

„Sinn und Sinnlichkeit – das Leben finden.“

Überarbeitete Fassung eines Vortrags zur Neueröffnung des Ita Wegman Therapeutikum, Dortmund am 25.09.2004 von Hendrik Vögler

Sehr verehrte liebe Gäste, liebe Freunde,
warum spreche ich dieses Thema an?

Es gibt hierzu gleich zwei Ansätze. In unserem neuen, erweiterten Mitarbeiter-Team sind einige Therapeuten tätig, die von ihrer Ausbildung aus der tiefenpsychologisch orientierten Körpertherapie kommen und auch z.B. aus der Feldenkrais-Therapie. Wie können wir – die, die seit der Gründung vor zehn Jahre auf der Grundlage der Anthroposophischen Menschenkunde versuchen zu behandeln und zu arbeiten, einen Dialog führen und zusammenwachsen? Die Anthroposophie als Wissenschaft, die sich um die Erforschung der geistigen Dimension des Menschen und der Welt bemüht, wird immer Theorie bleiben, dogmatisch und tradiert, wenn sie nicht individuell und sinnlich erfahrbar und überprüfbar ist und in der Anwendung in der sinnlichen Welt fruchtbar wird. Andererseits muss alles Erleben, Empfinden, Aufspüren und Fühlen, was durch eine subtile Wahrnehmung an der eigenen körperlichen Organisation geschult werden kann, irgendwie verstehbar werden, es muss ein Art „Sinn“ ergeben und einleuchten. Damit wird deutlich, wie sich diese beiden Bereiche sich im praktischen Leben schon immer berühren und durchdringen. Wenn Sie so wollen, das Verhältnis von Kopf und Bauch.

Sinn und Sinnlichkeit – was ist das größere Problem? Was meinen Sie? Was liegt uns ferner? Es ist nicht so ohne weiteres zu beantworten. Und der Untertitel „- das Leben finden“? Zur Zeit wird häufig Picasso zitiert: „Ich suche nicht, ich finde“. Das Leben – was das auch sein mag - ist ja einerseits ständig anwesend in dem, was wir vorfinden um uns herum, aber auch wie verborgen, verhüllt, denn oft ist unser Lebensgefühl nicht geprägt vom Zusammenhang mit dem Leben, sondern eher von dem vollständigen Abgetrenntsein.

Ich möchte gleich zu Anfang eine erste Hypothese zu unserem Thema formulieren: Ich finde das Leben, wenn sich Sinn und Sinnlichkeit berühren, begegnen, durchdringen.

(Zeichnung).

Dies ist die sozusagen die lokale Einleitung, die sich auf unsere Situation jetzt hier in Dortmund und auf unsere neuen Mitarbeiter bezieht, wozu dieser Beitrag eine Diskussionsgrundlage wie für eine interne Fortbildung liefern könnte.

Eine andere Hinleitung zu dem Thema „ - das Leben finden“ – damit ist ja auch immer ein Blick auf die die Gesundheit bildenden und - erhaltenden Prozesse gerichtet – ergibt sich ganz überregional, europäisch, wenn man von David Byrne, dem Europäischen Kommissar für Gesundheit und Verbraucherschutz das Papier „Gesundheit für alle ermöglichen“, das er im Juli 2004 an die großen

Institutionen im Gesundheitswesen in ganz Europa zum Kommentar verschickt hat. Er beginnt seine Einleitung mit den Sätzen:

„Gesundheit ist der Zustand körperlichen und geistigen Wohlbefindens – Voraussetzung für ein erfülltes und schaffensreiches Leben. Gesundheit ist auch eine wesentliche Komponente der modernen Wohlstandsgesellschaft, ein Eckfeiler des wirtschaftlichen Erfolgs eines Landes und ein in allen europäischen Demokratien verankerter Grundwert.“

Damit wird schon im zweiten Satz deutlich, wie die Gesundheit der Europäer hier vorrangig im Zusammenhang mit der wirtschaftlichen Erfolgsentwicklung eines Landes im Zusammenhang gesehen werden soll. So begrüßenswert es ist, in Zukunft die Gesundheitsförderung gegenüber der Krankheitsorientierung bei der Entwicklung der Gesundheitspolitik in den Blick zu nehmen, so wenig sachdienlich ist ihre Instrumentalisierung im Hinblick auf einen wirtschaftlichen Nutzen. Ja, Byrne geht soweit, dass eine Propagierung der Gesundheitsthematik an erster Stelle in der Lage sein könnte, das leidige, abstrakte Thema Europa dem Bürger endlich näher zu bringen:

„In dem wir die EU-Politik immer mehr in den Dienst der Gesundheit stellen, bringen wir Europa dem Bürger näher und ermöglichen ihm, ein längeres, glücklicheres und produktiveres Leben zu führen.“

Langfristige Investitionen in die Prävention sollen zu Einsparungen künftiger Behandlungskosten führen - und es mündet schließlich in regelrechte „Schöne neue Welt“-Perspektive:

„In der zukünftigen europäischen Union stehen Politik, Geld und moderne Technologien im Dienste der Gesundheit. Die Bürger leben länger, glücklicher und erfüllter.“

Kein Hinweis auf die Forschungsergebnisse zur Gesundheitsbildung z.B. von Aron Antonowski, der darauf hinwies, dass von zentraler Bedeutung das Kohärenzgefühl, das Gefühl vom inneren Zusammenhalt mit der Welt ist – Sie erinnern sich: das Leben finden!. Sondern statt dessen - nicht nur national, sondern jetzt auch immer mehr im europäischen Maßstab - die Gesundheit als Produktivkraft einbinden in wirtschaftliches Wachstum. Man kann es schon jetzt voraussagen: Die Gesundheit wird weiter verloren gehen, wenn noch mehr als bisher die politischen Weichenstellungen bei den Gestaltungen der Lebensbedingungen zunehmend von wirtschaftsfördernden Gesichtspunkten bestimmt werden: Es mehren sich z.B. Zivilisationskrankheiten, Depression, Sucht.

(Foto "Focus" China)

Ein schon existierendes Beispiel für Byrne's schöne neue Welt fand ich allerdings kürzlich im Focus vom August 2004, „Kollektive Paradiese – Kommunismus und Kapitalismus clever verbinden, Wohlstand für alle“. Das Einfamilienhaus für jeden Stammbewohner, mindestens ein Auto, eine eigene Textilindustrie, eine eigene Zigaretten- und eine eigene Schnapsmarke - das sind die Errungenschaften des reichsten chinesischen Dorfes. Hier hat sich der Konsum als höchste westliche Errungenschaft sehr effektiv etabliert. Vielleicht kann Europa auch noch soweit kommen?

Was für ein Menschenbild, was für ein Lebensbild, was für ein Gesellschaftsbild drückt sich hier aus? Wie oberflächlich, schönfärberisch, süßlich wird hier über die dramatischen Inhalte moderner Biographien hinweg gegangen! Das Leben ist kein Zuckerschlecken! Das war es nie und wird es nie

sein. Es stünde einer modernen Europapolitik gut an, sich dieser Sichtweise zu stellen: Es ist ein Ringen um Autonomie, von Krisen durchsetzt, es entfaltet und entwickelt sich in der Auseinandersetzung nicht nur mit Erfolg und Erfüllung, sondern auch mit Krankheit, Trennung, mit Mangel und Verlust, Entbehrung und Verzicht. Jeder Einzelne ist vor diesem Hintergrund heute mit der Frage nach *seinem* Leben, nach *seiner* Gesundheit konfrontiert. Und das ist die zweite einleitende Hypothese: die Frage nach dem *eigenen* Leben ist die Frage nach Sinn und Sinnlichkeit. Wie kann ich mich individuell diesen *beiden* Herausforderungen stellen?

Wenn wir uns nun zunächst dem Komplex „Sinn“ zuwenden, so betreten wir sehr unsicheren Boden. Wie geht es Ihnen damit? Berührungssängste können sich bemerkbar machen, denn wer sagt, dass wir in der Auseinandersetzung mit diesem Prinzip „Sinn“ nicht abstürzen, die Frage nach dem Sinn all meiner Bemühungen, nach dem Sinn meiner Tätigkeiten, nach dem Sinn meines Lebens? Um dies zu umgehen, wollen wir uns wie von außen uns den Fragen nähern.

(Notizzettel)

Was heißt das bloß? Ich weiß es selber nicht, ich habe diesen Zettel in Eile geschrieben, um mich an etwas zu erinnern, er lag auf meinem Schreibtisch, ich habe ihn wiedergefunden - und weiß nicht mehr, was ich gemeint habe. Der „Sinn“ von etwas, z.B. von Schriftzeichen, ein „Zeichen für...“, Sinn als Bedeutung. Das japanische Schriftzeichen für hito – Mensch – sieht so aus

(Schriftzeichen „hito“)

und es wurde mir erklärt: Ein Mensch alleine kann nicht stehen, darum braucht er immer einen Zweiten, der ihn stützt. Sprache transportiert Sinn, Sprache trägt Sinn. (Heißt das aber nun auch: kein Sinn ohne Sprache? Oder auch: keine Sprache ohne Sinn?)

Ein anderer Ansatz: die Gießkanne, der Arbeitshandschuh, der S-Haken. Sie sehen sofort, worauf es hinausläuft - *sinnvolle* Gegenstände. Wir können schon nur bei kurzem Hinschauen die Funktion erkennen, ihren Nutzen erkennen, der „Sinn“ zeigt sich in der Anwendung. Ein Hauptteil dessen, was wir Kultur nennen, ist in diesem Sinne gestaltet: Schauen Sie sich in diesem Raum um: Vorhänge, Fußböden, Tische, Stühle, Lampen, unsere Kleidung - alles „funktioniert“ und hat darin seinen „Sinn“.

Was unternehmen wir, um die Sinnebene der Dinge aufzusuchen, um die Gegenstände wie Schriftzeichen „zu lesen“? Beim Blick auf den S-Haken konnte man sehen, dass Sie etwas länger gebraucht haben, um seine Funktion zu erfassen. Und wenn es Ihnen gelungen ist, sich selber bei diesem Prozess zu beobachten, dann konnten Sie vielleicht folgendes bemerken: Zunächst wendet man sich mit seinen offenen Sinnen - primär mit den Augen - der Aufnahme von Farben und Formen zu. Zu denen sich dann blitzschnell Begriffe im Bewusstsein hinzugesellen: Metall, Tragkraft, Hängen - und es stellt sich das Gefühl des Verstehens ein. Und wir gehen zum Nächsten. Und zum Nächsten. Mit diesem blitzartigen Wechsel von sinnlicher Wahrnehmung und begrifflicher Kommentierung und Durchdringung, womit gleichzeitig eine Beruhigung, eine Bändigung des Wahrgenommenen stattfindet, sind wir die meiste Zeit des Tages, in unserem sogenannten Alltagsbewusstsein beschäftigt - rastlos.

Wir werden auf diesen Prozess im Alltagsbewusstsein selbst nicht aufmerksam, sondern wir nutzen nur

seine Ergebnisse, in dem wir unsere Erfahrungen inventarisieren, von einer zur nächsten gehen, immer, um Bekanntes wiederzuentdecken, die Wahrnehmung auf das abzuklopfen, was wir schon kennen und damit Neues sogleich zu entschärfen.

Diese Art Blick ist üblich - und wie ein Gefängnis: die Dinge der Welt und des Lebens auf ihre Funktionalität, auf ihren Werkzeugcharakter, auf ihren Nutzen abzuklopfen, zu taxieren. Und er ist egozentrisch: Nutzen für mich. Er hat dazu geführt, dass der Mensch sich die Erde untertan machen konnte, dass er in der Lage war, die Zivilisation hervorzubringen, mit allen ihren Errungenschaften und Sackgassen. Dies ist eben die Gegenstandswelt, in der das Leben verlorengegangen ist, in der wir uns merkwürdig fremd fühlen, in der nur eine Art Gerüst wie ein Skelett übriggeblieben ist.

Wie können wir hier heraus? Wie kommen wir weiter? Die Erfahrung mit dem Notizzettel hilft uns weiter: Eine Instanz in uns sucht ständig nach Sinn, nach Bedeutung wie nach einem „Grund“ für das, was sichtbar wird. Es wird darum gehen, dass wir auf die Vorgänge in unserem Bewusstsein aufmerksam werden, dass wir das „Auftauchen“ der Begriffe bemerken. Wenn Sie diesen Vorgang aufmerksam beobachten lernen, werden Sie feststellen, dass Sie sich selbst im Wahrnehmen vergessen, dass Sie bei Ihrem Objekt irgendwie ankommen, dass dieses Ankommen dazu führt, dass Begriffe, Ideen auftauchen, dass Verständnisgefühl, ein Evidenzerlebnis. Es danach im Bewusstsein irgendwie heller geworden, es ist „einleuchtend“ - und Sie sind wieder bei sich. Wo und wie findet das Evidenzerlebnis statt, in dem der Beobachter mit seinem Gegenstand im Betrachten wie verschmilzt? Wie kann das Bewusstsein die Form von Wahrnehmungseindrücken, Farben, Konturen, Mustern, dann aber - indem ich diese Eindrücke schon so benenne - gleichzeitig die Form von Gedanken und Begriffen annehmen? Schauen Sie auf diese Orchidee. Ein Blütenballet, die Gesichter einer Familie – was kommt Ihnen? Der dunkelgrüne Blattboden, der sich daraus erhebende schlanke Spross und dann dieses mehrzeilige Blütengedicht... Hier unten tut sich in diesem braunen knöchigen Gewirr der Wurzeln noch eine andere Welt auf. Können wir sie „lesen“, wenn wir sie so beschreiben? Hat sie im Sinne der Schriftzeichen – haben Sie bemerkt: „im Sinne;“ - im Sinne der Schriftzeichen eine Bedeutung? Hat sie einen „Sinn“? Oder hat sie „im Sinne“ der Gegenstände eine Funktion, einen Nutzen? Wenn man von meiner Position hier die Art und Weise beobachtet, wie Sie diese Pflanze betrachten, kann man sofort eine andere Stimmung bemerken: zögerlicher, etwas unsicherer, behutsamer, ganz so, als ob man das Gegenüber zunächst fragen müsste: „Wer bist Du;“, um sich dann etwas erzählen zu lassen. Natürlich kommen Begriffe wie „Pflanze, Orchidee, Symetrie“ oder eben meine eben genannten wie „Blütenballet?“ Aber trifft das die gemeinte Ebene schon? Oder verrät diese Begriffswahl mehr über mich als über die Orchidee?

So wie wir beim „Lesen“ der Alltagsgegenstände auf ihren „Sinn“ kommen, wenn wir sie innerlich in Funktion versetzen, so nähern wir uns dieser Ebene bei den Pflanzen und den anderen Lebewesen, wenn wir uns ihre Entwicklung und ihre „Verhalten“ innerlich vergegenwärtigen. Wenn wir unser Bewusstsein beeindruckt, formen lassen, in Gestalt bringen lassen nicht von unseren selbstbezogenen Intentionen - also erst mal *alle* Begriffe zurückhalten - sondern von den Prozessen und

Wachstumskräften, die die Pflanze selbst hervorgebracht haben.

Dies ist eine sehr anspruchsvolle Aufgabe. Wir können zunächst versuchen, diesen „Blick ohne Begriffe“, dieses „sich formen lassen von der Wahrnehmung“ an organischer Strukturen und Gebilden, an einigen „Souvenirs“ zu üben, die ich aus meinem Sommerurlaub in Portugal mitgebracht habe. Ein Stück Schädel skelett eines kleinen Ziegenkopfes mit seinen Hörnerstümpfen, die sternige Distel mit ihren kleinen gelben Blüten, die harte Mandel, der Muschelkalk, der „umfunktioniert(!)“ in die Vogelkäfige gehängt wird, damit die Vögel ihre Schnäbel wetzen können. Wenn Sie sich sinnlich von diesen Kleinigkeiten berühren lassen, ohne sie - wie ich es gerade getan habe - sofort zu benennen, zu archivieren, zu katalogisieren, kann sein, dass Sie in eine Begegnung mit der Trockenheit, der Hitze und der Härte der Region kommen, woher sie stammen. Zunächst geht es aber immer darum, die Begriffsbildung und das Denken still zu halten und im Schauen zu bleiben.

Dies fällt uns beim Sehen wirklich schwer. Etwas leichter ist es vielleicht beim Hören. Wenn Sie die Augen schließen und hören, was um Sie herum ist, jetzt und hier, werden Sie auch hier bemerken, dass es eine Instanz in Ihnen gibt, die sofort jedes Geräusch „identifizieren“ will. Lassen Sie uns das mit ein paar Kieselsteinen spielerisch überprüfen. Jeder nimmt einen kleinen und einen großen Stein. Sie kommen nicht aus Portugal, sondern aus meinem Garten. Untersuchen Sie sie mit Ihren Fingern, tasten Sie die Oberflächen, reiben Sie sie aneinander, welche Geräusche Sie an den verschiedenen Kanten und Flächen erzeugen können. Schaben, Klicken, Ratschen...

(Es folgt das „Kiesel-Konzert“).

Haben Sie „gehört“? Hat das Hören uns einen neuen anderen Begriff vom „Stein“ verschafft? Ist das Wesen des Steins uns durch eine vertiefte Sinnlichkeit näher gekommen?

Schauen Sie bitte noch einmal auf die Pflanze – hat das vertiefte Hören ein neues Sehen mit sich gebracht? Kommen jetzt andere Begriffe „in den Sinn“? Oder *sehen* wir sie anders? Gehen wir in den Sinneseindrücken noch etwas weiter: Tasten Sie bitte den Stoff Ihrer Jacken und Pullover, Ihrer Hosen und Hemden, tasten Sie Ihre Haut und Ihre Haare. Wenn Sie guten Mutes sind, bitten Sie Ihren Nachbarn, ob er Sie auch einmal fühlen lässt, die Stoffe, die Haare, die Haut. Dann riechen Sie an Ihrer linken Hand, riechen Sie an Ihrer rechten Hand, an Handflächen und Handrücken. Und wiederum: vielleicht lässt Ihr Nachbar Sie sogar an sich riechen?! Die Begriffe, die durch das Tasten angeregt werden und die Begriffe, die durch das Riechen angeregt werden, kommen von tiefer, von weiter weg. Wir können sie vielleicht etwas leichter oder länger zurückhalten und im reinen Wahrnehmen verweilen; möglicherweise lassen sich aber zum Beispiel konkrete Geruchserinnerungen kaum zurückdrängen! Und schauen Sie wieder auf die Orchidee und versuchen Sie mit der gleichen Gestik, mit der Sie an der Hand Ihrer Nachbarin geschnuppert haben, die Orchidee anzuschauen. Hat sich der Begriff von der Pflanze, von der Orchidee - vielleicht weiß einer sogar den korrekten botanischen Namen ihrer Familie? - hat sich der Begriff erweitert, vertieft?

Woher kommen die Begriffe? Wenn wir Zeit hätten, diese Übungswege sinnlicher Wahrnehmung ausführlicher miteinander gehen zu können – dies ist alles nur exemplarisch und braucht mehr

Übungszeit - so würden Sie vermutlich den Eindruck gewinnen, dass Sie sich innerlich Ihrem Gegenüber - der Orchidee - immer mehr annähern. Und dieses zunehmende Annäherungserlebnis kann Sie dann zu dem Eindruck führen: die Begriffe kommen aus der Sache selber. Sie verrät sich in ihrer Erscheinung, die wir nur durch die Sinne aufnehmen können, sie spricht sich aus. Sie gibt ihr Geheimnis preis, aber nur wenn man sich ihr angemessen nähert, staunend, fragend, die eigene Willkür beherrschend, sonst bleibt man an „Namen“ hängen. Die Kräfte, aus denen sich diese Pflanze physisch gebildet hat, diese „Naturkräfte“ können auch die „Bilder“ in meinem Bewusstsein hervorbringen, bis zu Begriffen und Ideen.

Dieses Erkennen ist ein anderes Erkennen als das vorher genannte „Inventarisieren“ in unserem Alltagsbewusstsein, wie der Philosoph Georg Kühlewind es nennt. Es ist in seiner Terminologie ein „erkennendes Fühlen“. Oder wie Goethe es genannt hat: „die anschauende Urteilskraft“.

Ein plastisches Beispiel für diese anschauende Urteilskraft ist Goethes Entwicklung der „Urpflanze“. Aus der jahrzehntelangen Beobachtung der verschiedensten Pflanzenformen unter ihren unterschiedlichen Lebensbedingungen erschaute er auf seiner Italienreise den allgemeinen „Typus der Pflanze“, der jeder Pflanze zugrunde liegt, der sich in vielfältiger Weise verwandeln, metamorphosieren kann und der sich in ihrer Entwicklung offenbart. Er hat dies in seinem Buch „Die Metamorphose der Pflanze“ zusammengefasst. Ein anderes Beispiel kann sich aus unserer Begegnung mit den Kieselsteinen ergeben, das klingende Härteerlebnis, der Prozess, der das Lebendige in die Kristallisation führt: Dieser Prozess, den wir sowohl in der Knochenbildung als auch in den Vorgängen in der Erdkrustenbildung finden, wurde von den Alchemisten der Salzprozess genannt, die Salzbildung – ein Prinzip, das in jedem Stein enthalten ist. Ein in dieser Richtung geschulter Blick kann einem Arzt die Möglichkeit eröffnen, in der Begegnung mit der Natur und ihren Substanzen Hinweise auf ihre Heilwirkung zu finden.

Daraus ergibt sich eine ganz andere Erfahrung im Umgang mit Begriffen und Ideen, die nicht aufzufassen sind als etwas, was der Welt „an sich“ vom Menschen hinzugefügt wird als eine mehr oder weniger willkürliche Verabredung, die nur der Kommunikation dient und der Sache selber immer äußerlich bleibt. Wir würden uns in der landläufigen Auffassung zwar damit über die Welt verständigen können, aber gleichermaßen dadurch auch immer von ihr getrennt bleiben. So sieht es die naturwissenschaftliche Erkenntnistheorie mit Rückgriff auf Kant. Demgegenüber erweisen sich die auf die eben geschilderte Art gefundenen Begriffe und Ideen als aus dem Wesen der Sache selbst entspringend.

Sinn - Wesen - Denken - Geist - die Leere - Freiheit
Sinnlichkeit - Erscheinung - Wahrnehmung - Körper - die Fülle - Liebe

So zeigt sich uns die Welt als Sinn, den wir über das Denken erfassen können und als Sinnlichkeit in der Wahrnehmung. Wo bin ich in diesem Prozess?

Um diese Frage noch genauer zu untersuchen, wollen wir noch ein anderes Feld betreten. Wir nehmen nicht die Gegenstände und ihre Funktion, nicht die Pflanzen und ihre Entwicklung als Anlass, sondern

blicken auf die Kunst.

(Bild August Macke)

Vielleicht kennen Sie dieses Bild von August Macke, „Die Dame vor dem Hutladen“. Ich bin in Essen aufgewachsen. Dort, im Folkwang-Museum, hängt dieses Bild im Original, und meine Mutter hatte davon einen Druck im Wohnzimmer hängen. Es ist mir also seit frühen Jahren bekannt und vertraut, ein Stück Zuhause, das es dort jetzt nicht mehr gibt. Vielleicht kann ich mich auf diese Art und Weise dankbar erweisen!

Stellen wir wieder die Frage: Können wir das Bild „lesen“? Wo ist „Bedeutung“? Wo ist „Sinn“? Welche Rolle spielt der Name oder der Titel? Was ist überhaupt „ein Bild“ im Hinblick auf den Aspekt „Sinn“? Ist ein Bild auch ein Zeichen?

Ich möchte Ihnen einige Vorschläge machen, um sich diesem Bild zu nähern. Wo sehen Sie die Region maximaler Helligkeit, wo ist das meiste Licht? Wie gliedert sich der Raum beziehungsweise die Fläche, wenn Sie alle Rot-Töne zusammen anschauen? Welches Muster entsteht, wenn Sie alle Gelb-Orange-Töne anschauen? Welcher Rhythmus entsteht, wenn Sie alle Grün-Töne zusammenfassen? Und welches Bild entsteht, wenn Sie nur Blau-Grau sehen? Verschiedene Bilder! Beim Gesamtbild sind verschiedene Farbgliederungen ineinander verschränkt. In welchem Verhältnis steht der Kopf der Frau zu der Fluchtpunktperspektive der Hauswand und der Straße? Auf einer Höhe! Wie fokussiert.

Da es trotz Expressionismus ein gegenständliches Bild ist - wie ist die Story? Wenn man die Haltung der Frau betrachtet, ihr Körper mehr in Strassenrichtung, dann aber die Neigung ihres Kopfes zum Schaufenster, kann man den Eindruck gewinnen, sie schaut gar nicht wirklich die Hüte an. Sie träumt. Sie schaut wie durch die Hüte hindurch. Und dann fällt auf, wie ihr Spielbein etwas sehr auffällig aufgestellt ist - fast als ob sie posiert? Und mit diesem Gedanken fällt der Blick auf die nur mit dem Rücken erkennbare, angeschnittene Männergestalt am linken Bildrand - als ob sie gesehen werden will, als ob sie sich für ihn hinstellt, abgewendet, zugewendet...

Ist das „zulässig“, kommen wir auf diese Art und Weise dem „Sinn“ näher, der Bedeutung, dem „Bild“? Durch die beispielhaft genannten verschiedenartigen Annäherungen kann das Bild „entstehen“, „ein Bild für...“ im Sinne von „ein Zeichen für...“, eine komplexe Geschichte. Nicht ein knapper Begriff wie „Haken“, sondern mit einem vielschichtigen Eigenleben, wie das der Pflanze, das sich erst im Dialog mit dem Betrachter entfaltet.

Die Kunst ist eine eigene Welt, eine neue Welt, nicht nur „Abbild“ der Welt. Durch diese Neuschöpfungen fehlen zunächst die für sie angemessenen Begriffe, um sich ihr zu nähern. Und gerade dies schafft einen Freiraum in der sonst durch und durch an der Funktionalität orientierten Umwelt für ein offenes Erlebnis. Gerade die abstrakte Kunst rührt an vorsprachliche (Be)deutungs- und Sinnregionen, die (noch) in Bewegung sind und bleiben wollen, die sich in der Begegnung entfalten und die der Betrachter bzw. Zuhörer selber vervollständigen, „fertig-schöpfen“, „weiter-schöpfen“ kann. Dies erfordert bzw. ermöglicht allerdings eine um ein hohes Maß gesteigerte Eigenaktivität. Und dies ist ein lebendigs Beispiel für meine erste Hypothese: die Verbindung von Sinn und Sinnlichkeit.

Als ich an dieser Stelle der Vorbereitung meines Vortrages vor einigen Tagen am Schreibtisch saß, kam Peter, unser alter Kater: weiß-gelb getigert, mager, ein Asket, in der letzten Zeit schont er die vordere linke Pfote. Er klettert, wenn er in mein Zimmer kommt und ich am Schreibtisch sitze, dann regelmäßig über einen kleinen Schrank auf meinen Schreibtisch, setzt sich – ganz gleich was da ausgebreitet ist – mitten auf meine Papiere und beginnt meist zu schnurren. Er hockt sich nah an die heiße Halogenlampe, so dass ich immer um seine Barthaare bange. Er will gestreichelt werden, und wenn ich ihn streichle, und er ist gut drauf - kann sein, dass er mir zweimal über die Hand leckt – und alles ist gut.

Der Sinn des Menschen - seine Katze streicheln, einen Vortrag vorbereiten, und was noch alles Der Sinn des Menschen ist, alles werden zu können. Bei der bisherigen Betrachtung unseres Bewusstseins haben wir bemerkt, wie Begriffe „auftauchen“, wie sich unser Bewusstsein formen kann: zu Sinneseindrücken, zu Erinnerungen, zu Zukunftssorgen, zu Ideen... Dieses, was alles werden kann, die noch ungeformte, „reine“ Aufmerksamkeit, aus der alles entstehen kann, was uns bewusst wird, ist unser geistiger Grund, offen, beweglich, gestaltbar. In diesem Sinne ist der Mensch, wenn er sein Selbst erfährt, frei, denn er kann alles werden. Er ist „kindlich“, d.h. unfertig und unausgewachsen, aber nicht im Sinne eines Mangels, sondern keimhaft, potentiell, unbestimmt. Diese offene Sphäre – die „Leere“ - ist die Voraussetzung dafür, dass er sich selber seinen Sinn geben kann. Das Urmotiv für die menschliche Würde: Keinen Nutzen zu haben, sondern die Freiheit, sich selber seinen Sinn zu geben. Alles andere, was wir vermeintlich als unser Ich erleben, entstammt unseren „Hüllen“, sind Eigenschaften, die durch die Vererbung, durch die Umwelt, durch das Karma mit uns in Verbindung stehen. Wahres Selbstbewusstsein hat nichts zu tun mit der Autosuggestion von „ich bin stark“ oder „ich bin schön“, sondern ist das Erlebnis der „Leere“, des „Nichts“, der „Reinheit“ als dem Grund unseres Selbst.

Sie bemerken, wie wir auf der Suche nach dem Sinn, der sich durch die Sinnlichkeit vermittelt, in die Region der reinen Aufmerksamkeit als unserer „Grundsubstanz“ gelangt sind. Das ist, was Geist ist. Selbstbewusstsein bedeutet, hiervon zu wissen, und dieses Wissen ist Licht, ist Erhellung.

Wenn wir noch einmal zurückblicken auf die Stufen unserer Betrachtung, so haben wir auf der Ebene der Gegenstände und des Körpers in der Begegnung mit der Welt in unserem Bewusstsein Wahrnehmungen und Begriffe gefunden. Und wenn man die Wahrnehmung vertiefen lernt und die oberflächlichen, alltäglichen Begriffe zurückhält, können wir zu Begriffen kommen, die verwandt sind, z.B. mit dem genannten Goethe'schen Begriff der Urpflanze. Es kann nicht darum gehen, das Denken zu verurteilen, verantwortlich zu machen für die Katastrophen der Zivilisation – wir müssen allerdings lebensgemäße Ideen und Begriffe finden.

Was bedeutet dieses im Bereich der Psyche, im Sozialen? Zunächst in der Wahrnehmung bleiben, Urteile vermeiden, unvoreingenommen in die Begegnung gehen, nicht über zuviel Vorstellungen, Projektionen zu „Vor-urteilen“ kommen.

Und was bedeutet es auf der Ebene des Geistigen? Der Umgang mit der Kunst und die Wege der Meditation. Ich habe den Eindruck gewonnen, dass derjenige, der sich den Herausforderungen eines

selbst gestalteten autonomen Lebens, das uns von der Anlage ermöglicht ist, stellen will, eine geistige Schulung, einen Übungsweg im Bewusstsein mit der Schulung der Aufmerksamkeit gehen muss. Wenn Sie unser Therapeutikumsprogramm anschauen, werden Sie hierzu einige Übungen und Kurse finden.

Wenn man sich auf diesen Weg begibt, kann sein, dass dann die anfangs häufig erlebte Isolation, die Trennung von der Welt sich langsam verwandelt durch das Auftauchen der Welt in den Ideen in unserem Inneren, dadurch, dass wir uns in sie jeweils hineinverwandeln. Ein größeres Zusammenhangsgefühl mit der Welt als Selbsterfahrung entsteht. Dies ist das anfangs genannte „Kohärenzgefühl“ von Antonovsky. Wir können sagen, dass ein Aspekt des Sinns im Menschenleben die schon dargestellte innere Freiheit, Offenheit ist. Dies müssen wir in der Grafik noch ergänzen.

Etwas fehlt aber noch: der Mensch wird Mensch, wenn er sich mit allen Dingen identifizieren kann. Was geschieht, wenn er sich mit einem anderen Menschen identifiziert? Es ist das Höchste - die Liebe. Die innere Offenheit, die Unbestimmtheit, die einer anderen Offenheit, Unbestimmtheit begegnet, erlebt „es selbst“ noch einmal neu, erweitert, gesteigert.

Dies hat Christian Morgenstern in einem Gedicht schlicht formuliert:

*Ich habe den Menschen gesehn in seiner tiefsten Gestalt,
ich kenne die Welt bis auf den Grundgehalt.
Ich weiß, dass Liebe, Liebe ihr tiefster Sinn
und dass ich da, um immer mehr zu lieben, bin.*

Damit Sie aber sehen, dass auch Morgenstern eine ganz weltliche Seite hatte und dass wir uns zum Schluss wieder etwas mehr auf die sinnliche Seite der Fragestellung bewegen können, noch anderes Gedicht von ihm:

Das ästhetische Wiesel

*Ein Wiesel
saß auf einem Kiesel
inmitten Bachgeriesel.*

*Wisst ihr
weshalb?
Das Mondkalb
verriet es mir
im Stillen:*

*Das raffinierte Tier
tat's um des Reimes willen.*

8