

Kongressthema: Wissenschaft und Spiritualität – neue Perspektiven für die Erziehung

Vortrag Heinrich Dauber:

Erziehung – Therapie – Spiritualität: Übergänge und Grenzflächen

Freiburg 29. Juli 2007

Einleitung

Erziehung

Ziel und Chance pädagogischer Arbeit ist, die Fülle der Möglichkeiten des Mensch-Seins zu eröffnen und gleichzeitig Realitätstüchtigkeit in der herrschenden Gesellschaft zu trainieren. Dieser Prozess ist zwischen den Generationen – phasenweise – notwendig konflikthaft und pendelt zwischen dem Streben nach Autonomie und Verbundenheit für die nachwachsende, Selbstbehauptung und Selbsthingabe für die ‚erzogene‘ Generation.

Mit Erziehung sind im Sozialisationsprozess unvermeidlich kulturelle und soziale Konditionierungen verbunden, die unsere Wahrnehmung, unsere Wertmaßstäbe und unsere Selbstkonzepte, damit unser Handeln prägen und beschränken. In der Tradition der Humanistischen Pädagogik erfordert dies einen fortwährenden, altersgemäßen Dialog, in dem sich im besten Fall Erziehung in Selbsterziehung verwandelt.

Beispiel: Pubertät in verschiedenen Jahrhunderten (Hermann Hesse: Brief an die Eltern aus der Psychiatrie/HipHop aus dem Knast)

Therapie

Ziel und Chance therapeutischer Arbeit ist, verkrustete Konditionierungen aus der Kindheit/ Jugendzeit und deren sozialen und kulturell-religiösen Kontexten bewusst zu machen, zu verflüssigen und damit neue kognitive und emotionale Orientierungen und Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen. Integrale Therapie kann öffnen für weitere Horizonte transpersonaler Erfahrung.

Beispiel: Paartherapie

Meditation als spirituelle Praxis

Aufgabe und Chance meditativer Praxis als einer Form von Spiritualität ist, die eigenen Begrenztheiten und Beschränkungen in einem größeren, übergreifenden Zusammenhang einzubetten, aufzufangen und ‚auf-zu-heben‘, ohne dies als Lernziel anzustreben. Dabei kommt es weniger auf die Glaubensinhalte und die damit verbundenen religiösen Riten als auf Rituale an, die persönliche Erfahrungen ermöglichen, sich dem zu öffnen, was ist und sich uns zeigt: ‚Was will das Leben von mir? Wie antworte ich darauf? Welches Handeln ergibt sich daraus?‘ Unsere alten Prägungen und Muster erweisen sich weithin als Illusionen, die wir loslassen können.

Dies ist – im Kontext unserer (europäischen) kulturellen Tradition – insbesondere in Formen meditativer, dialogischer Selbstreflexion möglich.

Beispiel: Unterscheidung zwischen religiösen Riten und spirituellen Ritualen

Neurobiologie und Schulung des Bewusstseins

Die moderne Neurobiologie bestätigt die Plastizität und Flexibilität des Gehirns.

Die moderne Bewusstseinsforschung eröffnet die Möglichkeit, verschiedene Bewusstseinszustände zu unterscheiden und damit zu arbeiten: Kunstfertigkeit in beruflichen und alltagspraktischen Zusammenhängen, Mit-Gefühl in der Begegnung und Schaffung ‚weiterer‘ innerer und äußerer Räume zur Erfahrung eines ‚partizipierenden‘ Bewusstseins (Bohm).

Beispiel: Kompetenztraining in psycho-sozialen Berufen (Belschner)

Die Erde als unsere Heimat

Eine ‚neue Ethik für unsere Zeit‘ (Dalai Lama) ist aus Gründen der Erhaltung von Lebensmöglichkeiten und Lebensräumen für die Vielfalt irdischer Lebensformen, im Blick auf die Bewahrung des Friedens und weltweite soziale Gerechtigkeit notwendig. Eine solche Ethik bedarf keiner übergreifenden Kanonisierung (‚Weltethos‘), sondern ist in verschiedenen religiösen/ spirituellen Traditionen verwurzelt und gründet in der freien Entscheidung des Einzelnen, einander in größter Achtsamkeit und Präsenz, reinen Herzens, ohne Absicht und Zweck, im gegenwärtigen Augenblick zu begegnen (Illich), und dabei die langfristigen Folgen unseres Verhaltens zu bedenken und im Blick auf kommende Generationen zu begrenzen.

Die Öffnung für das, was über uns hinausgeht, den ‚Himmel‘, und die Verankerung in dem, was uns angeht, die ‚Erde‘, sind untrennbar miteinander verbunden.

Beispiel: Erdcharta

Übergänge und Grenzflächen

Erziehung kann einerseits Möglichkeiten autonomer und gemeinschaftlicher Identitätsbildung eröffnen und begrenzt diese andererseits im jeweiligen sozialen, kulturellen und ökonomischen Kontext.

Therapie kann verkrustete Muster und Strukturen bewusst machen, verflüssigen und empathische Begleitung in krisenhaften Übergängen anbieten, bedarf aber einer ‚integrativen Haltung‘, um nicht selbst wiederum in den jeweiligen therapeutischen Menschenbildern und Konzepten befangen zu bleiben.

Meditation kann diese Konzepte in einer höheren Ordnung/ einem weiteren Feld ‚auf-heben‘, indem sie Ich-gebundene Konzepte relativiert und mit dem größeren Ganzen verbindet.

In allen drei Praxisfeldern geht es um achtsames Verhalten im Alltag, um einfühlsame Begegnung mit anderen Menschen, der natürlichen (Um-)Welt und sich selbst und letztendlich um die Überschreitung ich-fixierter Konzepte und Haltungen. Es ist an der Zeit, dafür auch in unseren pädagogischen Institutionen innere und äußere Räume zu schaffen.

Einleitung

„Glaube nicht an die Macht von Traditionen, auch wenn sie über viele Generationen hinweg und an vielen Orten in Ehren gehalten werden. Glaube an nichts, nur weil viele Leute davon sprechen. Glaube nicht an die Weisheiten aus alter Zeit. Glaube nicht, dass deine eigenen Vorstellungen dir von einem Gott eingegeben wurden. Glaube nichts, was nur auf der Autorität deiner Lehrer oder Priester basiert.

Glaube das, was du durch Nachforschungen selbst geprüft und für richtig befunden hast und was gut ist für dich und andere.“¹

Gautama Buddha

Dem Dalai Lama ist zu danken, dass er diesen Kongress angeregt und ihm sein Thema gegeben hat; der Universität, dass sie sich auf die Frage nach dem Verhältnis von Wissenschaft und Spiritualität eingelassen hat; der Vorbereitungsgruppe, dass wir uns hier versammeln können, um über neue Perspektiven für die Erziehung nachzudenken.

Ich sehe dies als hoffnungsvolle Zeichen für einen öffentlichen Bewusstseinswandel, auf den nicht wenige von uns seit langem warten und hinarbeiten.²

Angesichts der – für mich – nicht überschaubaren wissenschaftlichen und spirituellen Literatur zum Thema habe ich mich – mit inneren Vorbehalten – entschlossen, keinen abstrakten, prinzipiellen Überblick zu versuchen, sondern meinen Gedankengang auch an praktischen Erfahrungen zu verdeutlichen. Ich lade Sie deshalb ausdrücklich ein, die vorgetragenen Gedanken auf dem Hintergrund Ihrer eigenen Erfahrungen und Überlegungen kritisch zu prüfen.

Mit diesem Versuch, Erziehung, Therapie und Spiritualität auf mögliche Übergänge und Grenzflächen zu befragen, wende ich mich an Pädagogen, Therapeuten und Praktiker einer religiösen oder spirituellen Tradition und setze mich damit auch mit verschiedenen Wurzeln meines eigenen Denkens und Lebens auseinander.

In dem schwäbischen Pfarrhaus, in dem ich aufgewachsen bin, haben wir schon als kleine Kinder vor dem Einschlafen gebetet: „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln...“ (Psalm 23). Diese erste geistige/geistliche Nahrung hat meine Kindheit und Jugend geprägt, aber mit ihren pietistischen Erziehungsmethoden auch vergiftet.^{3/4} Erst Jahrzehnte später konnte ich mich wieder ‚un-befangen‘ spirituellen Fragen und meinen eigenen religiösen Wurzeln zuwenden.

Viele Traditionen und Riten aus unserem abendländischen Kontext sind heute verloren gegangen oder uns fremd geworden. Damit stehen wir vor der Herausforderung, neue Ri-

¹ Gautama Buddha/ Kalama Sutta, zitiert nach: Dalai Lama, Tensin Gyatso, der XIV. u.a.: Wege zur universellen Verantwortung. Aus Tushita 2. Nach mündlichen Übermittlungen der Tibetanischen Tradition. Übersetzt von Michael Hellbach. Rheinberg, 1981, S. 3

² Die m.W. erste erziehungswissenschaftliche Dissertation zum Thema liegt schon 17 Jahre zurück und ist in der Zwischenzeit vergriffen. Vgl. Josef Keuffer, Buddhismus und Erziehung. Eine interkulturelle Studie zu Tibet aus erziehungswissenschaftlicher Sicht, Münster/New York, (Waxmann Verlag) 1991. (Keuffer diskutiert vor allem den tibetischen Buddhismus in einem interkulturellen Kontext und kommt in seiner Untersuchung zu einer fruchtbaren komplementären Ergänzung westlicher und östlicher Traditionen.) vgl. auch: Björn-Peter Paetow, Nicht-Identität als Bezugspunkt von Bildungsprozessen. Eine interkulturelle Studie zum (Mayana-) Buddhismus aus erziehungswissenschaftlicher Sicht; Dissertation Universität Bielefeld 2004.

³ Vgl. Bernt Armbruster/ Heinrich Dauber/ Herbert Stubenrauch, „dass wir das noch erleben durften...“. Pietistische Kindheiten in den 50er Jahren – Gespräche und Erinnerungen, Berlin (Pro BUSINESS) 2006

⁴ Heute stehe ich dem, was die Evangelische Kirche in Deutschland (EKD) sich gerade unter dem Motto ‚Kirche der Freiheit‘ im Stil Mac Kinsey’scher Unternehmensberatung als Programm verordnet hat, mehr als befremdet gegenüber.

tuale geistiger Orientierung zu finden oder zu erfinden, um inneren Frieden mit uns und der Welt zu finden. Aber wie der Dalai Lama sagt, ist „ein religiöser Glaube keine Vorbedingung für ethisches Verhalten oder für das Glücklichein selbst... Geistig-seelische Werte wie Liebe, Mitgefühl, Geduld, Toleranz, Vergebung, Demut und so weiter.. [sind unabdingbar], ob jemand eine Religion ausübt oder nicht.“⁵

Solche neuen Orientierungen auch für die pädagogische Arbeit, überhaupt für die Arbeit mit Menschen in Wachstumskrisen und Konfliktsituationen zu finden, ist eine große Aufgabe. Dabei ist die buddhistische Erkenntnistheorie nur bedingt hilfreich, da der Buddhismus weder eine explizite Entwicklungstheorie im Lebenszyklus ausgearbeitet noch übergreifende, kulturunabhängige Erziehungsprinzipien formuliert hat. **Auch in unserem eigenen kulturellen Kontext können wir kaum auf Vorbilder und kollektive Erfahrungen unserer Elterngenerationen zurückgreifen.**⁶ Kinder ohne äußere oder innere Zwangsmaßnahmen zu verantwortungsvollen, friedliebenden Menschen zu erziehen, ist ebenso schwierig wie eine verlässliche, auf Toleranz und Verständnis gebaute Partnerschaft zu gestalten. Und wie wir wissen, hängt beides eng miteinander zusammen: die Beziehungen, die wir als Erwachsene und Eltern untereinander pflegen und die inneren und äußeren Wachstumsprozesse, die wir bei Kindern ermöglichen oder verhindern.

Als Pädagogen, Psychotherapeuten und Meditation Praktizierende ist uns das Privileg geschenkt, auch in unserer Arbeit (und nicht nur in unserem Privatleben) immer wieder über die prägenden Muster nachdenken zu können, die unsere eigene Wahrnehmung, unsere eigenen Werthaltungen und Handlungen bestimmen. Aus meiner Sicht ist damit auch eine Verpflichtung verbunden; nicht andere besserwisserisch zu belehren, aber dafür zu sorgen, dass die damit verbundenen Fragen auch in unseren pädagogischen Institutionen und therapeutischen Kontexten nicht verloren gehen und durch ökonomistische Standards und Effektivitätskontrollen verdrängt werden. **Sieben Jahre nach Pisa, dem internationalen Leistungsvergleich in ausgewählten Fächern in der Sek. stufe I, besteht der eigentliche Schock darin, dass sich die pädagogischen Konsequenzen in Deutschland im wesentlichen darauf beschränken, auf allen Alterstufen noch mehr Lernleistungen zu messen und zu vergleichen.** Was das ‚Individuum‘ ausmacht, das einzigartige Ungeteilte der Person, wird nach bürokratisch festgelegten Standards in sog. Kompetenzbereiche aufgeteilt und skaliert. Kaum irgendwo auf der Welt wird vom 3. Lebensjahr an über assessment-Zentren im Beruf bis ins hohe Alter die Leistungsfähigkeit in allen Bereichen derart geprüft und klassifiziert. Dabei ist jeder Mensch eine einzigartige Person, die es – in der ganzen Evolutionsgeschichte – weder vorher gegeben hat noch jemals wieder geben wird. Worin unsere Einzigartigkeit besteht, müssen wir allerdings selbst herausfinden, nicht zuletzt durch therapeutische Introspektion und meditative Selbstreflexion.⁷ Der ‚rote Faden‘ meiner Überlegungen orientiert sich an drei Fragen und dazu gehörenden Stichworten:

- **Als Kinder und später als Jugendliche wollen wir wissen:**

Zu wem gehöre ich? Wer bin ich? Wie finde und behaupte ich meinen Platz in der Gruppe der Gleichaltrigen?

Diese Fragen gehören in den Bereich der **Erziehung.**

⁵ Dalai Lama, Das Buch der Menschlichkeit. Eine neue Ethik für unsere Zeit, Bergisch Gladbach (Verlagsgruppe Lübbe) 2000, S. 237

⁶ vgl. Klaus Theweleit, Männerphantasien, Band 2. Männerkörper. Zur Psychoanalyse des weißen Terrors, Frankfurt a.M. (Roter Stern) 1978

⁷ Aus klinischen Studien wissen wir ansatzweise, welche heilende Wirkungen von einer selbstreflexiven, meditativen spirituellen Praxis ausgehen können. Wilfried Belschner, Der Sprung in die Transzendenz. Die Kultur des Bewusstseins und die Entmystifizierung des Spirituellen, Psychologie des Bewusstseins Bd.7, LIT, Hamburg, 2007

- **Als junge Erwachsene fragen wir uns:**
Was kann ich werden? Wie finde ich den zu mir passenden Partner? Wie bin ich so geworden, wie ich bin? Wie will ich leben? Was will ich in meinem Leben ändern?
Mit diesen und ähnlichen Fragen setzen wir uns in **therapeutischen Kontexten** auseinander.
- **Als älter werdende Menschen beginnen wir, uns in umgekehrter Richtung zu fragen:**
Um zu wissen, wer wir sind, müssen wir herausfinden, wer wir nicht sind. Wer bin ich nicht (mehr) oder noch nicht? Was ist mein wahres Wesen, der tiefere Sinn meines Da-Seins? Was erwartet das Leben von mir? Was haben wir zu geben?
Diese und ähnliche Fragen bewegen wir in uns in der **Meditation als spiritueller Praxis**.⁸

⁸ Im (hier vorliegenden) schriftlich ausformulierten Text schließen sich zwei kurze Bemerkungen an zum Verhältnis von Neurobiologie und der Schulung des Bewusstseins im beruflichen Alltag von Pädagogen und Therapeuten sowie zu der uns alle bedrängenden Frage nach der Erde als unserer Heimat, die aus Zeitgründen nicht mündlich vorgetragen werden.

Erziehung

oder die Frage: *Zu wem gehöre ich? Wie finde und behaupte ich meinen Platz in der Gesellschaft?*

Das Bedürfnis der Jugend ist: sich selbst ernst nehmen zu können. Das Bedürfnis des Alters ist: sich selber opfern zu können, weil über ihm etwas steht, was es ernst nimmt. Ein geistiges Leben muss zwischen diesen beiden Polen ablaufen und spielen. Denn Aufgabe, Sehnsucht und Pflicht der Jugend ist das Werden, Aufgabe des reifen Menschen ist das Sichweggeben oder, wie die deutschen Mystiker es einst nannten, das „Entwerden.“ Man muss erst ein voller Mensch, eine wirkliche Persönlichkeit geworden sein und die Leiden dieser Individuation erlitten haben, ehe man das Opfer dieser Persönlichkeit bringen kann.⁹

Hermann Hesse

Bis ein Kind auf die Welt kommt, hat es schon eine atemberaubende Entwicklung hinter sich. Mit der 12. Woche beginnt eine Phase, die ganz im Zeichen von Wahrnehmung, Bewegung und seelischer Empfindung steht. Der werdende kleine Mensch („Fötus“) kann hören, schmecken und tasten und beginnt, sich im Raum zu orientieren.¹⁰ Über diese Sinneswahrnehmungen kommt es zu ersten Eigenwahrnehmungen, der sog. Propriozeption. In diesen Wochen hat der Fötus Raum und Zeit, alle Fähigkeiten auszubilden, die das Kind später braucht. Er wächst geschützt und genährt in einem Raum auf, der seiner Entfaltung keine Grenzen setzt. Noch nach der Geburt ist dieser kleine Mensch offen für alle Sprachen der Welt; dennoch erkennt er von Anfang an die Stimme von Mutter und Vater. Wächst ein Kind während der ersten Monate in einer mehrsprachigen Umgebung auf, vielleicht mit einer Mutter- und einer Vatersprache, hat es auch später leichten Zugang zu Intonation und Grammatik dieser Sprachen. **Von Anfang an lebt und entwickelt sich ein Kind in vielfältigen Beziehungen, zu sich, zu den Menschen um ihn herum, zu seiner Umwelt und ihren jeweiligen Ausdrucksformen und Gestaltungen.**

Wächst es, vor allem als jüngstes Kind, in einem größeren Geschwisterkreis auf, wird es angesichts der Fülle von Vorbildern, Anregungen und Bestätigungen, die es erfährt, nicht selten alle psychologischen Entwicklungsstufen, sensiblen Phasen etc. überspringen.

Säuglinge, die von Anfang an intensiven Körper-, Haut- und Blickkontakt erfahren, sind ausgeglichener und die für Wahrnehmung zuständigen Hirnregionen bilden sich früher aus. Und diese Entwicklung setzt sich in den ersten Monaten und Jahren fort. Ich kenne kaum kleine Kinder, die nicht mit Vergnügen auf das ‚Guck-Guck-Da-Da‘-Spiel reagieren. Fast alle suchen von sich aus Blickkontakt und reagieren entzückt, wenn er erwidert wird¹¹.

⁹ Hermann Hesse, Briefe. Erweiterte Ausgabe, Frankfurt (Suhrkamp) 1964, S. 550

¹⁰ Vgl. das wunderbar bebilderte Buch von Katharina Zimmer, Das Leben vor dem Leben. Die seelische und körperliche Entwicklung im Mutterleib, München (Kösel) 1984

¹¹ Als unser Jüngster mittels Kaiserschnitt auf die Welt geholt wurde, mir kurz danach in einem kleinen warmen Raum in den Arm gedrückt wurde und wir ungestört einen ersten Kontakt aufnehmen konnten, folgte ich einem spontanen Impuls und schleckte ihn in aller Ruhe von oben bis unten ab. Er genoss diese Behandlung, vielleicht besser: Be-zungung, offensichtlich mit weit geöffneten Augen. Intuitiv oder instinktiv hatte ich mich wie ein Muttertier benommen. Ich erwähnte diese Geschichte vor Jahren einmal in einem Vortrag vor katholischen Kindergärtnerinnen des Erzbistums Köln. Im Abdruck des Vortrags wurde sie gestrichen. Dies alles sind elementare Kontakterfahrungen, die wir als Erwachsene weithin ‚vergessen‘ haben und vielleicht in der Psychotherapie oder physiotherapeutischen Behandlungstechnik wieder neu entdecken. (Bei unseren nächsten Verwandten im Tierreich, den Bonobos und Schimpansen, nennt die Wissenschaft es ‚grooming‘, wo es nicht nur der Fellpflege, sondern vor allem dem sozialen Kontakt, insbesondere der Versöhnung nach einem Streit dient. Vgl. Frans de Waal, Der Affe in uns. Warum wir sind, wie wir sind, München (Hanser) 2006)

Während ich an meiner Doktorarbeit saß, schaute mir mein Erstgeborener, wenige Monate alt, aus seiner Kinderwippe, die auf meinem Schreibtisch stand, zu und fing an – laut damaligen entwicklungspsychologischen Lehrbüchern viel zu früh – , mit leisen Gurrlauten aktiv mit mir Kontakt aufzunehmen, die sich sofort steigerten, wenn ich sie erwiderte. Das hat mich damals so verblüfft, dass ich diese minutenlangen differenzierten Interaktionen schließlich mit einer Schmalfilmkamera aufzeichnete. (Inzwischen gibt eine Reihe von neurobiologischen Büchern über die sog. Spiegelneuronen, von der Wissenschaft zunächst bei Primaten im Zoo beobachtet.¹²)

In zahllosen kleinen Situationen und Interaktionen bilden sich durch Umweltreize und erzieherische Interaktionen schon sehr früh die Muster unserer Wahrnehmung heraus und damit verbunden unsere Selbst- und Weltbilder, nicht zuletzt, ob wir für neue Erfahrungen offen sind oder uns lieber in sicher geglaubten, gewohnten Bahnen bewegen. Noch vor wenigen Generationen (und bis heute in vielen Teilen der Welt) waren diese erzieherischen Bahnen eng gezogen. Bei aller – heute mehr als früher praktizierten – Offenheit gegenüber den Bedürfnissen, Interessen und Wünschen der Kinder und Jugendlichen sind mit diesen Situationen und Interaktionen immer kulturelle und soziale Festlegungen verbunden, zumindest Bahnen der Interpunktion künftiger Erfahrung gelegt.

Unter Erziehung können wir, vereinfacht gesagt, die Fülle der Aktivitäten in einer Gesellschaft zusammenfassen, die der Sicherung der Generationenfolge dienen; kurz: die Reaktion der Gesellschaft auf die Entwicklungstatsache. Seit jeher hat sich deshalb die Erwachsenengeneration Gedanken über die Aufzucht und Erziehung der nachfolgenden Generation gemacht, eben weil diese nicht als Erwachsene auf die Welt kommen, sondern sich in einem – heute immer längeren – Prozess auf diese Rolle vorbereiten müssen.

Genauso alt wie bewusste (,intentionale’) Erziehung ist der kritische Blick auf die Nachkommen und die Sorge, diese seien schlecht erzogen, un-erzogen, und damit eine Gefahr für das Fortbestehen der Gesellschaft.¹³ Bis in allerjüngste Zeit war es darum erste und vornehmste Aufgabe der Erziehung, dafür zu sorgen, dass die Elterngeneration im Alter ein gesichertes Auskommen hatte und anständig behandelt wurde, nicht zuletzt, dass die gegebenen sozialen und ökonomischen Verhältnisse erhalten blieben.¹⁴ Besonders in Gesellschaften mit den höchsten

¹² Erstmals 1996 von Giacomo Rizolatti, Universität Parma, beobachtet. Vgl. Joachim Bauer, Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone, Hamburg (Hoffman und Campe) 2005

¹³ Vorzugsweise werden hier zwei historische Quellen zitiert. Eine Tontafel aus Babylon (ca. 1 000 a.Chr.) besagt: „Die heutige Jugend ist von Grund auf verdorben. Sie ist böse, gottlos und faul. Sie wird niemals so sein wie die Jugend vorher und es wird ihr niemals gelingen, unsere Kultur zu erhalten.“ Und von Sokrates (ca. 400 a.Chr.) ist überliefert: „Unsere Jugend liebt den Luxus, hat schlechte Manieren und keinen Respekt vor dem Alter. Die heutigen Kinder sind Tyrannen. Sie widersprechen den Eltern, schlürfen beim Essen und wollen alles besser wissen als ihre Lehrer.“

¹⁴ Dies wurde früher sichergestellt durch eine entsprechende standesgemäße bzw. klassenspezifische Bildung und Ausbildung, am besten getrennt nach sozialer Herkunft und Schicht; die dabei wirksamen Mechanismen sind – zumindest in Deutschland – teilweise immer noch ungebrochen, wobei die Gruppe der langfristig von gesellschaftlicher Exklusion bedrohten Kindern und Jugendlichen, insbesondere aus kulturell und soziale verarmten Milieus und/oder Migrationshintergrund fast ein Viertel der heranwachsenden Generation betrifft.

UN Bildungs-Inspektor Munoz stellte 2007 folgende Forderungen auf:

1. Wandel von einem selektiven Bildungssystem zu einem System, bei dem das Individuum unterstützt wird
2. größere Unabhängigkeit der Schulen
3. Verbesserung der Bildungsinhalte und Methoden, insbesondere durch eine systematische Sprachausbildung der Migranten
4. Verstärkung der demokratischen Schulkultur
5. verstärkte Kindergartenangebote, die Einführung von Ganztagschulen und den Verzicht auf ein gegliedertes Schulsystem
6. eine andere Ausbildung für Lehrer, die nicht nur in einem Fachgebiet spezialisiert sein sollten, sondern auch auf pädagogischer Ebene

Geburtenraten haben Kinder und Jugendliche oft überhaupt keine Chancen, sich zugehörig zu fühlen und einen Platz in der Gesellschaft zu finden, schlimmstenfalls als Kindersoldaten in den Armeen der Warlords und anderen paramilitärischen Organisationen radikaler Bewegungen.¹⁵ Die damit verbundenen Traumatisierungen von Kindern und Jugendlichen zu verhindern, Kinderrechte als Menschenrechte zu begreifen und einzuklagen, ist in solchen ‚gespaltenen‘ Gesellschaften inzwischen auch aus Gründen des äußeren Friedens und der inneren Sicherheit notwendig.¹⁶

Wir alle haben von unseren Eltern den Spruch gehört: ‚Ich will doch nur Dein Bestes‘; auf den ein cooler Jugendlicher von heute antwortet: ‚Ich auch.‘ ‚Natürlich‘ wollen alle Eltern im Grunde ihres Herzens, dass ihre Kinder in ihre Fußstapfen treten, ja es vielleicht sogar besser haben möchten im Leben als sie selbst. Dafür haben sie uns *aufgezogen* und nach ihren Vorstellungen *erzogen* und damit meine ich nicht nur ihre Wertmaßstäbe, sondern sie haben uns auch – bewusst oder unbewusst – nach dem Bild geformt, das sie sich von uns und dem, was in uns steckt, gemacht haben.

Und selbst wenn wir dagegen als Jugendliche rebelliert haben und uns alle Mühe gegeben haben, anders zu werden als unsere Eltern und unseren eigenen Weg zu suchen und zu finden, stellen wir doch – spätestens als Großeltern– fest, wie ähnlich wir im Lauf der Jahre unseren Eltern geworden sind, *obwohl* oder auch gerade *weil* wir uns ein Leben lang, vielleicht auf vielen Umwegen, innerlich mit diesen von uns internalisierten Bildern unserer Vorbilder auseinandersetzen mussten.¹⁷

Siegfried Bernfeld, der erste psychoanalytische Pädagoge¹⁸, nannte vor etwa 80 Jahren seine idealistischen pädagogischen Berufskollegen, die zu großen Menschheitsidealen erziehen wollten, abschätzig ‚Pädagogiker‘¹⁹. Er schrieb im Jahre 1925 sinngemäß: **Erziehung ist und bleibt im Kern und in ihrer wesentlichen Funktion konservativ im Blick auf die sozialen, materiellen und psychischen Verhältnisse, unter denen sie stattfindet – in der Familie wie im öffentlichen Bildungswesen.** Und selbst wo Erziehung auf Veränderung zielt, sorgt sie – transgenerativ – für den Erhalt dessen, was sie verändert: die bestehende Ordnung.

Das klingt zunächst recht ernüchternd, muss aber ergänzt werden. **Denn in der Entwicklungstatsache, die Erziehung einerseits notwendig macht, ist andererseits auch angelegt, dass Heranwachsende sich gegen diese konservative Tendenz zur Wehr setzen.** So gehört es von klein auf zum Wesen des Menschen, auch ‚Nein-Sagen‘ zu *können*, ja zu *müssen*, um ein selbständiger Mensch zu werden. Deutlich wird dies im sog. Trotzalter und dann vor allem in der Pubertät, wo letztlich nur erfolgreich angeeignet werden kann, was zuvor heftig bekämpft und

7. stärkere Investitionen und mehr Finanzmittel für frühkindliche Unterstützung.

¹⁵ Vgl. die umstrittene These vom ‚youth bulge‘, dem Generationsüberhang junger Männer als Auslöser für kriegerische Konflikte in: Gunnar Heinsohn, Söhne und Weltmacht. Terror im Aufstieg und Fall der Nationen, Zürich (Orell Füssli) 2003

¹⁶ „Wenn wir davon ausgehen müssen, dass sich die Fähigkeit zur Empathie, zum Mitleid, aber auch zur Rücksichtslosigkeit, Unversöhnlichkeit, Skrupellosigkeit und die Anfälligkeit für Militarisierungsbereitschaft und destruktive Ideologien schon in der Kindheit entwickeln, dann ist Kinderschutz nicht nur eine karitative Aufgabe von freundlichen Frauen und psychosozialen Softies und Gutmenschen, sondern wird zu einer zentralen politischen und ökonomischen Aufgabe. Jugendliche Gewalt, Drogenabhängigkeit, Anfälligkeit für militante religiöse und politische Ideologien werden zu einem nur global zu lösenden Problem.“ P. Riedesser, Trauma – Terror – Kinderschutz: Prävention seelischer Störungen und destruktiven Verhaltens. Vortrag bei der Verleihung des Kinderschutzpreises am 29.10.2001. © Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Impressum. Vgl. auch: Gerald Hüther, Die Folgen traumatischer Kindheitserfahrungen für die weitere Hirnentwicklung, <http://www.agsp.de/html/a34.html>

¹⁷ Vgl. Anne Ancelin Schützenberger, O, meine Ahnen! Wie das Leben unserer Vorfahren in uns wiederkehrt, Heidelberg (Auer Verlag) 2005

¹⁸ Bernfeld (1982-1953) war erst Privatsekretär Martin Bubers, später Sekretär der Wiener Vereinigung für Psychoanalyse.

¹⁹ Siegfried Bernfeld, Sisyphos oder die Grenzen der Erziehung, Frankfurt a.M. (Suhrkamp) 1967

abgelehnt werden musste. **Dies deutet auf ein dialektisches Grundprinzip in der menschlichen Entwicklung hin, das – aus meiner Sicht – mit der Grundpolarität unseres Daseins zusammenhängt: dem lebenslangen Pendeln zwischen den Polen Autonomie und Verbundenheit.**

Der Bildungsprozess selbst, die Aneignung eines bestimmten Welt- und Selbstverständnisses, scheint diesen Widerspruch als kreative, widerständige Tendenz in sich zu tragen: Was wirklich (kritisch) angeeignet wurde, wendet sich früher oder später auch dialektisch gegen die Verhältnisse, unter denen es angeeignet wurde, um diese im doppelten Wortsinne ‚auf-zuheben‘, d.h. zu bewahren und zu übersteigen und sich dabei neue Potentiale zu erschließen.²⁰

Als Erwachsene, Eltern und Pädagogen kommen wir nicht umhin, auch Grenzen zu setzen. Dies gilt besonders für die Zeiten, in denen Jugendliche sich vorwiegend an ihrer eigenen Peer-group orientieren und sich nach deren Wertmaßstäben und Regeln einen Platz in der Gruppe zu erobern und zu behaupten suchen. (Das alltäglichste Beispiel ist der Umgang mit Alkohol und anderen Drogen.)

In der Tradition der Humanistischen Pädagogik erfordert dies einen achtsamen, altersgemäßen Dialog, in dessen Verlauf sich Erziehung in Selbsterziehung und Selbst-Bildung verwandelt.²¹ Achtsam zu sein heißt: genau zu unterscheiden, in welchen Kontexten und unter welchen Bedingungen neue Entfaltungsräume für Leben und Bewusstsein eröffnet oder eingeschränkt werden.²²

Obwohl ich phasenweise früher, ehe ich selbst Vater wurde, antiautoritäre und antipädagogische Thesen vertreten habe und idealistisch glaubte, Konflikte zwischen Erwachsenen und Kindern ließen sich in einer freiheitlichen Atmosphäre fast gänzlich vermeiden, bin ich heute der Meinung, dass Ablösungskonflikte, also der Kampf um die eigene Autonomie, die eigene Welt-sicht, die Freiheit, die eigenen Erfahrungen in der eigenen Sprache ausdrücken zu können – zumindest in unserer Kultur – zum inneren Wachstum gehören, ja vielleicht sogar umso heftiger ausfallen, je stärker vorher die verlässliche Bindung ausgeprägt war. (Heute besorgt mich eher, dass diese Ablösung immer später und zögerlicher erfolgt und sich bei manchen Jugendlichen als Ausweichen in virtuelle Welten zeigt, in denen es alle Möglichkeiten der Selbstverwirklichung, aber keine realen Konflikte gibt.²³)

Wie heftig dieser Konflikt der Ich-Werdung zwischen dem Wunsch nach Autonomie und Zugehörigkeit im Wechsel der Zeiten zum Ausdruck kommen kann, will ich an zwei Beispielen aus den Jahren 1896 und 2006 verdeutlichen.

Als 15-Jähriger schreibt Hermann Hesse im Januar 1896 aus der Heilanstalt Stetten Briefe an seine Eltern in Calw. Ich zitiere aus dem 4. Brief:

²⁰ Ein wunderbares literarisches Zeugnis dafür findet sich in dem autobiographischen Roman von Ulla Hahn, *Das verborgene Wort*, Köln (dtv) 2003

²¹ „Der Buddha erzählt folgende Lehrgeschichte: „Ein Akrobat ließ seinen Schüler auf die Bambusstange steigen, die er selbst auf der Stirn, Schulter usw. balancieren wollte, und er sagte zu ihm: ‚Jetzt achte auf mich, und ich werde auf dich achten, dann werden wir mit unseren Künsten Erfolg haben.‘ Da sagte der Schüler: ‚So geht das nicht, Meister. Achte du auf dich und ich werde auf mich selbst achten.‘ So sollt ihr auf euch selbst achten, dann achtet ihr zugleich auf die anderen, weil sie eurem guten Beispiel folgen. Indem ihr aber durch Milde, durch Schonung, durch freundliche Gesinnung, durch Mitleid auf die anderen achtet, achtet ihr zugleich auf euch selbst.“ Samyutta-Nikaya 47,19, zitiert nach: Claudia Braun, *Buddhistische Erziehung. Ein Weg der Selbsterziehung des Menschen*, Wien (Octopus Verlag) 1985, S. 1

²² Vgl. die jüngste Debatte um das Buch von Bernhard Bueb, *Lob der Disziplin. Eine Streitschrift*, Berlin (List) 2006 in: Micha Brumlik (Hrsg.), *Vom Missbrauch der Disziplin. Antwort der Wissenschaft auf Bernhard Bueb*, Weinheim (Beltz) 2007

²³ Vgl. Wolfgang Bergmann/ Gerald Hüther, *Computersüchtig. Kinder im Sog der modernen Medien*, Düsseldorf (Walter Verlag) 2006

„Überhaupt besteht die ganze Streiterei einfach darin, dass total verschiedene Meinungen da zusammentreffen, wo man Sympathie erwartet. Ihr seht nach diesem elenden Leben ein besseres, während ich mir's ganz anders denke und darum dies Leben entweder wegwerfen oder etwas davon haben möchte... Papa nennt Stetten den „besten“ Ort, weil ich da dingfest bin und Ihr mich sicher los seid... Ihr seid in Calw und nicht in Stetten, ich bin in Stetten und nicht in Calw. Ihr atmet eine andre Luft als ich, „Hermann in Stetten“ ist Euch fremd, ist Euer Sohn nicht... Mein Vater konnte mich nicht brauchen und hat mich nach Stetten geschickt und damit basta. Da sitze ich, weil ich anderswo nicht sein darf und weine über mich, während ich über den Inspektor lache. Ich lasse mich von ihm nicht zwingen. Wenn er erfährt, dass ich nicht im Garten oder im Livius arbeite, so gibt er mir zu wenig zu essen u. ä., vielleicht droht er auch mit Zellenhaft. Er mag's tun. Meine letzte Kraft will ich aufwenden, zu zeigen, daß ich nicht die Maschine bin, die man nur aufzuziehen braucht. Man hat mich mit Gewalt in den Zug gesetzt, herausgebracht nach Stetten, da bin ich und belästige die Welt nimmer, denn Stetten liegt außerhalb der Welt. Im Übrigen bin ich zwischen den vier Mauern mein Herr, *ich gehorche nicht und werde nicht gehorchen*. Wenn der Inspektor es merkt, wird es furchtbare Auftritte geben, ich werde geschunden werden, es geschieht ja alles *zu meinem Besten!* Für's Elternhaus, für die Familie hat mich die Natur, wie mir scheint, nicht bestimmt, doch dürft Ihr nicht sagen wie Posa: „Wie arm bist du, wie bettelarm geworden, Seitdem du niemand als dich selber liebst.“ Dies verdiene ich nicht. Ich liebe mich selber, wie jeder, aber nicht deshalb kann ich hier nicht leben, sondern weil ich eine andere Atmosphäre brauche, um meinen Zweck als Mensch erfüllen zu können und – zu wollen.“²⁴

Das zweite Beispiel ist ein Hip-Hop Song, geschrieben von Jugendlichen aus einer Justizvollzugsanstalt, die zu mehrjährigen Haftstrafen verurteilt wurden, und entstand im Rahmen eines von Reinhard Nolle geleiteten medienpädagogischen Projekts im Frühjahr 2007:

VK.: Verlorene Kinder. Sie stehen nicht im Leben. Es ist die dunkle Seite, die sie heutzutage durchleben. Bei diesen Zeilensplittern hier, tausende Gedanken. Ich erinnere mich an früher, an viele alte Bekannte. Sie durchlebten die schwarze Seite dieses Planeten; mussten über viele Steine gehen, versanken im Planeten, im Planeten des Drecks, Planeten der Erfahrung; sogar bis hin zur Endstation Sicherheitsverwahrung. Es sind Kinder, von ihren Eltern verlassen, von der ganzen Familie mal wieder im Stich gelassen. Sie stehen auf der Straß' mit nichts in den Händen, wissen nichts anzufangen. Wissen nicht, wo es endet. Vom Jugendamt ins Kinderheim abgeschoben; verlassen von sich selbst, fangen sie an mit harten Drogen; suchen ihre Familie im tiefsten Ghetto, bis hin zur schnellsten Gang, wortlos, lautlos... Die Gang wird ihr Leben inspirieren. Verlassen vom Schicksal werden sie in einem Eisberg erfrieren. Als Eisberg werden sie im Knast enden und dort werden sie sich an die Bibel wenden. Von Gott nach langem neuem Mut geehrt, bemerken sie, sie haben ihr Leben entehrt. Ich hab viele Jahre diese Gleise durchlebt. Ich kann nur sagen: Für das Ende ist es niemals zu spät. Es sind verlorene Kinder, die diesen track verfassen. Sie sind nicht wie früher, sie sind jetzt erwachsen. Sie wissen jetzt, worauf's ankommt in diesem Leben. Sie wollen Euch ihre Erfahrung weitergeben. Nehmt sie an. Sie wissen doch am besten, wovon sie reden. Eins haben wir gelernt in diesem Leben: Man muss seine Kinder beschützen und ehren. Um ihnen etwas Bessres zu geben, muss man sie begehren. Ich hab diesen Knast überstanden durch meine Frau. Oh, ich kann nur zu ihr sagen: Respekt und Wow. Dafür werd ich sie für immer lieben. Love forever ist das, was wir leben. Vom Knast aus haben wir nach langem endlich Fuß gefasst. Nach Jahren freuen wir uns: die Entlassung vom Knast. Wir haben es geschafft, wir sind die Besten der Besten. Und mit diesen Zeilen will ich meinen Rap beenden.“²⁵

Angesichts dieser Kinder und Jugendlichen, brauchen wir heute – und nicht nur für sie – Eltern, Lehrer und Erzieher, die sie in ganz anderer Weise als früher in ihren sozialen, emotionalen, geistigen und seelischen Krisen achtsam begleiten, sie unterstützen und ihnen Raum geben: mit Weisheit, Mitgefühl und einem offenen Herzen.²⁶ Sie durch immer neue Leistungstests nur fit machen zu wollen für das globalisierte Rattenrennen, ist von Grund auf verkehrt und von Anfang an zum Scheitern verurteilt. **Pädagogen und Erzieher, die ihren Beruf auch als spirituelle Aufgabe betrachten, müssen selbst innerlich wachsen an Selbster-**

²⁴ Hermann Hesse, Kindheit und Jugend vor Neunzehnhundert. Hermann Hesse in Briefen und Lebenszeugnissen 1877-1895, Frankfurt a.M. (Suhrkamp Verlag) 1966, S. 259-64

²⁵ song by Pierre aus: vk – records by Ayiaz, Antony, Pierre, Fils, Ralf, Wiesbaden 2007. Forschungsprojekt „Prozessorientierte biografische Medienarbeit mit jugendlichen Strafgefangenen“, Reinhard Nolle, Universität Kassel – JVA Wiesbaden, März 2007

²⁶ Vgl. Myla und Jon Kabat-Zinn, Mit Kindern wachsen. Die Praxis der Achtsamkeit in der Familie, Freiamt (Arbor) 2006

kenntnis und Gewährsein und lernen, auch für sich selbst liebevoll zu sorgen; angesichts des Mainstreams der Wissenschaft und der Bedingungen an unseren Institutionen der Lehrerbildung wahrlich eine große Herausforderung.

Deshalb sollten wir auch gemeinsam versuchen, unsere Mitmenschen und Politiker davon zu überzeugen, dass es sinnvoller (und langfristig auch billiger) ist, unsere Bildungsinstitutionen grundlegend zu reformieren, anstatt Milliarden in neue technische Systeme zur inneren Sicherheit und in die Entwicklung neuer Abwehrwaffen zur äußeren Sicherheit zu investieren. Elektrisch geladene Zäune und Gefängnisse sind allemal und in jeder Hinsicht teurer als kleinere Klassen und besser ausgebildete Lehrer. Aber dies wird ein langer Weg werden, der viel Geduld und Beharrlichkeit erfordert.²⁷

„Diese Chance würde vertan“, heißt es in einem Aufruf reformpädagogisch orientierter Schulen 2006,

„• wenn an die Stelle der „radikalen“ Frage nach der pädagogischen Qualität von Schule lediglich die Verordnung von „Maßnahmen“ tritt, die nicht an die Wurzel reichen, weil eben diese Grundsatzfrage ausgespart wird;

• wenn die PISA-Rankings dazu verleiten, Schulen in erster Linie als „Wissens-fabriken“ anzusehen, deren Qualität primär an quantitativ zählbaren Testpunkten gemessen und durch Druck auf die Lehrenden und Lernenden gesteigert werden kann.

Wir beobachten die gegenwärtige Entwicklung besorgt, weil wir wahrnehmen, dass solche Tendenzen sich verstärken.

Darum möchten wir uns in die öffentliche Debatte einschalten, indem wir unsere Vorstellung von einer guten Schule zur Diskussion stellen. Wir orientieren uns dabei an vier elementaren Aufgaben:

- (1) individuelles Fördern und Herausfordern aller Kinder und Jugendlichen
- (2) erziehender Unterricht, Wissensvermittlung, Bildung
- (3) Demokratie lernen und leben
- (4) Reformieren der Schule „von innen“ und „von unten“.^{28/29}

²⁷ Vgl. insbesondere die grundlegende systematisch-historische Untersuchung von Karl Ernst Nipkow, *Der schwere Weg zum Frieden. Geschichte und Theorie der Friedenspädagogik von Erasmus bis zur Gegenwart*, München (Gütersloher Verlagshaus) 2007

²⁸ Vgl. die Hofgeismarer Erklärung dieses Zusammenschlusses von reformpädagogisch orientierten Schulen in öffentlicher und privater Trägerschaft www.blickueberdenzaun.de/Aufruf.

²⁹ Vgl. auch Wolfgang Roth, *Sozialkompetenz fördern – In Grund- und Sekundarschulen, auf humanistisch-psychologischer Basis*, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2006

Therapie

oder die Frage: Was kann ich werden? Wie finde ich den zu mir passenden Partner? Wie bin ich so geworden, wie ich bin? Wie will ich leben? Was will ich in meinem Leben ändern?

„Wir verlangen, das Leben müsse einen Sinn haben – aber es hat nur ganz genau so viel Sinn, als wir selber ihm zu geben imstande sind. Weil der Einzelne das nur unvollkommen vermag, hat man in den Religionen und Philosophien versucht, die Frage tröstend zu beantworten. Diese Antworten laufen alle auf das Gleiche hinaus: den Sinn erhält das Leben einzig durch die Liebe. Das heißt: je mehr wir zu lieben und uns hinzugeben fähig sind, desto sinnvoller wird unser Leben.“³⁰

Hermann Hesse

Nicht wenige Menschen meiner Generation, die in Formen meditativer Selbstreflexion eine neue spirituelle Basis suchen, haben als Lehrer, Pädagogen und Theologen angefangen. Nicht selten war eine therapeutische Weiterbildung eine wichtige Zwischenstation auf dem Weg von einer traditionellen Kirchlichkeit zu einer meditativen spirituellen Praxis.³¹

Viele dieser Biografien, auch meine eigene, kreisen also genau um die Themen dieses Vortrags: **Übergänge und Schnittflächen zwischen pädagogischer, politischer und therapeutischer Arbeit, eingebettet in einen spirituell-ökologischen Lebenskontext.** Natürlich gibt es vielfältige Mischungen; niemand soll sich hier also abgestempelt oder angegriffen fühlen.³²

Prägend für *meine Kindheit* war vor allem das religiöse Milieu eines schwäbischen Pfarrhauses, in dem familiäre Katastrophen wie der Tod meines älteren und meines jüngeren Bruders als Prüfungen im Glaubensgehorsam interpretiert wurden. Abraham, der bereit war, auf Befehl Gottes seinen Sohn Isaak auf dem Altar zu opfern, war eine meine Kindheit und Jugend bestimmende Gestalt. Im Leiden war Gehorsam angesagt.

Dass Leiden aus buddhistischer Sicht keine Prüfung eines autoritären Vätergottes, sondern zu einem großen Teil selbst verursacht ist und das Ziel unseres Menschseins darin besteht, eigenes und fremdes Leiden zu *lindern*, war für mich lange Zeit eine unverständliche, fast inakzeptable Vorstellung.³³ Wende ich mich meinem eigenen Leiden zu und dem, das ich verursache, brauche

³⁰ Hermann Hesse, Briefe. Erweiterte Ausgabe, Frankfurt (Suhrkamp) 1964, S. 465f. (Brief an Frau M.W. vom 1. Juni 1956)

³¹ Im Sinne Max Webers idealtypisch verallgemeinert, verliefen diese Biografien in unterschiedlichen Mischungen etwa so: christlich-kirchliches Elternhaus, kirchliche Jugendarbeit, Studium der Theologie und/oder der Pädagogik bzw. Psychologie, Zwischenstationen bei spirituellen Lehrern in Indien, politisches Engagement in der Friedensbewegung, Antiatombewegung, Mitarbeit in ökologisch orientierten alternativen Wohnprojekten, therapeutische Ausbildung, vorzugsweise in Gestalttherapie, Psychodrama oder Psychoanalyse, später in Familientherapie und systemischer Aufstellung, Studium buddhistischer Erkenntnistheorie und/oder anderer energetisch ausgerichteter Heilverfahren, zeitweilige oder regelmäßige Meditation; gemeinsam mit anderen Gründung einer psychotherapeutischen Praxis und/oder Anschluss an eine spirituell-ökologische Gemeinschaft. (Andere kamen über ein Psychologie- oder Medizinstudium zur Psychotherapie.) Wieder andere aus dieser (68er-)Generation haben den Weg des (partei-)politischen Engagements gewählt. Der ethisch-christliche Hintergrund ist auch bei ihnen ähnlich gefärbt: Johannes Rau, Antje Vollmer, Jochen Vogel, Angela Merkel.

³² Vgl. William James, Die Vielfalt religiöser Erfahrung, Frankfurt a.M. (Insel Verlag) 1977

³³ Einen Anknüpfungspunkt gab es allerdings schon in meinem Konfirmationsspruch, den meine Großmutter für mich ausgesucht hatte: „Freuet Euch in dem Herrn allewege. Und abermals sage ich euch: Freuet Euch. Eure Lindigkeit lasset kund sein allen Menschen.“ (Phil. 4,5). Im Rückblick kann ich verstehen, welche eigenen Wünsche sie mir damit im Blick auf meinen Lebensweg mitgegeben hat, nämlich die Berufe meiner beiden Großväter, Arzt und Theologe (am besten nach dem Vorbild Albert Schweitzers) zu vereinen. Ich bin weder das eine noch das andere geworden, habe aber doch auf dieser mir lange verborgen gebliebenen Linie meine eigene Integration von Freude und ‚Lindigkeit‘ gesucht.

ich auch keine anderen dafür verantwortlich zu machen, wie es mir geht, oder mich durch das Leiden eines anderen erlösen zu lassen.³⁴

Diesen zeitgeschichtlichen und biografischen seelischen Ballast aufzuarbeiten, war dann zwischen meinem fünfunddreißigsten und fünfundvierzigsten Lebensjahr das Hauptmotiv, eine sich über 10 Jahre hinziehende psychotherapeutische Ausbildung zu machen. In der Gestalttherapie lernte ich, welches Glück es bedeutet, Gefühle zulassen und ausdrücken zu können, mit allen Sinnen wahrzunehmen. In dieser Zeit habe ich, vielleicht ein bisschen spät, das Wünschen gelernt, auch, dass man etwas dafür tun muss und ohne schlechtes Gewissen tun darf, um sie in Erfüllung gehen zu lassen; kurz: volle Verantwortung für die Gestaltung des eigenen Lebens zu übernehmen: voller, d.h. lebendiger, uneingeschränkter Kontakt zwischen Organismus und Umwelt, innen und außen. **Die therapeutische Aufarbeitung der religiösen Prägungen meiner Kindheit war für mich – und nicht wenige Therapeuten meiner Generation – auch die Voraussetzung dafür, mich Jahre später in einem religiös entgifteten Kontext erneut spirituellen Fragen zuzuwenden.**³⁵ (Mir jedenfalls ist der große Über-Sprung vom pietistischen selbst-anklagenden Über-ich zum buddhistischen Nicht-Ich nicht gelungen.)

In der therapeutischen Arbeit hatte ich in den letzten Jahren immer wieder Klienten aus pietistischem, aber auch aus anthroposophischem Milieu, deren zunächst wichtigstes Ziel in der Therapie war, endlich sich selbst in den eigenen Gefühlen (wieder-) finden zu können, auch negative Gefühle wie Ärger und Zorn durcharbeiten und erleben zu können, ohne sie agieren zu müssen; ihr ‚Herz zu öffnen‘ und die eigene Erziehungsgeschichte Schritt für Schritt ohne Auflehnung und Zorn verstehen und vielleicht sogar liebevoll anschauen zu können.

In therapeutischer Arbeit geht es zunächst darum, die weithin unbewussten Muster aus unserer eigenen Erziehungsgeschichte aufzudecken, in denen wir uns mit anderen, vor allem unseren Partnern (und Kindern) allzu leicht verstricken. Viele dieser Muster, neben den Beziehungen zu den Eltern vor allem die zu den Geschwistern, werden über Generationen vererbt. In einem weiteren, nicht buddhistischen Sinn könnte man vielleicht sagen, es geht darum, unser eigenes familiengeschichtliches ‚Karma‘³⁶ zu bearbeiten. **Im Hintergrund gilt es zumeist, die Balance zwischen den Wünschen nach Unabhängigkeit und den Wünschen nach Verschmelzung, nach Autonomie und Verbundenheit zu finden. Dies bedeutet im therapeutischen Kontext – in der Regel – vor allem eine Klärung der Beziehungen zu den eigenen Eltern, die eine Versöhnung mit ihnen und dabei mit abgespaltenen eigenen inneren Anteilen ermöglicht.**³⁷

³⁴ Von meinen Kindern gefragt: „Warum musste Jesus für meine Sünden am Kreuz sterben?“, hatte ich nie eine persönlich befriedigende Antwort im Sinne des ‚leidenden Gottesknechtes‘. Dass Jesus sich – in der christlichen Tradition – Leidenden, Ausgeschlossenen ohne moralisches Urteil zugewandt hat, hatte andererseits (moralischen?) Vorbildcharakter.

³⁵ Im Blick auf den Zusammenhang von Therapie und Spiritualität hat Carl Gustav Jung schon 1932 eine interessante Feststellung getroffen:

„Unter allen meinen Patienten jenseits der Lebensmitte, das heißt der 35, ist nicht ein einziger, dessen endgültiges Problem nicht das der religiösen Einstellung wäre. Ja, jeder krankt in letzter Linie daran, dass er das verloren hat, was lebendige Religionen ihren Gläubigen zu allen Zeiten gegeben haben, und keiner ist wirklich geheilt, der seine religiöse Einstellung nicht wieder erreicht, was mit Konfession oder Zugehörigkeit zu einer Kirche natürlich nichts zu tun hat.“ Carl Gustav Jung, Gesammelte Werke, Bd. 11, Zur Psychologie westlicher und östlicher Religion, Olten und Freiburg i.Br. (Walter Verlag) 1979³, S. 362

³⁶ vgl. Anne Ancelin Schützenberger, a.a.O.

³⁷ Der chilenische Gestalttherapeut Claudio Naranjo spricht von der „Integration der Teilpersönlichkeiten des inneren ‚Vaters‘, der inneren ‚Mutter‘ und des inneren ‚Kindes‘ innerhalb des Einzelnen“ und nennt diesen Prozess „Quadrinity-Prozess“, da er Körper, Emotionen, Intellekt und Geist vereinen möchte... Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Beziehung eines Menschen zu seinen Eltern, ganz egal ob diese noch leben oder schon tot sind, und die zugrunde liegende Idee ist meiner Meinung nach die gleiche, die das vierte Gebot so wichtig macht: So wie die mangelnde Liebe zu den Eltern die Beziehung eines Menschen zu sich selbst und zur Welt im allgemeinen stört,

Als Erwachsene versuchen wir häufig, diese Balance dadurch zu erreichen, dass wir einen Lebens- und Liebespartner suchen, den wir idealisieren können, entweder weil er oder sie alten Projektionen aus der eigenen Kindheit entspricht oder den Pol vertritt, der bei einem selbst weniger ausgeprägt ist.³⁸

Robert und Paula kommen in die Therapie, weil sie sich enttäuscht voneinander zurückgezogen haben und kaum noch miteinander sprechen. Ihre Situation ist bedrückend. Robert, der früher ein großer Sportler war, ist durch eine schwere Erkrankung körperlich sehr eingeschränkt und muss aus dienstlichen Gründen seine Stelle wechseln, hat aber noch keine neue Arbeit in Aussicht. Paula stürzt immer wieder in Depressionen ab. Beider Wunsch ist, die Beziehung soweit zu klären, dass sie sich gegenseitig wieder unterstützen können, anstatt darum zu konkurrieren, wem es schlechter geht.

Robert kommt aus einem frommen, kontrollierenden Elternhaus und hat, unbewusst dem Wunsch der Eltern folgend, in einem zweiten Studium Theologie studiert. Er ist der Jüngste von drei Geschwistern und fing erst im Beruf an, sich auch in Konflikten zur Wehr zu setzen. Er hat Angst, in einer engen Beziehung verschlungen zu werden.

Paula ist als Älteste in einem Elternhaus aufgewachsen, in dem es wenig emotionale Unterstützung gab. In der Partnerschaft suchte sie vor allem Nähe und Geborgenheit und hat Angst davor, verlassen zu werden und allein zurückzubleiben. Von vielen Aufgaben des praktischen Lebens fühlt sie sich überfordert. Sie hat einen anstrengenden Job und täglich viele Kilometer zu fahren.

Beide delegieren an den anderen und fordern vom andern, was sie selbst nicht geben können und sich vom andern wünschen. Robert emotionale Nähe, Paula Unabhängigkeit von Verpflichtungen. Unbewusst schämen sie sich aber ihrer Wünsche und weisen den anderen zurück, wenn er diese Wünsche fordernd vorträgt. Robert kann keine Nähe von Paula annehmen, wenn sie ihrerseits diesen Wunsch ausdrückt. Paula kann nicht zusehen, wie Robert, der für den autonomen Pol in ihrer Partnerschaft zuständig war, immer abhängiger wird, und ist nicht bereit, selbst mehr Verantwortung zu übernehmen.

Ihre Muster, Vexierspiegel ihrer eigenen Kindheit und Elternbeziehungen kreuzen sich. Dabei blockieren sie sich genau in dem, was ihnen fehlt und vom andern kommen könnte, vielleicht auch einmal gekommen war, aber in der neuen Situation außer Balance geraten ist. In der Therapie erarbeiten sie sich zunächst ein grundlegendes Verständnis für den ihnen unverständlichen gegenseitigen Ärger, in dem sie sich eingerichtet haben. Sie erkennen schrittweise, wie sie diese frustrierende Situation immer wieder neu inszenieren und beginnen bei sich zu entdecken und behutsam auszudrücken, was sie an den anderen delegiert hatten: Robert seine Wünsche nach Nähe, ohne Angst, verschlungen zu werden; Paula ihre Wünsche nach mehr Unabhängigkeit, ohne Angst, verlassen zu werden. Als sie herausfinden, dass sie bei sich selbst finden, was sie an den anderen delegiert haben, löst sich auch ihr grundlegendes Beziehungsmuster auf, sich immer für den anderen verantwortlich zu fühlen; Paula für Roberts Unabhängigkeit, Robert für Paulas Wünsche nach Nähe. Sie können ihre Wünsche zu sich zurücknehmen, ein großes Stück für sich selbst leben. Was sie suchen, ist schon da.³⁹

Die therapeutische Bewusstmachung der eigenen Erziehungsgeschichte und (gegebenenfalls ihre Aufarbeitung als Entgiftung, in manchen Fällen auch der religiösen Sozialisation) ist manchmal Voraussetzung und Grundlage für eine darauf aufbauende spirituelle Öffnung. Wird diese Phase übersprungen, muss nicht, aber kann es (etwa in spirituellen Seminaren) zu neuen Abhängigkeiten von selbsternannten Gurus kommen, was neues Leiden an sich selbst und den eigenen Erlösungswünschen zur Folge haben kann.⁴⁰ In selbstreflexiver pädagogischer

kann die Wiederherstellung einer liebevollen Beziehung zu den Eltern ... auf einer anderen Ebene die Liebe zum Selbst und daraufhin auch zu anderen wiederherstellen.“ Claudio Naranjo, Das Ende des Patriarchats und das Erwachen einer drei-einigen Gesellschaft, Petersberg (Via Nova) 2000, S. 94 f. Das Odenwald-Institut Wald-Michelbach bietet entsprechende Seminarreihen an.

³⁸ Vgl. zum theoretischen Verständnis des Beispiels: John Welwood, Dem Herzen folgen. Durch Liebe und Freundschaft zu sich selbst finden, München (Droemer Knaur) 1996, S. 155 ff.

³⁹ In dieser Arbeit war es für mich sehr wichtig, mit meiner Frau Charlette als Therapeutenpaar zusammenarbeiten zu können. Dadurch konnten die männlichen und weiblichen Fahrungen, Muster und Perspektiven klarer herausgearbeitet und benannt werden, als mir allein möglich gewesen wäre.

⁴⁰ „Individuen aus diesen beiden Gruppen [Spätadoleszenz und Lebensmitte, H.D.] scheinen sich oft von der buddhistischen Praxis angezogen zu fühlen, weil sie sie als einen Abkürzungsweg zur Lösung der Entwicklungsprobleme ansehen, die für ihr Stadium des Lebenszyklus angemessen und notwendig sind. Die buddhistische Lehre, dass ich weder ein dauerhaftes Selbst habe noch bin, wird oft folgendermaßen missverstanden: Man glaubt, man brauche erst gar nicht mit den Aufgaben der Identitätsbildung zu ringen, es sei nicht nötig, herauszufinden, wer ich

und therapeutischer Arbeit landet man – meiner Erfahrung nach – früher oder später fast unvermeidlich bei spirituellen Themen. Hat man sich erst einmal befreit von einengendem traditionellem Ballast, kann man sich jenseits präpersonaler, kindlicher Verschmelzungsphantasien auf einer transpersonalen Ebene mit einem größeren Kontext verbinden, der vielleicht auch einen Weg zu den verschütteten Quellen des ursprünglichen eigenen religiösen Hintergrundes eröffnet. Nur wenigen Menschen scheint es – nach jahrelanger Ausbildung – zu gelingen, sich wirklich tief in einer religiösen Tradition zu verankern, die in einem anderen kulturellen Kontext entstanden ist.⁴¹

Wenn Menschen in der Therapie eine Antwort auf die Frage suchen: ‚Wie bin ich der geworden, der ich bin oder glaube zu sein? Wie will, wie kann ich mein Leben ändern?‘, stellen sie diese Fragen meist aus einem tiefen Gefühl heraus, an sich selbst zu leiden. Dieses Leiden kann vielfältige Ursachen haben und verschiedene Formen annehmen. Wenn ich mir meine eigene Therapiegeschichte anschau, ging es zunächst um die Aufarbeitung früher kriegsbedingter Traumatisierungen, die mich zeitweilig in scheinbar bodenlose schwarze Löcher abstürzen ließen; später um die Befreiung und Integration der abgespaltenen Gefühle und die Auflösung der rigiden moralischen und sexuellen Normen meiner Kindheit und Jugend und schließlich um die Infragestellung der Vorstellungen und Selbst-Bilder, mit deren Hilfe ich glaubte, mich von anderen unterscheiden zu müssen und zu können. Hier ist in – meiner Erfahrung – der Übergang zwischen therapeutischer Arbeit und einer spirituellen Praxis i.w.Sinne angesiedelt.⁴²

bin, was meine Fähigkeiten, meine Bedürfnisse, meine Verantwortlichkeiten sind, wie ich zu anderen Menschen in Beziehung stehe und was ich mit meinem Leben tun sollte oder könnte. Die Anatta-Lehre, die besagt, dass es kein Selbst gibt, wird als Rechtfertigung für eine verfrühte Abkehr von wesentlichen psycho-sozialen Aufgaben angesehen.“ Jack Engler, in: Ken Wilber/ Jack Engler/ Daniel P. Brown (Hrsg.), Psychologie der Befreiung. Perspektiven einer neuen Entwicklungspsychologie – die östliche und die westliche Sicht des Reifeprozesses, Bern (Scherz Verlag) 1988, S. 44

⁴¹ Vgl. dazu die kritischen Bemerkungen von Alan Wallace: Wir benötigen professionelle Gelehrte und Meditierende auf Vollzeitbasis. Interview mit Alan Wallace von Brian Hodel. „Wenn der Buddhismus in säkulare, materiell-orientierte Gesellschaften kommt, kann dies zu Verwirrung führen. Alan Wallace beleuchtet kritisch die Herangehensweise einiger asiatischer Lehrer, die den Buddhismus weitergeben, ohne den Kontext zu kennen. Und er setzt sich mit der Tendenzen westlicher Schüler auseinander, immer „die höchsten Weihen“ empfangen zu wollen, ohne das Fundament zu schaffen. Wir veröffentlichen das folgende Interview mit der freundlichen Genehmigung des Verlags Snow Lion, in dessen Mitteilungsblatt es zuerst erschien, und der amerikanischen Zeitschrift Tricycle, die es um einige Fragen erweitert hat (Ausgabe Sommer 2001).“ www.tibet.de/tib/tibu/index.html

⁴² vgl. Bernd Bocian, Selbst. Meditation und erotisches Erfassen der Wirklichkeit, in: Gestalttherapie, 1988 (2), S. 59-68

Meditation als spirituelle Praxis

oder die Frage:

Wer bin ich nicht mehr oder noch nicht? Was ist mein wahres Wesen, der tiefere Sinn meines Da-Seins? Was erwartet das Leben von mir? Was habe ich zu geben?

„Der Mensch ist ohne seinen Willen in diese Welt geworfen und wird ohne seinen Willen wieder aus ihr genommen. ... *Er muss* sein Leben leben, er *wird nicht* davon gelebt. Er ist in der Natur und geht doch über sie hinaus; er ist sich seiner selbst bewusst, und dieses Bewusstsein seiner selbst als Einzelwesen bewirkt, dass er sich unerträglich einsam, verloren und machtlos fühlt. ... Die *Frage* ist immer die gleiche. Es gibt jedoch *verschiedene Antworten*, im Grunde nur zwei. Die eine versucht, die Isoliertheit zu überwinden und zur Harmonie zu gelangen durch Rückgang in den Zustand der Harmonie vor der Entstehung des Bewusstseins, das heißt, in den Zustand vor der Geburt. Die andere Antwort lautet, ganz geboren zu werden, das Bewusstsein, die Vernunft, die Fähigkeit zu lieben bis zu einem Grad zu entwickeln, dass man seine eigene egozentrische Einbezogenheit hinter sich lässt und zu einer neuen Harmonie, einem neuen Einssein mit der Welt gelangt.“⁴³

Erich Fromm

„Im Augenblick, da man die Verwirrung erkennt, sich dessen bewusst wird, was wirklich ist, versucht man zu entfliehen. Diejenigen Sekten aber sind die schlimmsten, die zur Beseitigung all dieses Elends ein System anbieten, sei es ein religiöses System oder eines der Linken oder der Rechten.“⁴⁴

„Gott stirbt nicht an dem Tag, an dem wir nicht länger an eine persönliche Gottheit glauben, aber wir sterben an dem Tag, an dem das Leben für uns nicht länger von dem stets wiedergeschenkten Glanz des Wunders durchstrahlt wird, von Lichtquellen jenseits aller Vernunft.“⁴⁵

Dag Hammarskjöld

Wird man sich in der (pädagogischen oder therapeutischen) Selbstreflexion der Muster bewusst, die unsere Beziehungen zu uns selbst, zu unseren Mitmenschen und zur Welt im All-Tag bestimmen, wird uns – manchmal schlagartig und schmerzlich – bewusst, dass wir die meisten Konflikte, unter denen wir leiden, ständig selbst hervorbringen; dass das, was wir denken, empfinden und assoziieren uns nur in Form der Produkte unseres eigenen Geistes zugänglich ist; dass das, was wir ‚Wirklichkeit‘ nennen, weithin ein *Konstrukt* unserer geistigen Tätigkeit ist. Dann stellt sich die Frage: Wer bin ich *wirklich* jenseits der Bilder, die ich mir von mir mache oder die andere von mir *haben*?⁴⁶

Fängt man in dieser Weise an über sich nachzudenken, d.h. erst einmal zu spüren, was da ist, aufkommende Gefühle, Gedanken und Assoziationen wahrzunehmen und deren innerem Zusammenhang nachzugehen, besteht allerdings die Gefahr, sich in endlosen Schlaufen von *bewertender Selbstbeurteilung* zu verlieren. (Ich denke nach und bewerte mein Nachdenken, ich denke über meine Bewertung nach und denke, dass ich nicht bewerten soll usw...) **Meiner Erfahrung nach hilft nur, sich dieser Bewegung zu überlassen; allerdings nicht passiv hinzugeben,**

⁴³ Erich Fromm, Psychoanalyse und Zen-Buddhismus, in: Zen-Buddhismus und Psychoanalyse, Erich Fromm/ Daisetz Teitaro Suzuki/ Richard de Martino, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1971 (1960)., S. 113 f.

⁴⁴ Jiddu Krishnamurti, Schöpferische Freiheit, Minden-Planegg (Otto-Wilhelm-Barth Verlag) 1956, S. 24

⁴⁵ Dag Hammarskjöld, Zeichen am Weg, München (Droemersch Verlag) 1965, S. 57

⁴⁶ Vgl. zu dieser Sichtweise: Stephen Wolinsky, Die Essenz der Quantenpsychologie. Durchschauen, wer wir *nicht* sind, Kirchzarten (VAK) 2001

sondern sie aufmerksam zu beobachten; im Fluss zu bleiben und gleichzeitig am Fluss zu sitzen, konzentriert zu beobachten und zu untersuchen, wie der Geist ‚funktioniert‘ und sich dabei mit Vorliebe in dualistischen Alternativen verfängt: ‚So bin ich und so sollte ich sein oder möchte ich werden.‘ (Mir persönlich hat es nie geholfen, diese vorüber ziehenden Gedanken und Gefühle als ‚Illusion‘ zu etikettieren. Ich finde es hilfreicher, sie als Teil meiner inneren Wirklichkeit zu akzeptieren, aber eben nicht als Eigenschaften oder Objekte, sondern als Prozess, mit dem ich mich nicht – auf Dauer – identifizieren muss.)

Meditation am Ufer eines realen Flusses liebe ich sehr und verwende in der Therapie gelegentlich das Bild eines schnell fließenden, sehr breiten Flusses, von dessen einem Ufer aus, an dem man steht und sehnsüchtig zum andern Ufer blickt, kaum zu erkennen ist, was einen dort erwartet. Ich verwende dieses Bild, um daran zu verdeutlichen: Wenn ich wirklich in den Fluss der gegenwärtigen Erfahrung steige, kann ich mir nur einer Tatsache gewiss sein, dass dieser Fluss mich nicht an *das* Ufer bringen wird, das ich mir wünsche und verschwommen zu erkennen glaube.

Wie wir alle wissen, ist das Leben ebenso *unvorhersehbar* in dem, was es in Zukunft bringen wird, wie es *unbeständig* war in dem, was es in der Vergangenheit gebracht hat. Das Leben ist allerdings *unmittelbar* im Blick auf das, was Hier-und-Jetzt da ist.⁴⁷ Dass das Leben, die anderen, die Verhältnisse nicht so sind – jedenfalls nicht ganz so und schon gar nicht auf Dauer –, wie wir es uns wünschen, ist für viele Menschen ein dauernder Konflikt im Hintergrund, ein Grund, ständig unzufrieden, unglücklich zu sein. Dann glauben wir, etwas verbessern zu müssen, die von Illich als ‚Ursünde‘ bezeichnete Versuchung der ‚Verschlimmbesserung‘, die ‚*corruptio optimi quae est pessima*‘.⁴⁸ Doch eben durch diesen Versuch geraten wir in immer tiefere Abhängigkeit, nicht etwa vom ‚wirklichen‘ Leben, von den ‚wirklichen‘ Menschen, die uns begegnen – so scheint es nur –, sondern in Abhängigkeit von unseren *eigenen Wünschen und Erwartungen* und deren Erfüllung. Dies zu erkennen, sich dieser selbst erzeugten Abhängigkeiten bewusst zu werden und unsere biografisch bewährten (auch körperlich-hirnphysiologisch) verankerten Selbstkonzepte loszulassen, ist weder leicht noch vergnüglich. Jeder Schritt in dieser Richtung stürzt einen – wenigstens zeitweise, wenigstens mich – in tiefe Selbstzweifel.

Einen ersten, kleinen Schritt zu innerer Freiheit können wir tun durch Zurücknahme *unserer* Wünsche und Projektionen, wie die Welt sein soll, dass ich/wir uns darin glücklich fühlen können. Entscheidend ist also, dass wir lernen, achtsam wahrzunehmen, *was und wie wir wahrnehmen*, vor allem, wie viel wir ständig abspalten; ob wir zulassen, was da ist; nicht in krampfhafter Selbstbeobachtung, sondern indem wir mit unserer *Wahrnehmung spielen* und den Versuch aufgeben, unsere Wahrnehmung dessen, was in der inneren oder äußeren Realität geschieht, zu *kontrollieren*.⁴⁹

⁴⁷ vgl. Interview mit Zentatsu Richard Baker Roshi: Leerheit – nicht Heiligkeit. Über die Handwerkskunst der Zen-Praxis, in: BUDDHISMUS *aktuell* 2/04, S. 36-39

⁴⁸ Ivan Illich, In den Flüssen nördlich der Zukunft. Letzte Gespräche über Religion und Gesellschaft mit David Caley, München (Verlag C.H.Beck) 2006, S. 85 passim. Illich geißelt in seinen späten Arbeiten vor allem die systemischen Klassifikationen, in denen Menschen als Personen in und hinter Statistiken verschwinden, um auf diesem Hintergrund zu Objekten professioneller Behandlung ihrer Defizite gemacht zu werden, das durchgängige Grundmuster moderner Planungen im Bildungs- und Gesundheitsbereich.

⁴⁹ Kontrolle ist der Versuch, das, was da ist durch etwas zu ersetzen, was war oder sein soll. Wenn wir ICH sagen, vergleichen wir – implizit oder explizit – fast immer mit alten Erfahrungen und fangen uns dabei allzu leicht in alten Mustern. Diese Erkenntnis, wie instabil dieses selbstwertfixierte ICH ist, das uns doch eine gewisse Kontinuität unserer Beziehungen zur Welt und uns selbst verspricht, ist schockierend, kann aber auch gleichzeitig entlastend erlebt werden. Schockierend ist, dass es offenbar keine *Sicherheit* gibt. Entlastend kann die Erkenntnis sein, dass es deshalb auch zwecklos ist, darüber die *Kontrolle* ausüben zu müssen, alles im Griff behalten zu wollen. Wie oft bemühen wir uns, etwas zu erreichen und zu kontrollieren, was nicht absichtlich angezielt und erreicht werden kann, weil es spontan stattfindet. Wenn uns das nicht gelingt, werden wir unterschwellig wütend auf uns und die anderen, die uns daran hindern, dass unsere Wünsche in Erfüllung gehen.

Denn eben dadurch vermeiden wir die Radikalität der *Erfahrung des Augenblicks*, die *unvorhersehbar, instabil* und *unmittelbar* ist und uns all der Sicherheiten beraubt, auf die unser ICH so sehr angewiesen scheint, die Sicherheiten, auf denen unser Selbstwertgefühl, unser Glück basiert.

Erst wenn uns diese Falle bewusst wird, dass es keine Sicherheit gibt, aber wir deshalb auch keine brauchen, sind wir vielleicht bereit, damit *auf-zu-hören*, nach Sicherheit und Kontinuität zu suchen, werden wir auch bereit, *auf-das-zu-hören*, was DA IST. Erstaunlicherweise kann sich gerade dann für einige Momente die Erfahrung eines *tragenden Grundes* einstellen, der sich unserer Kontrolle entzieht und keiner Kontrolle bedarf, die Erfahrung einer unmittelbaren und durch keine Selbst-reflexion gespiegelten Wahrnehmung einer nicht-gespaltenen Wirklichkeit. Das Handeln, das sich daraus ergibt, ist ebenso absichtslos wie achtsam und der Situation angemessen. Was dann geschieht, ist meist nicht Ergebnis einer planvollen Absicht, sondern ergibt sich aus einer inneren Offenheit und Durchlässigkeit, sich staunend – ohne Erwartung, Angst und Scham – von dem überraschen zu lassen, was uns begegnet und wirklich werden will. Dies kann in kleinen Ritualen des Alltag wie in den größeren Ritualen der Meditation geübt werden, im stillen Sitzen oder auch in Formen dialogischer Meditation.⁵⁰ Dabei bewegen wir uns zwischen verschiedenen Formen geteilter Erkenntnis.⁵¹

Die Struktur dieser Rituale ist in vielen Traditionen und Konzepten ähnlich: in den Atem gehen, die eigenen Gedanken und Gefühle, Assoziationen und Körperempfindungen aus der Position eines ‚inneren Zeugen‘ ohne Bewertung wahrnehmen und im Flow⁵² vorüberziehen lassen wie eine Wolke am Sommerhimmel, die dahinter liegenden Annahmen und ihrer Imperative („Was darf nicht geschehen? Was muss geschehen?“) konstatierend aufmerksam wahrnehmen⁵³ und sich der dahinter liegenden Konflikte bewusst werden.

Viele Menschen stehen heute traditionellen religiösen *Riten*, in denen symbolisch bestimmte Glaubensinhalte ausgedrückt werden, fremd, ja befremdet gegenüber, obwohl von ihnen nach wie vor eine große Faszination ausgeht. Auf *Rituale* hingegen, mit denen insbesondere biografische ‚Übergänge‘ wie Geburt, Hochzeit, Feiern der Begrüßung, des Rückblicks und der Verabschiedung, Sterben und Tod etc. gestaltet werden, können auch säkularisierte Menschen offenbar nicht verzichten. Es sind Momente des Innehaltens, der Be-sinnung auf das, was uns als Menschen verbindet und in einen größeren über uns hinausgehenden Kontext einbindet und einbettet. Die Form selbst, das soziale Ritual, in dem etwas Unbestimmtes persönlich authentisch zur Sprache gebracht wird, tritt an die Stelle des religiösen Ritus, in dem ein bestimmter Glaubensinhalt bezeugt wird.⁵⁴ Für post-religiöse Menschen liegt hier vielleicht der besondere Reiz, aber auch die Schwierigkeit einer nicht inhaltsgebundenen Meditation.⁵⁵

⁵⁰ Persönlich schätze ich besonders eine Form spiralförmiger Meditation, in der wir in einer kleinen Gruppe in einem vorher vereinbarten Zeitrhythmus, z.B. 20, 10, 5, 2, 1 Minute, in Form freier Assoziation nacheinander aussprechen, was innerlich aufsteigt und uns bewegt, also eine Art gemeinsam geteiltes Resonanzfeld erzeugen. Die Anregung dazu verdanke ich Gabrielle St.Clair und Michael Plesse, Gründer und Leiter von orgoville international. info@orgoville.de

⁵¹ Vgl. etwa die Praxis sog. Dialoggruppen, wie David Bohm, Freund und Schüler Jiddu Krishnamurti sie vorge schlagen hat, in denen es vor allem darum geht, dem eigenen Denken auf den Grund zu gehen und den kollektiven Ablauf der Denkprozesse zu ändern. David Bohm, *Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussionen*, Stuttgart (Klett Cotta) 1998

⁵² vgl. Gabrielle St. Clair, *Eros und Präsenz im multidimensionalen Bewusstsein*, Bielefeld (Kamphausen) 2005, S. 201 f.

⁵³ vgl. besonders Angelika C. Wagner, *Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte. Mentale Selbstregulation und Introvision*, Stuttgart (Kohlhammer) 2007, besonders S. 133 ff.

⁵⁴ Armin Nassehi, Soziologe an der Ludwig-Maximilians Universität München, vertritt in einem Artikel in der ZEIT, eine ähnliche These. „Die Substanz des Religiösen liegt immer weniger in den Weltbildern religiöser Sinn-systeme, sondern in einer Praxisform, die auch in einer ... gottfernen und prophetenlosen Zeit auf Sprachformen

Meditation als eine traditionelle Form der (Selbst-)Erkenntnis kann aber auch zu regressiven Formen des Bewusstseins führen, wenn sie sich in Gegensatz zu einer kritischen Haltung gegenüber der Welt, ihren gesellschaftlichen Verhältnissen und den damit verbundenen Formen von Entfremdung versteht.

„Wenn Meditation dazu beiträgt, den Prozess des Erwachsenwerdens voranzutreiben, dann bietet sie die Möglichkeit, sich durch Kontakt mit der Unmittelbarkeit der eigenen Interpretationen und Vorannahmen bewusst zu werden. Kein gesellschaftlicher Lernprozess kann diese Unmittelbarkeit der individuellen Erfahrung ersetzen, aber andersherum sind die Merkmalsveränderungen in der Meditation nicht schon per se die Grundlage für gesellschaftliche Lernprozesse. Es gilt, der Interdependenz beider Praxen Rechnung zu tragen.“⁵⁶

Regelmäßig zu meditieren ist deshalb keine Alternative dazu, sich politisch zu engagieren, wie einige der größten politischen Führer unserer Zeit gezeigt haben: Mahatma Gandhi, Martin Luther King, Dag Hammarskjöld, der 1961 im Kongo ermordete Generalsekretär der Vereinten Nationen, der XIV. Dalai Lama. Hammarskjöld orientierte sich in seinem Versuch, „ein Leben aktiven gesellschaftlichen Dienens in vollkommener Übereinstimmung mit sich selbst als Mitglied der Gemeinschaft des Geistes ... [an] den Schriften der großen mittelalterlichen Mystiker... Für sie war ‚Selbsthingabe‘ der Weg zur Selbstverwirklichung. Sie fanden in der ‚Einsamkeit des Geistes‘ und in der ‚Innerlichkeit‘ die Kraft, ja zu sagen, wo immer sie sich den Forderungen ihrer bedürftigen Mitmenschen gegenübergestellt sahen. Liebe – dieses oft missbrauchte und falsch verstandene Wort – bedeutete für sie nichts als das Überfließen der Kraft, von der sie sich erfüllt fühlten, wenn sie in wahrhaftem Selbstvergessen lebten. Und diese Liebe fand ihren natürlichen Ausdruck in einer bedenkenlosen Erfüllung ihrer Pflicht und in einer uneingeschränkten Hinnahme alles dessen, was das Leben ihnen persönlich an Mühen, Leiden – oder an Beglückung – brachte.“^{57/58}

zurückgreifen kann, in denen es nicht nur um den sachlichen Gehalt der Form, sondern um die Form selbst geht.“
DIE ZEIT Nr. 16, 12. April 2007, S. 54

⁵⁵ Im Blick auf die Übernahme tibetischer Formen von Meditationspraxis schreibt Keuffer: „Soll der Übernahme kulturell anderer Praxis nicht wieder nur kolonialistisches Gehabe und Machbarkeitsdenken zugrunde liegen – oder auch Proselyten machende Tendenzen –, bedarf es einiger Überlegungen zum Prozess kultureller Vermittlung. Die tibetischen Meditationstraditionen enthalten zum Teil eine außerordentlich hohe kulturelle und religiöse Gebundenheit. Komplexe Visualisationstechniken und die immense Anzahl ritueller Bestandteile kennzeichnen eine Anzahl tibetischer Meditationsformen. Eine direkte Übertragung und ein Konzept der Deorientalisierung im Sinne einer schnellstmöglichen Akkulturation wäre deshalb für beide Seiten eher enttäuschend und für einige Praktizierende fatal.“ Josef Keuffer, *Buddhismus und Erziehung. Eine interkulturelle Studie zu Tibet aus erziehungswissenschaftlicher Sicht*, Waxmann Verlag, Münster/New York 1991, S.280f.

⁵⁶ Josef Keuffer, a.a.O., S. 287

⁵⁷ Dag Hammarskjöld, a.a.O., S.11 f.

⁵⁸ Hugo von St. Victor (1097 – 1141), der im frühen Mittelalter für eine Synthese aus scholastischer Philosophie und mystischer Erfahrung steht, unterschied drei Augen der Erkenntnis: „Außer dem Auge des Fleisches, der sinnlichen Anschauung, außer dem Auge der Vernunft, der formellen Erkenntnis, bedarf es ... noch eines dritten Auges, das der übersinnlichen Anschauung, durch welches der Mensch erst Gott schaut, als das, was über ihm ist.“ (Hugo von St. Victor, *Das Lehrbuch*, Paderborn Schöningh Verlag) 1896, S. 18). In unserer Zeit hat Ken Wilber diese Unterscheidung für verschiedene Formen der Erkenntnis aufgegriffen als Bereich der Sensibilia, der Intelligibilia und der Transzentalia. (Ken Wilber, *Die drei Augen der Erkenntnis*, München (Kösel) 1988, S. 50) *Meditatio* heißt bei Hugo von St. Victor das Studium eines Textes unter Anleitung eines Lehrers. Darüber hinaus geht die *contemplatio*, die Erkenntnis, in der die Seele sich mit Gott vereint.

Neurobiologie und Schulung des Bewusstseins

„Wer versteht, wie ein Motor funktioniert, kann ihn auch besser reparieren, und das trifft auch für Herz und Nieren gleichermaßen zu...Lernen ist *der* Gegenstand der Gehirnforschung... Kennt man daher diese Zusammenhänge genauer, wird ein Lehrer, der weiß, wie das Lernen im Gehirn funktioniert, besser lehren können.“⁵⁹

Manfred Spitzer

„Das Modell des neuronalen Menschen ist im Wesentlichen nicht anders als das einer künstlichen Intelligenz. Das zerebrale System ist weit flexibler, interaktiver und selbstorganisatorischer als die Computer, über die wir verfügen. Doch es gibt keinen grundlegenden Unterschied. Dass eine künstliche Intelligenz beim Schachspiel gewinnen kann, besagt nicht, dass der Computer ein Bewusstsein hat, sondern nur, dass arithmetische Berechnungen ohne Bewusstsein durchgeführt werden können. Das Wichtigste ist zu bedenken, wozu die künstliche Intelligenz *nicht fähig ist*. Sie kann weder Freude noch Angst, weder Freundschaft noch Selbstlosigkeit empfinden, sie kann Schönheit oder Hässlichkeit nicht beurteilen und auch keine metaphysische Frage stellen: Ohne großes Risiko kann man sagen, dass sich keine künstliche Intelligenz jemals fragen wird, was sie ist oder was nach dem Tod oder vielmehr nach dem Versiegen ihrer Batterien mit ihr geschehen wird. Der leistungsfähigste Computer hat nicht mehr Bewusstsein als ein Besen.“⁶⁰

Mathieu Ricard

Die modernen Neurowissenschaften sind im letzten Jahrzehnt vor allem in den Massenmedien aus den verschiedensten Gründen en vogue geworden:

Sie scheinen, wenn man den Massenmedien und populären Erziehungsratgebern glaubt, die grundlegenden Vorgänge von Lernen mit vergleichsweise einfachen, häufig kausalen Prozessen des Aufbaus neuronaler Hirnstrukturen so erklären zu können, dass sich daraus praktische Handlungsanleitungen für Eltern und Pädagogen ableiten lassen.⁶¹ Seriöse Forscher sehen dies differenzierter und betrachten die Hirnentwicklung als äußerst komplexen, sich selbst organisierenden, durch Interaktionen mit der Außenwelt gelenkten Prozess.⁶²

⁵⁹ Manfred Spitzer, Chef der Universitätsklinik für Psychiatrie in Ulm, in: <http://www.zeit.de/2003/39/Neurodidaktik?page=all>

⁶⁰ Jean-Francois Revel/ Mathieu Ricard, *Der Mönch und der Philosoph. Buddhismus und Abendland. Ein Dialog zwischen Vater und Sohn*, Köln (Kiepenheuer und Witsch)1999, S. 79

⁶¹ Hans Biegert, Leiter einer Privatschule stellt im Internet fest: „Eine Lehr- und Lernsituation in Schule und Elternhaus ist dann optimal, hirngerecht und wirksam, wenn jeder Schüler eine positive Bilanz von verdienten – also über Anstrengung erlangten – Erfolgen und von überwundenen Misserfolgen erreicht. Die Chance der Schule und der Lehrer nach PISA liegt darin, Lehrerausbildung und schulische Lernsituationen an den Erkenntnissen der Neurobiologie zum Thema *Lernen und Motivation* neu zu orientieren und auszurichten.“ <http://www.familienhandbuch.de/cmain/f-Aktuelles/a-Schule/s-1543.html>

⁶² So schreibt Gerald Hüther von der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen: „Die Entwicklung des kindlichen Gehirns folgt einem grundsätzlichen Entwicklungsprinzip aller lebenden Systeme: Neue Interaktionen (hier: neuronale Verbindungen und synaptische Verschaltungen) können nur im Rahmen und auf der Grundlage bereits etablierter Interaktionsmuster ausgebildet und stabilisiert werden. Dabei müssen sie den bereits entwickelten Interaktionsmöglichkeiten zwischen den verschiedenen Subsystemen folgen. Wie alle lebenden Systeme entwickelt sich auch das Gehirn nur dann weiter, wenn neuartige Bedingungen auftreten, die die Stabilität der bereits etablierten Interaktionen in Frage stellen. Solche Bedingungen werden mit erstaunlicher Präzision von dem sich entwickelnden

Neurobiologische Forschungen werden im vorherrschenden Wissenschaftsbetrieb, der sich an quantitativ messbaren Ergebnissen orientiert, vorrangig finanziell gefördert. Dies wird etwa mit dem Hinweis begründet, dass kognitive Leistungsfähigkeit wesentlich davon abhängt, ob frühzeitig – im entsprechenden ‚Zeitfenster‘ – neuronale Netzwerke gebildet und trainiert wurden. (Früher hieß das im Volksmund: „Was Hänschen nicht lernt...“. Diese Behauptung ist durch zahlreiche Gegenbeispiele widerlegt.) Im Gefolge von PISA konnte man dann als populäre Schlussfolgerung sinngemäß lesen: Da die Erziehungswissenschaft nichts von den Gesetzen der hirnhysiologischen Entwicklung versteht, werden die Lehrer schlecht ausgebildet, was sich in mangelnden Schulleistungen der Schüler niederschlägt. Oder: Werden sensible Phasen in der Kindheit verpasst, etwa weil die Kinder von berufstätigen Müttern nicht genügend gefördert wurden, ist die Entwicklung bestimmter Hirnregionen und der damit verbundenen Fähigkeiten irreversibel verloren. Viele dieser in den Massenmedien vorgetragenen Thesen sind, vor allem in ihren Schlussfolgerungen, nicht wissenschaftlich begründet. (Die pädagogischen Ratschläge von prominenten Hirnforschern entstammen nicht selten vernünftigen Gesprächen mit ihren Kindern am Familientisch, wogegen nichts einzuwenden ist; nur handelt es sich dabei nicht um biologische Gesetzmäßigkeiten.) Häufig wird mit unscharfen begrifflichen Analogien gearbeitet, wenn etwa *Bildung der Persönlichkeit* oder *Bildung des Bewusstseins* mit der *Bildung von Synapsen* im Gehirn gleichgesetzt wird.⁶³

Dabei kommen zuweilen banale Binsenweisheiten heraus, die dann auch noch – wie vor 50 Jahren zu Zeiten Skinners – vom Verhalten von Rennmäusen und Ratten im Labor abgeleitet werden.⁶⁴ Ein Beispiel: „Gelernt wird immer dann, wenn positive Erfahrungen gemacht werden. Dieser Mechanismus ist wesentlich für das Lernen der verschiedensten Dinge, wobei klar sein muss, dass für den Menschen die positive Erfahrung schlechthin in positiven Sozialkontakten

System selbst verursacht (im sich entwickelnden Gehirn etwa durch Proliferation von neuronalen Zellen, Auswachsen von Fortsätzen, Sekretion von wachstumshemmenden und stimulierenden Faktoren etc.). Solange das der Fall ist, verläuft die (Hirn)Entwicklung weitgehend autonom, selbstorganisiert und eigendynamisch innerhalb der jeweils herrschenden äußeren (intrauterinen) Bedingungen. Wenn Proliferation und Wachstum zu erlöschen beginnen, verliert das sich entwickelnde Gehirn eine wesentliche Triebfeder seiner Eigendynamik. In dem Maße, wie das sich entwickelnde Gehirn zunehmend Verbindungen zur Außenwelt erlangt, werden die bereits etablierten und noch zu bildenden Verschaltungen und Erregungsmuster über die entsprechenden sensorischen Eingänge zunehmend von außen beeinflussbar. Mehr noch, da nun die durch sensorische Eingänge getriggerten Erregungsmuster dazu führen, dass bestimmte neuronale Verschaltungsmuster stabilisiert werden können, hängt die Stabilität dieser Verschaltungen von den jeweiligen sie stabilisierenden Eingängen und Erregungsmustern ab. Von diesem Zeitpunkt an verläuft die Hirnentwicklung nicht mehr autonom gegenüber sensorischen Inputs, sondern sie wird durch die sensorischen Eingänge aus der Außenwelt bestimmt und bleibt von ihnen abhängig.“ Gerald Hüther, Die Folgen traumatischer Kindheitserfahrungen für die weitere Hirnentwicklung (Dezember 2002), <http://www.agsp.de/html/a34.html>

⁶³ vgl. Nicole Becker, Die Lust an den Versuchungen der Hirnforschung. Über die paradoxen Folgen neurowissenschaftlicher Stellungnahmen zu pädagogischen Fragen, in: Jahrbuch für Pädagogik 2006, Infantilisierung des Lernens?, Frankfurt a.M. (Peter Lang) 2007, S. 141-156

⁶⁴ So schreibt etwa der Bremer Neurophysiologe Henning Scheich in der ZEIT vom 18.09.2003 unter dem Titel ‚Lernen unter der Dopamindusche‘: „Was ... [die Neurowissenschaft] beim heutigen Entwicklungsstand ... leisten kann, ist weitgehend zu entscheiden, welche der zahllosen psychologischen, pädagogischen und soziologischen Konzepte des Lernens für ein normal funktionierendes Gehirn sinnvoll sind und welche nicht... Von Maus bis Mensch werden die selben Organisationseinheiten des Gehirns mit denselben Signalstoffen benutzt... [Auch] Mäuse verfolgen eine vorhersagbare Strategie, die über Misserfolge und Erfolge zu Lösungen führt. Weil dabei in Lernapparaturen ein mildes elektrisches Fußkribbeln eingesetzt wird, raufen sich Pädagogen und manche Psychologen natürlich die Haare und sprechen fälschlicherweise von Furchtkonditionierung. Denn furchtkonditionierte Mäuse ... rühren sich nicht vom Fleck.“ Welche qualvollen Versuchsanordnungen sich für Millionen von Tieren (Mäuse, Hunde, Katzen, Affen) hinter dem ‚milden elektrischen Fußkribbeln‘, d.h. einem elektrischem Fußgitter im Käfig, verbergen und wie diese dazu führen, dass die neurotisierten Tiere bei wiederholten Stromschlägen überhaupt nicht mehr trauen, sich zu bewegen, lässt sich nachlesen in: Peter Singer, Die Befreiung der Tiere, München (Hirhammer Verlag) 1982, S.45 ff. Wenn das Argument ins Feld geführt wird, dass bei Mäusen und Menschen ähnliche Lernprozesse im Gehirn ablaufen, sind derartige Untersuchungsmethoden aus ethischen Gründen erst recht nicht vertretbar.

besteht... Menschliches Lernen vollzieht sich immer schon in der Gemeinschaft, und gemeinschaftliche Aktivitäten bzw. gemeinschaftliches Handeln ist wahrscheinlich der bedeutsamste ‚Verstärker‘. Die biologischen (sic!) Wurzeln der Gemeinschaft von Lehrenden und Lernenden werden so unmittelbar deutlich.“⁶⁵ Immerhin eine wichtige, wenn auch nicht neue Erkenntnis: Lehren und Lernen beschränkt sich nicht auf die Vermittlung kognitiven Wissens, sondern bedeutet stets auch die bewusste Gestaltung einer sozialen Beziehung und geht damit über gezielt verabreichte Dopamininjektionen hinaus.

Der Bremer Erziehungswissenschaftler Günther Holzapfel resümiert in einem Übersichtsartikel zum Verhältnis von Neurowissenschaften und Erziehungswissenschaft:

„Eine Absage an den Aufklärungsbeitrag von Pädagogik kann aus neurowissenschaftlichen Forschungsergebnissen aufgrund unserer vier Problemkreissichtungen nicht abgeleitet werden. Neue Hirnforschungsergebnisse unterstützen allerdings alte und gute Prinzipien der Pädagogik vom dialogischen, humanen und emotionalen Lernen. Die Neurowissenschaften werden damit zu wichtigen Bündnispartnern gegen überholte Konzepte von Lernen und Bildung als Wissensakkumulation ohne (Selbst-)Reflexion. Im Zuge eines neu aufkommenden naturalistischen und biologistischen Zeitgeistes darf die Pädagogik sich aber nicht an eine neurowissenschaftliche Zugmaschine ankoppeln lassen (so verlockend das für Bildungs- und Forschungspolitik erscheinen mag), sondern muss ihren eigenständigen Weg selbstbewusst weiter gehen (natürlich auch im Dialog mit den Neurowissenschaften) und wieder verstärkte Finanzierungen ihrer genuin pädagogischen Forschungs- und Entwicklungsprogramme bekommen.“⁶⁶

Im Zusammenhang unseres Themas, Wissenschaft und Spiritualität, stellt sich vor allem die Frage nach der Rolle des Bewusstseins, eine Frage, die bislang weder im Zentrum der psychologischen noch der pädagogischen Diskussion stand, wohl aber im Buddhismus von großer Bedeutung ist.

„Letztlich ist der immaterielle Aspekt des Bewusstseins der wesentlichste. Er stellt das Kontinuum des Bewusstseins dar, das sich von Leben zu Leben fortsetzt. Dieses Kontinuum hat weder Anfang noch Ende. Denn das Bewusstsein kann nicht aus dem Nichts entstehen und auch nicht aus dem Unbelebten: Jeder Bewusstseinsmoment entsteht aus einem Bewusstseinsmoment, der ihm vorausgeht und erzeugt einen Bewusstseinsmoment, der ihm folgt. So wie beim Prinzip der Energieerhaltung in der Physik – die Materie-Energie kann weder erzeugt werden noch verschwinden, sie kann sich nur verwandeln – könnte man hier von einem Prinzip der Bewusstseinsenergie sprechen.“⁶⁷

In jüngster Zeit hat Belschner⁶⁸ mithilfe einer Topologie von Bewusstseinszuständen ein einfaches theoretisches und empirisch überprüfbares Konzept entwickelt, in dem verschiedene ‚Weitungen‘ des Bewusstseins beschrieben und empirisch erfasst werden können. Sein Ansatz knüpft (indirekt) an die erwähnte Unterscheidung der drei Formen der Erkenntnis bei Hugo von St. Victor an und unterscheidet vier Bereiche zur Strukturierung des Bewusstseinskontinuums:

- einen Bereich der sachlich-rationalen Verhandlung (bei Belschner als ‚*algorithmische Präsenz*‘ bezeichnet),
- einen Bereich des empathischen Diskurses (bei Belschner als ‚*empathische Präsenz*‘ bezeichnet),
- einen Bereich, der von der Erfahrung reiner Bewusstseinsqualitäten getragen ist sowie

⁶⁵ Manfred Spitzer, Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens, Heidelberg (Spektrum Akademischer Verlag) 2002, S. 181

⁶⁶ Günther Holzapfel, Mehr Selbstbewusstsein für Pädagogik! Eine Replik zum Schwerpunktheft „Gehirn und Lernen“ des Literatur- und Forschungsreports Weiterbildung 3/2003, erschienen in: Literatur- und Forschungsreport Weiterbildung Heft 2/ 2004, S. 87 - 98

⁶⁷ Jean-Francois Revel/ Mathieu Ricard, a.a.O., S. 76

⁶⁸ Wilfried Belschner, Der Sprung in die Transzendenz, a.a.O., S. 97

- einen Bereich, der von einer aus der Erfahrung der Resonanz getragenen Bewusstseinshaltung strukturiert wird. (Die letzten beiden Bereiche bezeichnet Belschner als ‚*non-duale Präsenz*‘.) In verschiedenen empirischen Studien bei Psychotherapeuten und anderen Professionellen in psycho-sozialen Settings konnte Belschner zeigen, dass – zumindest – die ersten drei Bereiche (in deren Erfahrung) unterschieden werden konnten und kommt zu folgender Aussage und einer interessanten Schlussfolgerung:

„Für die Beschreibung des professionellen Handelns ist es generell nützlich, zwischen der algorithmischen, der empathischen und der nondualen Präsenz zu unterscheiden. Diese drei Modi der Präsenz scheinen grundlegenden Bewusstseinsstrukturen zu entsprechen... Die Modi der Präsenz sollten von den Professionellen in ihren jeweiligen Handlungsfeldern als Kompetenzen situationsadäquat aufgerufen und eingesetzt werden können.“⁶⁹ (Dies bezeichnet Belschner als ‚*Modulation der Präsenz*‘.)

Macht man sich bewusst, wie selten Professionelle in psychosozialen Berufsfeldern (Pädagogen, Therapeuten, Berater) über Kompetenzen vor allem in den Bereichen empathische und ‚*nonduale*‘ Bewusstseinsstrukturen verfügen, obwohl vermutlich viele Menschen diese aus eigener Erfahrung kennen, scheint Belschners Ansatz ein geeignetes (und empirisch geprüft) Instrument zur Schulung dieser verschiedenen Bewusstseinszustände als ‚*Modi von Präsenz*‘ zu sein.

Im Kontext eigener Untersuchungsansätze für Praktiker des Playbacktheaters⁷⁰ sowie für Lehrer unterscheide ich vier, sprachlich etwas umformulierte⁷¹ Grundkompetenzen:

- (1) Kenntnis und Beherrschung der Regeln professionellen Handelns im jeweiligen Berufsfeld als ‚*berufstechnische*‘ Kompetenz
- (2) Wahrnehmung ausgedrückter und verdeckter Gefühle bei den Partnern im Feld und beim Professionellen selbst als ‚*empathische*‘ Kompetenz
- (3) Gewährsein für ein größeres Resonanzfeld, das die berufliche Handlungssituation übergreift, als ‚*intuitive*‘ Kompetenz und
- (4) die Fähigkeit zwischen diesen verschiedenen Formen des Bewusstseins zu modulieren, d.h. situationsadäquat (professionell-regelgeleitet, empathisch und intuitiv) zu handeln, als ‚*Modulationskompetenz*‘.⁷²

⁶⁹ Belschner, a.a.O., S. 98

⁷⁰ Abendländische Erzähltraditionen, in: Reinhard Fuhr/ Heinrich Dauber (Hg.), Praxisentwicklung im Bildungsreich – ein integraler Forschungsansatz, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2002, S. 31-76

⁷¹ Eine wesentliche Schwierigkeit bei der Entwicklung entsprechender Fragebögen besteht darin, Formulierungen zu finden, die einerseits den entsprechenden Bewusstseinszustand treffend beschreiben und andererseits keinen Widerstand gegen ‚esoterisch‘ klingende Konzepte provozieren.

⁷² Dass Menschen prinzipiell zu einer breiteren Wahrnehmung fähig sind, bestätigt die moderne, nicht-biologistisch verkürzte Hirnforschung in verblüffender Weise. Zohar-Marshall unterscheiden drei verschiedene, angeblich auch physiologisch nachweisbare Aktivitätsebenen unseres Gehirns:

- eine serielle Intelligenz auf der mental-rationalen Ebene des Verstandes, mit deren Hilfe wir zu logischen, kausal ableitbaren Schlüssen kommen,
- eine assoziativ-emotionale Intelligenz, die uns erlaubt, in komplexen Situationen intuitive Wertentscheidungen zu treffen und
- eine bindende, transformierende, spirituelle Intelligenz, durch die neue ganzheitliche Muster gebildet werden. Vgl.: Danah Zohar/ Dr. Ian Marshall, SQ. Spirituelle Intelligenz, München (Scherz) 2000

Vorschlag für eine Phantasieübung:

Ich lade Sie ein, innerlich Kontakt aufzunehmen mit einer Person aus ihrem beruflichen oder privaten Alltag, um diese drei verschiedenen Modi des Bewusstseins einmal innerlich durchzuspielen. An welchen rationalen Regeln orientieren sich Ihre alltäglichen Begegnungen? Wie erleben Sie diese Begegnungen, wenn Sie innerlich einen Rollentausch machen und versuchen, sich in das Erleben der anderen Person einzufühlen? Welche Gefühle werden dabei in Ihnen wachgerufen? Erinnern Sie sich an Momente, in denen Sie sich mit dieser Person auf einer anderen Ebene tief verbunden, vielleicht als Teil einer Sie beide umfassenden, größeren Wirklichkeit erlebt haben?

Neben anderen Formen dialogischer Selbstreflexion⁷³ scheint mir dies ein wichtiger und pragmatischer Ansatz zu sein, auch in unseren Institutionen innere und äußere Räume eines erweiterten Bewusstseins zu schaffen und in einer nicht-religiösen Sprache zu trainieren. Dies scheint mir wichtiger und weiterführender zu sein als die ‚technische‘ Optimierung neuronaler Netzwerke. Auf solche Erfahrungsräume eines ‚partizipierenden‘ Bewusstseins (Bohm) sind wir schon aus Gründen des humanen Überlebens auf diesem Planeten dringend angewiesen.

⁷³ Heinrich Dauber/ Ralf Zwiebel (Hg.), Professionelle Selbstreflexion aus pädagogischer und psychoanalytischer Sicht, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2006

Die Erde als unsere Heimat

„Eine entschleunigte Gesellschaft ist eine Gesellschaft, in der nicht das Haben von Sachen, sondern des Sein der Menschen im Mittelpunkt stehen wird. Alles wird sich um ihr Wohlbefinden, um die Entfaltung und Erfüllung ihrer Möglichkeiten drehen. Und das ist der Kern menschlichen Glücks. Die entschleunigte Gesellschaft wird eine Gesellschaft der Muße und der Faulheit sein, verstanden als ‚kluge Lust‘.“⁷⁴

Fritz Reheis

„Unsere einzige Hoffnung ist die energispendende Kraft, die von einer neuen Vision ausgeht. Diese oder jene Reform vorzuschlagen, ohne das System von Grund auf zu erneuern, ist auf lange Sicht gesehen sinnlos, denn solchen Vorschlägen fehlt die mitreißende Kraft einer starken Motivation... Das ›utopische‹ Ziel ist realistischer als der ›Realismus‹ unserer heutigen Politiker. Die neue Gesellschaft und der neue Mensch werden nur Wirklichkeit werden, wenn die alten Motivationen – Profit, Macht, Intellekt – durch neue ersetzt werden: Sein, Teilen, Verstehen; wenn der Machtcharakter durch den produktiven, liebesfähigen Charakter abgelöst wird und an die Stelle der kybernetischen Religion ein neuer radikal-humanistischer Geist tritt.“⁷⁵

Erich Fromm

„Und ich behaupte, dass die Wiedergewinnung dieser Möglichkeit die eigentliche Frage ist, um die es ... geht – nämlich die Möglichkeit, dass ein schönes und gutes Leben vor allem ein Leben der Umsonstigkeit ist, und dass Umsonstigkeit etwas ist, das erst aus mir fließen kann, wenn es durch dich eröffnet und herausgefordert wird.“⁷⁶

Ivan Illich

Wie kein anderer hat Ivan Illich in den 70er und 80er Jahren des letzten Jahrhunderts das wahrensüchtige Lebensmodell des Industrialismus im Blick auf seine verborgenen Grundannahmen analysiert und kritisiert. Als Philosoph galt seine Kritik einem Menschenbild, das Menschen als bedürftige Abnehmer professioneller Dienstleistungsexperten sah, ohne deren Hilfe sie sich weder bilden noch gesund erhalten, weder fortbewegen noch behausen konnten. Als Historiker galt Illichs Interesse den mentalitätsgeschichtlichen Brüchen in der Geschichte des Abendlandes, die der Erfindung neuer Werkzeuge und Technologien vorausgingen und deren gesellschaftliche Durchsetzung begleiteten. Die Grundlagen einer modernen Gesellschaft, deren Werte sich an der Produktion und dem Konsum industriell erzeugter Waren und professionell verwalteter Dienstleistungen orientiert, entlarvte Illich als Fortschrittsmythen, durch die immer weitere innere und äußere Abhängigkeiten erzeugt werden.

Privilegierte und Unterprivilegierte in diesem Rattenrennen um immer höhere Lebensstandards, definiert durch immer höheren Verbrauch natürlicher Ressourcen sowie industriell erzeugter Güter (und Dienstleistungen), lassen sich inzwischen nicht mehr in den traditionellen Kategorien (industrialisierter) Norden gegen (unterentwickelten) Süden fassen. Wenn die Südländer auf Gleichbehandlung pochen, folgen sie einem unverantwortbaren Wachstumsmodell. Verlangen

⁷⁴ Fritz Reheis, Die Kreativität der Langsamkeit. Neuer Wohlstand durch Entschleunigung, Darmstadt (Wiss. Buchgesellschaft) 1998, S. 207

⁷⁵ Erich Fromm, Haben oder Sein, Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft, Stuttgart (dva), 1976, S. 197

⁷⁶ Ivan Illich, a.a.O., S. 253

die Nordländer von den Südländern Begrenzungen im Verbrauch von Rohstoffen und Ausstoß von Schadstoffen, verweigern sie den Menschen im Süden das Recht, genauso zu leben, wie sie selbst leben und wie die Massenmedien es weltweit bis in die letzte Hütte als fortschrittlich propagieren.

Angesichts des drohenden Klimawandels mit seinen noch kaum abzuschätzenden Folgen, die neuerdings in aller Munde sind, aber hier nicht diskutiert werden sollen, werden wir in pädagogischer, therapeutischer und spiritueller Hinsicht unsere ganze Kraft brauchen, um mit den Konflikten und Katastrophen umzugehen, die auf uns und die nächste Generation zukommen. Dabei konzentriert sich die öffentliche Diskussion derzeit vor allem auf ‚technische‘ Möglichkeiten, diese Katastrophen abzuwenden. Innerhalb der spirituellen und transpersonalen Szene finden sich aber auch Aufrufe, die ihre visionäre Überzeugungskraft aus einem (unpersönlichen) kosmischen Evolutionsprozess zu beziehen versuchen.

„Dein Verhalten“, sagt Ken Wilber in der Einleitung zu einem 2005 in Denver aufgezeichneten öffentlichen Gespräch mit Andrew Cohen, „schafft in dem Maße, in dem du deinen höchsten Möglichkeiten entsprechend lebst, die Strukturen, in denen die Menschheit der Zukunft leben wird. Wähle daher deine Handlungen sehr, sehr sorgfältig aus. Sorge dafür, dass deine nächste Tat von deinem Höchsten Selbst kommt... Dann gibt es Hoffnung für die Zukunft.“⁷⁷

Und Andrew Cohen ergänzt:

„Da sich menschliches Verstehen verändert und wir beginnen, den spirituellen Weg in einem evolutionären Kontext zu sehen, erkennen wir, dass es nicht mehr einfach nur um das Transzendieren der Welt geht, sondern darum, die aktive Dimension dessen zu umarmen, was es heißt, den Kosmos zu erschaffen. Bis vor kurzem war Gott bzw. das schöpferische Prinzip etwas, von dem *wir* Hilfe erbat. Doch ich glaube, dass wir historisch an einem Punkt angelangt sind, wo Gott, den ich als Energie und Intelligenz bezeichnen möchte, die das Universum erschaffen hat, nun vollständig von *uns* abhängt – von den empfindenden Wesen, die eine Entwicklungsebene erreicht haben, auf der wir wertzuschätzen beginnen, wer wir sind und warum wir hier sind. Dieses kreative Prinzip *ist*, was *wir* sind – nicht nur in der formlosen, nicht manifesten Dimension, sondern auch in der kreativen, manifestierten Welt als evolutionärer Impuls, als der Funke, der den Urknall initiierte, welcher wiederum unser authentisches Selbst ist.“⁷⁸

Ken Wilber und andere integrale Bewusstseinsforscher in seinem Umfeld scheinen weniger Hoffnung auf die Einsicht und Vernunft der Menschen⁷⁹ zu setzen als auf einen sich selbst entfaltenden evolutionären Prozess:

„Tatsache ist, dies ist das Morgengrauen des Zeitalters der Schau-Logik, der Aufstieg der Netzwerkgesellschaft, des postmodernen, aperspektivischen, im Internet verbundenen globalen Dorfes. Evolution in allen Formen hat begonnen, ihrer selbst bewusst zu werden. Evolution, als GEIST-in-Aktion, beginnt auf einer kollektiven Ebene zu erwachen. Kosmische Evolution bringt jetzt Theorien und Leistungen ihrer eigenen integralen Umarmung hervor. Dieser Eros bewegt sich durch Dich und durch mich und fordert uns auf, einzuschließen, zu diversifizieren, zu achten und zu umfassen. Die Liebe, die die Sonne und die anderen Sterne bewegt, bewegt Theorien wie diese, und sie wird noch viele andere bewegen, wenn Eros das bisher Unverbundene verbindet und die Fragmente einer Welt zusammenzieht, die zu erschöpft ist, auszuhalten.“⁸⁰

Ivan Illich spricht in seinen nachgelassenen Gesprächen mit David Caley vom Geschenk der frei gewählten Begegnung, das er mit Vorliebe am Beispiel der Geschichte vom barmherzigen

⁷⁷ What is Enlightenment? Visionen Spezial, Ausgabe 20, 2006, S. 32

⁷⁸ a.a.O., S. 33

⁷⁹ „Je nachdem, welche Skala man nimmt, ist zwischen 50 und 70 % der Weltbevölkerung auf ethnozentrischen oder niedrigeren Stufen der Entwicklung... Um es möglichst frei herauszusagen, bedeutet das, etwa 70 % der Weltbevölkerung sind Nazis.“ (What is integral spirituality, 2005, S. 92)

⁸⁰ Wilber: 2001, S. 216

Samariter erläutert, ein Gleichnis Jesu, das für sein eigenes Leben und Denken von zentraler Bedeutung war.

Ein Mensch ging von Jerusalem nach Jericho hinab und fiel Räubern in die Hände; die zogen ihn aus und schlugen ihn und gingen davon und ließen ihn halbtot liegen. Zufällig aber ging ein Priester jene Straße hinab; und er sah ihn und ging vorüber. Ebenso kam auch ein Levit an den Ort, sah ihn und ging vorüber. Ein Samariter aber, der unterwegs war, kam in seine Nähe, und als er ihn sah, hatte er Erbarmen mit ihm und trat hinzu, verband seine Wunden, indem er Öl und Wein darauf goss, hob ihn auf sein Tier, brachte ihn in eine Herberge und pflegte ihn. Und am folgenden Tage nahm er zwei Denare heraus, gab sie dem Wirt und sagte: Pflege ihn! Und was du mehr aufwenden wirst, will ich dir bezahlen, wenn ich wiederkomme. (Lukas 10, 30-35)

Traditionell wurde diese Geschichte als Gebot zur Nächstenliebe, als Verpflichtung der Christen ausgelegt, den Armen und Misshandelten zu helfen. Illich gab ihm eine andere, fundamentlere Bedeutung. In seiner Auslegung sprengt Jesus mit diesem Gleichnis alle Gebote seiner Zeit, in der Nächster nur sein konnte, der derselben Ethnie, Volks- und Glaubensgemeinschaft angehörte. Ausgerechnet ein Samariter, ein Ungläubiger, setzt sich über alle Grenzen anständigen Verhaltens hinweg und der unter die Räuber gefallene Jude gibt ihm die Möglichkeit, eine menschliche Beziehung einzugehen.⁸¹

Für Illich gründet die Bereitschaft, seinen Nächsten frei und außerhalb der eigenen Ethnie zu wählen, in seinem christlichen Glauben an Gott, der sich aus Liebe und in freier Wahl entschieden hat, leibhaftiger Mensch zu werden. Dieser Glaube gründet seine „Gewissheit auf das Wort von jemandem, dem ich vertraue, und macht dieses Wissen, das sich auf Vertrauen baut, grundlegender als alles, was ich qua Vernunft wissen kann... Es gibt nur Sinn, wenn der Eine, dem ich traue, Gott ist. Aber auch auf meine Beziehung zu anderen Menschen färbt dies ab. Es lässt mich danach streben, Menschen mit dem Wunsch zu begegnen, sie so anzunehmen, wie sie sich offenbaren⁸² – sie also *beim Wort* zu nehmen –, und nicht durch das, was ich über sie weiß.“⁸³ Illich geht es darum, in ‚Beziehungen zu denken und nicht in Regeln.‘ Damit steht er in einer abendländischen Tradition der Ich-Du Begegnung, die es in dieser Form im Buddhismus nicht gibt. Gleichwohl geht es auch im Buddhismus darum, gerecht und selbstlos, Illich hätte gesagt ‚umsonst‘, zu handeln. Vielleicht ist damit ein gemeinsamer Ausgangspunkt zwischen einer dem Westen und einer dem Osten verpflichteten spirituellen Tradition bezeichnet, in dem es weniger um technische Regeln und soziale Normen geht als vielmehr um eine Haltung, eine Ethik, ein

⁸¹ „Denn er ist jemand, der sich nicht nur über die Präferenz der Hilfe an Menschen der eigenen ethnischen Art hinwegsetzt, sondern auch eine Art von Verrat begeht, indem er seinen Feind betreut. Indem er das tut, übt er eine Wahlfreiheit aus, deren radikale Neuartigkeit zumeist übersehen wurde... [Jesus] war nicht gefragt worden: Wie soll man sich seinem Nächsten gegenüber verhalten? Sondern eher: Wer ist mein Nächster? Und was er sagte, so wie ich es verstehe, war: Mein Nächster ist der, den ich wähle, nicht der, den ich wählen muss... Jesus belehrte die Pharisäer, dass die Beziehung derentwillen er gekommen war, um sie ihnen als die menschlichste zu verkünden, keine Beziehung ist, die erwartet, verlangt oder geschuldet wird. Sie kann nur zwischen zwei Menschen frei geschaffen werden, und dies kann nicht geschehen, wenn mich nicht etwas durch den Anderen, vom Anderen, in seiner leibhaftigen Gegenwart berührt... dieses ‚Soll‘ [ist] nicht auf eine Norm reduziert und kann auch nicht darauf reduziert werden. Es hat ein *telos*, es strebt nach jemandem, aber nicht entsprechend einer Regel. Es ist fast unmöglich geworden für Leute, die sich heute mit Ethik oder Moral beschäftigen, in Beziehungen zu denken und nicht in Regeln.“ Ivan Illich, a.a.O., S. 74 f.

⁸² Für Illich ist deshalb auch die moderne Grundannahme, man könne anderen Menschen dabei helfen, durch psychoanalytische oder marxistische Deutung (ihrer Neurosen oder ihrer Klassenlage) sich selbst besser zu verstehen, eine Sackgasse und Verleugnung des Geschenks, das sich überraschend in der nicht-interpretierten Gegenwart des Anderen zeigt. Folgt man Illich in dieser Sichtweise, hat dies erhebliche Konsequenzen für die pädagogische wie therapeutische Arbeit, in der wir heute als professionelle Helfer gezwungen sind, erst aufgrund vorangegangener gründlicher Diagnose zu lehren oder therapeutisch zu intervenieren.

⁸³ Ivan Illich, a.a.O., S. 81

Bewusstsein, das um das Geschenk der Verbundenheit in der Begegnung weiß, in der wir uns dem Leiden unseres Nächsten zuwenden und darin unsere Menschlichkeit finden.⁸⁴

Eine solche Haltung spricht, wenigstens ansatzweise, aus dem Entwurf einer Erd-Charta, wie sie von der Ökumenischen Initiative Eine Welt und dem BUND vor Jahren entworfen und inzwischen von zahlreichen Gruppen und Organisationen übernommen wurde. Ihre Präambel lautet:

„Die Erde, unsere Heimat

Die Menschheit ist Teil eines sich ständig fortentwickelnden Universums. Unsere Heimat Erde bietet Lebensraum für eine einzigartige und vielfältige Gemeinschaft von Lebewesen. Naturgewalten machen das Dasein zu einem herausfordernden und ungewissen Ereignis, doch die Erde bietet gleichzeitig alle wesentlichen Voraussetzungen für die Entwicklung des Lebens. Die Selbstheilungskräfte der Gemeinschaft allen Lebens und das Wohlergehen der Menschheit hängen davon ab, ob es uns gelingt, eine gesunde Biosphäre zu bewahren mit all ihren ökologischen Systemen, dem Artenreichtum ihrer Pflanzen und Tiere, fruchtbaren Böden, reinen Gewässern und sauberer Luft. Die globale Umwelt mit ihren endlichen Ressourcen ist der gemeinsamen Sorge aller Völker anvertraut. Die Lebensfähigkeit, Vielfalt und Schönheit der Erde zu schützen, ist eine heilige Pflicht.“⁸⁵

Dies ist auch das Anliegen vielfältiger größerer und kleinerer, nicht selten eher spirituell oder eher politisch orientierter Lebensgemeinschaften rund um die Welt.⁸⁶ Ich lebe mit meiner Familie seit über 25 Jahren in einer ökologischen Haus- und Hofgemeinschaft und kenne die Chancen und Schwierigkeiten eines solchen Projektes aus persönlicher Erfahrung.⁸⁷

⁸⁴ Der Dalai Lama schreibt in seinem ‚Buch der Menschlichkeit‘: „Nach meiner Auffassung ist das hingebungsvollste Geben jenes, das ohne den Anspruch oder den Gedanken an einen Dank erfolgt und dessen Motiv in echter Anteilnahme am anderen begründet ist.“ Dalai Lama, Das Buch der Menschlichkeit. Eine neue Ethik für unsere Zeit, Bergisch Gladbach (Verlagsgruppe Lübbe) 2000, S. 128

⁸⁵ Ökumenische Initiative Eine Welt e.V. erdcharta@oeiew.de; www.erdcharta.de

⁸⁶ Beispiele sind die Ökumenische Initiative Eine Welt in Wethen oder die Kommune Niederkaufungen, die auch im Rahmen eines umfangreichen wissenschaftlichen Programms zu einem nachhaltigen Lebensstil untersucht wurde. Vgl. Simon, Karl-Heinz, Gemeinschaftlich Nachhaltig. Welche Vorteile bietet das Leben in Gemeinschaft für die Umsetzung ökologischer Lebenspraktiken. In: Matthias Grundmann, Thomas Dierschke u.a. (Hg.), Soziale Gemeinschaften. Experimentierfelder für kollektive Lebensformen, Berlin (LIT Verlag) 2006, S. 155-70. Ökumenische Initiative Eine Welt e.V. erdcharta@oeiew.de; www.erdcharta.de; www.kommune-niederkaufungen.de. Zur internationalen Einschätzung dieser Bewegungen vgl.: Saskia Poldervaart, Harrie Jansen & Beatrice Kellner (eds.), Contemporary Utopian Struggles. Communities between modernism and postmodernism. Amsterdam (Aksant) 2001

⁸⁷ Vgl. Dauber, Heinrich, Lernfelder der Zukunft, Bad Heilbrunn (Klinkhardt), 1997, S. 185ff.

Grenzflächen und Übergänge

„Wenn unsere Aufgabe ... in den nächsten Jahren darin bestehen wird, eine planetarische Welt zu bauen und zu bewohnen, dann müssen wir lernen, unsere Neigung zum Anhaften, besonders in ihren kollektiven Formen, durch Loslassen zu überwinden.

Erweitern wir unseren Horizont um eine transformative Sicht der Erfahrung, die nichts mit Weltflucht oder Suche nach einem verborgenen, wahren Selbst zu tun hat, sondern mit Loslassen, mit Überwinden des Anhaftens und der Sucht nach festen Grundlagen, gewinnen wir eine neue Weltperspektive, lernen wir, die Bodenlosigkeit in einer wissenschaftlichen Kultur als Erbarmen zu verkörpern.“⁸⁸

Francisco Varela

„Ich halte die konventionellen Auffassungen von Geist, Materie, Denken und Materialismus, die natürliche und die übernatürliche, für völlig unannehmbar. Ich lehne den heutigen Materialismus ebenso entschieden ab wie das in Mode gekommene Lechzen nach dem Übernatürlichen... Meine Aufgabe ist es, zu erforschen, ob es irgendwo zwischen diesen beiden Schreckgespenstern des Unsinn [des herrschenden Materialismus mit seinem quantitativen Denken... auf der einen Seite und des romantischen Supranaturalismus auf der anderen] einen geistig gesunden und gültigen Platz für die Religion gibt.“⁸⁹

Gregory Bateson / Catherine Bateson

Das die Welt beobachtende Ich-Bewusstsein und das mystische Erleben der Einheit charakterisieren komplementäre Erfahrungsweisen des Menschen. Sie führen einerseits zu einer kritisch-rationalen Einstellung, in welcher der Mensch die Welt in ihrer Vielfalt verstehen, sie mit dem eigenen Denken erfassen will, andererseits zu einer irrational-mystischen Grundhaltung, in der er durch Hingabe und Meditation unmittelbar zum eigentlichen Wesen des Seins vorzudringen versucht. In der abendländischen Geschichte stehen diese beiden Grundhaltungen in einem ständigen fruchtbaren Wechselspiel.“⁹⁰

Hans-Peter Dürr

Es geht nicht um innerlichen Rückzug von der Welt, ‚das Leben nicht lieb haben‘, so Luther⁹¹, aber auch nicht um den politischen Aktionismus, der sich darin verzehrt, die Verhältnisse zu ver-(schlimm)-bessern. Es geht überhaupt nicht um ein entweder-oder, sondern um die vielperspektivische Wahrnehmung dessen, was ist und um die Möglichkeit, die Potentialität der Entwicklung des Einzelnen, unserer Gesellschaften wie der Lebensmöglichkeiten allen Lebens zu erhalten und zu fördern.

Erziehung kann einerseits Möglichkeiten autonomer und gemeinschaftlicher Identitätsbildung eröffnen und begrenzt diese andererseits im jeweiligen sozialen, kulturellen und ökonomischen Kontext.

Therapie kann verkrustete Muster und Strukturen bewusst machen, verflüssigen und empathische Begleitung in krisenhaften Übergängen anbieten, bedarf aber einer ‚integrativen Haltung‘,

⁸⁸ Francisco Varela/ Evan Thompson/ Eleanor Rosch, Der mittlere Weg der Erkenntnis. Der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung, München (Goldmann) 1995, S. 342

⁸⁹ Gregory Bateson / Catherine Bateson, Wo Engel zögern, Frankfurt (Suhrkamp) 1993, S. 91 f, S. 95

⁹⁰ Hans-Peter Dürr (Hrsg.), Physik und Transzendenz, Bern – München – Wien (Scherz) 1986, S. 7

⁹¹ „... dass sie [die eigenen Kinder, H.D.] lernen, Gott trauen, glauben und fürchten, und ihre Hoffnung in Ihn setzen ...dass sie zeitliche Dinge lernen verachten, Unglück sanft tragen, und den Tod nicht fürchten, das Leben nicht lieb haben.“ Biblisches Spruch- und Schatzkästchen, gesammelt aus Dr. Martin Luthers Schriften, Stuttgart (Verlag der Evang. Bücherstiftung) 1738, S. 41

um nicht selbst wiederum in den jeweiligen therapeutischen Menschenbildern und Konzepten befangen zu bleiben.

Meditation kann diese Konzepte in einer höheren Ordnung/ einem weiteren Feld ‚auf-heben‘, indem sie Ich-gebundene Konzepte relativiert und mit dem größeren Ganzen verbindet.

In allen drei Praxisfeldern geht es um achtsames Verhalten im Alltag, um einfühlsame Begegnung mit anderen Menschen, der natürlichen (Um-)Welt und sich selbst und letztendlich um die Überschreitung ich-fixierter Konzepte und Haltungen. Es ist an der Zeit, dafür auch in unseren pädagogischen Institutionen innere und äußere Räume zu schaffen.

Für mich persönlich als jemand, der sowohl im christlichen Glauben wie in der Tradition der Aufklärung und neuzeitlichen Wissenschaft aufgewachsen ist, besteht die größte Herausforderung (und tägliche Übung) darin, diese in sich geschlossenen, hermetischen Praxisfelder und damit verbundenen Weltbilder aufzulösen und ihre Widersprüche zu leben; zu lernen, in der alltäglichen Erfahrung zwischen verschiedenen Modi der Präsenz zu pendeln; Pädagogik und Therapie, Wissenschaft und Spiritualität nicht gegeneinander auszuspielen, sondern als unterschiedliche Formen des Zugangs zu dem, was ist, der Einen Wirklichkeit zu begreifen, die wir so oft durch unsere mentalen Konzepte und verdrängten Emotionen verdunkeln. Es gilt, die grundlegenden Pole von Autonomie und Verbundenheit zu vereinen, den eigenen Weg zu entdecken und sich mit dem, was über uns hinaus geht, zu verbinden: das irdische und das himmlische Prinzip unseres Lebens zu erkennen.⁹²

Wir sind gegründet und begrenzt im Irdischen, in den Bedingungen unseres Organismus und seiner sozialen und materiellen Umwelt, aber wir sind auch in der Lage, unsere Beschränktheiten und Konditionierungen zu erkennen und eine Sichtweise zu entwickeln, die über das hinaus geht, was wir ‚haben‘ und zu kennen glauben. Dies ist ein fortwährender Balanceakt der Begegnung an den Grenzen zwischen verschiedenen Praxisfeldern, zwischen uns und den anderen, zwischen uns und der Welt und last not least zwischen den verschiedenen Anteilen unserer eigenen Person.

Die Welt und die Nase

„Gut, dass ich Sie angetroffen habe“, sagte der Ankömmling und schaute misstrauisch um sich.

„Womit kann ich dienen?“ fragte ich höflich [...]

„Ich möchte Sie um Rat bitten [...] Sehen Sie meine Nase? [...] Beschreiben Sie sie ganz genau.“

„Mit größtem Vergnügen. Eine Nase mittlerer Größe, normale Färbung, proportional [...] gelegen [...] keinerlei besondere Anzeichen.“

„Gut. Und jetzt fassen Sie Mut. Wissen Sie, dass diese Nase die Erdachse ist, dass sich die Welt um sie dreht... um meine Nase“, sagte er in einem unnatürlichen, prophetischen Ton [...]

Ich war sprachlos. [...] „Die Welt sitzt auf meiner Nase und dreht sich wie in ihren besten Zeiten. Im ersten Moment dachte ich, ich werde verrückt. Denken Sie nur, was für eine schreckliche Verantwortung das ist und was für eine Knechtschaft. Dauern zittere ich nur um meine Nase. Du gehst auf der Straße und der Schweiß läuft dir herunter vor Angst, jemand könnte dich anrempeeln. [...] Geben Sie mir einen Rat, was tun.“ Er nahm sein Taschentuch heraus und berührte mit einem Zipfel vorsichtig die Nasenflügel.

Ich beschloss, aufs Ganze zu gehen.

„Sie faseln“, rief ich mit entschlossener Stimme. „Überlegen Sie sich: Wie kann eine so riesige Welt, mit vielen Millionen von Menschen, mit einem solchen Lärm, mit Fabriken, Friedhöfen, Kirchen, Kanonen, Museen, Schulen, Ausverkäufen, einer Theaterausstellung, Eisenbahnen, Industrie, Handel, mit dem ganzen Fortschritt, mit Genies, Gelehrten, mit Dichtern, mit mir, Paris [...], dem Zionismus – wie kann all dies um Ihre Nase wirbeln?“

„Ich verstehe das noch weniger als Sie, aber trotzdem ist es so“, erwiderte er ruhig. [...]

Schließlich gab er mir eine Woche zum Nachdenken und verließ den Raum langsam, majestätisch, wie es einem Menschen geziemt – der eine Nase besitzt, welche die Erdachse ist. Ich traf ihn nie mehr im Leben. [...]

Es mag seltsam erscheinen, dass diese kleine Episode meinen Charakter stark beeinflusste. [...] Ich beschäftigte mich so intensiv mit der eigenen Person, als ob die ganze Welt sich um meine Nase drehen würde. [...] Gleichzeitig

⁹² „Die Vernachlässigung der Erde bedeutet, dass man den Kopf in den Wolken trägt, und die Vernachlässigung des Himmels bewirkt, dass man durch den Schlamm wadet.“ John Welwood, *Dem Herzen folgen*. Durch Liebe und Freundschaft zu sich selbst finden, München (Knaur) 1996, S. 63

bemerkte ich, dass in meiner Umgebung Tausende solcher Kranker existierten; das bestätigten tausend Fakten. Es waren das Menschen, die auf den verschiedensten Stufen der sozialen Leiter standen: Ärzte, Rechtsanwälte, Beamte, Schriftsteller, Lehrer, Schauspieler, Kaufleute, Männer ebenso wie Frauen. Ich wage mich mit meinen Vermutungen noch weiter vor: Es kommt mir nämlich so vor, als sei das die am weitesten verbreitete Geisteskrankheit, von der beinahe die ganze Menschheit befallen ist.

Sie ist heilbar, und das ist eine unermesslich tröstliche Tatsache. Die Heilung beruht aber darauf, sich aktiv um eine möglichst große Anzahl von Nasen seiner Nächsten zu sorgen und an sie zu denken. Dann wird das Denken abgelenkt, die eigene Nase beschäftigt den Patienten weniger und wenn nicht gar eine vollständige Heilung erfolgt, kann sich zumindest das Leiden nicht weiterentwickeln und es wird weniger lästig. Die Nasenstübe, die unsere eigene Nase bekommt, werden uns weniger weh tun und ihre Missgeschicke uns weniger Schmerzen bereiten. (*Henryk*)⁹³

Literatur

- Altner, Nils, Achtsamkeit und Gesundheit. Auf dem Weg zu einer achtsamen Pädagogik, Immenhausen (Prolog-Verlag) 2006
- Ancelin Schützenberger, Anne, Oh, meine Ahnen, Wie das Leben unserer Vorfahren in uns wiederkehrt, Heidelberg (Carl-Auer-Systeme Verlag) 2005
- Armbruster, Bernt/ Dauber, Heinrich/ Stubenrauch, Herbert, „dass wir das noch erleben durften...“ Pietistische Kindheiten in den 50er Jahren – Gespräche und Erinnerungen, Berlin (Pro BUSINESS) 2006
- Baker Roshi, Richard, Leerheit – nicht Heiligkeit. Über die Handwerkskunst der Zen-Praxis, in: *BUDDHISMUS aktuell* 2/04, S. 36-39
- Bateson, Gregory/ Bateson, Catherine, Wo Engel zögern, Frankfurt a.M. (Suhrkamp) 1993
- Bauer, Joachim, Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone, Hamburg (Hoffman und Campe) 2005
- Becker, Nicole, Die Lust an den Versuchungen der Hirnforschung. Über die paradoxen Folgen neurowissenschaftlicher Stellungnahmen zu pädagogischen Fragen, in: *Jahrbuch für Pädagogik* 2006, *Infantilisierung des Lernens?*, Frankfurt (Peter Lang) 2007, S. 141 - 156
- Belschner, Wilfried, Der Sprung in die Transzendenz. Die Kultur des Bewusstseins und die Entmystifizierung des Spirituellen. *Psychologie des Bewusstseins* Bd.7, Hamburg (LIT) 2007
- Bergmann, Wolfgang/ Hüther, Gerald, Computersüchtig, Kinder im Sog der modernen Medien, Düsseldorf (Walter Verlag) 2006
- Bernfeld, Siegfried, Sisyphos oder die Grenzen der Erziehung, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1967
- Biblisches Spruch- und Schatzkästchen, gesammelt aus Dr. Martin Luthers Schriften, Stuttgart (Verlag der Evang. Bücherstiftung) 1738
- Biegert, Hans, <http://www.familienhandbuch.de/cmain/f-Aktuelles/a-Schule/s-1543.html>
- Bohm, David, Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussionen, hg. von Lee Nichol, Stuttgart (Klett-Cotta) 1998
- Bocian, Bernd, Selbst. Meditation und erotisches Erfassen der Wirklichkeit, in: *Gestalttherapie*, 1988 (2), S. 59-68
- Braun, Claudia, Buddhistische Erziehung. Ein Weg der Selbsterziehung des Menschen, Wien (Octopus Verlag) 1985
- Brumlik, Micha (Hrsg.), Vom Missbrauch der Disziplin. Antwort der Wissenschaft auf Bernhard Bueb, Weinheim (Beltz) 2007
- Bueb, Bernhard, Lob der Disziplin. Eine Streitschrift, Berlin (List) 2006

⁹³ Janusz Korczak, erschienen 1902 in der humoristisch-satirischen Zeitschrift ‚Kolce‘ (Stacheln). Der gesamte Text findet sich in Janusz Korczak, *Sämtliche Werke* Band 2, ediert von Friedhelm Beiner und Erich Dauzenroth, Gütersloh (Gütersloher Verlagshaus) 2002, S. 380-384

- Dalai Lama, Das Buch der Menschlichkeit. Eine neue Ethik für unsere Zeit, Bergisch Gladbach (Verlagsgruppe Lübbe) 2000
- Dalai Lama, Tensin Gyatso, der XIV. u.a.: Wege zur universellen Verantwortung Aus Tushita 2. Nach mündlichen Übermittlungen der Tibetischen Tradition. Übersetzt von Michael Hellbach. Rheinberg, 1981
- Dauber, Heinrich, Lernfelder der Zukunft, Bad Heilbrunn (Klinkhardt), 1997
- Dauber, Heinrich, Abendländische Erzähltraditionen, in: Reinhard Fuhr/Heinrich Dauber (Hg.), Praxisentwicklung im Bildungsbereich - ein integraler Forschungsansatz, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2002, S. 31-76
- Dauber, Heinrich/ Zwiebel, Ralf (Hg.), Professionelle Selbstreflexion aus pädagogischer und psychoanalytischer Sicht, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2006
- Dürr, Hans-Peter (Hg.), Physik und Transzendenz, Bern – München – Wien (Scherz) 1986
- Fromm, Erich, Psychoanalyse und Zen-Buddhismus, in: Zen-Buddhismus und Psychoanalyse, Erich Fromm, Daisetz Teitaro Suzuki, Richard de Martino, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1971 (1960)
- Hahn, Ulla, Das verborgene Wort, Köln (dtv) 2003
- Hammarskjöld, Dag, Zeichen am Weg, München (Droemersch Verlag) 1965
- Heinsohn, Gunnar, Söhne und Weltmacht. Terror im Aufstieg und Fall der Nationen, Zürich (Orell Füssli) 2003
- Hesse, Hermann, Kindheit und Jugend vor Neunzehnhundert. Hermann Hesse in Briefen und Lebenszeugnissen 1877-1895, Frankfurt a.M. (Suhrkamp Verlag) 1966
- Holzappel, Günther, Mehr Selbstbewusstsein für Pädagogik! Eine Replik zum Schwerpunkttheft „Gehirn und Lernen“ des Literatur- und Forschungsreports Weiterbildung 3/2003. In: Literatur- und Forschungsreport Weiterbildung Heft 2/2004, S. 87-98
- Hüther, Gerald, Die Folgen traumatischer Kindheitserfahrungen für die weitere Hirnentwicklung, <http://www.agsp.de/html/a34.html>
- Illich, Ivan, In den Flüssen nördlich der Zukunft. Letzte Gespräche über Religion und Gesellschaft mit David Caley, München (C.H.Beck) 2006
- James, William, Die Vielfalt religiöser Erfahrung, Frankfurt/Main (Insel Verlag) 1977
- Jung, Carl Gustav, Gesammelte Werke, Bd. 11, Olten und Freiburg (Walter Verlag) 1979³
- Kabat-Zinn, Myla und Jon, Mit Kindern wachsen. Die Praxis der Achtsamkeit in der Familie, Freiamt (Arbor) 2006
- Keuffer, Josef, Buddhismus und Erziehung. Eine interkulturelle Studie zu Tibet aus erziehungswissenschaftlicher Sicht, Münster/New York (Waxmann) 1991
- Korczak, Janusz, Sämtliche Werke Band 2, ediert von Friedhelm Beiner und Erich Dauzenroth, Gütersloh (Gütersloher Verlagshaus) 2002, S. 380-384
- Krishnamurti, Jiddu, Schöpferische Freiheit, Minden-Planegg (Otto-Wilhelm-Barth Verlag) 1956
- Michel, Volker (Hg.), Hermann Hesse, Lektüre für Minuten. Gedanken aus seinen Büchern und Briefen, Frankfurt/Main (Suhrkamp) 1971
- Naranjo, Claudio, Das Ende des Patriarchats und das Erwachen einer drei-einigen Gesellschaft, Petersberg (Via Nova) 2000
- Nassehi, Armin, Warum die Welt katholisch wird, DIE ZEIT Nr. 16, 12. April 2007, S. 54
- Nipkow, Karl Ernst, Der schwere Weg zum Frieden. Geschichte und Theorie der Friedenspädagogik von Erasmus bis zur Gegenwart, München (Gütersloh) 2007
- Nipkow, Karl Ernst, Kinder und Transzendenz. In: Pastoraltheologische Informationen, 27. Jg. 2007, Heft 1/2
- Nolle, Reinhard, Forschungsprojekt „Prozessorientierte biografische Medienarbeit mit jugendlichen Strafgefangenen“, Universität Kassel – JVA Wiesbaden, März 2007

- Ökumenische Initiative Eine Welt e.V. erdcharta@oeiew.de; www.erdcharta.de
- Paetow, Björn-Peter, Nicht-Identität als Bezugspunkt von Bildungsprozessen. Eine interkulturelle Studie zum (Mayana-)Buddhismus aus erziehungswissenschaftlicher Sicht. Dissertation Universität Bielefeld 2004
- Plesse, Michael, Die Seele und ihre Reichweite. In: Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 1/2005, S. 26-30
- Plesse, Michael/ St. Clair, Gabrielle, Orgodynamik – Tür zum Sein. In: E. Zundel/ P. Loomans (Hg.), Im Energiekreis des Lebendigen. Körperarbeit und spirituelle Erfahrung, Freiburg (Herder) 1995, S. 60-87
- Poldervaart, Saskia/ Jansen, Harrie/ Kellner, Beatrice (eds.), Contemporary Utopian Struggles. Communities between modernism and postmodernism, Amsterdam (Aksant) 2001
- Reheis, Fritz, Die Kreativität der Langsamkeit. Neuer Wohlstand durch Entschleunigung, Darmstadt (Wiss. Buchgesellschaft) 1998
- Revel, Jean-François/ Ricard, Mathieu, Der Mönch und der Philosoph. Buddhismus und Abendland. Ein Dialog zwischen Vater und Sohn, Köln (Kiepenheuer und Witsch) 1999
- Riedesser, Peter, Trauma – Terror – Kinderschutz: Prävention seelischer Störungen und destruktiven Verhaltens. Vortrag bei der Verleihung des Kinderschutzpreises am 29.10.2001. © Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Impressum
- Roth, Wolfgang, Sozialkompetenz fördern – In Grund- und Sekundarschulen, auf humanistisch-psychologischer Basis, Bad Heilbrunn (Klinkhardt) 2006
- Scheich, Henning, Lernen unter der Dopamindusche, DIE ZEIT, Nr. 39, 18.09.2003, S. 38
- Simon, Karl-Heinz, Gemeinschaftlich Nachhaltig. Welche Vorteile bietet das Leben in Gemeinschaft für die Umsetzung ökologischer Lebenspraktiken. In: Matthias Grundmann, Thomas Dierschke u.a. (Hg), Soziale Gemeinschaften. Experimentierfelder für kollektive Lebensformen, Berlin (LIT Verlag) 2006, S. 155-70
- Singer, Peter, Die Befreiung der Tiere, München (Hirthinger Verlag) 1982
- Spitzer, Manfred, Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens, Heidelberg (Spektrum Akademischer Verlag) 2002
- Spitzer, Manfred, Neurodidaktik: Medizin für die Pädagogik, <http://www.zeit.de/2003/39/Neurodidaktik?page=all>
- St. Clair, Gabrielle, Eros und Präsenz im multidimensionalen Bewusstsein, Bielefeld (Kamphausen) 2005
- St. Victor, Hugo von, Das Lehrbuch, Paderborn (Schöningh) 1896
- Theweleit, K., Männerphantasien, Band 2. Männerkörper. Zur Psychoanalyse des weißen Terrors, München 1995
- Thich Nhat Hanh, Zeiten der Achtsamkeit, Freiburg (Herder Verlag) 1996
- Varela, Francisco/ Thompson, Evan/ Rosch, Eleanor, Der mittlere Weg der Erkenntnis. Der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung, München (Goldmann) 1995
- Waal, Frans de, Der Affe in uns. Warum wir sind, wie wir sind, München (Hanser) 2006
- Wagner, Angelika C., Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte. Mentale Selbstregulation und Introversion, Stuttgart (Kohlhammer) 2007
- Welwood, John, Dem Herzen folgen. Durch Liebe und Freundschaft zu sich selbst finden, München (Droemer Knaur) 1996
- What is Enlightenment? Visionen Spezial, Ausgabe 20, 2006
- Wilber, Ken, Die drei Augen der Erkenntnis, München (Kösel) 1988
- Wilber, Ken/ Engler, Jack/ Brown, Daniel P. (Hrsg.), Psychologie der Befreiung. Perspektiven einer neuen Entwicklungspsychologie – die östliche und die westliche Sicht des Reifeprozesses, Bern (Scherz Verlag) 1988

Wolinsky, Stephen, Die Essenz der Quantenpsychologie. Durchschauen, wer wir *nicht* sind,
Kirchzarten (VAK) 2001
Zimmer, Katharina, Das Leben vor dem Leben. Die seelische und körperliche Entwicklung im
Mutterleib, München (Kösel) 1984
Zohar, Danah/ Marshall, Ian, SQ, Spirituelle Intelligenz, München (Scherz) 2000

Immenhausen/Kassel 24.07.07
© Heinrich Dauber