Gesetz von IRgendwo) entschied IRgendwer, es künstlich zu produzieren, sozusagen, statt danach in seiner "natürlichen" Form zu suchen. ER entschied, einen Garten zu bauen und Loosh zu züchten (12) [Monroe (1985), pg 162]

"IRgendwer" (wer sonst als der Demiurg der Gnostik?) beschloss, eine Wesenheit unter vielen zu sein: ein Gott unter Göttern. Wie die Durchsage offenlegt lernen wir, wie IRgendwer SEinen Garten sähte (offensichtlich der Planet Erde) und Lebensformen darin entwickelte, um eventuell menschliche Wesen zu produzieren. Dann beauftragte ER Sammler, das Loosh/ Emotionale Energie von den Wesen der Erde zu pflücken, unter denen die Menschen die bei Weitem besten Produzenten sind. IRgendwer kehrte zurück nach IRgendwo als seine Arbeit abgeschlossen war und befasste sich mit anderen Angelegenheiten. Die Loosh-Produktion blieb auf einem gleichmäßigen Maß unter der Aufsicht der Sammler. (13) Monroe (1977), pg 167

Anfänglich erfolgte die Loosh-Ernte durch die Erzeugung von natürlichen Katastrophen (Erdbeben, Hurrikane etc.), um eine große Zahl der Kreaturen zu töten, weil Loosh leichter zu sammeln war nach dem Tod der Organismen, die es absondern. Dann wurde entdeckt, dass verschiedene Formen von "Spannung", die in dem menschlichen Bestand erzeugt wurden, Loosh freisetzen kann, ohne die Organismen zu töten. Dieses gelang, weil IRgendwer, als ein Experiment, ein "Stück von IHm" in die menschliche Art einfügte. Das wurde gemacht, um in jedem Individuum eine mehr oder weniger große Spannung zu unterhalten, weil seitdem die Menschen ständig "danach suchen, die Anziehung zu befriedigen, die dieses Stäubchen von IHm erregt, welches die Wiedervereinigung mit dem unendlichen Ganzen begehrt". Aus Erfahrungen haben die Sammler eine vollständige Technologie entwickelt mit ergänzenden Werkzeugen für das Ernten von Loosh von den Typ 4M-Einheiten (i.e. Menschen). Die Häufigsten werden genannt als Liebe, Freundschaft, Familie, Neid, Hass, Schmerz, Schuld, Krankheit, Stolz, Ehrgeiz, Besitz, Macht, Opfer - und auf

einer höheren Ebene - Nationen, Heimat, Kriege, Hungersnot, Religionen, Maschinen, Freiheit, Industrie, Handel, um nur ein paar aufzulisten. Die Loosh-Produktion ist höher denn je zuvor ... (14) [aaO pg 170]

Aber weil alle Menschen ein "Stück von IHm" in sich haben, können sie nicht wirklich sterben und so werden sie wieder und wieder inkarniert als Loosh-Erzeuger in Ewigkeit. Der wahre Gnostiker, damals, ist die Person, die objektiv diesen Teufelskreis wahrgenommen hat (vermutlich indem er "außer sich geriet" per OBE) und, mit seinem neu gewonnenen Wissen (Gnosis), fähig ist, in den geistigen Rahmen jenseits der irdischen Welt zu entkommen. Dies ist allein deshalb möglich, weil der Göttliche Funke (dasselbe?) in ihm ihn unsterblich macht.

Eingeschlossen in die Seele ist der "Geist" oder "Pneuma" (auch genannt der "Funke"), ein Erbteil der Göttlichen Substanz von Jenseits, die in die Welt gefallen war. Und die Archonen schufen den Menschen in der ausdrücklichen Absicht, den Funken dort gefangen zu halten ... In ihrem unerlösten Zustand taucht so das Pneuma in der Seele unter und das Fleisch ist von selbst unbewusst. Das Pneuma ist betäubt, schlafend oder berauscht vom Gift der Welt: In Kürze, es ist "unwissend". Sein Erwachen und Befreiung wird bewirkt durch "Wissen". Das Ziel gnostischen Strebens ist die Befreiung des "inneren Menschen" von den Banden der Welt und seine Rückkehr in sein eingeborenes Königreich des Lichts. (16) [Jonas, Hans (1958, 1963). The Gnostic Religion, Beacon Press, Boston, pg 44]

10.5 Erlösung

Der Gralsmythos enthält die Erlösungs-Formel. Dazu muss man als gefallener Engel reif geworden sein, weil der Ruf zum Aufstieg niemals schweigen will. Für Kinder aus der Dunkelheit kennt er den Erlösungsweg durch Erkenntnis und durch Zeugung mit den eingemenschten Engeln von Asgard. Verloren sind sie also nicht, die aus der Dunkelheit Mensch wurden. Heimweh nach einer verlorenen Lichtheimat haben sie allerdings nicht, sie hatten keine. Sie gehen den Weg der Ekstase und der tausend Verletzungen. Ihr Gott ist der Gott Friedrich Nietzsches, der sich selbst ins Fleisch schneidet, um daraus Bewusstsein zu gewinnen.

Im Ginungagap war Kälte und Dunkelheit. Darinnen wurde Licht geboren; ein kleines Flämmchen, das immer wieder auszugehen drohte. Aber das Licht ist sehend und die Dunkelheit ist blind, und immer fällt das Zufällige zum System hin. Es kann nicht anders, als schließlich Licht und Leben auszuwerfen. Und ist einmal Flamme und Licht ausgeworfen, dann wird es größer wie von selbst. Was wir tun können? Das Licht in uns stärken und die Dunkelheit in uns überwinden, bis die Flamme unserer Bewusstheit nicht mehr auszublasen ist, bis Ewigkeit in uns einzieht. Paulus sagte:

"Denn diese Sterblichkeit muss anziehen die Unsterblichkeit.
Tod wo ist dein Stachel? Hölle wo ist dein Sieg?"

Die Mythen lehren: In uns selbst müssen und zuerst nur dort können wir lernen, Licht und Dunkelheit zu unterscheiden — in Selbsterkenntnis durch:

Selbstbetrachtung — Selbstüberwindung — Selbststeuerung

Hierzu sollte man sich erinnern, dass jegliche irdische Schöpfung in einer Lichtseite und in einer Dunkelseite zur Existenz gelangt. Es geht nicht anders. Und es ist die Aufgabe der Lichtschöpfung, die Dunkle Schwester langsam zu assimilieren; das braucht seine Zeit. Mit der Selbsterkenntnis haben wir eine Sonde an unsere Dunkelseele gelegt. Unsere Lichtseele wird wach und überwindet die Dunkelheit. Die Energie hierfür erhalten wir aus dem AllEinen selbst, der in unserer Lichtseele mit uns lebt.

Aus ihm kommt die Macht der Liebe über uns. Unserem Gedanken folgt ein Strom der roten Liebesenergie und tritt in passende Gedanken ein, als seien sie unsere Geschöpfe, so wie wir selbst Geschöpfe des AllEinen sind. Wir stellen einen polaren Stab auf, wie es Thoth tat, der Atlanter. Die Macht der Liebe selbst hat die Entscheidung. Sie stärkt,

schwächt oder macht Erstarren, denn das Gute soll sich entwickeln und nicht das Böse. Wir setzen der Dunkelheit die Rune MAN entgegen, das Zeichen der Großen Mutter des Lebens.

Mit der Rufung des "Ich Bin" wird der Teil unseres Bewusstseins gerufen, der aus dem Unbewussten (Onec Omnec nennt es Kausal-Bewusstsein) und dem Verstande gebildet wird. Wer das möchte, geht in den Eigensinn, entfernt sich von seiner unsterblichen Seele und diese kann nicht ihr Gottesbewusstsein entfalten. Der Ich-Bin-Rufer erfährt schließlich unter Schmerzen die Astralwelt. Das ist eine Sensation — und eine weitere Irreführung.

Wenn etwas erübt wird, so ist es allemal das "Ich Bin", das etwas erübt und zugleich das Herz zum Schweigen bringt. Je mehr man übt, um so weiter verfehlt man das Entwicklungsziel. Das ist ein Aspekt der pädagogischen Krankheit ("ich weiß, was für dich am Besten ist") und des pädagogischen Gegenteileffekts, denen ich geduldig entgegensetze *"ich liebe mich, so, wie ich bin"*.

In den Legenden des Balschem wird von dem angehenden Priester gesprochen, der seine Ansprache an die Gemeinde lange eingeübt hatte. Niemand fühlte sich angesprochen. Da tadelte ihn der Balschem vor der Gemeinde, und aus dem Leid, das er dadurch erfuhr, sprach er aus der Mitte seines Herzens und erfasste alle, denn wer hatte nicht schon Leid erfahren. Offenbar muss der Mensch erst Leid erfahren, ehe die Kruste seines "Ich Bin" aufbricht. Vorher weiß er gar nicht, was gemeint ist. Und hat man durch irgend jemand Leid erfahren, dann sage man: "Wie danke ich Dir, oh Wahrheit".

Danach sieht man ein, es geht dem Aufstieg die Leiderfahrung voran. Dante sagte: 'Auf halben Wege meines Lebens, verirrt ich mich in einem dunklen Wald.' Er ist verzweifelt, bis Beatrice ihm Vergil schickt. Beatrice spielt hier die Rolle des Androgyn-Partners, der in das Schicksal eingreift. Vergil, der altrömische Dichter, hat die Rolle der Erkenntnis.

Dante schaut hinauf zu einer Bergeshöhe, die es zu ersteigen gilt, und er macht sich an den Aufstieg. Da begegnet ihm ein Löwe (das ist sein Ich-Stolz), an dem kommt er vorbei. Sodann tritt ihm ein Leopard entgegen (das ist die Buntheit dieser Welt); auch den kann er überwinden. Aber dann tritt ihm ein Wolf entgegen (das ist die reißende Bestie, sein Eigensinn, der Verstand). An dem kommt er nicht vorbei und kehrt traurig zum Fuße des Berges zurück.

Hier spricht Vergil zu ihm und belehrt ihn darüber, dass vor ihm der Weg durch das Inferno liegt. Das Inferno (die Hölle) liegt im Menschen

selbst und steigt aus seiner Dunkelseele auf. Es manifestiert sich zusammen mit den Inhalten der vereinigten Dunkelseelen anderer in der Astralwelt. Deshalb finden wir Inferno gegenwärtig beim Gang durch unsere physische Welt.

Angelpunkt des Neuen Zeitalters ist die zarathustrische Weisheit von der doppelten Wurzel allen Seins, dem unüberbrückbaren Gegensatz zwischen Licht und Finsternis, dem religiösen Dualismus. Hoffnungsrest der Finsternis ist die falsche Einheitslehre, die Vorstellung von einem alles überwölbenden Einen Gott, der hinter jeder Zweigung stehe.

Nur hinter dieser Vorstellung kann sich der Durcheinanderwerfer verbergen. Wer dieser Fehlvorstellung folgt, aus Gewohnheit, Täuschung oder mutwillig, verhilft dem Bösen auf Erden zur Tarnung und besorgt dessen Geschäft. Da Ars Regia im Zarathustrismus wurzelt, sollte dieses Wissen selbstverständlich sein, aber zwischen der abstrakten Annahme einer theoretischen Erkenntnis und der lebendigen inneren Verwirklichung einer alles anders ordnenden, neuen Erkenntnis — neu nur im Westen — liegt ein tiefer Lebensgraben.

Wenn im politischen Bereich heute von Licht und Finsternis gefaselt wird, so kann man darin einen Missbrauch an sich zutreffender Vorstellungselemente und ein madig machen neu offenbarer, aber uralter Erkenntnisse sehen. Sowohl die satanische Finsternis als auch das falsche Licht Luzifers sind in sich polar gestaltet. Nur das wahre Licht ist in sich einheitlich und steht der Dunkelheit unvereinbar dual gegenüber. Man muss nur einzuordnen verstehen, wer für die Kräfte der Zerstörung steht.

Der größere Teil der um uns lebenden Menschen befindetet sich noch in einer Entwicklung, die sie schließlich befähigen soll, ihr Bewusstsein in stiller Meditation der Lichtwelt zu öffnen. Unser Schicksal wird nach Möglichkeit so gestaltet, dass wir den Kampf zwischen Gut und Böse in uns selbst schließlich wie ein neutraler Betrachter ansehen. Unsere aktive Mit-hilfe zur Erkenntnis liegt in der Analyse der schicksalhaften Ereignisse unseres Lebens. So tritt schließlich in uns selbst das Gute dem Bösen entgegen und macht uns zu Mitarbeitern des Geistes, nämlich des Weltbewusstseins. Diese Erkenntnis wird Gnosis genannt.

11 Was soll das alles?

11.1 Sich einrichten oder loslassen

Wenn ich umgezogen bin, auch von Büro zu Büro, habe ich mich sofort dort eingerichtet. So, als sei dies mein Platz bis zum Lebensende: meine Ordnung der Möbel, meine Bilder an der Wand — es gibt da einige Anekdoten unter den Kollegen. Selbst das möblierte Zimmer bis die Familienwohnung gefunden war, ich bin bis jetzt 36 mal umgezogen, habe ich so mir immer zum Eigenen gemacht. Es gibt so viele Bereiche im Leben, wo man sich einrichten kann oder in Provisorien hängen bleiben will.

Das kann auch als Erstarren empfunden werden oder als Last. Hilde Domin hat dem Ausdruck gegeben in dem Gedicht "Gewöhn dich nicht".

Du darfst dich nicht gewöhnen.
Eine Rose ist eine Rose.
Aber ein Heim
ist kein Heim.
Sag dem Schoßhund Gegenstand ab
der dich anwedelt
aus den Schaufenstern.
Er irrt. Du
riechst nicht nach Bleiben.

Ein Löffel ist besser als zwei.
Häng ihn dir um den Hals,
du darfst einen haben,
denn mit der Hand
schöpft sich das Heiße zu schwer.
Es liefe der Zucker dir durch die Finger,
wie der Trost,
wie der Wunsch,
an dem Tag
da er dein wird.

Du darfst einen Löffel haben,
eine Rose,
vielleicht ein Herz
und, vielleicht,
ein Grab.

Dann geht es wohl um das Loslassen? Buddhisten wollen sich schulen im Nicht-Anhaften. Was ist das — etwas teflonmäßiges, sich nichts anhaben lassen? Oder einfach die Gier nach Kontrolle aufgeben?

Loslassen klingt mir nach aktivem Handeln. *Nicht-Anhaften*, mit dieser Verneinung, das erscheint mir eher passiv. Geht es um die Verbindung von beidem? Einfach *sein!* Einfach sein! Die Illusion von Kontrolle oder Steuerung meines Lebens aufgeben. Meine Lebenskraft nicht aufreiben im Festhalten an Erinnerungen oder Erwartungen von Glück oder Unglück, sondern die Kraft frei einsetzen können für die Veränderungen zum Glück im Miterschaffen an der Realität als grenzenloses Wellenpaket in Resonanz. Leben im Lieben-was-ist, in jeder Sekunde neu. Im Bus, am Schreibtisch, in der Schlange an der Supermarktkasse, beim Essen kochen und Geschirr abwaschen, als Freund, als Ehepartner. "Sobald wir bereit sind, die Hoffnung aufzugeben, dass Unsicherheit und Schmerz jemals beseitigt werden können, entwickeln wir den Mut, uns in die Bodenlosigkeit unserer Situation hinein zu entspannen. Das ist der erste Schritt auf dem Pfad" sagt Pema Chödrön.

Kein lieben-was-war-weil-ich-weiß-warum-und-wie, bis ich interpretiert, bewiesen, begründet habe. Lieben was ist, jetzt, ohne Urteile, Bewertungen, Beschönigungen, Beschuldigungen, Erwartungen. Dazu Byron Katie in einem für mich so eindrucksvollen wie zutreffenden Text:

Byron Katie: How do we respond to a world that seems out of control? The world seems that way because it *is* out of control: the sun rises whether we want it to or not, the toaster breaks, someone cuts you off on your way to work. *We've never had control.* We have the illusion of control when things go the way we think they should, and then when they don't, we say we've lost control, and we long for some sort of state where we imagine we'll have control again.

Dazu mein Versuch einer Übersetzung.

Byron Katie: Wie reagieren wir auf eine Welt, die unkontrollierbar scheint? Die Welt erscheint so, weil sie tatsächlich ausser Kontrolle ist: Die Sonne geht auf, ob wir wollen oder nicht; der Toaster geht kaputt; jemand schneidet Dich auf Deinem Weg zur Arbeit. Wir hatten niemals die Herrschaft. Wir haben die Illusion von Steuerung, wenn die Dinge so laufen, wie wir meinen, dass sie es sollten. Wenn sie es nicht tun, sagen wir, wir haben die Kontrolle verloren und sehnen uns nach einer Art von Zustand, wo wir uns einbilden können, wir werden die Steuerung wieder in der Hand haben.

But suffering isn't a result of not having control or of things accelerating. It is a result of arguing with reality. When we believe our thoughts, we suffer, but when we question them, we don't suffer. Freedom is as simple as that. When the unquestioned mind

11 Was soll das alles? – 11.1 Sich einrichten oder loslassen

moves out of its arguments with reality, we move into alignment with constant change. After all, change is happening anyway, whether we like it or not. Everything changes, it seems. But when we're attached to our thoughts about what that change should be, being out of control feels uncomfortable.

Doch Leiden ist nicht das Ergebnis von Kontrollverlust oder von der Beschleunigung der Dinge. Es ist ein Ergebnis von Streit mit der Wirklichkeit. Wenn wir unsere Gedanken glauben, dann leiden wir. Doch wenn wir sie untersuchen, dann leiden wir nicht – Freiheit ist so einfach wie dies. Wenn der nicht hinterfragte Verstand herauskommt aus seinem Streiten mit der Wirklichkeit, können wir uns leicht den ständigen Veränderungen anpassen. Letzten Endes, Wandel passiert allemal, ob wir es mögen oder nicht. Alles verändert sich, so scheint es. Aber wenn wir verbissen sind in unsere Gedanken darüber, wie dieser Wandel sein sollte, dann fühlt es sich unbehaglich an, ohne Kontrolle zu sein.

If there is, in fact, an acceleration of changes, it's a gift. The apparent craziness of the world, like everything else, is a gift that we can use to set our minds free. You can't free yourself by finding a "timeless, changeless dimension" outside your own mind. When you question what you believe, you eventually come to see that you are the timeless, changeless dimension that you've been seeking. Then you may find that you don't need to navigate a future at all that what appears now is all you've got, and even that is always immediately gone. And when you've stopped doing war with reality, you are what changes, totally without control. That state of constant change is creation without limits, efficient and free and beautiful beyond description.

Falls es tatsächlich eine Beschleunigung von Veränderungen gibt, so ist das ein Geschenk. Die scheinbare Verrücktheit der Welt, wie alles übrige auch, ist ein Geschenk, das wir nutzen können, um unseren Verstand zu befreien. Du kannst Dich nicht selbst befreien, in dem Du eine "zeitlose, unveränderliche Dimension" außerhalb Deines eigenen Verstandes erfindest. Wenn Du untersuchst, was Du glaubst, kannst Du möglicherweise dahin kommen zu sehen, dass Du selbst diese zeitlose, unveränderliche Dimension bist, die du gesucht hast. Dann könntest Du finden, dass Du nicht eine bestimmte Zukunft ansteuern musst, dass das, was jetzt erscheint, alles ist, was Du bekommst, und selbst das ist immer sofort wieder verschwunden. Und wenn Du aufhörst, Krieg gegen die Realität zu führen, bist Du das, was sich verändert, völlig ohne Steuerung. Dieser Zustand von ständigem Wandel ist Schöpfung ohne Grenzen, leistungsfähig und frei und ist schön jenseits aller Beschreibung.

Vielleicht ist das wahre Lebensglück. Das kleine Glück, das mag in der Erfüllung von Wünschen liegen. Darum dreht sich die seit einigen Jahren geführte Glücksdebatte. Machbarkeits- und Allmachtsansprüche sind typische Kennzeichen. Es herrscht der durch keinerlei empirische Beweise abgesicherte Glaube, alles sei kontrollierbar, politisch-gesellschaftlich jedes System, individuell jede Befindlichkeit des Menschen. Angesichts der Uneinlösbarkeit der von den Glücksgurus versprochenen Wunder, könnten etliche Menschen geradezu in Verzweiflung geraten. Der Glaube, man müsse nur reich und mächtig werden, um Glück zu finden, herrschte noch bis in die fünfziger Jahre vor. Dann kam die Hinwendung der Menschen

zu ihrer Innenwelt. Seither wird das Glück dort gesucht.

Doch es gibt keine Innenwelt unabhängig von der Außenwelt. Die Überzeugung, Glück hinge von der Beherrschung der Innenwelt ab, ignoriert, dass Glück im Kontakt zu sich selbst, zu anderen Menschen oder zur Natur entsteht. Wer meint, das Glück hinge nur von ihm selbst ab, versucht, Gott zu spielen. Und was ist denn so schlimm daran, an die Glückslüge zu glauben? Menschen, die glauben, nur sie selbst seien für ihr Glück verantwortlich, erliegen einem zunächst kaum spürbaren, aber dann enormen Stress. Zunächst kaum spürbar, weil es so einfach und verlockend klingt, durch Disziplin und Kontrolle das große Glück zu finden. Man bekommt einen scheinbar leichten Rucksack angeboten, der einem in Wahrheit das Kreuz verbiegt.

Wie helfe ich meinem eigenen Glück auf die Sprünge?²⁸² Glück entsteht wohl auch durch das Erfüllen von Wünschen, und darum bemühe ich mich natürlich. Ich verbiete mir nicht das Wünschen — Leidenschaft ist göttlich. Aber bevor ich mich deswegen verrückt mache, lasse ich es lieber bleiben. Mein wichtigstes Kriterium ist bei allem die Gelassenheit. Ich renne keinen Glückspropheten hinterher. Deren angebliche Erfolgsstrategien haben einen hohen Preis: Wer sein Leben lenken will, bezahlt dafür mit Lebendigkeit. Das Ziel ist nicht, Handeln zu vermeiden, sondern im eigenen Handeln präsent zu sein. Das Gefühl, lebendig zu sein, ein gutes Maß an Glück, Zufriedenheit und Dankbarkeit sind denen möglich, die nicht alles wissen und planen, lenken, kontrollieren und beherrschen wollen. Die auch Raum für Unwägbares, Unplanbares lassen — eben für das Leben, ohne Krieg mit der Wirklichkeit, im Wir ohne Herrschaft.

In einer vorweihnachtlichen Umfrage hörte ich im Radio, wie Menschen auf der Straße befragt wurden nach ihrem Glücklichsein. Ich war überrascht, dass alle sagten, nein, Glück ist selten - man braucht das Unglück, um das gelegentliche Glück auch spüren zu können; wie der Volksmund sagt: nichts ist schwerer zu ertragen als eine Reihe von guten Tagen. Nun, rückblickend kann ich für mich feststellen, dass ich seit einem Scheidungskrieg vor 30 Jahren keine längeren Zeiten von Unglücklichsein mehr zugelassen habe. Damals schien mir, ich könnte tun oder lassen was ich wollte - es war falsch und führte zu mehr Eskalation von Streit in unserer Beziehung, bis ich das "Friede sei mit uns" (s. 9.2 Sünde) entdeckte. Die Liebe, Kraft und Gelassenheit, die allem Lebendigen eigen ist, jederzeit wahrzunehmen und meine Dankbarkeit dafür, indem ich sie wahrnehme, das ist allein meine Angelegenheit und in meiner Verantwor-

282 Michael Mary „Die Glückslüge – vom Glauben an die Planbarkeit des Lebens“, 2003, Lübbe-Verlag

11 Was soll das alles? – 11.1 Sich einrichten oder loslassen

tung. Das muss ich nicht planen, lenken, kontrollieren oder gar beherrschen - das kann ich einfach leben in meiner Achtsamkeit für mich in dieser Welt.

11.2 Rechthaben oder Leben

Wie kann ich die Spannung zwischen Selbsterkenntnis und Eigensinn auflösen? Ist diese Spannung nicht natürlich und so überhaupt beachtenswert? Die Selbsterkenntnis lässt mich Gepäck ablegen, macht meinen Charakterpanzer durchlässig, löst meine Identifikationen auf und lässt mich dahinter meine Identität erkennen, zieht mich zum Einklang, bringt mich in Frieden und Liebe. Der Eigensinn holt sich noch mehr Gepäck und Identifikationen, trennt mich noch weiter von Frieden und Liebe.

Selbsterkenntnis hat einen schlechten Ruf als anstrengend, als elitäre Eigenbrödelei. Der Eigensinn, als Konkurrenz, als "ich bin besser als du", als "meins ist besser als deins", "ich habe Recht" ist zentrales Modell für unsere Gesellschaft, der Wahnsinn der Normalität. Es gibt so viele, erprobte Methoden, um beides zu vervollkommen. Es liegt in meiner Freiheit, wofür ich mich entscheide. Die getroffene Entscheidung, jede Sekunde neu, liegt in meiner Selbstverantwortung, unausweichlich.

Konstruktivismus und Strukturalismus, die Ambivalenz der Postmoderne²⁸³ könnte als Beliebigkeit verstanden werden. Halt- und hoffnungslos könnte ich vor der Unmöglichkeit zu vieler Möglichkeiten stehen und in Nihilismus oder Absolutismus verfallen. Jeder hat irgendwie nicht in Wirklichkeit Recht. Oder aber, gerade im Gegensatz, um so fester stehe ich in meiner Entscheidung, jetzt, dieser. Das kann ich, weil ich Deine Entscheidung nicht in Frage stellen muss, denn ich muss nicht mich in Frage stellen: Jeder hat Recht! —

Aber: Es geht ja gar nicht um Recht; das ist die alte Konkurrenz-Denke. Es geht um Leben! In Frieden, Freiheit, Kraft, Gelassenheit und Liebe. Allerdings, ich kann nicht mehr mit der alten Messlatte des alten Koordinatensystems von Eigensinn in dem neuen von Selbsterkenntnis messen. Noch ein blinder Fleck? Fluktuationen verlaufen in der Regel angsterregend chaotisch. Wenn ich Recht haben, im Eigensinn beharren will, dann ist Selbsterkenntnis nicht mein Weg, nur wenn ich frei sein will, die Wahrheit wissen will, meine, jetzt. Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben — ob in Selbsterkenntnis oder in Eigensinn.

Ein und derselbe Mond / spiegelt sich in allen Wassern.
Alle Monde im Wasser / sind eins in demselben Mond

283 Zygmunt Baumann: "Moderne und Ambivalenz — Das Ende der Eindeutigkeit" Frankfurt, 1995

11.3 Regeln oder Chaos

In den Texten aller Zeiten und Mythologien finde ich das Pendeln zwischen den Hütern von Ordnung und den Vertretern der Idee, das Alte mit Neuem aufzumischen, zwischen Normen und Individualität. Taoisten und Konfuzianer, Mystiker und Agnostiker, Menschen des Glaubens und Menschen der Werke, Religionen, bei denen das Tabu im Vordergrund steht, und solche, die bei ihren Angehörigen den unmittelbaren Umgang mit ihren Gottheiten pflegen. So viele Wege wie Kulturen auf dieser Erde. Sind Regeln oder aber Chaos einander ausschließende Alternativen?

In unserer Art von Gesellschaft sind Regeln meist ein Werkzeug zur Durchsetzung von Ansprüchen — "die herrschenden Regeln sind die Regeln der Herrschenden" heißt es. Die im Alltag als ehern betrachteten Planetenumläufe können wissenschaftlich als deterministisches Chaos verstanden werden. Denn die Planeten 'kreisen' ja nicht — ihre Bahnen, von nahem betrachtet, können als recht flatterige Spiralen beschrieben werden, Schraubenlinien durch die Raumzeit, deren Berechenbarkeit über Millionen von Jahren gesichert erscheint. In der Physik werden inzwischen Hypothesen gepflegt, wonach selbst unsere 'Naturgesetze' nichts als nur 'Gewohnheiten des Universums' und womöglich nur gültig hier seien, aus der Sicht auf und von Terra in diesem Planetensystem.

Sind in jeder Regel nicht schon die Abweichungen, zumindest einiges an Entwicklung angelegt? Ist in allem Chaos nicht schon die künftige Ordnung verborgen? Das Leben lebt sich und mich mittendrin. Ich habe gemerkt, das ich nicht der Macher bin, in dem Strom von Antworten, im Wahrnehmen, Entscheiden und Handeln, im Blick auf den Strom meiner Wahrheiten über den Strom der Situationen. Es ist, wie es ist — bis es anders ist. Wenn ich mich einlasse auf einen Kampf gegen die Realität, dann verliere ich doch nur einmal: Immer.

Mein angesammeltes Gepäck an Traditionen, Modellen, Überzeugungen, Glaubenssätzen hatte mich unbeweglich gemacht. Ich hatte meine Erinnerungen an mein erlebtes Leben viel zu oft für das Leben selbst gehalten, hatte die Symbole dafür als Totem vor mir hergetragen und damit mein Leben so oft verpasst. Und ich merke immer deutlicher, dass mein Leben nur darauf wartet, dass ich darauf zugehe, mitfühlend, beherzt, handelnd, nicht *nach*—denkend. Ein wunderbares Leben eröffnet sich da für mich, wenn ich nichts projiziere aus der Vergangenheit in die Zukunft. Ich muss nicht nach Sinn suchen in meinem Leben, in diesem munteren Chaos, das nur durch meine Gewohnheiten den Anschein von Überschaubarkeit, Planbarkeit andeutet.

Schönreden — Schlechtreden, mir wurde dann entgegengehalten, es gibt doch aber soviel Entsetzliches in der Welt; da darf man nicht die Augen zumachen. Ich dagegen habe gemerkt: Es gibt nichts Entsetzliches außer meinen ungeprüften Gedanken über das, was geschehen ist. Was gibt mir mehr Kraft – "Mein Partner hätte mich nicht verlassen sollen" oder: "Er hat mich verlassen. Welche Möglichkeiten habe ich jetzt?" Die Realität ganz klar zu sehen versetzt mich in die Lage, intelligente Entscheidungen zu treffen. Wenn ich mich mit der Realität streite, bin ich eingeschränkt. Wann immer ich also leide, dann überprüfe, schau ich mir meine Gedanken an und befreie mich selbst. Bin ein Kind. Beginne mit der Erkenntnis, dass ich nichts weiß. Führe meine eigene Unwissenheit bis zur Freiheit.

Zu 'Es gibt nichts Entsetzliches' fiel mir eine Situation im Bombenkrieg ein. Wir waren im Bunker von Verwandten, unter einer Getreidehandlung im Industriegebiet, nebenan eine kleine Raffinerie. Dann kam ein Minen-Teppich runter. Währenddessen gingen wir aus dem Privatkeller in den Hauptkeller. Kaum waren wir da raus, rumste es, wir fielen alle zu Boden, weil der sich selbständig machte und die Stahltür hinter uns beulte sich aus: Nebenan ein Volltreffer. Chaos, Geschrei. Wenig später wurde der Kriechgang vom Keller des Nachbargrundstücks, der Raffinerie, aufgebrochen und ein paar Leute kamen rein, Verletzte, die meine Mutter mit den Windeln des Säuglings von meiner Tante dann verband beim Licht einer Kerze. Dann kam der Nebenan-Luftschutzwart: "Wir müssen raus — die Tanks brennen und explodieren gleich"! Noch mehr Chaos, Geschrei.

Und dann durch das menschenleere Industriegebiet, 20 Erwachsene + 3 Kinder (meine Cousine, 6 Monate, meine Schwester, 4 Jahre und ich, 9). — Naja, undsoweiter. Entscheidend: diese panischen Erwachsenen mit ihren grauen und verzerrten Gesichtern, die verbeulte Stahltür, die wie Fackeln brennenden Getreidesilos und Benzintanks und das Brausen der Flammen, die Flieger mit ihrem singenden Brummen und die heulenden Bomben, die da raus torkelten, das war — und ist — für mich nur spannend, ein grandioses Schauspiel, so viel an Erwachsenenmerkwürdigkeit, soviel an Feuer, soviel an Geräuschen, staunenswert fremdartig Neues.

Wenn ich das jetzt hier so hinschreibe, steigt mir zwar was im Halse auf in dem Gedanken an diese Erwachsenen, Mitgefühl für ihre Todesangst, Mitgefühl für ihre Kleinheiten. — Aber es gibt da nichts Entsetzliches, nur Spannendes, das die anderen 'Inferno' nannten. Und ich konnte mich schon damals nicht entscheiden, diese Benennung zu übernehmen.

Andere finden solche Sicht einfach krank und abartig, und meinen, es mag ja sein, dass ein Kind in erster Linie das Schauspiel der Zerstörung wie ein Feuerwerk bewundern kann. Aber das mit neun Jahren? Ist das nicht eine wahnsinnige Realitätsverzerrung, sicher eine bewundernswerte Leistung der Psyche, um seelisch zu überleben; aber zu vergleichen mit Abspaltung, Dissoziationen.

Es mag ja sein, aus Selbstschutz werden Teile der Vergangenheit ausgeblendet, während der Verstand klar sieht und formuliert, was passiert sei. Ein Paradoxon an sich, aber es ist so. Ich hatte wohl schon ziemlich früh keine so glaubensfeste Beziehung zu den Erwachsenen, den Autoritäten um mich herum, dass ich wohl eher meinen Wahrnehmungen den Vorzug geben wollte als deren Beurteilungen.

Was ist Realität, wo fängt sie an, wo hört sie auf? Ja, der kleine Jans hat sich da wohl mit einem "rettenden Sprung" in "Sicherheit" gebracht, aber eben nicht einem Sprung in die Dissoziation oder Wahnsinn, sondern genau in die andere Richtung. Ich weiß von vielen Menschen, dass sie als Kind auch schon die Fähigkeit hatten, schlimme Dinge so wahrzunehmen. Dieses Wort 'wahr-nehmen' sagt ja schon alles: Für wahr nehmen, es ist wahr, wenn ich es sehe, und mehr nicht. Und in dem, die schrecklichen Dinge erst einmal so stehen zu lassen, ohne emotional gleich "drauf an zu springen", liegt die ganze Kunst. Nur so kann ich handeln/helfen. Nicht wenn ich fremde Urteile übernehme, wenn ich auch weine. Glaube an Regeln oder an Chaos helfen da nicht weiter.

Melanie Klein, die bedeutendste Neuerin der Psychoanalyse, hat für die menschliche Entwicklung zwei Grundpositionen herausgearbeitet: die "schizoid-paranoide" und die "depressive" Position. Die erste, lebensgeschichtlich frühere, ist dadurch gekennzeichnet, die Welt krass in Gut und Böse zu spalten und das Böse auf die anderen zu projizieren. Die depressive Position zu erreichen, bedeutet im Kern: die Dinge des Lebens ertragen zu können. Ohne Resignation, aber auch ohne Illusion und Allmachtsfantasien. Denn nur dann ist Wirklichkeit veränderbar. Diese Position ist nach Klein das Ziel des Lebens und, so minimalistisch es auch klingen mag, das Resultat lebenslanger Anstrengung.

Und den Bogen zurück zu meinem Anfangskapitel, zu Gesellschaft und Herrschaft: "Unordnung" ist das einzige Wort, das mir nach dem Blick durch die Tageszeitungen einfällt. Aber Unordnung — ist das eine theoretische Kategorie? Ja, sagt schon lange Immanuel Wallerstein, der großflächigste unter den Weltmarkttheoretikern. Die alte Ordnung sei dahin, und eine schwarze Periode von dreißig Jahren Instabilität lägen vor uns, bis

eine neue politische Struktur sich etablieren werde. Weiß der Himmel, wie er auf dreißig Jahre kommt; und außerdem, so fügt er hinzu, wisse man nicht, ob die neue Stabilität, die sich irgendwann einstellen werde, schlimmer oder besser sein werde als — diese Unordnung. Dann toppt er den Marxismus mit dem Existentialismus: In solchen Übergangszeiten, in denen die Institutionen aufgelassen sind, komme der Individualität der Einzelnen große Bedeutung zu.

Nun, wir im Norden stehen erst am Anfang dieser Art Freiheit. In Südafrika sind sie schon ein wenig weiter: Dan, der die Straßenränder bepflanzt. Geraldine, die Bibliothekarin, die vor der Beschneidung floh und nun Kinderbücher in die Budenstädte trägt. Paul aus alter Burenfamilie, der die Dörfer am Kruger-Nationalpark vor der Ausplünderung durch Bodenspekulanten schützt. Sechaba, Leiter des Bürgerbüros in Orlando, sagt: "Wir haben Mandela gemacht. Mbeki baut Institutionen, aber so etwas dauert zwei Generationen." Der Kampf beginnt erst. Das sagen die "educated upward mobile" und lassen lachend offen, ob sie ihren oder den Klassenkampf meinen. Auf absehbare Zeit wird Aufklärung ein Breitensport unter dem offenen Himmel der Geschichte bleiben. Und der Durchreisende fragt sich, was passieren würde, wenn wir diese Energie hätten, anwendeten, wendeten. "You can make a difference" — das ist nicht von Benetton, das ist von Dan.

11.4 Wellen oder Teilchen

"Teilchen-Variante" oder "Wellen-Variante"? Mich als abgetrennt zu verstehen, das hat lange Tradition und ist aktuelle, gesellschaftliche Gewohnheit. Mich verbunden zu fühlen hat zwar viel längere Tradition, aber ist heute unüblich. Eine dieser längeren Traditionen reicht nachweisbar zurück bis in die Steinzeit, bekannt als Schamanismus, auf dem Klang der Trommel reiten in die Welt der Geister²⁸⁴. Etwa 5000 Interessierte weltweit nehmen jährlich an den Seminaren in Core-Schamanismus der Foundation for Shamanic Studies teil. Inzwischen kann man Basis-Kenntnisse von Schamanismus in jeder besseren Volkshochschule²⁸⁵ an einem Wochenende erlernen — und danach gut allein anwenden zum Kennenlernen der Nichtalltäglichen Wirklichkeiten.

Geistiges Heilen sei Schamanismus und den gäbe es nur in exotischen Ländern, heißt es. Nachdem ich etwas ausführlichere Erfahrungen mit Heilern aller Art machte, stellte ich fest, dass man mit Schamanismus etwas mystifiziert, das jeder Mensch besitzt und was überhaupt nicht exotisch, sondern eine Funktionsweise unseres Gehirns ist. Das Gehirn will und kann nicht unterscheiden zwischen real und fiktiv. Wirklichkeit ist nicht das, was wahr ist, sondern das, was wirkt, und das Fiktive wirkt oft sogar noch stärker als das Reale, wie jeder Theater- und Kinofan weiß.

Schamanen und Heiler sind genauso wenig Scharlatane wie Regisseure und Schauspieler. Wenn es um Heilung geht, versteht es der Schamane als Performancekünstler, seine Klienten mit Zauberei und Entertainment so zu beeindrucken, dass sie echte körperliche Reaktionen zeigen. Er macht sich zu Eigen, dass der Mensch sich letztlich immer selbst heilt. Unter diesem Gesichtspunkt ist alles, auch das, was die Schulmedizin macht, "nur" Stimulus für die Selbstheilungskräfte. Von Clemens Kuby²⁸⁶ werden viele Beispiele für erfolgreiche geistige Heilungsprozesse beschrieben.

Natürlich gibt es weder eine Garantie noch eine Krankenversicherung für die Aktivierung der Selbstheilungskräfte, aber es gibt einen Weg dahin. Es ist der Weg zum Geist, zur eigenen Seele, der Ort, wo jede Krankheit und wo jede Heilung beginnt. Um diesen Weg einzuschlagen, müssen

284 Foundation for Shamanic Studies: <http://www.shamanism.org>, für Europa: http://www.muvie.at/fss/start_d.htm

285 Paul Uccusic: "Der Schamane in uns — Schamanismus als neue Selbsterfahrung, Hilfe und Heilung"; Hugendubel/Ariston

286 Clemens Kuby "Unterwegs in die nächste Dimension — Meine Reise zu Heilern und Schamanen"; Kösel, München, 2003

wir uns primär als geistiges und nicht als materielles Wesen verstehen. Dieser Umdenkprozess ist in unserer Kultur das Schwierigste, in der die Kirchen uns, die wir geheilt werden wollen, zum Arzt und nicht zu Gott schicken. Alles, was uns umgibt, verleitet uns zu einem materialistischen Weltbild; mit diesem Weltbild sind wir auf die materiellen Interventionen der Apparatedizin festgelegt.

Jeder, der den Entschluss fasst, sein Weltbild zu ändern, findet seine Wegweiser. Es gibt nicht *den* einen richtigen Weg, jeder folgt seiner Wahrheit. Er darf sie nur nicht zum Dogma machen; das führt zu Intoleranz und Krieg. Die Idee, der Wunsch, die Sehnsucht, das Gebet, das Mantra, die Hinwendung, die Absicht — all das ist unser stärkster Antrieb in diesem lebendigen Universum. Wenn wir damit unser Glück schmieden, formen wir unser Schicksal selbst.

Wenn wir uns mit "Geistern" beschäftigen, müssen wir anfangen, uns Fragen zu stellen. Luisa Francia gibt in ihren Büchern meist einen heiteren und gelassenen Zugang²⁸⁷. Wie real sind Geister oder Geistwesen? Sind wir denn selbst real? Oder stimmt es etwa, dass wir der Traum der Schmetterlingsfrau der Navajo, das Gewebe der Spinnenfrau sind oder das Gespinst der Nornen²⁸⁸? Die Buddhisten stellen sich diese Frage ja schon immer und sind zu der interessanten These gekommen, dass in Wirklichkeit nichts existiert. Ist alles Illusion? Wenn jemand depressiv wird, ist die Lösung ja auch ein Medikament, das die betreffende Person wieder auf Normalität trimmt.

Die alten magischen Traditionen wussten um die Zerbrechlichkeit unseres Wirklichkeitsbildes. In allen Kulturen waren Zauberkundige so gesucht wie gefürchtet. Wer in diese Ebenen einzutauchen wagt, ist gefährlich, nicht mehr kontrollierbar. Sie mögen äußerlich gehorchen. Doch die innerliche Automatik zum Gehorsam ist zerbrochen. Man kann solch einer Person keine Angst mehr machen und Angst ist die Grundvoraussetzung für Kontrolle, Machtausübung und Unterdrückung.

Teufelszeug! Was aber, wenn es keinen Teufel gibt, Himmel und Hölle immer hier und jetzt geschaffen werden, und zwar von uns selbst? Von unserer Gier, von unserem Unvermögen, heiter und gelassen zu sein und beherzt im Augenblick zu leben? Nicht nur im Umgang mit Geistern empfiehlt sich die Frage: Wie werde ich heiter, gelassen, mitfühlend und beherzt? C. G. Jung sagte "Himmel und Hölle sind Schicksale der Seele und

287 Luisa Francia: "Wohnungen der Geister — vom praktischen Umgang mit allem, was man nicht gleich versteht"; München, 2002

288 Tom Graves: "Wyrd POSITIV – So nutzen Sie das Chaos in Ihrem Leben"; Neue Erde Vlg, 1997

nicht des zivilen Menschen, der in seiner Blöße und Blödigkeit in einem himmlischen Jerusalem gar nichts mit sich anzufangen wüsste."

Einstein fand heraus: die Zeit ist relativ, sie hängt ab von der (relativen) Geschwindigkeit dessen, der sie misst. Eine absolute Geschwindigkeit ist undenkbar. Dass die Zeit auch noch von der Gravitation, also der Schwerkraft, beeinflusst wird, macht das Ganze nicht einfacher. In der absoluten Gravitation eines Schwarzen Loches steht die Zeit (relativ) still. Das übersteigt unser alltägliches Vorstellungsvermögen. Meines auch. Dabei wurde die Relativitätstheorie vor einhundert Jahren veröffentlicht! Die Grundlage für unsere heute vorherrschende, unbewusst gewordene naturwissenschaftliche Denkweise beruht aber auf jener Uhrmacher-Physik, die der englische Physiker Newton (*1643, †1727) entscheidend mitgestaltete.

Der Philosoph Ludwig Wittgenstein schreibt: *"Wenn man unter Ewigkeit nicht unendliche Zeitdauer, sondern Unzeitlichkeit versteht, dann lebt der ewig, der in der Gegenwart lebt."* Wir erleben die Zeit als absolut und haben das Gefühl, wir können dieser unerbittlichen Macht nicht entinnen. Andererseits haben wir uns diese absolute Zeit erschaffen, weil wir nicht wollen, dass alles in diesem einen Augenblick passiert. Wir wollen die Klänge eines Musikstücks schön hintereinander hören. Viele brauchen die Vergangenheit, um sich in ihr vor der Gegenwart zu verstecken. Andere leben in der Zukunft und bauen ihre Luftschlösser. Vor der Gegenwart fürchten wir uns mehr als vor dem Tod. Man könnte auch sagen, vor der Erleuchtung, in der der Irrtum der Zeit entlarvt wird.

Diese Furcht hat Folgen. Eine davon ist Fundamentalismus. Fundamentalismus bedeutet, dass etwas für absolut gehalten wird. Jeder Anhänger des Absoluten behauptet von sich, die absolute Wahrheit zu besitzen. Und da es nun mal verschiedene solcher Wahrheiten gibt, kämpfen sie gegeneinander. Wir wissen, was die christlichen, islamischen, hinduistischen usw. Wahrheitsbesitzer tun. Es ist längst nicht mehr der Kampf zwischen Arm und Reich, der da tobt. Es ist der Krieg der absoluten Überzeugungen gegeneinander, von Nordirland bis Vietnam. Hitler, Stalin und Pol Pot waren im Besitz je einer "absoluten Wahrheit". Fast alle haben wir innere Überzeugungen, von denen wir nicht lassen — auch wenn wir deshalb anderen nicht gleich die Köpfe einschlagen. Vor allem die ehernen Bilder, die wir von uns selbst haben, führen zu Angst und Leid.

Der Osten ging einen anderen Weg. Unter den Anhängern von Buddhismus, Hinduismus und Taoismus mag es auch Fundamentalisten geben, aber der Kern dieser Weltanschauungen besteht in der mystischen

Einsicht, dass alle Phänomene ihre Grundlage in einer einzigen Identität haben. Raum und Zeit, Sein und Nichtsein, Ursache und Wirkung, Wahrheit und Unwahrheit so wie alle anderen Gegensätze sind Illusionen, die unser Geist unter der Hypnose des *"Maya"* (Welt des Relativen, der Polarität, des Scheins) produziert. Dieses uralte Wissen wird mehr und mehr durch die moderne Physik bestätigt, auch wenn es den Wissenschaftlern dabei immer wieder mulmig wird und sie sich standhaft weigern, ihre Erkenntnisse aus den Apparaten vom Papier ihrer Forschungsberichte in ihren praktischen Alltag zu übertragen. Die Kosmologen gehen inzwischen in der sogenannten String-Theorie sogar davon aus, dass neben unserer Realität unendlich viele andere existieren. Schamanen kennen einen Teil davon aus eigener Erfahrung.

Wir könnten beginnen, unsere eigenen absoluten und vielgeliebten Überzeugungen zu relativieren. Sie sind genau so relativ wie die Raumzeit und werden — völlig zu recht — von verschiedenen Beobachtern verschieden wahrgenommen. Wir könnten uns selbst mal von außen betrachten und verschiedene Standpunkte einnehmen. Das I Ging, das berühmte philosophische Orakelsystem der Chinesen, sagt, dass Selbsterkenntnis nicht im Schauen auf mich selbst besteht, sondern darin, dass ich die Wirkungen beobachte, die von mir ausgehen. So könnten wir lernen, dass es keine absolute Wahrheit gibt, sondern viele relative. Das hieße aber auch, sichere Gefängnisse zu verlassen. Die absolute Zeit ist unser Trost: etwas, woran wir nicht zu zweifeln brauchen. Die Angst vor Zweifeln aber hält uns in der Dauerstarre. Wir könnten vielleicht sogar beginnen, unsere Zweifel zu lieben. Sie entsprechen der lebendigen Realität besser als alle Dogmen.

11.5 Licht oder Dunkel

Licht oder Dunkel, Gut oder Böse? Gibt es das wirklich? Sind das vielleicht nur Urteile, bedingt durch die jeweils herrschende Lehre der jeweils Herrschenden und ihrer Traditionen? Sind das vielleicht nur einander bedingende Ansichten einer Ganzheit, wie Yin und Yang, notwendige Komplementarität? Hilfreiches Konstrukt, das ich mir aus den Traditionen abgeschaut und mir zusammengebaut habe zur Unterstützung beim Finden all der Entscheidungen des Alltags, jede Sekunde neu. Das Polaritätsgesetz ist ja kein Naturgesetz, sondern nur ein erkenntnistheoretisches Problem.

Bin ich, gehorsam in der Tradition von "Teilchen"-Sozialisation, versessen auf "Meins ist richtig, Deins ist falsch", erpicht auf die Vermeidung von Angst und Schmerz, will oben auf dem Hamsterrad rennen, will nicht dem Kreisen meines Lebensrades folgen?

Was ich wohl als Nächstes tue? Hierzu eine interessante Übung des Erwachten Eckhart Tolle: Du legst oder setzt Dich gemütlich hin und beobachtest Deine Gedanken. Wenn ein Gedanke auftaucht, sagst Du innerlich sofort: "Was werde ich wohl als Nächstes denken?". Es ist hochinteressant, dass hierbei eine "Lücke" entsteht. Der nächste Gedanke taucht nicht, wie üblicherweise sofort auf, sondern lässt auf sich warten, es entsteht in diesem Warten eine Leere, ein völlig gedankenleerer Zustand. Machst du das nach dem nächsten auftauchenden Gedanken wieder, wird die Zeit der Leere bis zum darauf folgenden Gedanken noch länger, so zumindest kam es mir bei dieser Übung vor. Probier es mal, es kann sehr eindrucksvoll sein! Als ob der Verstand sich "ertappt" fühlte und in ein Abwarten (dass meine Aufmerksamkeit von der Beobachtung des Verstandes wieder abglenkt) geht.

Es heißt, das Licht, die Wahrheit sei das, was sich nicht verändert. Sie ist jetzt und immer. Du kannst sie weder erreichen noch verlieren. Sie ist das, was alle Dinge, alle Gefühle und Gedanken wahrnimmt, doch selbst nie erfahren werden kann. Man kann dieses unpersönliche Gewahrsein nicht als die "eigene" Erleuchtung verbuchen. ES ist der "grundlose Grund", die Quelle allen Seins, die ursachlose Freude. Die leitende Frage zur Erkenntnis braucht dann nicht zu sein: "Was muss ich noch tun oder aufgeben, um ... und damit ...", sondern: "Worin erscheint dies alles jetzt, wer oder was nimmt wahr?" Die Antwort darauf ist Stille. Keine Definition greift. Nicht-Wissen. Grund- und sinnlos. Auch eine Art von Mut und Entschlossenheit.

Wenn einem immer klarer wird, dass es nicht auf die Inhalte und die

Geschichten auf den Dias, sondern auf das Licht des Projektors durch meine Dias in meinem Kopf ankommt, dann wird jegliche Verrenkung auf der Bühne des Lebens, "um zum Licht" zu kommen, lächerlich, absurd. Vollkommenheit, Erlösung, Erleuchtung werden leere Wörter, werden gelbe und blaue Sandschüppchen für den Kinderspielplatz.

Das Licht ist da, gleichgültig, welche Anstrengung ich unternehme. Sicher, auch ein Konzept. Doch eines, das weniger Raum gibt für Selbstverdummung oder Machtmissbrauch.

Niederes Selbst, Maske, Höheres Selbst — wenn ich das ernst nähme, wenn ich den Gedanken zuliebe "wir sind alle Licht im Licht", "wir sind Wellenpakete in Resonanz", dann weiß ich doch, dass Du weißt, was ich weiß, alles genauso sicher weißt wie ich, dass Du mein Mitwisser bist und ich Deiner. Dass wir uns voreinander nicht hinter Masken zu verbergen brauchten. Sinnlos, Kampf gegen die Realität. Welche Möglichkeiten tun sich da auf!

Wilhelm Reich schrieb in "Christusmord": Man kann eine Falle verlassen. Um jedoch aus einem Gefängnis ausbrechen zu können, muß man erst zugeben, daß man im Gefängnis sitzt. Die Falle ist die emotionale Struktur des Menschen, seine Charakterstruktur. (...) Die erste Aufgabe ist, den Ausgang aus der Falle zu finden. Wie die Falle beschaffen ist, interessiert überhaupt nicht, abgesehen von dieser einen entscheidenden Frage: Wo ist der Ausgang aus der Falle? (...) Der Ausgang ist für alle, die in der Falle sind, deutlich sichtbar, und dennoch scheint niemand ihn zu sehen. Jedermann weiß, wo der Ausgang ist. Dennoch scheint niemand eine Bewegung darauf zu zu machen. Mehr noch: Wer sich auf den Ausgang zubewegt oder wer auf ihn zeigt, wird für verrückt erklärt oder man nennt ihn einen Verbrecher oder einen Sünder, der in der Hölle braten sollte. Es stellt sich heraus, daß das Problem nicht die Falle ist und noch nicht einmal die Schwierigkeit, den Ausgang zu finden. Das Problem liegt bei denen, die in der Falle sitzen.²⁸⁹

Wir sitzen nicht in der Falle²⁹⁰, nicht im Käfig. Die Tür steht weit offen. Nicht mal das, es gab und es gibt keine Tür und keine Käfigstäbe. Das sind Überzeugungen in meinem Kopf. Das sind nur die Erinnerungen an Phantasien, die wir kollektiv als Erzogene einstmals sehr klug zum Überleben von Erziehung benutzt haben. Die Archonen der Gnostiker, der

289 Zit. nach Jürgen Fischer in <<http://www.orgon.de/aaa0.htm>>

290 Elsworth F. Baker; "Der Mensch in der Falle — Das Dilemma unserer blockierten Energie: Ursachen und Therapie"; München, 1980

IRgendwer von Robert A. Monroe ²⁹¹, das sind wir selber, unser kollektives Unbewusstes, unsere herrschenden Regeln von Kulturkreis, Nation, Stamm, Familie.

Bewege ich mich im Labyrinth meiner Leid-Gedanken, so ist das wie in einem zweidimensionalen Flächenland²⁹², ausweglos. Meine Gedanken untersuchend, kann ich mir die dritte Dimension erschließen, den Raum. Und schon öffnen sich erste Auswege. Ich kann auch die vierte Dimension Zeit mir eröffnen. Nun werden die Verbindungen zwischen einst und jetzt erkennbar, die *eine* alte Erfahrung, dadurch das dauerhafte Verhaltensmuster, und heute meine Möglichkeiten hin zu grenzenloser Freiheit in Frieden und Liebe. Die Verletzungen der Kinderzeit werden zu sprudelnden Kraftquellen.

Hab ich mir längst zu viele Modelle angelesen, psychologische, philosophische, metaphysische, esoterische? Was ist dahinter meine Realität? Durch die schlichten 4 Fragen und 1 Umkehrung kann ich jeden meiner Gedanken und jedes meiner Gefühle untersuchen. Sofort. Durch die schlichten 4 Fragen und 1 Umkehrung kann ich mein lebenslang angesammeltes Gepäck untersuchen — und ablegen. Sofort. Schicht für Schicht, Schleier um Schleier.

Auf was ich mich beim Untersuchen einlasse, können mir die Modelle von Dante, Pathwork, die Mythologie beschreiben: "Auf mich wartet eine Höllenarbeit". *Ist das wahr? Können Sie mit absoluter Sicherheit wissen, dass das wahr ist? Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken? Wer wären Sie ohne diesen Gedanken? Wie könnte eine Umkehrung dieses Glaubenssatzes lauten?* In der Stille. In eigenen Herzen.

Diese Modelle beschreiben mir auch, was mich als Folge des Untersuchens erwartet: Mitgefühl, Licht und Liebe. Von der Teilchen-Variante zur Wellen-Variante. *Ist das wahr? Können Sie mit absoluter Sicherheit wissen, dass das wahr ist? Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken? Wer wären Sie ohne diesen Gedanken? Wie könnte eine Umkehrung dieses Glaubenssatzes lauten?* In der Stille. In eigenen Herzen.

Sicher, manchmal komme ich in The Work an den Punkt, wo ich mich überhaupt nicht mehr fragen möchte, oder, wenn ich doch die Fragen stelle, ich einfach nur wütend werde, was immer das Thema sei. Ich weiß dann "es *ist* wahr!" Dann frage ich mich, warum ich eigentlich weiß, es ist nicht wahr, und dennoch *glaube* ich, es sei wahr. Eigentlich ist das lächer-

291 vgl. S und E, 10 Ein kleiner Ausflug in die Mythologie – 10.4 Gnosis

292 Edwin A. Abbott: "Flächenland"; Reprint, Hildesheim, 1990

lich. Die Lösung finde ich dann, wenn ich an den Punkt komme *"Will ich frei sein oder recht haben?"* Ich frage mich dann, was bekomme ich dafür, wenn ich recht habe? Ich muss ja keinen Hauch von Glauben fallen lassen.

Es geht nicht um richtig oder falsch oder um mich zu verändern. Ich frage mich ganz lieb, was fürchte ich zu verlieren, wenn das als wahr Geklaubte nicht wahr ist. Es gibt keine Zeitvorgaben für die Ausführung dieser Untersuchung. Ein einziges Konzept aufzulösen kann Jahre kosten oder es wird nie aufgelöst. Dies ist kein Wettbewerb im Auflösen von Glaubenssätzen. Ich habe angefangen, meinen Widerstand besonders zu schätzen. Ihn einfach zu bemerken, kann mich mir schon näher bringen. Loslassen besteht nämlich zunächst darin, anzunehmen, was ist, nämlich dass ich festhalte. Und wenn ich nicht loslassen kann, kann ich genau das zuerst einmal als meine Wahrheit an mich nehmen.

Solch Widerstand kann Teil in meinem Prozess von Selbsterkenntnis werden und kann genauso mich in meinem Eigensinn unterstützen. "Ich will aber das gelbe Schüppchen, nicht das blaue" höre ich auf dem Spielplatz aus dem Sandkasten das Streiten der Kinder. Diese Seite von Normopathie, unsere kranke Normalität von Erfolgsstreben, kann auch sehr unmenschliche Züge annehmen. Leben lernen gelingt vielleicht sogar einfacher aus dem Scheitern. Über die Leiderfahrung werde ich wacher für die Kunst des Scheiterns, für das Geschenk des Misserfolgs.

Religiöse Menschen mögen es da einfacher haben, wenn sie sich in Gottes Hand wissen. Ich neige nicht zum religiösen Glauben, mir fehlt kein Super-Über-Ich. Ich untersuche meine Gedanken und komme so jedes mal näher an das "Lieben was ist", in die Realität des ES IST. Ich weiß mich meist geborgen in dieser ungreifbaren Wirklichkeit zwischen Nicht-mehr und Noch-nicht. So kann ich immer öfter heiter, gelassen, mitfühlend und beherzt leben. Denn in diesem Punkt Gegenwart falle ich nicht in die grenzenlose Vereinzelung, sondern weiß mich gut aufgehoben in meinen Bindungen an Gestern und Morgen, Oben und Unten und an meine Mitte. In selbstverantworteter Freiheit und grenzenloser Resonanz. Zu solchen Erfahrungen finde ich viel Vergleichbares in den Texten der Religionen aller Kulturkreise.

Sehr treffend zum Ausdruck kommt das in einem Gedicht von Marianne Williamson, das als Zitat aus der Antrittsrede von Nelson Mandela als Staatspräsident von Südafrika weltberühmt geworden ist:

11 Was soll das alles? – 11.5 Licht oder Dunkel

"Unsere tiefste Angst ist nicht, dass wir der Sache nicht gewachsen sind. Unsere tiefste Angst ist, dass wir unermesslich mächtig sind. Es ist unser Licht, das wir fürchten, nicht unsere Dunkelheit.

Wir fragen uns: Wer bin ich denn, dass ich leuchtend, hinreißend, begnadet und phantastisch sein darf? Wer bist Du denn, dass Du das nicht sein darfst?

Du bist ein Kind Gottes. Wenn Du Dich klein machst, dient das nicht der Welt. Es zeugt nicht von Erleuchtung, sich zurückzunehmen, nur damit sich andere Menschen um Dich herum nicht verunsichert fühlen.

Du wurdest geboren, um die Ehre Gottes zu verwirklichen, die in uns ist. Sie ist nicht nur in einigen von uns — sie ist in jedem Menschen. Und wenn wir unser Licht erstrahlen lassen, geben wir unbewusst den anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun. Wenn wir uns von unserer Angst befreit haben, wird unsere Gegenwart ohne unser Zutun andere befreien."

11.6. Das Hosianna-Projekt

Sich einrichten oder loslassen, rechthaben oder leben, Regeln oder Chaos, Welle oder Teilchen, Licht oder Dunkel? All dies sind meine Wahrheiten, meine Attribute, die ich mir gegeben habe für die virtuelle Welt der Regeln und Überzeugungen, in der ich lebe. Ich bin der virtuelle Künstler, der mich, sein virtuelles Kunstwerk, gestaltet. Wie will ich mich entscheiden, in jeder Sekunde neu? Was ich wohl als nächstes tue?

Es wird immer spannender, den Verquickungen zwischen Gedanken und Leben nachzuspüren. Es ist merkwürdig, erlebend zu erkennen, wie die äußere Welt sich aufbaut aus *meinen* Glaubenssätzen. Damit erschaffe ich das, woran ich glaube und dann spiegelt mir die Welt meine Glaubenssätze — und dann fühle ich mich bzw. mein Verstand sich bestätigt, dass er Recht hat und schon immer hatte. Blödes Spiel! Diese zirkelhafte Unumgänglichkeit, wie ich das bei Depressiven öfter kennengelernt hatte, das war mir in anderen Feldern und bei mir selber noch nie so aufgefallen. Unklar ist mir noch, wo ist die Grenze zwischen Geglaubter Welt und der harten Tischkante, an der ich mir einen blauen Fleck hole. Oder ist der schmerzhafteste Stoß und der anschließende blaue Fleck auch nur Ausdruck meiner Erwartung? — Die Objektivität ist nichts als eine Bewusstseinsstörung.

Reich muss man nicht sein, um bewusst leben zu können. Aber den Kopf frei haben von existenzieller Angst, das ist schon sehr schön. Und sich abgrenzen? Die Annahme, man agiere primär, um ein gutes Gewissen zu bekommen, kann ich auch nicht bestätigen. Erstens geht es nicht um das Gewissen. Zweitens wächst mit der eigenen Entwicklung die Erkenntnis, dass es viel mehr zu tun gibt. Und die Lust darauf, es auszuprobieren.

Man kann so auch kreativ Neues erfinden. Neulich war ich wegen Husten und Schnupfen schon gegen 22h schlafen gegangen. Um 1h lag ich immer noch frierend und hustend wach herum, im Kopf nur Krauses, endlose Streit-Dialoge z.B. mit einem ehemaligen Vorgesetzten, lange her, mit einem Unfallgegner in Straßenverkehr, erst vor einiger Zeit geschehen. Ich hatte schließlich das Bild, dass ich mein Denken unmittelbar zum Kreislauf mit meinen eisigen Füßen verbunden hatte. Dann fiel mir ein "lieben-was-ist" — ich könnte doch, anstatt zu hadern, für alles, was mir in den Kopf kommt, einen Lobpreis sprechen. — Hosianna! Die Wirkung war durchschlagend: Das Dialogisieren verschwand sofort, die krausen Bilder machten einer weiten Ebene Platz, an deren Ende, weit hinten am Horizont ein großes Schild stand "Hosianna"; es erfüllte mich rund-

herum Wohlgefühl. Gegen 2h fiel mir sogar noch ein, dass ich unter die kalten Füße eine Wärmflasche legen kann. Danach war ich dann auch schnell eingeschlafen.

Ich habe zwei Sachen daraus gelernt:

— Der Kopf will Futter, ich gebe ihm, immer. Was, das ist *meine* Entscheidung! Entscheidung, nicht Schicksal. Hier war das z.B., zu allem, was jetzt passiert, mit Gefühl und in der rechten Absicht *Hosianna* zu denken. Diese rechte Absicht wirkte in jener Nacht regelrecht euphorisierend; ich kann das gar nicht beschreiben. Eine Ahnung von Mini-Satori.

— Nicht einschlafen zu können muss nicht etwas Besonderes sein. Bei Schüttelfrost und kalten Füßen ist einzuschlafen für mich anscheinend nicht angesagt. Und ich muss mir das Nichteinschlafen nicht zum Vorwurf machen. Aber zum Einschlafen warme Füße kann ich mir machen.

Das ist ja das Nette an the work: Man kann die Gedanken noch und noch untersuchen, manchmal hilft schneller ein praktischer Blick ins Leben und dann eine kleine Handreichung. Doch, könnte mein Blick überhaupt fallen auf die angemessene Handreichung, ohne dass ich die begleitenden Gedanken untersucht hätte?

Anders gewendet: Zwar scheint mir bis jetzt, zu solchem euphorisierenden Mini-Satori gehörte wohl Fieber dazu. Es ist für mich jedenfalls in der Intensität bisher nicht reproduzierbar. Jedoch will ich es jederzeit mir empfehlen, weil es einfach netter ist, (möglicherweise vergeblich?) einer Situation *Hosianna* zu singen als mit ihr (bestimmt vergeblich!) zu hadern und mit den phantasierten Beteiligten, aber ja leider nie Anwesenden, zu streiten. Nicht einmal folgenlos zu streiten, denn dadurch füttere ich ja meine Streit-Erinnerungen mit Streit-Energie.

Es ist so ähnlich wie 1978 bei der Erfindung von Freundschaft Mit Kindern, als ich gemerkt hatte, wir haben alle als Erzogenen dieses "falsch-beachten"-Ding drauf, Fehler rot unterstreichen. "There is nothing outside the text." Alles in meinem Kopf ist *mein* Text. Ich kann mich genauso für das "richtig-beachten"-Ding entscheiden, das Gelungene grün unterstreichen. Und sofort ändert sich die Welt unter meinen Füßen und vor meinen Augen. Meint, ich könnte es mit dem Schöpfungsbericht halten: Das zuvorkommende Urteil des Schöpfers "siehe, es war sehr gut", das widerstreitet dem Unternehmen, die grundlegende Güte und Akzeptanz des Lebens von Bedingungen abhängig zu machen.

Das sind Bedingungen, so, wie sie die Erzieher stellen "du wirst erst zum vollwertigen Mensch durch meine Erziehung!" und so, wie wir, die Erzogenen, sie als Filter vor jede Wahrnehmung setzen "wo ist das Fal-

sche? Wo muss ich mich, mein Tun, die Situation verbessern?". Nein, ich kann alles als richtig, als gelungen achten: ich, mein Tun, die Situation ist perfekt, "siehe, es ist sehr gut", wenn ich auch nicht begreife warum und wieso. Warum sollte ich begreifen? Das Universum ist unendlich und die Fülle des Lebens ist unwissbar unermesslich. Das Leben lebt sich und mich mittendrinne. Ich kann meinem inneren Antrieb trauen und Ja sagen, kann ohne den Versuch zu verstehen so handeln als verstünde ich.

Noch einmal aus einer anderen Sicht. Ich hatte oben ein paar meiner Glaubenssätze dargestellt "Ich liebe mich so wie ich bin", "Jeder tut zu jederzeit sein Bestes ...". Ich habe auch, getreu dem gewohnten "falschbeachten"-Ding ausführlich dargestellt, was das alles *nicht* heißen soll. Hier jetzt schürzt sich zum Knoten, was es tatsächlich heißen kann, nämlich "Hosianna". Ich, mich liebend so wie ich bin, tue zu jederzeit mein Bestes. Was kann das anderes bewirken, als dass ich alles liebe, was ist — Hosianna!

So bekommt das Augustinus-Wort einen neue Geschmack für mich "Crede firmiter — pecca fortiter" "Standhaft traue dich — sündige unerschrocken!". — "Wasser holen, Reis kochen" —. Sich als Macher meines Lebens gebärden und dennoch *wissen*, das Leben lebt *sich*. Ich bin, was mich angeht. Die Anderen sind, was sie angeht. Mische ich mich ein in Deine oder Gottes Angelegenheiten, dann bin ich außer mir, nämlich bei Dir oder sonst wo, jedenfalls nicht bei mir. Wer kümmert sich solange um meine Angelegenheiten? Dann ist das Kampf gegen die Realität — hoffnungslos, gelernte Hilflosigkeit. Ich und alles um mich herum tut jederzeit sein Bestes für sich, Hosianna! Denn das Leben lebt sich in allem und jedem, Hosianna.

Dennoch, das ist meine Bedingung, unter der ich, zumindest zur Zeit, angetreten bin in dieser Welt der Virtualitäten und Wahnheiten, ich bin Körper und so habe ich mich trainiert, mir dauernd von meinem Verstand, in meinem präsentativen System, Handlungen anzuweisen, von denen ich oft direkt oder leise in meinem Herzen weiß, dass sie falsch sind.

Dennoch sage ich unerschrocken, mitfühlend und beherzt *Ja* dazu, wenn diese Handlungen mir in diesem Moment überlebenswichtig erscheinen, aus meinen derzeitigen Informationen notwendig für mein biologisches oder mein soziales Überleben in dieser Welt der Virtualitäten und Wahnheiten. Das trennt Welten von einer Haltung, die das eigene Falsche zum Richtigen umdefiniert: "Widerspruch ist nicht nötig, denn ich bin ja nicht beteiligt." Oder: "Der Andere ist Schuld, ich habe Recht." Ich kann nun das Falsche bei vollem Bewusstsein tun und brauche es nicht

als das Richtige zu verbrämen. Keine Selbstzensur, das Wahrnehmen, Empfinden und Erkennen nicht umdefinieren, sondern mit Bewusstsein klarmachen: "Ich müsste widersprechen, aber ich halte die Klappe, weil ich sonst Schaden befürchte. Aber: Ich glaube, es ist falsch. Wer könnte es wirklich wissen? Hier stehe ich, ich will nicht anders, Hosianna!"

Mit diesem Hosianna verstehe ich das Modell der Huna-Leute ganz neu. Ich bin dieser materielle Körper aus Organen, Zellen, Molekülen, Atomen. Atome sind zu 99 Prozent Leere. *Ich* bin dieser Verstand, vier Millimeter Großhirnrinde als Teil des Körpers. Und die 99 Prozent Leere sind durchdrungen vom Oberen Selbst; das ist die Bewusstheit meiner Wellennatur, die auf dem Quantenmeer schwimmt. Hahnemann fand, es gibt keine Krankheiten, nur Verstimmtheit der Lebenskraft, die sich äußert in Symptomen an Körper, Verhalten und Gemüt des Kranken, und es gibt Arzneien, die ähnliche Symptome erzeugen und dadurch diese Verstimmtheit heilen. Allein der Körper, Unhipili, kann mit Aumakua, der energetischen Wellenfunktion des Organismus kommunizieren. Das Wachbewusstsein, Uhane kann die inneren und die äußeren Welten verbinden.

Ken Wilber beschreibt das etwas anders: "Ich widmete mich sehr intensiv den Dzogchen-Übungen, die ich in Kanada von Pema Norbu Rinpoche bekommen hatte. Dzogchen ist im Grunde von radikaler Einfachheit und stimmt überein mit den höchsten Lehren der großen Weisheitstraditionen, insbesondere mit dem Vedanta und dem Ch'an (das heißt, dem Zen in seiner frühen chinesischen Entwicklungsphase). In aller Kürze:

Wenn "Geist" überhaupt einen Sinn haben soll, dann muss er allgegenwärtig, alldurchdringend und allumfassend sein. Es kann keinen Ort geben, wo der Geist nicht ist, sonst wäre er nicht grenzenlos. Deshalb ist der Geist auch eben hier und eben jetzt Ihrem Bewusstsein vollkommen gegenwärtig. Das heißt: Ihr augenblicklicher Bewusstseinszustand, wie er gerade ist und ohne dass Sie irgend etwas daran ändern müssten, ist in seiner Gesamtheit vollkommen vom Geist durchdrungen.

Es ist aber nicht so, dass der Geist zwar gegenwärtig ist, Sie jedoch erleuchtet sein müssten, um ihn sehen zu können. Es ist nicht so, dass Sie zwar eins sind mit dem Geist, es aber noch nicht wissen. Das würde ja bedeuten, dass es doch noch einen Ort gibt, wo der Geist nicht ist. Nein, Dzogchen sagt, dass Sie immer schon eins sind mit dem Geist und das Gewahrsein dessen immer schon ganz gegenwärtig ist, eben jetzt. Sie schauen in jedem Wahrnehmungsaugenblick mit dem Geist den Geist an. Einen Ort, wo der Geist nicht wäre, gibt es nicht.

Es gibt auch keine Zeit, in der der Geist nicht wäre — der Geist ist

ohne Anfang und Ende. Hätte er einen Anfang in der Zeit, dann wäre er nicht zeitlos und ewig. Das bedeutet für Ihr eigenes Bewusstsein, dass Sie Erleuchtung nicht erlangen können, sonst hätte dieser Bewusstseinszustand ja einen Anfang in der Zeit und wäre nicht wahre Erleuchtung.

Dann müssen Geist und Erleuchtung etwas sein, das Ihnen eben jetzt vollkommen gegenwärtig ist. Sie sind das, was Sie jetzt gerade anschauen. Als ich diese Belehrung bekam, fielen mir die Suchbilder in der Sonntagsbeilage der Zeitung ein. Man sieht etwa eine Landschaft, und darunter steht: "Zwanzig berühmte Gesichter verbergen sich in dieser Landschaft. Sehen Sie sie?" Die Sache ist nun die, dass Sie die Gesichter beim Betrachten des Bildes bereits anschauen, ob Sie sie nun erkennen oder nicht. Sie schauen die Gesichter an und müssen dazu nicht noch zusätzlich etwas sehen. Sie sind da, Sie sehen sie, aber möglicherweise erkennen Sie sie nicht. Und wenn es Ihnen gar nicht gelingen will, sie auszumachen, dann muss nur jemand kommen und sie Ihnen schlicht und einfach zeigen.

So ist das wohl auch mit Geist und Erleuchtung, dachte ich. Wir schauen schon immer direkt den Geist an, wir erkennen ihn bloß nicht — oder besser: Wir erkennen ihn nicht wieder. Deshalb wird Meditation, mag sie auch für andere Zwecke nützlich sein, in den Dzogchen-Lehren nicht eigens empfohlen. Meditation ist ein Bemühen, um das Erkennen, das Gewahrsein zu ändern, und das ist ebenso unnötig wie gegenstandslos. Der Geist ist voll und ganz präsent in dem Bewusstseinszustand, den Sie jetzt gerade haben, nichts muss dazu geändert werden. Das Bemühen, etwas zu ändern, ist wie das Anmalen der Gesichter im Suchbild, anstatt sie einfach wiederzuerkennen.

Das eine, dessen wir uns immer schon bewusst sind ... ist die Bewusstheit selbst. Wir haben die grundlegende Bewusstheit schon, und zwar als die Fähigkeit zu betrachten und zu gewahren, was sich jeweils gerade bietet. Ein alter Zen-Meister sagte gern: "Du hörst die Vögel? Du siehst die Sonne? Wer ist nicht erleuchtet?" Niemand kann sich einen Zustand, in dem keine grundlegende Bewusstheit ist, auch nur vorstellen, denn wir wären uns darin immer noch dieses Vorstellens bewusst. Sogar im Traum ist noch Bewusstheit. Darüber hinaus sagen diese Traditionen, dass es keine zwei Arten von Bewusstheit gibt, erleuchtete und verblendete. Es gibt nur Bewusstheit. Und diese Bewusstheit, wie sie ist, ohne Korrektur oder Modifikation, ist der Geist.

Und die Anweisung lautet: Erkenne die Bewusstheit, erkenne den Zeugen, erkenne das Selbst und bleib dann. Der Versuch, Bewusstheit zu

erlangen, ist völlig sinnlos. "Aber ich sehe den Geist immer noch nicht!" — "Du bist dir dessen bewusst, dass du den Geist nicht siehst, und eben diese Bewusstheit ist der Geist."

Man kann Achtsamkeit üben, denn es gibt Unachtsamkeit; aber man kann nicht Bewusstheit üben, denn es gibt nur Bewusstheit. Bei der Achtsamkeit achtet man auf den gegenwärtigen Augenblick. Man versucht, "jetzt hier zu sein". Aber reine Bewusstheit ist der gegenwärtige Bewusstseinszustand, bevor man irgend etwas zu unternehmen versucht. Das Bemühen, jetzt hier zu sein, setzt einen künftigen Augenblick voraus, in dem es erreicht sein wird; reine Bewusstheit jedoch ist dieser gegenwärtige Augenblick, bevor man sich um irgend etwas bemüht. Sie sind schon bewusst; Sie sind schon erleuchtet. Sie sind vielleicht nicht immer achtsam, aber Sie sind immer schon erleuchtet.

Es gibt nur das Selbst, es gibt nur Gott, oder wie Ramana Maharshi sagte:

Es gibt weder Schöpfung noch Zerstörung,
weder Schicksal noch freien Willen,
weder einen Pfad noch ein Erlangen;
das ist die endgültige Wahrheit.

Soweit Ken Wilber — ich bin noch in meinem kleinen Hosianna-Projekt. Es ist vielleicht inzwischen leichter, zu entscheiden zwischen Teilchen- oder Wellenexistenz, auch wenn meine Verhaltensmuster und Grundüberzeugungen so hartnäckig und so lange gesellschaftlich tradiert sind. Mir fehlt immer noch die Vorstellungskraft, wie ich das, was in der mathematischen Abstraktion von Physikern anerkannt ist und von Mystikern als Erleben beschrieben wird, in der Alltagsebene für mich handgreiflich machen könnte. — Hosianna!

Das Wahre Gesicht erkennen ist leicht; es leben ist schwer. Ich mach mir einen tollen Film um 'Wirklichkeit', 'wahres Selbst'. Das klingt alles so überhöht — wo doch nur der eine Schritt in dieser Sekunde mein Leben ausmacht. Lars Brand, in der Biografie "Andenken" über seinen Vater Willy Brand zeigt ein anschauliches Bild.

Nicht Kummer oder Übermut hätten ihn zu diesem Buch angetrieben, nicht der Drang zu neuen Erklärungen oder zur Aufklärung. Ihm hätte der Sinn nach "Ornamenten" gestanden: "Mich treiben Muster ans Papier, die sich ihr Material aus der Wirklichkeit holen. Den Blick schärfen, ein paar Stücke verabsolutieren, die das Ornament vorgeben." Ornamente also, aber nicht im Sinn von Verzierung, nicht als Schmuck, sondern als Wirklichkeitsfundament; Ornamente in Form von Erinnerungen, Betrachtungen

und Gedankensplittern, meist auf einer Buchseite, selten mal auf zwei, manchmal chronologisch, manchmal beliebig angeordnet, wonach der Sinn stand, wie die Erinnerung es vorgab; Ornamente, die sich in ihrer Gesamtheit zu einem Kunstwerk fügen sollen.

So fügt sich meine Lebenswirklichkeit aus Ornamenten, sekundenhaft bewusste Ereignisse, verbunden durch mein Hosianna zum Lied des Lebens, meines Lebens. "Jeder Mensch ein Künstler", und das größte Kunstwerk könnte die bessere Gesellschaft sein, die "soziale Plastik", an deren Gestaltung schließlich alle mitarbeiten sollten in einer Art von "direkter Demokratie". "Die Revolution sind wir", lautet deshalb der Titel einer Beuys-Ausstellung im Berliner Museum für Gegenwart, in Anlehnung an ein Plakat von Beuys. Wir, das meint eben: wir alle als Menschen. Wir "sollten" das nicht – wir tun es, jeder, jede Sekunde neu, in unauflöslicher Selbstverantwortung, bewusst oder nichtsahnend.

Das lässt mich gelassen zuschauen bei den hitzigen Debatten um die großen Fragen. Manch einer hält es für unattraktiv, wie der Westen mit seinem falschen Freiheitsbegriff seine Werte und Alltagsbindungen anknabbert. Kann schon sein, das mit dem Anknabbern. Nur ist es nicht auch so, dass das Leben im Westen deshalb als angenehm empfunden wird, weil es oft mit Wohlstand verbunden ist? Und ist es nicht weiter so, dass die Voraussetzung des Wohlstands, die Wertschöpfung, oft im Widerspruch zu Bindungen steht? Bei diesem lebensweltlichen Widerstreit zwischen Bindungen (Familie, Kinderkriegen) und wirtschaftlichen Notwendigkeiten (Flexibilisierung, Karrieredenken) haben konservative Denker ihre Hausaufgaben nicht recht gemacht; sie reden oft darüber hinweg. Alle anderen können sich überlegen, ob eine Attraktivität des Westens nicht gerade darin bestehen könnte, dass man mit solchen Widersprüchen umgehen lernt. Es kann kompliziert sein, so ein Leben, aber immerhin ist es das eigene.

Überhaupt stehen Kompliziertheiten und Ausdifferenzierungen vielleicht insgesamt zu Unrecht in einem schlechten Ruf. Zum Beispiel kann man es auch ganz attraktiv finden, wenn Wissenschaftler nur aus dem einzigen Grund forschen, dass sie Phänomene verstehen wollen, auch wenn sie die Konsequenzen ihrer Erkenntnisse nicht in ihr Weltbild nehmen mögen, auch wenn ihre Grundüberzeugungen nicht mit meinen übereinstimmen. Für Menschen, die von vornherein wissen, was Sache ist, und die deshalb zum Aktivismus drängen, mögen die Ergebnisse oft kontraproduktiv sein. Aber für Menschen, die glauben, dass man, um gesellschaftliche Missstände zu beheben, nicht gleich die Kategorie der Wahrheit im Ganzen über Bord kippen muss, kann es doch ganz attraktiv

sein, wenn Wissenschaft und gesellschaftliches Engagement auseinander gehalten werden. Wachrütteln kann prima sein. Aber attraktiv ist nur eine Gesellschaft, die prüft, ob zu Recht gerüttelt wird. Und 'Gesellschaft', das bin erstmal ich, Mittelpunkt des Universums — Hosianna!

Dabei ist es so einfach, weil ich nur die vier Sätze stets im Bewusstsein behalte, die doch eigentlich alle dasselbe sagen: Ich bin verantwortlich, immer. Ich bin der Autor, immer. Ich liebe und akzeptiere mich, immer. Dann kann ich nichts anderes tun als mein Bestes, immer. Und das gilt, alle vier Sätze, für alle Wesen in dieser Quantenwelt, immer.

— Hosianna!

11.7 *Selbstliebe: Das Große Ganze*

Im Rundbrief 02/10 schrieb Hubertus v. Schoenebeck an die Mitglieder des FREUNDSCHAFT MIT KINDERN Förderkreis
(aus < http://www.amication.de/selbstliebe_das_grosse_ganze.htm>)

Angefangen hat alles wohl mit dem Big Bang, dem Urknall. Vor Milliarden von Jahren. Dann ging es rasant los. Alles wurde. Die Millionen Galaxien. Darin jeweils die Millionen Sterne und andere Abenteuerer wie Blaue Zwerge, Rote Riesen, Schwarze Löcher. Dann tatsächlich auch: unsere Sonne. Und langsam aber sicher ihre Planeten. Merkur, Venus und als Nummer Drei: die Erde. Heimatplanet in den unendlichen Tiefen des Universums. Und weiter: Steine, flüssig und fest, schließlich in der Ursuppe erstes Leben. Noch weiter: Pflanzen. Und Tiere. Fische und Saurier und Affen und Menschen. Die mit dem Riesengehirn und der losen Hand. Sie erdenken heutzutage endloses Zeug in ihren Philosophien und Büchern und basteln mit ihren flinken Fingern Mikrochips, Atomkraftwerke und Verkehrsschilder.

Jeder kennt Verkehrsschilder. Zum Beispiel das mit den zwei Autos, eins schwarz und eins rot. Überholverbot. Ärgerlich. Wie fast alle Schilder. Eine ärgerliche Schilderwelt. Eine ärgerliche Welt überhaupt. Leid, Vernichtung, Untergang. Was soll das Ganze?

Es ist eine Frage der Perspektive. Der Interpretation. Des Großen Nachdenke-Raums, in dem ich unterwegs sein will. Unterwegs sein soll. Sollte: So wie es uns beigebracht/vorgeführt/vorgelebt wurde, als wir hier ankamen, in der Kindheit. Und was gab es? Ein unermeßliches und alternativloses Hintergrundrauschen, die Subtextbotschaft aller Botschaften, und oft genug auch der klare Klartext: Hier ist nicht das Paradies! Hier ist ein leid- und mühevolleres Erdendasein. "Was hast Du jetzt schon wieder angestellt?!" - Kind. Und überhaupt: Mensch.

Im amicitiven Blick auf das Große Ganze, Urknall und so weiter, kann ich diese betrübliche Story von Jammer und Co nicht als der Weisheit letzten Schluß erkennen. Ich sehe radikal anderes: Konstruktivität, Vertrauen, Liebe. Das Verkehrsschild, jedes!, wird von Verkehrsschild-Ausdenkern deswegen gemacht, weil sie Positives im Schild führen - sie wollen anderen helfen. Kein Schild wird aufgestellt aus Bösartigkeit. Nur aus Fürsorge, höher gegriffen: aus Güte, noch höher: aus Liebe. Wenn ich ein Überholverbotsschild sehe, überhöre ich diesen Klang nicht. Ich kann mich über vieles ärgern, auch über Verkehrsschilder. Aber mir entgleitet nicht mehr, daß diese Dinge nicht mit Ärgerabsicht gemacht wer-

den. Sondern aus einem konstruktiven Kosmos heraus. Das gilt für alles von Menschen Gemachte. Zum Beispiel auch für die unzähligen Dinge einer Stadt, dieser künstlichen, artifiziellen Welt. Von Bürgersteigplatten bis zu Hochhäusern. All dies dient jemandem - dem, der es inszeniert hat. Aus seiner Konstruktivität und seinem Sinn.

Aber wir reagieren nicht so. Sondern wie gelernt, geglaubt, erzogen. Radarblitzer sind doof! Ach ja? Sie sind liebevolle Begleiter, ersonnen und gefertigt und aufgestellt von diesen konstruktiven Wesen. Sie sind Materie gewordene Liebe.

Stop - mehr Quatsch geht nicht! Das stimmt. Aber nur, wenn dieses destruktive Hintergrundrauschen die Macht hat. Was nicht die wahre Wahrheit sein muß. Jedenfalls nicht meine. Ich sehe, daß der Sternenkosmos funktioniert. Alles hat seinen Platz, alles dreht sich oder auch nicht, die Sonne hält die Planeten in der Bahn. Die Äste und jeder klitzkleine Zweig wachsen so, wie ihr Insgesamt (Licht, Gravitation, Nährstoffe, Wasser, Wind ...) das zustande bringen. In majestätischer Harmonie, in unermeßlicher Konstruktivität. In der Grundmusik: Liebe.

Konstruktivität/Vertrauen/Liebe - dieses Kernelement gilt für alles. Für jede Galaxie, für jeden Stern, jeden Grashalm, jeden Regenwurm, jeden Menschen. Und selbstverständlich auch für mich. Daran kann ich aktiv teilhaben: Ich kann mich so lieben, wie ich bin, in allem und jedem, was immer ich tue, denke, fühle. Jederzeit.

In mir - wie in jedem anderen Menschen - entdecke ich dieses Große Ganze als Hintergrund. Wir sind daraus gemacht. Wir entstehen so. Und wir sind erfüllt von diesem Szenario, wir werden nach neun Monaten Aufenthalt in diesem Großraum der Liebe als materialisierte Liebe geboren. Nur, daß es dann diese Verführung gibt, aus liebevoller bester Absicht: Diese Story vom Bösen und all seinen Gefolgsleuten. Und daß wir als Kinder unserer Kultur und Zeit dies auf unserer Festplatte im Kopf als real gespeichert haben. Doch das Programm kann man ändern. Ich habe es für mich geändert. Ich liebe mich so wie ich bin. Kürzer: Ich liebe mich. Noch kürzer: Ich bin Liebe. Wie jeder von uns, wie alles, was da kreucht und fleucht.

Deswegen höre ich nicht auf, immer wieder zum Ärgernis für andere zu werden. Aber nicht, weil ich ein Ärgernis bin, sondern weil sie mich so sehen, sehen müssen, mit ihren Augen aus ihrer gelernten Welt oder aus ihrem Schmerz heraus. Darauf kann ich eingehen und mein Tun ändern. Um ihr Leid zu verringern. Und das tue ich auch immer wieder, sensibel

wie man ja auch ist und mehr und mehr wird. Oder ich korrigiere nichts, weil ich mir selbst im Wort bin. Die anderen werden dann aus ihrer Konstruktivität heraus dagegenhalten oder auch nicht. Und: das Leiden aneinander verändert ja nicht die Hintergrundmusik. Wir sind Kinder der Liebe. Der großen konstruktiven Energie, welche die Unendlichkeit des Universums durchflutet - und auch jeden von uns. All die Zeit, die wir leben, jeden großen Tag unserer kleinen hundert Jahre.

Die Selbstliebe ist stets in Resonanz mit der Liebe des Großen Ganzen. Ich kann dieses Gefühl der Konstruktivität immer wieder auch auf mich konzentrieren, über mich als "aus Liebe sein" nachsinnen, in mein Nachdenken und Spüren hineinziehen. "Liebe sein" - das ist die amitative Musik, der Raum, in dem ich leben will, gerne und erfüllt lebe. Gilt auch für Verkehrsschilder und andere Ärgernisse. Gilt für alles, für Rote Riesen, Fische, Menschen, Partner, die Kinder - nichts und niemand fällt da heraus. Das versöhnt tief drinnen. Selbstliebe ist ja auch etwas Schönes, Freude, frohe Botschaft.

11 Was soll das alles? – 111.7 Selbstliebe: Das Große Ganze

12 Reden — Nichtreden

Es gibt so viele Ideen zur Selbsthilfe und Heilung. Die Leute verwenden dazu Religionen, Politik, Philosophien. Mir scheint, dass diese Ideen auch bewirken können, wenn ich nicht sehr gut aufpasse, dass ich immer fester in dem Sumpf stecken bleiben, weil sie mehr und mehr Schichten an Gepäck in meinen Verstand laden, nur um mir etwas *nettere* Versionen von Realität *zu schaffen*. Aber das Leben ist eher interessant und erfüllend als nett oder als jeder singuläre Standpunkt.

Standpunkte machen bewegungslos, halten mich fest in der Sozialisation zum Gehorsam, in der Anerkennung der Gewalt ohnmächtiger Eltern und ihrer zahllosen Nachfolger. Standpunkte sind oft nur Ausdruck von Angst und Ohnmacht. Eigenmacht und Lust könnte die Alternative sein. Statt todesmutig im Terror nun lebensmutig im Frieden leben.

Frieden ist sicher nicht die Abwesenheit von Krieg, wohl auch nicht die Abwesenheit von Angst, Stolz und Eigensinn. Vielleicht ist er schon mein offenes Akzeptieren meiner Schatten aus Angst, Stolz und Eigensinn. Frieden fängt zu Hause an, in meinem Herzen, mit Lust, Gelassenheit und Eigenmacht.

Es scheint mir, die einzige reelle Lösung ist so: Um vom Gepäck befreit zu werden, füge keine neue Philosophien oder Phantasien hinzu. Frage Dich. Finde, was für Dich real ist. Erlaube es. Öffne es. Sei darin. Sei offen. In Liebe, Weisheit, Bewusstheit, frei in der Gegenwart, ohne einschränkende Vorurteile neugierig, was als Nächstes kommt.

In der Website <http://www.irresein.de/gautama.html> fand ich dies:

Glauben

Glaubt nicht
an irgendwelche Überlieferungen,
nur weil sie für lange Zeit in vielen Ländern Gültigkeit besessen haben.
Glaubt nicht an etwas, nur weil es viele andauernd wiederholen.
Akzeptiert nichts, nur weil es ein anderer gesagt hat,
weil es auf der Autorität eines Weisen beruht
oder weil es in einer heiligen Schrift steht.
Glaubt nichts, nur weil es wahrscheinlich ist.
Glaubt nicht an Einbildungen oder Visionen, die ihr für gottgegeben haltet.
Glaubt nichts, nur weil die Autorität eines Lehrers oder Priesters
dahintersteht.
Glaubt an das,
was ihr
durch lange eigene Prüfung
als richtig erkannt habt,

Glaubt an das,
was sich mit eurem Wohlergehen
und dem anderer vereinbaren lässt.

"Nur ich bin für mich verantwortlich!"

"Jeder tut zu jederzeit sein Bestes — unter Berücksichtigung der Informationen, die er hat, und der Regeln, die er zu deren Auswertung kennt. Und er verdient nicht, deswegen von irgendwem zurückgestoßen oder beschuldigt zu werden. Von niemand, auch nicht von sich selbst!"

"Der Geist schafft sich den Körper; ich bin das Geschöpf meiner Schöpfung. Ich bin von mir autorisiert zum Autor des Drehbuchs meines Lebens. Ich bin dessen Regisseur und dessen Hauptdarsteller und dessen wichtigstes Publikum!"

"Ich liebe mich, so, wie ich bin!"

Meine Amication-Kernsätze. Sie sind ein Filter, um der Spannung zwischen Selbsterkenntnis und Eigensinn nachzuspüren. Aus ihnen habe ich Kraft gezogen, diese Spannung auszuhalten, bis heute. Soviel Geschriebenes, Wörter, Bilder, Modelle, Traditionen, wo doch schon alles im meinem kleinen Gedichtchen vom 'Kiesel' drinsteckt.

Was habe ich beim Schreiben gelernt? Meine Freiheit ist mir wie nie zuvor bewusst geworden und meine Dankbarkeit für die Welt um mich herum und für mich, der ich mich so leben lasse. Und mir ist deutlicher geworden, dass ich in jeder Entscheidung, jede Sekunde neu, entweder in Liebe lebe oder die Abwesenheit von Liebe, die Angst zulasse.

Ich weiß nicht, was für Dich am Besten ist, auch wenn es mir vielleicht nicht immer gelungen sein sollte, dieses Nichtwissen zu verdeutlichen neben den kräftigen Bildern und den absoluten Formulierungen aus dem PATHWORK sowie aus der ARS REGIA und vielen anderen Autoren. Doch da tröste ich mich mit Glaubenssätzen der Konstruktivisten:

"Nicht der Schreiber, sondern der Leser ist der Autor"

oder

"Der Leser bestimmt die Bedeutung einer Aussage"

Fliegen geht nicht
mit angelegten Flügeln.
Sie ausbreiten.
Nicht darüber reden.²⁹³

293 H v. Schoenebeck, in "botschaften des zuhörens", Botschaft 14; Mühlheim, 1982

