

Der Homo moralis
oder
Die Menschwerdung

von
Robert Hammer

Teil I

Der Weg - Meditationsphilosophie
als ausgezeichneter Modus der Existenzbewältigung

© Robert Hammer, Willendorf 2017
Alle Rechte vorbehalten.

Jede nicht vom Autor autorisierte kommerzielle - d.h. auf erwerbsmäßiges Einkommen oder finanziellen Gewinn ausgerichtete - Nutzung ist verboten.

Korrigierte Fassung 10.4.2018

Inhalt

Einleitung	4
Philosophie.....	8
Das Sein, das Nichts und die Transzendenz.....	8
Leben und Tod, Existenz.....	9
Die Religion	10
Philosophie und Wissenschaft.....	12
Ein Plädoyer für die Philosophie.....	17
Philosophie und Wahrheit	18
Die Wahrheit und ihr Pseudos.....	21
Meditation	27
de via mea meditationis narro	27
Analyse	30
Conclusio	32
Was ist „richtig“ meditieren?	33
Meditation und Mystik.....	36
Über Wirkung und Sinn von Meditation	39
Warum Meditationsphilosophie?	42
Warum Philosophie <i>und</i> Meditation?.....	42
Griechische Termini.....	47
Literaturverzeichnis	48

Ein Mensch, der sich nicht ein einziges Ziel setzt,
hat keinerlei Wert.«
Yamamoto Tsunetomo, *Hagakure*, S. 113

Einleitung

Aristoteles bezeichnet zu Beginn seiner Nikomachischen Ethik das Gute als das Telos jeglichen Strebens und findet neben sekundären Gütern in der Glückseligkeit das vollendete und an sich selbst genügende Gut¹. In der Antike gaben die philosophischen Schulen verschiedene Antworten, was das Gute sei. Wie divergierend diese Antworten auch ausfielen, wie etwa εὐδαιμονία, ἀταραχία, εὐθῦμία, ἡδονή – sie hatten immer das Gelingen des Lebens zum Ziel, wenn auch die methodischen Ansätze divergierten.

Auch aus einer religiösen Lebensperspektive heraus wird das gute Leben als Ziel angegeben. Im Alten Testament wird die Einhaltung der Gebote und die Liebe zu Gott eingefordert, »auf daß ihr leben möget und es euch wohl gehe und ihr lange lebt«². Im Neuen Testament wird dieser Entwurf auf ein ewiges Leben ausgedehnt. Zukünftige Belohnungen werden auch in den anderen Religionen versprochen.

These 1: Das Streben des Menschen ist von Natur wegen darauf ausgerichtet, ein gutes Leben zu führen. Es ist ein legitimes Streben.

Die Wertprädikate gut und schlecht bzw. übel sind Qualitätskriterien, gut im positiven, schlecht bzw. übel im negativen Sinne.

Das Streben nach dem moralisch Guten entspricht einer positiven, das nach dem Bösen einer negativen Moralität.

Im moralischen Kontext wird mit »gut« eine Gesinnung bzw. ein Verhalten oder eine Handlung bezeichnet, welche dem Wertekodex der jeweiligen Gesellschaftsform entspricht, mit »böse« werden Gesinnungs-, Verhaltensweisen oder Handlungen gekennzeichnet, welche gegen diesen Kodex verstoßen.

Im religiösen Kontext ist ein guter Mensch derjenige, der die Gebote Gottes einhält und an seine Existenz glaubt^a. Derjenige, der sich von Gott abwendet und an ihn nicht glaubt, wird dadurch ein Anhänger des Satans^b und ist ein böser Mensch.

Nützlichkeit ist gut und Schädlichkeit ist schlecht bzw. von Übel – nach qualitativen Kriterien. Nach moralischen Kriterien kann Nützlichkeit bzw. das qualitativ Gute aber böse sein^c. Nützlichkeitsabwägungen stehen oft in Konflikt mit moralischen Normen, weshalb die Moral sehr oft zu kurz kommt. Schädlichkeit ist nicht mit dem Bösen gleichzusetzen. Das Apriori für die Möglichkeit des Guten und des Bösen ist der selbst-bewusste Wille, welcher nur personalen Lebensformen immanent ist. Der Mensch konstituiert Moral. Das Naturgeschehen vollzieht sich nach einer blinden, unmoralischen Gesetzmäßigkeit. Auch wenn dadurch ein Schaden entsteht, so

^a Dieser Glaube ist nach gängiger, religiöser Überzeugung die *Conditio sine qua non* für das ewige Heil. Im hebräischen Original bedeutet das deutsche Wort »Glaube« allerdings Vertrauen. Es ist ein Vertrauen auf etwas, wovon es keine Existenzgewissheit geben kann – Gott.

^b Eine Überzeugung oder ein Glaube ist nicht erforderlich, die böse Tat ist hinreichend für eine religiöse Verurteilung. Nur einem guten Menschen, welcher an Gott glaubt, wird das ewige Heil zuteil.

^c Als Beispiel mag die Entnazifizierung von deutschen Kriegsverbrechern nach dem Zweiten Weltkrieg angeführt werden. Aus nationalen Interessen wurde Recht und Gerechtigkeit missachtet und die Ahndung unmenschlicher Grausamkeiten verhindert.

ist dies nicht böse, sondern nur schlecht. Ebenso fehlt Tieren oder Pflanzen die Fähigkeit zur Moral und damit die Möglichkeit, böse zu sein – sie sind *unmoralisch*.

These 2: Der Mensch ist als personale Lebensform ein Gemeinschaftswesen.

Das religiös Böse ist die Sünde, welches in einem zukünftigen, transzendenten Sein geahndet wird. In der personifizierten Form ist das Gute Gott, das Böse der Teufel. Gott ist das absolut Gute, der Teufel das absolut Böse. Durch die Allmacht und die Allwissenheit Gottes als Schöpfer alles Seins entsteht allerdings das Theodizee-Problem. Wenn Gott alles geschaffen hat, woher kommt das Böse? Bei all dem Bösen in der Welt – warum tut Gott nichts dagegen, wenn er allmächtig ist? Und wenn Gott gut ist – ist er gut aufgrund seiner Allmacht, die ihn befähigt, etwas für gut oder böse zu erklären, oder ist das Gute eine subsistente, eigenständig aus sich selbst heraus existierende Struktur, der sich Gott unterwirft? Es handelt sich hier um kontradiktorische, unlösbare Argumentationsstrukturen, welche allerdings eher Gegenstand einer Religionskritik sind. In den polytheistischen Religionen taucht dieses Problem nicht auf, da jede Gottheit ihre eigene Funktion hat.

Das philosophisch Böse^a ist ein Verstoß gegen die menschliche Moral, dem eine göttliche Sanktionierung fehlt. Der menschliche Geist ist der Ursprung moralischer Normen. Durch das Fehlen des göttlichen Absolutum entsteht das Problem der Relativität von Moral.

Recht ist das, was man von anderen als Pflicht einfordern darf. Recht ist eine Idee, welche das Legalitätsprinzip transzendiert. Die Rechtsdimension ist eine Relation zwischen den Menschen, das Beurteilungskriterium ist die Handlung, die Tat, nicht das Denken oder die Gesinnung. Rechtsobjekte sind divers und können sowohl im Ideellen, als auch in physischen Gegenständen bestehen. Das staatliche Gesetz ist als Basis des Rechtsdenkens zu verstehen, dem sich alle zu unterwerfen haben, aber Gesetze können auch ein großes Unrecht darstellen. Das legalistische Prinzip des Rechts ist weder objektiv, noch allgemein gültig. In der Antike hatte der νομός einen derart hohen Stellenwert, dass Sokrates es vorzog, in den Tod zu gehen als gegen das Gesetz zu verstoßen. Sokrates wurde allerdings aufgrund von Verleumdungen verurteilt. In unserer Zeit werden Legislative und Judikatur dazu verwendet, Unrecht gesetzlich zu legalisieren^b.

These 3: Die menschliche Gemeinschaft kann nur nach Prinzipien der Gerechtigkeit funktionieren. Gerechtigkeit basiert auf dem Prinzip des reziproken Gleichheitsrechts. Das Vergeltungsprinzip ist die Grundlage für Gerechtigkeit. Dies sowohl im positiven Sinne, wie Dankbarkeit, oder im negativen, wie Bestrafung oder Rache^c.

^a Der vorliegenden Arbeit liegt der philosophische Begriff von Moral zu Grunde.

^b Als Beispiel eines solchen Unrechts mag hier das Abschöpfen des Wassers durch einen internationalen Konzern in einem Drittland dienen, wodurch die Menschen eines neben der Fabrik liegenden kleinen, armen Dorfes nicht das zum Überleben notwendige Trinkwasser erhalten. Durch die Wasserentnahme fiel der Grundwasserspiegel auf 90 m und dem Dorf, welchem die finanziellen Mittel fehlen, um einen Brunnen in diese Tiefe zu bohren, fehlt das Wasser. Die Menschen sind auf kontaminiertes Wasser angewiesen, wodurch besonders Kinder und alte Menschen erkranken. Die Motivation dieses Konzerns besteht in Gewinnmaximierung, die menschlichen Schicksale sind den Verantwortlichen des Konzerns völlig gleichgültig. Unrecht wird hier per Gesetz zu Recht erklärt.

Weiters sei auf die jetzigen Gepflogenheiten hingewiesen, dass große, internationale Konzerne durch Lobbyisten auf die Gesetzgebung Einfluss nehmen und dadurch für sie günstige Gesetze zu Stande bringen. Diese Gesetze dienen der Gewinnoptimierung der Konzerne unter Missachtung sämtlicher Rechte des Volkes oder von Einzelpersonen. Auf diese Art und Weise werden auch neue Technologien in Umlauf gebracht, bei denen aufgrund vorliegender Studien mit einer Schädigung der Volksgesundheit zu rechnen ist – völlig „rechtskonform“.

^c Aristoteles: » Denn Vergeltung wird entweder für Übeltat begehrt, und fiele sie hier fort, so wäre es der Zustand der Knechtschaft, falls es keine Vergeltung gibt, oder für Wohltat, und unterbleibt sie hier, so hört jede Art von Hingebung auf; durch solche Hingebung aber erhält sich das Gemeinschaftsleben.« *Nikomachische Ethik.*, DB002 S. 4906.

Es ist gerecht, wenn das Unrecht zum Ursprung zurückgekehrt, das moralisch Gute belohnt und das Böse bestraft wird.

Pflicht ist nicht ein Sollen, sondern ein Müssen, worauf ein Rechtsanspruch besteht.

Verzeihen ist eine schöne, noble Sache, aber – ist es immer *gerechtfertigt*? Ist Verzeihen Pflicht?

Recht ist Gegenstand der Rechtswissenschaften, nach Gesichtspunkten der Legalität. Grundlage ist das Gesetz.

Moral ist Gegenstand der Ethik, welche eine Theorie von Moralität zu entwerfen sucht.

Die Einzelwissenschaften untersuchen das Sein den Rahmenbedingungen ihrer Wissenschaft entsprechend. Der Horizont ihres Blickwinkels wird durch den jeweiligen Methodenansatz und das Sachgebiet bestimmt.

Philosophie versucht die Welt zu verstehen und zu deuten^a, das philosophische Denken *schafft* Welt – eine geistige Welt, welche in die physikalische Welt eingebettet ist.

Sein ist das Allumfassende, welches alles beinhaltet und woraus alles entspringt. Mit »Sein« ist alles, was existiert, gemeint.

Aus methodischen Gründen wird dieser Arbeit der Kant'sche Begriff des transzendentalen Realismus zum Zwecke der Analyse zu Grunde gelegt, mit der Modifizierung, dass die Wirklichkeit aus Materie besteht, deren Urgrund unbekannt ist^b. Das Ding an sich selbst ist Materie.

Daraus ergeben sich gravierende Unterschiede zum Ansatz Kants. Kant suchte eine Moral von apodiktischer Gewissheit zu begründen und gab deshalb dem transzendentalen Idealismus den Vorrang. Dadurch war eine völlige Unabhängigkeit von Faktoren außerhalb des Denkens im moralischen Bereich gewährleistet und das agierende Subjekt hatte moralische Autonomie. Allerdings führte diese Absolut-Setzung des Intellektuellen – die intelligible Welt – zu konfligierenden Gegensätzen mit den Geschehnissen im realen Leben. In seinem Lügen-Beispiel führte dies dazu, dass er seinen Freund einem Mörder ausliefert, um nicht lügen zu müssen. Anderenorts³ wurde deshalb die Ethik Kants zurückgewiesen, wobei allerdings nur die *Begründungsbasis* zurückgewiesen wurde, da sie eben bei einer konsequenten Anwendung zu kuriosen, moralisch negativen Ergebnissen führt. Bei Zugrundelegung des transzendentalen Realismus wird eine Wirklichkeit angenommen, welche völlig unabhängig auf das menschliche Leben einwirkt. Die Folge ist, dass der Mensch in seinem Tun nicht mehr frei ist, sondern

^a Oswald Spengler: »Ein Denker ist ein Mensch, dem es bestimmt war, durch das eigene Schauen und Verstehen die Zeit symbolisch darzustellen.« *Der Untergang des Abendlandes*, S. VII.

»Es gibt keine ewigen Wahrheiten. Jede Philosophie ist ein Ausdruck ihrer und *nur* ihrer Zeit, und es gibt nicht zwei Zeitalter, welche die gleichen philosophischen Intentionen besäßen, sobald von wirklicher Philosophie und nicht von irgendwelchen akademischen Belanglosigkeiten über Urteilsformen oder Gefühlskategorien die Rede sein soll. Der Unterschied liegt nicht zwischen unsterblichen und vergänglichen Lehren, sondern zwischen Lehren, welche eine Zeitlang oder niemals lebendig sind. Unvergänglichkeit gewordener Gedanken ist eine Illusion.« Ebd., S. 57

^b Kant: »Wir haben in der transzendentalen Ästhetik hinreichend bewiesen: daß alles, was im Raume oder der Zeit angeschauet wird, mithin alle Gegenstände einer uns möglichen Erfahrung, nichts als Erscheinungen, d.i. bloße Vorstellungen sind, die, so wie sie vorgestellt werden, als ausgedehnte Wesen, oder Reihen von Veränderungen, außer unseren Gedanken keine an sich gegründete Existenz haben. Diesen Lehrbegriff nenne ich den *transzendentalen Idealism*. Der Realist in transzendentaler Bedeutung macht aus diesen Modifikationen unserer Sinnlichkeit an sich subsistierende Dinge, und daher *bloße Vorstellungen* zu Sachen an sich selbst.«

Kritik der reinen Vernunft, B 518f

externen Determinanten unterliegt, wodurch seine moralische Autonomie nicht mehr voll gegeben ist. Durch die Annahme, dass das Sein materieller Natur ist, in einer physikalischen Erscheinungsform, welche auch die Basis personaler Lebensformen ist, ergibt sich auch eine andere Definition von „Geist“. Geist hat nicht mehr eine immaterielle Kausalität und Subsistenz, sondern ist das Ergebnis physischer Vorgänge – der neuronalen Tätigkeit des individuellen Gehirns. Die Einzelwissenschaften, besonders die Gehirnphysiologie, haben schon in der Vergangenheit entsprechende Hinweise geliefert, neuerdings wird aufgrund der neurowissenschaftlichen Forschung der wissenschaftliche Nachweis erbracht, dass eine nicht-zerebrale Kausalität des Denkens sehr implausibel^a ist. Die Idee hat damit einen anderen Stellenwert als in der metaphysischen bzw. idealistischen Tradition. Sie ist nicht mehr eine subsistierende Entität, sondern das vergängliche Produkt des menschlichen Geistes. Die Idee ist keine ewige Entität, sondern hat nur Bestand solange sie von personalen Lebensformen über die Generationen hinweg tradiert wird. Ideen sind genauso sterblich wie Menschen, sie sterben mit dem Menschen.

Metaphysik ist nach diesem Verständnis die Lehre der Ideen, welche das physikalische Geschehen im Raum und in der Zeit transzendiert. Metaphysik ist keine Transzendenz des Seins^b!

Aus dieser Weltsicht ergibt sich die absolute Endlichkeit der menschlichen Existenz. – Der Tod wird zum absoluten Tod, zum absoluten Nicht-mehr-sein, zum Nichts.

Folgende Fragen drängen sich auf:

- Wie gestaltet sich das Denken, der Entwurf von Welt, bei Zugrundelegung dieses Seinshorizonts und was sind die Konsequenzen?
- Die Sinnfrage von Sein und Existenz wird virulent. Aber: kann Sinn nur aus der Perspektive eines ewigen Existierens entwickelt werden? Ist Sinn *nur* dann möglich, wenn man ewig lebt?
- Welche Folgen hat ein solches Weltbild für die Lebensorientierung?
- Wozu ein moralisches Leben führen, im Sinne einer positiven Moralität, wenn das moralisch Gute nicht belohnt und das Böse nicht bestraft wird?
- Was ist Freiheit?
- Wie frei ist der Mensch, wenn die Materie der Urgrund des Seins ist?
- **Was ist das Wesen des Menschen-Seins? Was macht den Menschen *zum Menschen*?**

^a Aufgrund der Möglichkeit, mit neurowissenschaftlichen Mitteln psychische Phänomene wie Emotionen an bestimmten Stellen des Gehirns durch Aktivierungsmuster lokalisieren zu können, muss auch der Seele eine körperliche Ursache zugewiesen werden. Die Neurowissenschaften sind noch sehr jung, sodass man mit der Interpretation dieser Forschungsergebnisse noch sehr vorsichtig sein muss. Aber die Entwicklung ist sehr vielversprechend, wie man schon daran erkennen kann, dass Schmerzen heute aufgrund von Aktivitäten an bestimmten Stellen der Gehirnregionen objektiv festgestellt werden können (Spektrum.de vom 9.3.2015), was bisher nicht möglich war.

^b Im Sinne von „jenseits“ dieses Seins.

Die Aufgabe von Philosophie ist es nicht, schöne und gute Gedanken zu denken, sondern - die Wahrheit zu erkennen.

Philosophie

Das Sein^a, das Nichts und die Transzendenz^b

Die menschliche Seele hat sich seit Menschengedenken, solange sie philosophiert, die Frage gestellt: Warum ist etwas und ist nicht nichts? Was ist Sein und was ist das „Nichts“?

Der Begriff des Nichts ist ein leerer Begriff^c, weil das Nichts weder vorstellbar noch denkbar ist. Er wird extrapolierend aus dem Nicht-mehr-sein eines Seienden gebildet. – Etwas in Raum und Zeit war da und ist dann nicht mehr da. Dieses Nicht-mehr-sein ist aber noch immer seinsimmanent. Es ist lediglich etwas verschwunden, was existiert hat. Aussagen über ein dieses physikalische Sein transzendierendes, metaphysisches Sein werden von den Religionen, Metaphysikern und Esoterikern getroffen, mit Berufung auf außergewöhnliche Erkenntnisfähigkeiten, Visionen, Offenbarungen oder Wunderphänomenen. Es sei an dieser Stelle auf die theoretischen Schriften Kants⁴ verwiesen, in denen er sehr plausibel ausführt, dass unser Erkennen auf einer wissenschaftlichen Basis durch den Verstand auf die Welt der Erfahrung restringiert ist, d.h. zuverlässige Erkenntnisse nur im Horizont dieses physikalischen Seins stattfinden können. Positive Aussagen über ein metaphysisches Sein mögen einem menschlichen Bedürfnis entsprechen, entbehren aber jeglicher fundierter Begründungsmöglichkeit. Eine Aussage, sowohl im positiven als auch im negativen Sinne, über ein „jenseitiges“ Sein ist unmöglich. Angebliches Wissen über die Transzendenz kann nur unter den Auspizien des Glaubens dogmatisch vertreten werden.

Eine andere Form von Transzendenz, welche mit Skepsis betrachtet werden muss, wird durch die moderne Astrophysik geliefert. Ihre Denkansätze, in denen über die Existenz von Multiversen spekuliert wird, sind zwar sehr interessant, müssen aber in dem Bereich der Fiktion verwiesen werden. Aus einer mathematischen Möglichkeit lässt sich nicht die physikalische Realität bzw. Existenz eines transzendenten Seins ableiten, wenn auch im Laufe der Geschichte aufgrund mathematischer Berechnungen astronomische Fakten, wie die Existenz von unsichtbaren Planeten in unserem Sonnensystem, nachgewiesen werden konnten. Es handelt es sich hier um Begebenheit des Seins, m.a.W. um seinsimmanente Begebenheiten innerhalb des Raum-Zeit-Kontinuums, in dem wir leben.

Der Unterschied zwischen der Transzendenzform im ersten und im zweiten Sinne besteht darin, dass bei der ersten Form Forderungen und Ansprüche an die Lebensführung der Menschen gemacht werden, während bei der zweiten Form lediglich eine erkenntnistheoretische Konsequenz besteht.

^a »Sein« = df: Die Totalität des Ganzen, was existiert. Materie, physikalische Erscheinungsformen, chemische, Strahlung, Menschen, Gedanken, etc.

^b »Transzendenz« = df: Dasjenige, was „jenseits“ dieses Seins existieren soll, wie Gott oder überirdische Wesen, etc.

^c = leerer Gedanke, inhaltslose Vorstellung.

Leben und Tod, Existenz

Das Kennzeichen einer personalen Lebensform ist das selbstbewusste Wissen um Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der eigenen Existenz und damit auch das Wissen und Bewusstsein um die eigene Endlichkeit. Die Frage, warum etwas ist und warum nicht nichts ist, führt in logischer Konsequenz zur Frage nach der Sinnhaftigkeit von Sein und Existenz. Hat unser Leben Sinn? Wozu leben wir?... wenn wir sterben? Ist Leben sinnlos, wenn wir sterben?

Das Die-eigene-Weltsicht-in-der-Schwebe-halten, sich nicht auf eine bestimmte Position festzulegen, sich der Angst vor dem eigenen Tod zu stellen, ist sehr schwierig. Es ist viel leichter, sich den Tröstungen einer Religion hinzugeben oder jede Form von Transzendenz zu leugnen, als die Welt^a im Unbestimmten zu belassen. Die Ungewissheit, ob es ein Existieren nach dem Tod gibt, führt zur Angst um dieses Leben, dem *δαινόν* des *Nicht-Mehr-Seins* des *Ich*. Heidegger zeigte in *Sein und Zeit* die eminente Bedeutung des Todes und der Angst für die menschliche Existenz auf^b. Die Angst vor dem Tod bringt nach Heidegger den Menschen dazu, sich seiner Endlichkeit bewusst zu werden und dadurch seine existenziellen Möglichkeiten zu verwirklichen^c. Bei einer Interpretation des Heidegger'schen Todesbegriffs lassen sich zwei semantische Dimensionen feststellen. Einerseits kann der Tod als Tod der Existenz interpretiert werden, d.h. der Tod als geistiger Tod bei einem ansonst intakten biotischen Leben, andererseits als Tod des biotischen Lebens, was im allgemeinen Verständnis als »physischer Tod« bezeichnet wird. Der existenzielle oder geistige Tod bedeutet, dass der Mensch das ihm immanente Potenzial als personale Lebensform nicht aktualisiert. Das menschliche Sterben erfolgt auf beiden Ebenen. Während der physische Tod unausbleiblich und unvermeidbar ist, kann der existenzielle Tod entweder durch äußere Faktoren, aber auch durch eigene Schuld, wie durch Unterlassung der Entwicklung seiner eigenen Fähigkeiten und Begabungen, verursacht werden. Der existenzielle Tod führt in die Sinnlosigkeit von Sein und Existenz.

Einerseits tritt der Tod mit dem Sterben anderer Menschen, in besonders tragischer Form mit dem Tod nahestehender Menschen in die eigene Existenz, andererseits verändert die unmittelbare Konfrontation mit dem eigenen Tod die Weltsicht drastisch. Die Werte, von denen man geglaubt hat, dass sie wichtig seien, sind plötzlich wertlos. Was bisher bedeutend war, ist nichtig. Seine eigene Nichtigkeit, das endgültige Ende, das Nichts, drängt sich erbarmungslos in das eigene Bewusstsein. Die Folge einer solchen Konfrontation führt, wenn man wider Erwarten den unmittelbar bevorstehenden eigenen Tod überlebt, zu einer Umorientierung der eigenen Lebenseinstellungen und -erwartungen, wie Berichte von Nahtodeserfahrungen zeigen.

Aber – ist der Tod tatsächlich so schrecklich? Ist Leben ein absoluter Wert, der immer erstrebenswert ist? Für das junge, hoffnungsvolle Leben ist der Tod ein Schrecken und ein Gräuël, für das alte, unheilbar kranke kann der Tod ein Freund und ein Erlöser sein. Der Tod per se ist ein Ereignis, ein Phänomen wie andere in einer Welt des Werdens und Vergehens. Das bewusste Leben nimmt den Tod hin, das selbstbewusste – die personale Lebensform

^a »Welt« = df: Die Sicht, die Perspektive, mit der personale Lebensformen das Sein entwerfen. »Welt« synonym mit »Weltsicht«. Entwurf von „Welt“. Es sei jedoch auch auf die umgangssprachliche Bedeutung verwiesen, in der »Welt« das physikalische Sein impliziert.

^b »Das Vorlaufen [in den Tod, Anm. Verf.] erweist sich als Möglichkeit des Verstehens des *eigensten* äußersten Seinkönnens, das heißt als Möglichkeit *eigentlicher Existenz*.« (*Sein und Zeit*, S. 263)

»Die Angst offenbart im Dasein das *Sein* zum *eigensten* Seinkönnen, das heißt das *Freisein für* die Freiheit des Sich-selbst-wählens und -bei ergreifens. Die Angst bringt das Dasein vor sein *Freisein für* ... (propensio in ...) die Eigentlichkeit seines Seins als Möglichkeit, die es immer schon ist.« (Ebd. S. 188)

^c »Wohl aber liegt in der Zeitlichkeit des Daseins und nur in ihr die Möglichkeit, das existenzielle Seinkönnen, darauf es sich entwirft, ausdrücklich aus dem überlieferten Daseinsverständnis zu holen. Die auf sich zurückkommende, sich überliefernde Entschlossenheit wird dann zur Wiederholung einer überkommenen Existenzmöglichkeit. Die Wiederholung ist die ausdrückliche Überlieferung, das heißt der Rückgang in Möglichkeiten des dagewesenen Daseins.« (*Sein und Zeit*, S. 385)

– reagiert aufgrund seines intellektuellen Potenzials, dem Wissen um die Zeitlichkeit und Endlichkeit von Sein und Existenz mit Angst und Furcht.^a Im Laufe der menschlichen Geschichte wurden die verschiedensten Strategien entwickelt, um sich dieser Angst nicht stellen zu müssen. Der Tod wurde tabuisiert und aus dem Leben verdrängt. Mit Skepsis muss die Heidegger'sche positive Entwurfsmöglichkeit im Kontext mit dem Tod für die eigene Existenz betrachtet werden, da der Tod auch in Verzweiflung und Selbstaufgabe führen kann. In dieser Hinsicht muss Heidegger aber beiegepflichtet werden: Das Hinausdrängen des Todes aus der menschlichen Existenz führt zu einer Entfremdung des eigenen Selbstseins, m.a.W. zu einer Lebensweise, welche zu einem Verlust der eigenen Identität führt. Mit der Akzeptanz, dass der Tod endgültig ist und es nach dem Tod keine andere Form des Weiterexistierens gibt, ergeben sich folgenschwere Konsequenzen für die Art und Weise der Lebensgestaltung.

Die Religion

Die Ursprünge des religiösen Denkens liegen im Dunkeln. Die diesbezüglichen wissenschaftlichen Theorien divergieren weitgehend. Es darf aber davon ausgegangen werden, dass Religion von ihren primitivsten Anfängen an schon in grauer Vorzeit als Regulativ und Überlebensstrategie für die menschliche Gemeinschaft und das Zusammenleben in dieser Gemeinschaft gedient haben. Durch die mögliche Bestrafung in einem jenseitigen Leben nach dem Tod konnten die Menschen davon abgehalten werden, trotz der Fehlerhaftigkeit der irdischen Gerechtigkeit, gegen die gesellschaftlichen Normen zu verstoßen.

Außerdem bildete das religiöse Denken einen Trost für die Mühsal dieses Lebens, d.h. durch die Hoffnung auf ein besseres Leben in einem jenseitigen, transzendenten Sein wurde eine Motivation für das Ertragen von Leid und Not geliefert. Andererseits ist die Idee des Göttlichen, d.h. eines vollkommenen Wesens oder Seins, ein erstrebenswertes Ideal, um sich selbst zum Positiven weiterentwickeln zu können. Der Mensch hatte – und hat auch in unserer heutigen Zeit noch immer – ein Ziel, woraufhin er sich zubewegen kann.

Der Glaube an einen gütigen Gott hat das Edle im Menschen hervorgerufen und ihn zu Taten befähigt, die er ohne diesen Glauben nicht vollbringen hätte können. Das Streben zum Höchsten spornte ihn zu großen Leistungen an und ließ ihn Drangsale ertragen, welche ohne Glaube an eine göttliche Unterstützung unmöglich gewesen wären.

Im Laufe der Geschichte hat der überzeugte, fanatische Glaube an ein höheres Wesen aber auch für Fehlentwicklungen gesorgt, wie man, z.B., an den Verfolgungen zur Zeit des Hexenwahns erkennen kann, welcher die Folge eines falschen Wissens bzw. Aberglaubens war. In grauer Vorzeit wurden Menschenopfer dargebracht, um dem Willen Gottes Genüge zu tun oder den Fortbestand dieser Welt zu garantieren.

Die Überzeugung, den Willen Gottes zu vollziehen, hat zu unermesslichem Leid und zu grausamen Verbrechen geführt. Es wird deshalb hier die Position vertreten, dass jeder Glaube, den Willen Gottes zu kennen und zu tun, als Hybris einzustufen ist. Wenn das Göttliche existiert, ist es so groß, dass weder der Verstand noch ein (noch so überzeugter) Glaube es erfassen kann. Es wird die Überzeugung vertreten, dass das Glauben-Müssen bestimmter Glaubensinhalte, um ewiges Heil zu erlangen, ein Irrglaube ist. Derartige Statuten dienen nur denen, die im Namen

^a Heidegger spricht von einer feigen Furcht vor dem Tod (*Sein und Zeit*, S. 254, S. 265f)

Gottes auftreten, um ihren eigenen Willen durchsetzen zu können. Der in den religiösen Schriften geforderte bedingungslose Glaube und Nachfolge der Satzungen dient immer nur denen, die sich als Diener Gottes ausgeben^a.

Der Glaube an das Numinose zeigt eine Janusköpfigkeit, welche sowohl zum Positiven als auch zum Negativen führen kann.

Mit einem solchen Glauben kann das Leben Sinn gewinnen. Die Frage, welche die Menschheit seit Menschengedenken beschäftigt, ist – *ist es wahr*, dass Gott existiert? Wenn man aus religiösen Gründen alles aufgibt, unter Umständen sogar das eigene Leben wie bei den Christenverfolgungen im römischen Reich, ist es das wert? Wenn es der falsche Glaube war, hat man alles umsonst geopfert.

Die Zweifel ob der Existenz des Göttlichen lassen den Menschen in das Nichts hineinhängen, der Mensch ist auf seine eigene Existenz zurückgeworfen. Die extreme Position der Gottesverleugnung liegt im Atheismus. Diese Weltansicht übersieht allerdings auch, dass nicht nur eine positive Aussage über die Existenz des Göttlichen, sondern auch eine positive Aussage über dessen *Nicht-Existieren unmöglich* ist.

Die Theisten versuchen mit allen Kräften dieses endliche Leben in die Unendlichkeit fortsetzen zu lassen, was wahrscheinlich auf das evolutionär entstandene, biotische „Programm“, um jeden Preis zu überleben, zurückzuführen ist. Die Atheisten sehen in der Nicht-Existenz Gottes die Möglichkeit, ihre eigenen egoistischen Ziele zu verfolgen, welche Rechtsbruch und Verstoß gegen die positiven, moralischen Normen beinhalten, ohne Gefahr laufen zu müssen, in einem „Jenseits“ bestraft werden zu müssen. Allerdings bedeutet dies nicht, dass gottesfürchtige Menschen unbedingt moralisch gute und Atheisten unbedingt böse Menschen sind. Der Unberechenbarkeit der menschlichen Natur entsprechend kann die Einstellung und Entwicklung des Menschen nicht auf Utilitätsdenken und logische Kriterien reduziert werden.

Die wahrhaft Ungläubigen sind die Agnostiker. Sie weisen sowohl die theistische, als auch die atheistische Weltansicht zurück, weil sie als subjektive Glaubenswelten keine allgemeingültige Objektivität besitzen. Dem anderen den eigenen Glauben aufzwingen zu wollen – zu glauben, es zu müssen – ist ein Verstoß gegen die tolerante Akzeptanz für einen anderen Glauben. Weil jemand etwas anderes glaubt, heißt dies noch lange nicht, dass dies falsch ist. Metaphysische Glaubensformen lassen sich weder beweisen, noch widerlegen. Die felsenfeste, eigene Überzeugung ist kein apodiktisches Wahrheitskriterium! Die fanatische Gewissheit in Glaubensfragen, welche zu verbrecherischen Handlungen führt, zu Leid und Not von Menschen, zu barbarischen Grausamkeiten gegen Mensch und Tier, ist keine Entschuldigung für religiös motiviertes Handeln, welches böse ist.

Man hat Kant seinen Agnostizismus vorgeworfen, Kant hat aber in seinem Streben nach einer allgemeingültigen Fundierung von Moral nicht den Fehler gemacht, positive Aussagen über etwas zu machen, worüber man keine positiven Aussagen treffen *kann*. Er ging in seinem Denken gerade so weit, so weit man gehen *kann*, und verfiel nicht in den Fehler, irgendwelchen Produkten seiner Phantasie zu folgen. – In der Kant'schen Sprache: nicht der Schwärmerei der Vernunft zu verfallen. Man tut gut daran, das, was Kant im Bereich der Erkenntnistheorie vorexerziert hat, auf die Lebenswelt zu übertragen^b. Die Metaphysiker und Esoteriker tendieren in Theorie und

^a Es sei mit diesem Argument in keiner Art und Weise der Verdienst derjenigen, die aus einer ehrlichen, religiösen Überzeugung heraus Gutes tun, sich sozial engagieren und karitativ tätig sind, geringschätzig erachtet werden.

^b – Die skeptische *ἐποχή* in der voreiligen Beurteilung des Soseins seiner Mitmenschen als Lebensmaxime praktizieren, um Unrechtstaten zu vermeiden, welche der eigenen, falschen Überzeugung entspringen.

Praxis dazu, ihre eigenen Vorstellungen und Überzeugungen auf die seiende Realität zu übertragen und von den anderen zu fordern, sich diesen Glaubenswelten zu unterwerfen, ohne zu bemerken, dass sie selbst einem Schein nachjagen.^a

Philosophie und Wissenschaft

Während die Philosophien des Ostens der Welt des Mythos verhaftet blieben, haben die Philosophen im antiken Griechenland in ihrer Suche nach dem Wesen von Sein die mythische Welterklärung zurückgewiesen und den Urgrund in die ἀρχή verlegt. Alles Sein soll aus einem einfachen Prinzip heraus erklärt werden können. Das logische, rationale Denken trat in den Vordergrund. Sie läuteten damit das Zeitalter der wissenschaftlichen Welterklärung ein, wenn auch die Welt noch immer voll von Göttern war, deren Existenz sie in keiner Weise bestritten. Die in der Folge auftretende Entwicklung der Naturwissenschaften führte zur Erkenntnis, dass die mythischen bzw. religiösen Naturerklärungen falsch waren. Die Religion verlor ihre Glaubwürdigkeit und damit konnte auch die Sehnsucht des Menschen nach Spiritualität nicht mehr befriedigt werden.

Die Philosophie kann kein ewiges Leben als Belohnung für gutes Benehmen in Aussicht stellen. Es wird aber hierorts die These vertreten, dass die philosophische Reflexion, das Philosophieren, ein exzellenter Modus der Lebensbewältigung ist^b. Durch das Nachdenken über die verschiedensten Probleme entwickelt und schärft sich der menschliche Verstand. Der Philosoph denkt über Lebensprobleme nach, ob dies gewöhnliche Alltagsprobleme betrifft oder die abstrakteste Wissenschaftstheorie – alles ist Gegenstand der philosophischen Reflexion. Durch die zweieinhalbjahrtausend währende philosophische Tradition in Europa haben sich philosophische Sprachen entwickelt, welche höchst komplex sind. Die Großen haben eine eigene Begrifflichkeit hervorgebracht, um ihre Philosopheme zu artikulieren. Besonders ausgeprägt ist dies, z.B., bei Hegel, Kant oder Heidegger ausgefallen. Durch diese hochdifferenzierte Begrifflichkeit wird den philosophischen Laien der Zugang zur Philosophie versperrt, was zu der Meinung führt, dass Philosophie zu nichts taugt.

Philosophen haben immer wieder durch die Entwicklung von neuen Ideen und Erkenntnissen in das Schicksal der Menschheit eingegriffen, auch wenn dies nicht allgemein bekannt ist. Konfuzius, in China, starb in dem Bewusstsein, dass er total versagt hatte. Einige Jahrhunderte nach seinem Tod wurden seine Schriften wieder entdeckt und er wurde der ungekrönte Kaiser Chinas für einen Zeitraum von zwei Jahrtausenden. Platon und Aristoteles schufen Denkstrukturen, denen auch wir heute noch unterliegen. Descartes leitete das moderne Denken ein. John Locke verewigte sich in der Verfassung der Vereinigten Staaten. Immanuel Kant schuf im Bereich der Ethik derart Bedeutendes, dass er auch heute noch für ethische Problemstellungen befragt werden kann. Karl Marx schuf die theoretische Voraussetzung für die Entwicklung des Kommunismus, welcher in der Politik des 20. Jahrhunderts eine bedeutende Rolle spielte.

Aus diesen Beispielen ist schon erkennbar, dass Philosophie nicht eine nutzlose Beschäftigung und Zeitvergeudung ist. Es kann davon ausgegangen werden, dass das Philosophieren ansatzweise in jedem Menschen

^a Auf die gerade in diesem Bereich stattfindenden Betrügereien sei hierorts nicht eingegangen.

^b Es sei an dieser Stelle auf Boëthius verwiesen, welcher zum Tode verurteilt auf seine Hinrichtung wartete und in der Philosophie seinen Trost fand.

vorhanden ist. Jeder stellt sich irgendwann die Frage nach dem Sinn von Sein und Existenz – auch wenn er kein universitäres Philosophiestudium absolviert hat. Es liegt in der Natur personaler Lebensformen, dass sie aufgrund ihrer Intelligenz und ihres Selbst-Bewusstseins die Frage nach dem Ursprung, dem Zweck, dem Sinn und der Zukunft von Sein und Existenz stellen.

Nicht nur das Studium der kontemporären, modernen Philosophie, auch das Studium der alten Philosophien ist gerechtfertigt und nützlich, da die Alten in ihren Untersuchungen zu Erkenntnissen gelangten, welche aufgrund ihrer Allgemeingültigkeit auch heute noch richtig sind – wenn auch mit Modifizierungen auf unsere zeitgenössischen Probleme adaptiert. Man lernt auch aus den vergangenen Philosophen, weil sich das Eintauchen in diese alte, für uns fremde Welt^a befruchtend auf unser Denken auswirkt. Durch die Fremdheit dieses Geistes, welchen man nur verstehen kann, wenn man seine eigene Welt zurücklässt und sich auf diesen Geist einlässt, werden die Gewohnheiten des eigenen, selbstverständlichen Denkens durchbrochen. Unerlässlich sind auch historische Kenntnisse der damaligen Kultur bzw. der jeweiligen Gesellschaftsverhältnisse. Wer sich nur mit der Philosophie seiner eigenen Zeit beschäftigt, wird schwerlich in der Lage sein, das Wesen des philosophischen Geistes zu verstehen.

Durch die geistige Auseinandersetzung mit einem fremden Denken, welches durch die Andersartigkeit Impulse für das eigene Denken gibt, entwickelt sich der menschliche Geist. Das Bemühen um das Verstehen einer philosophischen Lehre ist eine Form des Kampfes. Die Großen unserer Philosophie sind nicht leicht verständlich, aber gerade an ihnen lernt man am meisten. Indem der Studiosus diese Lehren „nachdenkt“, zu verstehen versucht, schult er seinen Intellekt und erweitert damit seinen Welthorizont. Es wird hier die These vertreten, dass durch eine Auseinandersetzung mit Philosophie die Verständnisfähigkeit nicht nur in philosophischer Hinsicht, sondern generell gefördert wird. Der Philosoph sollte sich aufgrund der Auseinandersetzung mit schwierigen, philosophischen Problemen leichter in ihm fremden Sachgebieten zurechtfinden als andere, wenn er eine entsprechende Zeit für die Erfassung fachspezifischer Probleme aufwendet^b. Zu präferieren ist eine Auseinandersetzung mit der Primärliteratur, da man hier am meisten lernt. Einen Philosophen durch die Sekundärliteratur kennen zu lernen, ist zwar einfacher und man kann eine größere Menge von Wissen anhäufen, aber die Qualität und das Wesen von Philosophie geht dabei verloren. Was Gadamer in Bezug auf die Übersetzung gesagt hat^c, trifft auch auf das Kennenlernen der Philosophie durch die Sekundärliteratur zu.

Das Ideal des antiken Philosophen hat sich in der Person des Sokrates konkretisiert: ein Weiser, der sich seiner eigenen Unwissenheit bewusst war und dies auch bekannte. Im Krieg tapfer, gegen Unrecht unbeugsam, versuchte er in seinem Philosophieren diese Unwissenheit zu beseitigen. Er muss ein Mann von großem Charisma gewesen sein, da von ihm eine Vielzahl verschiedener philosophischer Schulen ihren Ausgang genommen haben. Er hat offensichtlich die Fähigkeit gehabt, durch die von ihm praktizierte, mäeutische Methode seine Schüler zum eigenständigen Denken zu bringen. Anders lässt sich dieses einmalige Phänomen nicht erklären. Das Kennzeichen des antiken Philosophen war seine persönliche Freiheit, die Unabhängigkeit von Lebensbedürfnissen und Widerstandsfähigkeit gegen Schicksalsschläge. Diese Freisinnigkeit ging so weit, dass auch der Tod nicht das

^a Wenn auch die Antike die Wurzel unserer Gesellschaft ist, sind die Lebens- und Weltansichten jener Zeit für unser Verständnis weitgehend nicht nachvollziehbar. Unsere Welt ist eine andere...

^b Dies sei eine These.

^c »Übersetzung ist auch nicht der Normalfall unseres Verhaltens zu einer fremden Sprache. Vielmehr ist das auf Übersetzung Angewiesensein wie eine Selbstentmündigung der Partner. Wo es der Übersetzung bedarf, muss der Abstand zwischen dem Geist des ursprünglichen Wortlauts des Gesagten und dem der Wiedergabe in Kauf genommen werden. Seine Überwindung gelingt nie ganz.« (*Wahrheit und Methode*, Bd. 1, S. 388)

absolute δεινόν war. Bei der in der Antike praktizierten Euthanasie, dem guten Tod, nahm sich ein Philosoph das Leben, wenn das Leben nur noch Leid und Elend zu bieten hatte. Es handelte sich hier nicht um einen Verzweiflungsakt, sondern um ein rationales Kalkül^a. Der antike Philosoph beschäftigte sich nicht nur damit, das Wesen der Natur und des Seins zu erfassen, sondern auch damit, wie das Leben mit all den existenziellen Problemen am besten zu bewältigen ist. Die verschiedenen Schulen gaben immer verschiedene Antworten, was die beste Strategie zur Erreichung von Zweck und Ziel des Lebens sei. Was ist das Ziel des Lebens? Ob die Bedürfnislosigkeit der Kyniker^b oder das Streben nach Glückseligkeit (εὐδαιμονία) durch die Epikureer bzw. nach der inneren Ruhe (ἀταραξία) durch die Stoiker, etc., die Alten lebten ihre Philosophie vor^c.

Im weiteren Verlauf der Philosophiegeschichte, im Mittelalter, rückte nicht nur die christliche Religion in den Mittelpunkt des philosophischen Interesses.^d In dieser Epoche war die Philosophie die Magd der Theologie. »Wie sonst in keiner Periode der abendländischen Geistesgeschichte lebte hier eine ganze Welt in der Sicherheit über das Dasein Gottes, seine Weisheit, Macht und Güte; über die Herkunft der Welt, ihre sinnvolle Ordnung und Regierung; über das Wesen des Menschen und seine Stellung im Kosmos, den Sinn seines Lebens,...«^e Religiöse Themen standen im Zentrum des philosophischen Denkens. Aber, auch in diesem religiösen Kontext stand das Gelingen des Lebens im Fokus des Philosophierens, wenn auch dieses Gelingen des Lebens in ein transzendentes Sein als ewige Unsterblichkeit versetzt wurde. In dieser Zeit war die Ordnung etwas Selbstverständliches und die Aufgabe war nur, diese Ordnung zu erkennen.

Mit Anbruch der Neuzeit wurde gefragt, wie Ordnung und Gesetz möglich sind. Mit dem Voranschreiten der Naturwissenschaften in der Neuzeit rückten die Einzelwissenschaften in den Fokus der philosophischen Reflexion. Philosophie „verwissenschaftlichte“ sich und das Gelingen des Lebens als Thema rückte in den Hintergrund. In unserer Zeit ist Philosophie mehr oder weniger fast ausschließlich nur an den Universitäten zu finden und hat damit ihren Lebensbezug verloren. Die philosophische Reflexion reduziert sich heute weitgehend auf philosophiehistorische Textexegese und theoretisches Schulwissen. Erkenntnistheorie, Wissenschaftstheorie, analytische Philosophie, etc. Diese wissenschaftliche Orientierung der Philosophie hat ihre Berechtigung, es stellt sich aber die Frage, ob die Philosophie durch die defiziente Praxisorientierung nicht ihren Universalitätsanspruch verliert^e. Wenn der Philosoph sich aber in den Wissenschaftsbetrieb einkapselt und das praktische^f Leben nur „theoretisch“ betrachtet, ist er dann noch Philosoph? Kann es sich ein Philosoph leisten, nur Wissenschaftstheoretiker zu sein?

Problematisch ist der Wissenschaftsbegriff in der Philosophie sowieso, da die naturwissenschaftlichen Wissenschaftskriterien wie Reproduzierbarkeit, Quantifizierbarkeit, Messbarkeit, usw., bei geisteswissenschaftlichen Disziplinen nicht greifen. Der Philosoph kann zwar einzelne, wissenschaftliche Resultate in Bezug auf das

^a »... der >wohlerwogene Freitod< galt als eine sittlich vertretbare Möglichkeit, da sie in der Autonomie des sich selbst regierenden Individuums begründet ist.« (Weinkauf, *Die Stoa*, S. 77)

^b Es sei an dieser Stelle auf das Paradebeispiel der Bedürfnislosigkeit, Diogenes von Sinope, hingewiesen, der nicht durch seine Ideen, aber durch seine Originalität Aufsehen erregt hat. Er wohnte in einem Fass und warf auch den Becher weg, als er bei einem Knaben sah, dass man auch aus der hohlen Hand trinken kann.

^c In Indien war das Leben des Philosophen der Prüfstein für die Richtigkeit seines Systems. (Glasenapp S. 17)

^d »Die Philosophie, die sonst die großen Probleme um Welt, Mensch und Gott mit den Kräften der reinen Vernunft allein zu bearbeiten pflegt, verbindet sich in dieser Periode mit dem religiösen Glauben und er mit ihr, eine Erscheinung, die in diesem Zeitraum übrigens auch bezeichnend ist für die arabische und jüdische Philosophie.« (Hirschberger, *Geschichte der Philosophie*, Bd. I, S. 317f)

^e Es soll damit in keiner Art und Weise gegen die Wissenschaftlichkeit der Philosophie polemisiert werden. Albert Menne: »Wenn Philosophie überhaupt eine Zukunft hat, kann sie das nur als Wissenschaft haben: sie muss ihre Ergebnisse methodisch gewinnen und verbindlich begründen.« (*Folgerichtig denken*, S. 4)

^f »praktisch« nicht im Sinne des Kant'schen Verständnisses!

Weltverstehen – das Weltganze – interpretieren, fachspezifische Aussagen über einzelwissenschaftliche Ergebnisse und Probleme im Horizont der betreffenden Disziplin sind ihm aufgrund mangelnder Fachkenntnisse verwehrt

Die Wissenschaften haben sich von ihren primitiven Anfängen, als die ersten Philosophen noch die ἀρχή des Seins zu ergründen suchten, zu hochkomplexen und effizienten Forschungsdisziplinen entwickelt. Das Ansehen der heutigen Wissenschaften hat dazu geführt, dass das Wort »Wissenschaft« eine Art Allmacht einsuggeriert. Wenn etwas in einer Meinungsbildung erreicht werden soll, versieht man das Resultat mit dem Prädikat der Wissenschaftlichkeit und begründet die eigene Position damit, dass diese durch eine Studie bestätigt wurde oder die eigene Meinung das Ergebnis einer wissenschaftlichen Studie ist.

Bedauerlicherweise hat die kontemporäre Wissenschaft ihr Ziel des Wissenserwerbs um des Wissens willen schon lange verlassen und sich für die Wirtschaft, die Politik und für sonstige Interessen prostituiert. In der Regel sind pekuniäre Gründe ausschlaggebend, dass Wissenschaftler die unsinnigsten, falschen Thesen in der Öffentlichkeit vertreten.

Aber: auch seriöse, integere Wissenschaft ist nicht unfehlbar. Die Geschichte der Wissenschaften ist eine Geschichte der Irrtümer und ein auch nach wissenschaftlichen Prinzipien erreichtes Resultat gibt keine Gewähr, dass dieses Resultat richtig ist. Die apodiktische Gewissheit der Richtigkeit eines nach wissenschaftlichen Kriterien erreichten Ergebnisses ist eine Illusion. Alle anderen Formen des Wissens werden mehr oder weniger pejoriert, aber ein nach wissenschaftlichen Kriterien erreichtes Wissen kann falsch und ein nach subjektiven Kriterien erlangtes Erfahrungswissen kann richtig sein! Ein wissenschaftliches Resultat wird der Wahrscheinlichkeit nach einen höheren Wahrheitswert^a haben, es ist aber keine notwendige Konsequenz, dass ein nach wissenschaftlichen Methoden erreichtes Ergebnis wahr (richtig) ist. Genau genommen ist auch Wissenschaft eine Glaubensform, da die wissenschaftlichen Ergebnisse von nur sehr wenigen Fachkundigen adäquat, d.h. sachgerecht, beurteilt werden kann. Die große Masse muss das glauben, was die Experten sagen und ist nicht in der Lage, die – sehr oft – divergierenden Expertenmeinungen zu beurteilen. Der Unterschied zum religiösen Glauben besteht darin, dass eine wissenschaftliche Begründung nicht auf einem voraussetzungslosen Glauben basiert^b, sondern dass logische und fachliche Kriterien des entsprechenden einzelwissenschaftlichen Methodenansatzes ausschlaggebend sind. Der Wissenschaftler – wie der Philosoph – ist nicht angehalten, etwas ungeprüft annehmen zu müssen. Durch das Publizieren wissenschaftlicher Forschungsergebnisse wird einerseits das allgemeine Wissen vergrößert, andererseits wird der wissenschaftlichen Gemeinschaft die Möglichkeit gegeben, diese Resultate zu überprüfen und gegebenenfalls auch zu widerlegen. Der kritischen Untersuchung sind keine Grenzen gesetzt. Diese allgemeine Falsifizierungs- und Verifizierungsmöglichkeit ist die beste Gewähr, dass Wissenschaft sich weiter entwickeln kann und das so produzierte Wissen richtig ist^c. Öffentliches, nicht esoterisches Wissen ist die Grundlage allgemeiner Entwicklung, Esoterik ist der Tod von Wissenschaft.

^a ... hat eine höhere Wahrscheinlichkeit, Sicherheit, dass das Resultat richtig ist.

^b »Wissenschaft« bedeutete im Mittelalter, dass eine wissenschaftliche Argumentation auf der Grundlage der Bibel bzw. der Lehre der Kirche entwickelt wurde. Der Glaube an die Inhalte der Bibel wurde bedingungslos vorausgesetzt.

^c Kant hatte einen sehr strengen Wissenschaftsbegriff: »Ob die Bearbeitung der Erkenntnisse, die zum Vernunftgeschäfte gehören, den sicheren Gang einer Wissenschaft gehe oder nicht, das läßt sich bald aus dem Erfolg beurteilen. Wenn sie nach viel gemachten Anstalten und Zurüstungen, so bald es zum Zweck kommt, in Stecken gerät, oder, um diesen zu erreichen, öfters wieder zurückgehen und einen andern Weg einschlagen muß; imgleichen wenn es nicht möglich ist, die verschiedenen Mitarbeiter in der Art, wie die gemeinschaftliche Absicht erfolgt werden soll, einhellig zu machen: so kann man immer überzeugt sein, daß ein solches Studium bei weitem noch nicht den sicheren Gang einer Wissenschaft eingeschlagen, sondern ein bloßes Herumtappen sei, und es ist schon ein Verdienst um die Vernunft, diesen Weg wo möglich ausfindig zu machen, sollte auch manches als vergeblich aufgegeben werden müssen, was in dem ohne Überlegung vorher genommenen Zwecke enthalten war.« (KdrV B VII, Vorrede zur 2. Aufl.)

Der wissenschaftliche Weg hat dazu geführt, dass der Mensch heute nach dem Weltraum greifen kann. Die einzelwissenschaftliche Spezialisierung hat zu einem enormen Wissen auf den verschiedensten Wissensgebieten geführt, aber trotz dieser Wissensmenge ist der Einzelwissenschaftler nicht in der Lage, die Frage nach dem Sinn von Sein zu beantworten. Er ist aufgrund seiner eigenen Methodenrestriktion nicht einmal in der Lage, diese Frage zu stellen.

Im Laufe der Geschichte der Philosophie haben die Philosophen in ihrem Denken versucht, die Welt^a zu erklären, aber sie haben sich auch der Erkenntnis des Selbst zugewendet. Die Frage nach dem Wesen des Selbst taucht schon bei Platon auf⁶ und setzt sich bis in das zwanzigste Jahrhundert fort, wie man an den Reflexionen von Heidegger zum eigentlichen Selbstsein in *Sein und Zeit* erkennen kann. Der Höhepunkt war wohl Fichte, der in idealistischer Titanenhaftigkeit das Ich in das Zentrum der menschlichen Existenz stellte.^b Schon am Denkansatz Fichtes kann man erkennen, dass die philosophische Reflexion vom psychologischen Methodenansatz, welcher die psychischen Mechanismen untersucht, divergiert. Sowohl der psychologische, aber auch der philosophische Ansatz haben gewisse Restriktionen, welche die Entwicklung des Individuums zur menschlichen Reife nicht optimal fördern. Die Psychologen reduzieren sich auf die psychische Funktionalität, während die philosophische Reflexion aufgrund ihres rational-denkerischen Ansatzes seelische Phänomene nur unzureichend erfassen kann.

These 4: Das Ziel menschlicher Entwicklung ist die Erlangung von Reife als personale Lebensform, m.a.W.: *Mensch* zu werden.

^a Die seiende Welt (das physikalische Sein), wie sie uns erscheint.

^b »Ich mache mich selbst: mein Sein durch mein Denken; mein Denken schlechthin durch das Denken.« *Die Bestimmung des Menschen*, S. 31. Vom Willen, nicht vom Verstand muss alle Bildung meiner selbst ausgehen. Ebd., S. 86.

»Zum Philosophieren gehört Selbstständigkeit: und diese kann man sich nur selbst geben.«
 Fichte, Grundlage der gesamten Wissenschaftslehre. DB002 S. 33384

Ein Plädoyer für die Philosophie

Wir leben in einem Informationszeitalter mit einem Wissensumfang, wie er noch niemals auf dieser Erde vorhanden war. Die Einzelwissenschaften blühen und gedeihen – wozu philosophieren?

Die Zeit, in der sich die Philosophen mit der Erklärung der Naturphänomene beschäftigten, ist vorbei. Die Einzelwissenschaften haben mit ihrem partikulären Ansatz auf das jeweilige Fachgebiet exzellente Ergebnisse geliefert, welche die technische und zivilisatorische Entwicklung der Menschheit enorm vorangetragen haben. Dies ist aufgrund des beschränkten menschlichen Potenzialhorizonts – auch auf dem Gebiet des Wissens – nur durch eine Spezialisierung von Wissen möglich. Der individuelle Mensch kann unmöglich *alles* wissen. Der Nachteil dieser Spezialisierung liegt aber darin, dass die Spezialisten außerhalb ihres eigenen Fachgebietes sehr oft mangelnde Urteilsfähigkeit besitzen und die Übertragung ihres speziellen Wissens auf andere Gebiete der Lebenswelt Schaden verursacht. Einzelwissenschaftler tendieren dazu, der Natur vorschreiben zu wollen, wie sie zu funktionieren habe und übersehen sehr oft, dass sich die Natur keine Vorschriften machen lässt.

Durch die Abkoppelung der Einzelwissenschaften stellt sich für die Philosophie die Frage, was ihr Gegenstand ist. Wenn alles von den Einzelwissenschaften erfasst wird, was früher Gegenstand der Philosophie war, sind die Philosophen jetzt „arbeitslos“?

Die Philosophen, welche Philosophie in der Regel aus Interesse und mit Passion betreiben, könnten doch sehr diffizile und hochgestochene Gründe vorbringen, um eine Existenzberechtigung nachzuweisen. Aufgrund der hochdifferenzierten, philosophischen Begrifflichkeit, die im Laufe der letzten zweieinhalb Jahrtausende philosophischer Entwicklung entstanden ist, wären sie dazu sehr gut in der Lage. Die für Laien unverständliche Argumentation könnte als hohes Wissensniveau ausgegeben werden. Auf diese Weise könnten die Philosophen ihre Philosophie „rechtfertigen“. Aber – ist dies wirklich notwendig?

Man kann wohl eher davon ausgehen, dass die Philosophie durch die Entwicklung der Einzelwissenschaften frei geworden ist für ihr ureigenstes Metier: das Leben selbst, die Seinsweisen des Menschen, die Existenz im Sinne des Existenzialismus. Der philosophische Horizont ist das Sein, die Welt in ihrer Gesamtheit! Die Einzelwissenschaften können hierzu nur die hinreichenden Informationen liefern. Keine einzige Einzelwissenschaft – auch nicht die Anthropologie – kann die Frage nach dem Wesen des Menschseins beantworten. Bedauerlicherweise reduziert sich die kontemporäre, akademische Philosophie immer mehr auf den Wissenschaftsbetrieb und vernachlässigt

den existenziellen Entwurf, welcher schon in der antiken Philosophie Priorität hatte. – Was ist wichtiger, als Sinn und Bedeutung in seinem Leben zu finden? Was ist wichtiger, als ein erfolgreiches^a Leben zu führen?

»Wer nicht zu früh aufgibt, sondern sich tiefer mit der Philosophie befaßt, wird bald merken, wie die verschiedenen einseitigen Theorien und Standpunkte sich gegenseitig wieder korrigieren und die Philosophie als ganze, nicht zwar in ihren einzelnen Teilaussagen, wohl aber im Gesamtgefüge ihrer einander berichtigenden, ergänzenden und fortführenden Lehren, doch der Königsweg zur Wahrheit ist.«
Hirschberger, *Geschichte der Philosophie*, Bd. II, S. 5

Philosophie und Wahrheit

Durch das Fehlen eines bestimmten Untersuchungs- und Gegenstandshorizonts ist Philosophie mit der Problematik einer zuverlässigen Verifizierungs- bzw. Falsifizierungsmöglichkeit ihrer Denkresultate konfrontiert. Deshalb den Wahrheitsanspruch für Philosophie generell aufzugeben, wäre falsch. Jaspers' Zurückweisung des Unterschieds von richtig und falsch in der Philosophie kann nicht beigepflichtet werden^b.

Wenn in der Philosophie auch das auf das Mittelalter zurückgehende Wahrheitskriterium der *adaequatio intellectus et rei* kein hinreichendes Kriterium für philosophische Wahrheit ist, da der philosophische Geist Welt^c konstituiert und damit die objektive Welt transzendiert, so ist doch die Korrespondenz der *ordo cognoscendi* mit der *ordo essendi* das Apriori für richtige Erkenntnis. Wenn diese Übereinstimmung fehlt, ist nicht nur Wissenschaft fehlerhaft, sondern auf einer primitiven Ebene auch das Überleben von Lebewesen^d nicht gewährleistet.

Eine falsche Philosophie führt zu einem falschen Denken, weshalb es nicht gleichgültig ist, welche Philosophie man entwickelt und welche Philosophen man sich zum Lernen aussucht. In der Geschichte der Philosophie kann man beobachten, wie die Philosophen Erklärungen für die Welt zu liefern versuchten, in der sie lebten. Durch die Jahrtausende hindurch kann man eine kulturelle und zivilisatorische Entwicklung beobachten, einen Prozess, auch ein Fortschreiten im philosophischen Denken, welches sich dieser Entwicklung anpasst und unter Umständen vorangetrieben hat. Gerade aber im deutschen Idealismus, einer Philosophie auf allerhöchstem Niveau, ist zu beobachten, dass Philosophie weltfremd sein kann. So antwortete Hegel einem Studenten, der ihn nach einer Vorlesung darauf aufmerksam machte, dass sich die Wirklichkeit doch anders verhalte, als es nach seiner Theorie sein müsste, mit den Worten »Um so schlimmer für die Wirklichkeit!«⁷. Seine Philosophie mit der Zurückweisung

^a Unter erfolgreich ist nicht unbedingt ein Leben in materiellem Reichtum zu verstehen. Sehr reiche Menschen können in all ihrem Überfluss ein existenziell sehr depraviertes Leben führen und in ihrem Streben als Mensch scheitern. Das Gelingen des Lebens als Mensch und Person beruht nicht auf materiellen Gütern.

^b »Dringe ich in eine geschichtlich an mich herankommende Philosophie, so muss sich überall Wahrheit finden. Es gibt in der Philosophie nicht den Unterschied von richtig und falsch, außer in Partikularitäten, sondern den von ursprünglich und ausgedacht, d.h. von existenziellem und unechtem Denken.« (Jaspers, *Philosophie I*, S. 236)

^c Nicht nur der philosophische.

^d Wenn z.B. bei einem Tier das korrekte, sinnliche Wahrnehmungsvermögen nicht gegeben ist, wird es in der Wildnis kaum überleben. Wenn in einer primitiven Kultur der Führer einer Gruppe aufgrund mangelnden oder falschen Wissens falsche Entscheidungen trifft, so kann dies den Untergang der Gruppe, in einer höheren Zivilisation den Untergang eines Staates bedeuten.

der formallogischen Prinzipien, über die er glaubte, sich hinwegsetzen zu können, ist aufgrund dieser Zurückweisung nicht interpretierbar.

In Anbetracht der Tatsache, dass Philosophie keine thematische Eingrenzung hat wie die Einzelwissenschaften, ist auch der Methodenansatz, um zu richtigen, philosophischen Denkresultaten zu gelangen, diffus. Für die richtige philosophische Erkenntnis ist eine wissenschaftliche Annäherung unabdingbar und Albert Menne formuliert drei relevante Methoden für die Philosophie: die Analyse, die Synthese und die Reflexion⁸. Für alle drei Methoden ist Logik von Bedeutung und weitgehend das einzige Instrumentarium, um sprachliche Pseudoformulierungen und Ungenauigkeiten aufzudecken. Wenn Philosophie auf die Logik verzichtet, wird sie Dichtung, welche sich im Reich der Fantasie austoben kann und nur durch die sprachliche Ausdrucksfähigkeit eingeschränkt wird.

Im Laufe der Geschichte der Philosophie wurden die verschiedensten Logiken entwickelt und vorgestellt. Schon in der Antike wurde die Anwendung logischer Elemente in den Argumentationen zur Beweisführung angewendet. Besonders in der Zeit der Sophistik war es erforderlich, rhetorische Tricks und fehlerhafte bzw. irreführende Argumentationen zuverlässig zu widerlegen, was nur durch ein korrektes Schlussfolgern möglich war. Durch die Formalisierung logischer Gesetzmäßigkeiten wurde die Möglichkeit geschaffen, logische Prinzipien ohne Inhalt zu untersuchen. Durch das Weglassen jeglichen Inhalts werden eventuell vorhandene unbewusste und ungewollte Bedeutungen ausgeschlossen, wodurch logische Beziehungen als reine Form dargestellt und analysiert werden können. Logik kann als Lehre von der Folgerichtigkeit⁹ definiert werden und diese Gesetzmäßigkeiten sind auf viele Sphären des Seins anwendbar. Es kann sehr oft beobachtet werden, dass hochintelligente Menschen nicht in der Lage sind, richtige Schlussfolgerungen zu ziehen, weil sie nicht nicht gelernt haben, logisch korrekt zu schließen. Oft trüben psychische Determinanten das Urteilsvermögen, weshalb sie irrational urteilen und handeln.

Gerade in der Philosophie, deren Ideen das physikalische Sein transzendieren, ist es notwendig, Urteile und Aussagen gemäß den drei logischen Grundgesetzen^a zu formulieren, damit von einer wissenschaftlichen Philosophie gesprochen werden kann. Um allerdings zu einem richtigen Resultat zu kommen, ist es notwendig, dass das *fundamentum argumentationis* richtig ist. Wenn die Beweisführung auf falschen Voraussetzungen beruht, kann nur ein falsches Resultat herauskommen^b. Diffuse, sprachliche Formulierungen, welche immer dadurch entstehen, dass die drei logischen Grundgesetze in einer Aussage nicht beachtet werden, sind nicht ein Zeichen von großem Wissen, sondern eher ein Zeichen von Unwissenheit oder bewusster Verschleierungstaktik, um die eigene Unwissenheit zu verbergen. *Logisches Denken* ist das Wesen der philosophischen Reflexion^c.

Philosophische (= rational-logische) Erkenntnis kann nur dann wahr (= richtig) sein, wenn Extension und Intension der Aussage, die Gesamtheit des zu untersuchenden Faktums, Sachverhalts, Phänomens, usw., bekannt sind. Da menschliche Erkenntnis immer mangelhaft und unvollständig ist, darf man nicht erwarten, dass Philosopheme mit apodiktischer Gewissheit richtig sind. Jeder Philosoph reflektiert in seinem eigenen Welthorizont, weshalb Toleranz einem anderen Denken entgegenzubringen ist.

^a Dem Satz vom ausgeschlossenen Widerspruch, dem Satz vom ausgeschlossenen Dritten und dem Satz der Identität

^b Als tragisches Beispiel einer falschen Beweisführung mag hier der Hexenhammer, der *Malleus maleficarum*, aus dem Jahr 1487 angeführt werden, wo aus dem zeitlichen Zusammentreffen zweier unabhängiger Ereignisse Kausalschlüsse gezogen wurden: Weil zu dem Zeitpunkt, als ein Hagelwetter losbrach, sich eine alte Frau auf einem Feld befand, diese Frau das Wetter durch Zauberei verursacht haben musste. (Soldan/Heppe, *Geschichte der Hexenprozesse*, Bd. 1, S. 223)

^c Zu empfehlen ist die Auseinandersetzung mit Syllogistik, Aussagenlogik, Prädikatenlogik, Modallogik und Mengenlehre.

Philosophie ist im Zustand einer ständigen Entwicklung! Philosophie ändert sich auch dadurch, dass sich die Problemstellungen ändern.

Philosophie mag vielleicht keine endgültigen Resultate liefern, aber durch die Reflexion, das Nachdenken, entwickelt sich der Geist – und damit der Mensch in seinem Mensch-sein.

Das Wesen des philosophischen Geistes ist Weltranszendenz, in dem Sinne, dass er die Grenze der Welt, in der er lebt, immer mehr erweitert. Ständiges Lernen fördert die Entwicklung von Wissen. Je mehr man weiß, desto größer das Verstehen. Das Studium der Philosophie steigert die Verständnisfähigkeit. Das Nicht-Verstehen ist eine Quelle der Unwissenheit und Unwissenheit ist immer von Übel, da sie zu Fehleinschätzungen und falschen Urteilen führt. Unwissenheit ist oft eine Ursache des Scheiterns. Der Philosoph ist nicht allwissend – er weiß um seine eigene Unwissenheit. Das Studium der Philosophie ist sehr gut geeignet, eigene Vorurteile abzubauen und festgefahrene Denkschemata zu durchbrechen. Das gedankenlose, mantraartige Nachbeten festgefahrener Sätze und Einstellungen und den daraus resultierenden Überzeugungen bedeutet noch lange nicht, dass diese richtig sind. Der Philosoph prüft kritisch bevor er urteilt. Die Forderung, alles zu prüfen, nichts kritiklos zu übernehmen, ist eine Forderung, die bei allen großen Philosophen auftaucht. Diese Vorgangsweise ist die beste Gewähr, autonom und autark seinen eigenen Lebensweg gehen zu können, was allgemein und nicht nur für die Philosophen von Interesse ist. Die Abhängigkeit, welche durch falsche Weltansichten und die dadurch verursachten Einstellungen entsteht, führt zu Fehleinschätzungen im Leben und damit zu einem existenziellen Scheitern. Kant forderte nicht grundlos auf: »Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!«¹⁰

Die Schärfe des Verstandes emotionslos zur Analyse von Problemen und Sachverhalten verwenden – das ist Philosophie. Philosophie ist dem Streben nach Wahrheit verpflichtet.

Die *Conditio sine qua non* von Erkenntnis ist das Verstehen. Das unersättliche Streben des philosophischen Geistes nach Wissen jeglicher Art führt zu einem Verständnishorizont, welcher die Verständnisfähigkeit von spezialisierten Wissenshorizonten weit übertrifft. Unwissenheit und dem aus ihr resultierenden, reduzierten Verständnispotenzial sind unter dem Aspekt der Freiheit Beschränkungen, welche zu einer defizienten Entwicklung von personalen Lebensformen führen. Unwissenheit führt zu Unfreiheit, weshalb konstant perpetuierendes Lernen die beste Gewähr für das Gelingen des Lebens ist.

Aufgrund der Unspezialisiertheit des philosophischen Geistes ist der Philosoph in der Lage, unbekannte Wege beschreiten, welche dem spezialisierten Verstand verschlossen sind. Bei dem derzeitigen Stand der menschlichen Entwicklung, in welcher der Mensch in die Mechanismen der Natur eingreift und sich aufgrund seiner Kenntnisse als Demiurg betätigt, werden Probleme aufgeworfen, welche mit einzelwissenschaftlichen Methoden und Kenntnissen nicht gelöst werden können. Nicht der methodische, sondern der wissend-suchende, freie Geist ist besser in der Lage, Unbekanntes zu erforschen.

Die Genforschung wird den Menschen in die Lage versetzen, sich selbst aus seinem Bilde zu schaffen. Er wird sich dadurch zum Gotte aufschwingen^a. Welchen Status werden diese Geschöpfe haben? Werden sie als Mensch, als Ding, als Besitz^b, als Tier oder als personale Lebensform eingestuft werden? Wenn sie als personale

^a Zumindest wird das ein beschränkter Verstand annehmen...

^b Man denke an die Sklaverei!

Lebensform anerkannt werden, haben sie die gleichen Rechte wie Menschen. Werden die Akteure dieses Treibens damit einverstanden sein? Ist es moralisch vertretbar, aus Sicht der positiven Moralität, personale Lebewesen zu schaffen?

Wer soll diese Fragen beantworten, wenn nicht die Philosophen, deren Gegenstand des Denkens der Mensch ist?

Die Wahrheit und ihr Pseudos

Der hohe Stellenwert des Wahrheitsbegriffs ist schon aus den Fragmenten der Vorsokratiker ersichtlich. So wird die Unerkennbarkeit der Wahrheit von Xenophanes aus Kolophon postuliert¹¹. Heraklit aus Ephesus gibt dem Denken den größten Vorzug, aber die Weisheit sei es, die Wahrheit zu sagen und nach der Natur zu handeln¹². Demokrit aus Abdera bestreitet die Möglichkeit der Wahrnehmbarkeit wie jedes Ding in Wahrheit beschaffen oder nicht beschaffen ist¹³. Trotzdem erklärte er es zur Pflicht, die Wahrheit zu sagen und – dass dies auch viel vorteilhafter sei¹⁴. Anaxagoras aus Klazomenae erklärt, dass wir aufgrund der Sinne Schwäche nicht in der Lage sind, die Wahrheit zu schauen¹⁵.

Aus diesen Fragmenten geht hervor, dass die Wahrheitsproblematik schon in der allerersten Zeit der Philosophie virulent war und diskutiert wurde.

Das Streben nach Wahrheit ist für Platon das Ziel der Philosophie¹⁶. Die reine Erkenntnis kann allerdings bei ihm erst nach dem Tod, nach der Trennung von Seele und Körper erlangt werden. Der Körper erfüllt uns mit Liebesverlangen, Begierden, Ängsten und allerhand Einbildungen. Seine Bedürfnisse hindern uns, die Wahrheit zu erkennen. Die reine Erkenntnis führt zur Schau der Ideen, dem wahren, ewigen Sein.

Im Gegensatz dazu negierte der Sophist Protagoras das Bestehen einer absoluten Wahrheit und relativierte sie im Homo-mensura-Satz.

Aristoteles, der Schüler Platons, definierte Wahrheit wie folgt: »Zu sagen nämlich, dass Seiende sei nicht oder das Nicht-Seiende sei, ist falsch, dagegen zu sagen, das Seiende sei oder dass Nicht-Seiende sei nicht, ist wahr.«¹⁷ Damit wurde eine grundlegende Definition von Wahrheit geliefert, welche auch noch heute Bedeutung hat und von Relevanz ist.

Im Mittelalter wurde Wahrheit als *adaequatio rei et intellectus* definiert, die Angleichung des Dinges und des Verstandes¹⁸, und diese Formel erfuhr im Verlaufe der Zeit die verschiedensten Abänderungen in der Formulierung, wie *adaequatio intellectus et rei*, *adaequatio rerum et intellectum* (Albertus Magnus), *adaequatio intellectus ad res ipsas* (J.B. van Helmont) oder *adaequatio rei ac intellectus* bei Husserl im zwanzigsten Jahrhundert, um die Korrespondenz von erkennendem Geist und Realität aus divergierenden Perspektiven und Emphasen wiederzugeben.

Im Verlaufe der vergangenen Jahrtausende wurde der Wahrheitsbegriff aus den verschiedensten Weltanschauungen heraus den Bedürfnissen und verschiedenen Problemstellungen entsprechend immer wieder neu

definiert. Mit der Entwicklung der modernen, formalen Logik und deren Aufschwung im zwanzigsten Jahrhundert bekam die Wahrheit als Wahrheitswert^a für die Gültigkeit der logischen Operatoren in den formalen Sprachen (Kalkülen) Bedeutung. Damit setzte eine Entwicklung ein, welche zu den verschiedensten Auffassungen bzw. Theorien von Wahrheit^b im Wissenschaftsbereich und zu einer derartigen Aufweichung des Wahrheitsbegriffs führte, dass die „Existenz“ von Wahrheit überhaupt in Frage gestellt wurde. – Die Komplexität der Frage nach der Wahrheit lässt Menne bei der Frage »Was ist Wahrheit?« auf eine Definition der Wahrheit verzichten und er beschränkt sich in seiner Analyse zur Wahrheitsproblematik darauf, wie der sprachliche Terminus »wahr« angewandt wird,¹⁹ da sich Wahrheit als Abstraktum schwer definieren ließe.²⁰

Was ist aber „Wahrheit“?

Martin Heidegger übersetzt das altgriechische Wort für Wahrheit, ἀλήθεια, als Unverborgenheit. Seiendes aus der Verborgenheit herausnehmen und in seiner Unverborgenheit (Entdecktheit) sehen lassen²¹.

In gewisser Weise ist dieses Element der „Verborgenheit“ auch in unserer heutigen Zeit noch ein Element der Unwahrheit. In der Lüge wird das Tatsächliche verborgen gehalten, um zu täuschen. Die Verfälschung der Tatsache, die Verschleierung der Wahrheit, das Pseudos^c, ist das Apriori der Lüge und der Täuschung.

Diese „Verborgenheit“ ist der Feind wissenschaftlicher Erkenntnis. Den Schleier des Geheimnisses der Natur zu entreißen, das Unbekannte bekannt zu machen, zu kennen, zu wissen, ist das Agens des wissenschaftlichen Fortschritts. In diesem Sinne ist die Wahrheit – die adäquate Erkenntnis des Analysandums – von eminenter Bedeutung. Wenn die Wissenschaft dem Pseudos verfällt, aus welchen Gründen auch immer, ist die menschliche Entwicklung nicht mehr gewährleistet und es treten unter Umständen Retardierungen und Rückbildungen im zivilisatorischen Prozess ein.

Gegen eine Reduktion der Interpretation des Wahrheitsbegriffs auf Verborgenheit spricht, dass etymologisch gesehen »Wahrheit« schon im Althochdeutschen und Mittelhochdeutschen die Bedeutung »wirklich, tatsächlich fürwahr, richtige Erkenntnis« hatte. Auch Verborgenes kann wahr sein.

Bolzano differenziert in seinen interessanten Erörterungen zur Wahrheit auch zwischen einer Wahrheit an sich und einer erkannten Wahrheit, der Erkenntnis.²² Eine Wahrheit an sich ist ein beliebiger Satz, »der etwas so, wie es ist, aussagt, wobei ich unbestimmt lasse, ob dieser Satz von irgend Jemand wirklich gedacht und ausgesprochen worden sey oder nicht.«²³ Bolzano führt als Beispiel die Menge der Blüten auf einem Baum im vergangenen Frühling an, die niemand kennt. Als Synonym für die »Wahrheit an sich« verwendet er auch die Bezeichnung »objektive Wahrheit«. Für die Wahrheit an sich ist es völlig unerheblich, ob jemand die Zahl der Blüten kennt oder nicht. Wir würden heute wahrscheinlich dafür die Bezeichnung »Faktizität« – die faktische Vorhandenheit - verwenden.^d Die erkannte Wahrheit ist die *verifizierte* Wahrheit. Damit ist eine wichtige Unterscheidung getroffen, welche sehr oft nicht beachtet wird.

^a Der Begriff »Wahrheitswert« geht auf Gottlieb Frege zurück. (Menne, *Einführung in die formale Logik*, S. 13)

^b Korrespondenztheorie, semantische oder sprachanalytische Theorien, Kohärenztheorie, usw. – Bezüglich einer Darstellung der modernen Wahrheitstheorien sei auf die Arbeit von Puntel, *Wahrheitstheorien in der neueren Philosophie*, verwiesen.

^c τὸ ψεῦδος: Lüge, Unwahrheit, Täuschung, Betrug.

^d Es ist zu bedenken, dass es für den religiösen Bolzano eigentlich keine nicht erkannte Wahrheit gibt, weil Gott allwissend ist. (S. 113)

Die Welt Kants bestand aus der Sinnenwelt (mundus phaenomenon)^a und der intelligiblen Welt (mundus intelligibilis)^b.²⁴

Für Kant stellte die Wesensbestimmung oder eine Definition von Wahrheit kein Problem dar. Die Übereinstimmung von Erkenntnis mit ihrem Gegenstand wird in seinen Reflexionen als Selbstverständlichkeit vorausgesetzt. Sein Bestreben war es, ein *allgemeingültiges* und *sicheres* Kriterium für die Wahrheit jeglicher Erkenntnis zu liefern.²⁵ In seiner Erkenntnistheorie ging er der Frage nach, auf welcher Grundlage metaphysische Erkenntnis möglich sind, wobei er unter »metaphysisch« eine Erkenntnis verstand, welche sowohl die innere, als auch die äußere Erfahrung überschreitet.²⁶ Die Hauptfrage, die sich für ihn stellte, war, »was und wie viel kann Verstand und Vernunft, frei von aller Erfahrung, erkennen, und nicht, wie ist das Vermögen zu denken selbst möglich?«. ²⁷ Als eigentliche Aufgabe der reinen Vernunft formulierte er die Frage »Wie sind synthetische Urteile a priori möglich?«. ²⁸

Im Laufe seiner Untersuchungen kam er zum Schluss, dass eine positive Erkenntnis nur in der Welt der Erfahrung möglich ist. Unsere Erkenntnis beginnt mit den Sinnen, geht von da zum Verstand und endet bei der Vernunft.²⁹

- Der Verstand erfasst die Einheit der Erscheinungen mittels Regeln, die Vernunft die Einheit der Verstandesregeln und Prinzipien.³⁰
- Kant nennt die reinen Verstandesbegriffe Kategorien, die Begriffe der reinen Vernunft transzendente Ideen.³¹ Diese bestimmen den Verstandesgebrauch im Ganzen der gesamten Erfahrung nach Prinzipien.³²
- Der Verstand bedarf der Kategorien zur Möglichkeit der Erfahrung, die Vernunft enthält in sich den Grund zu den Ideen, deren Gegenstand in keiner Erfahrung gegeben ist.³³
- Der Verstand vereinigt das Mannigfaltige im Objekt^c durch Begriffe, die Vernunft vereinigt das Mannigfaltige der Begriffe durch Ideen.³⁴
- Verstand und Sinnlichkeit gemeinsam^d bestimmen die Gegenstände (der Erfahrung).³⁵
- Vernunftkenntnis a priori beschränkt sich auf Erscheinungen, die Sachen an sich selbst^e sind zwar wirklich, aber für uns unerkennbar.³⁶

Ein hinreichendes und allgemeingültiges Kennzeichen der Wahrheit könne unmöglich angegeben werden, da ein allgemeingültiges Kriterium der Wahrheit dasjenige wäre, welches immer, ohne Unterschied ihrer Gegenstände, gültig wäre. Dies würde bedeuten, dass von allem Inhalt der Erkenntnis abstrahiert würde^f, während doch gerade der Inhalt die Wahrheit betrifft.³⁷ Wahrheit oder Schein liegen nicht im angeschauten Gegenstand. Sowohl Wahrheit, als auch Irrtum können nur im Urteil auftreten, weil in der Sinnlichkeit keine Beurteilung stattfindet.³⁸ Das große Pseudos, gegen welches Kant vehement auftritt, ist, dass man die Erkenntnisse der phänomenalen Welt auf die intelligiblen Welt überträgt und dadurch meint, zu einer positiven Erkenntnis eines metaphysischen Seins zu gelangen. Seine Beweisführung führte zur Destruktion der Gottesbeweise und brachte ihm den Ruf »Zertrümmerer der Metaphysik« ein.

Bei der eminenten Bedeutung, welcher der Wahrheit schon seit den Anfängen der Philosophiegeschichte eingeräumt wurde, stellt sich die Frage, ob sie ein absolutes Gut ist. – Ist eine rigorose Umsetzung eines

^a Die Welt der Erfahrung, die materielle Welt in Raum und Zeit.

^b Die immaterielle, metaphysische Welt der Ideen, über die man weder positive noch negative Aussagen treffen kann. Es ist die Welt der Noumena, die der Dinge an sich selbst.

^c Die empirischen Gegenstände, welche in der physikalischen Welt gegeben sind.

^d Die Verbindung beider.

^e Welche den Erscheinungen zu Grunde liegt.

^f Das bloß logische Kriterium der Wahrheit (die widerspruchsfreie Konsistenz des Arguments) betrifft bloß die inhaltsleere Struktur einer Aussage und ist damit keine hinreichende Bedingung für die Wahrheit.

„Wahrheitsprinzips“ lebenserhaltend und lebensfördernd? Nietzsche hatte eine sehr negative Einstellung zur Wahrheit und pries den Schein als lebenserhaltend, wie bereits anderenorts³⁹ ausgeführt.

Der wissenschaftliche Diskurs um den Wahrheitsbegriff hat eine derartige Diversität erzeugt, dass eine korrekte Definition von Wahrheit für natürliche Sprachen für unmöglich erklärt wurde (Tarski)⁴⁰, aber auch, dass die Wahrheitsproblematik auf ein Sprachproblem reduziert wird (F. P. Ramsey)⁴¹.

Das Problem einer adäquaten Interpretation des Wahrheitsbegriffs scheint eher darin zu bestehen, in *welchem Kontext* die Wahrheit Fragen und Zweifel aufwirft. Bei einem naturwissenschaftlichen Experiment stellt sich die Frage, ob das Resultat richtig ist; in einem philosophischen Gespräch mag die sprachliche Komponente von Bedeutung sein; in der Mathematik, ob eine Rechnung richtig gerechnet wurde; usw. Die verschiedenen Anforderungen, welche an das Wahrheitskriterium gestellt werden, müssen auf die entsprechende Problematik adäquat abgestimmt werden.

Dem wissenschaftlichen Anspruch auf genaue Definition und Explikation des Begriffs sei un widersprochen, die Wahrheitsproblematik erschöpft sich allerdings nicht im wissenschaftlichen Definieren. Wahrheit wird besonders im *existenziellen Kontext* virulent. Es ist von größter Bedeutung für einen Menschen, dass er in seinem Leben das richtige Weltverständnis entwickelt, um ein erfolgreiches und erfülltes Leben führen zu können. Wenn er sich vom Pseudos beherrschen lässt, wird er kaum in der Lage sein, seine Lebensziele zu erreichen bzw. sich im Lebenskampf zu behaupten. Der Mensch muss in seinem Leben Entscheidungen treffen, welche den weiteren Verlauf von Geschehnissen beeinträchtigen. – Wenn diese Entscheidungen richtig sind, sind seine Bemühungen von Erfolg gekrönt, sind sie falsch, führt dies zum Scheitern und zu negativen Konsequenzen.

So wird von gläubigen Menschen Gott als die einzig richtige Wahrheit propagiert. In Anbetracht dessen, dass Gott das einzig wahre Gute ist, werden die größten Opfer verlangt. Abraham musste bereit sein, Isaak zu opfern, um Gott wohlgefällig zu sein. Die ersten Christen ließen sich in den Christenverfolgungen ans Kreuz schlagen, verbrennen, von Raubtieren zerreißen, um ihren Glauben zu bezeugen und damit das ewige Heil zu erringen. Hätten sie aus Schwäche ihrem Glauben abgeschworen, wären sie der ewigen Verdammnis verfallen. Hier stellt sich die Wahrheitsfrage in einem sehr extremen Fall: Ist es wahr, dass dieser Gott existiert und er diese Opfer verlangt? Wenn es wahr ist, hat dieses Selbstopfer Sinn und die ewige Glückseligkeit ist der Lohn. Ist dieser Glaube ein Produkt des Pseudos, so bedeutet dies ein verlorenes und vergeudetes Leben, welches vorzeitig und unnötigerweise ein Ende genommen hat.^a

Der existenzielle Wahrheitsbegriff lässt sich als vierdimensionale Bedeutungsstruktur definieren:

- Die objektive Wahrheit bzw. die Faktizität (die Wahrheit an sich Bolzanos).
- Die subjektive Wahrheit: das Wissen um die Wahrheit (im Bewusstsein einer personalen Lebensform).
- Die Wahrhaftigkeit als Aufrichtigkeit gegen sich selbst.
- Die Redlichkeit im Umgang mit anderen Menschen – die moralische Komponente.

^a Aus diesen Beispielen ist schon ersichtlich, mit welchen existenziellen Problemen der religiös Gläubige konfrontiert wird. Es sei aber dahingestellt, ob ein allgütiger Gott, welcher dieses Universum erschaffen hat, ein solches Opfer verlangen würde...

Ein animalisches Bewusstsein ist auf Wahrnehmung und Instinkt reduziert, es kann nicht die Frage nach der Wahrheit stellen. Vorgänge in der Natur sind ohne Bewusstsein und deshalb auf Faktizität reduziert.

Wahrheit hat nur für personale Lebewesen Relevanz. Das adäquat-richtige, bewusste Wissen um die Faktizität (eines Gegenstandes, einer Tatsache, eines Sachverhaltes, eine Aussage, usw.) ist das wesentliche Element, damit man von Wahrheit sprechen kann. Die *Möglichkeit* dieses Wissens ist kein relevantes Kriterium für die Wahrheit. Ob die Wahrheit verborgen oder entdeckt ist, für die „Existenz“ von Wahrheit ist dies irrelevant. Jedoch nur *wahres* Wissen ist von Nutzen, in der Täuschung oder dem Irrtum – dem Pseudos – liegt das Versagen oder der Untergang. Solange es eine objektive Realität und ein subjektives Bewusstsein gibt, ist die Wahrheitsproblematik virulent.

Abgesehen von der transzendentalen^a bzw. erkenntnistheoretischen Wahrheit ist Wahrheit im moralischen Kontext von Bedeutung. Der zwischenmenschliche Umgang miteinander ist jedoch von einer derartigen Komplexität geprägt, dass es fraglich ist, ob Wahrheit in diesem Kontext als absolutes Gut anerkannt werden kann. Kant war – nicht nur in seiner philosophischen Lehre sondern auch im persönlichen Leben – ein Wahrheitsfanatiker, welcher die Lüge als *malum absolutum* ansah und deshalb in seinem Aufsatz »Über ein vermeintes Recht aus Menschenliebe zu lügen« seinen Freund, den er im Haus versteckt hatte, einem Mörder auslieferte, als dieser ihn danach fragte, um nicht lügen zu müssen.^b Dieses Beispiel zeigt, dass das Streben nach Wahrheit zwar das Apriori für moralische Redlichkeit und Wahrhaftigkeit, Wahrheit per se aber kein Kennzeichen für eine genuin positive Moralität ist.

Das Weltverständnis – die Welt als geistiger Entwurf des Seins – bestimmt Sozietäten, Wissenschaften und Gesellschaften. In diese Welt ist das Individuum eingebettet. Die Welt der Jäger und Sammler hat andere Anforderungen, als die Welt der Ackerbauern oder die Welt der Krieger; die Welt der Industrialisierung andere, als die Welt eines Informationszeitalters, usw. In gewisser Weise ist dies die Rahmenbedingung der individuellen Welt. Wenn die kollektive Welt einem Pseudos nachfolgt, bedeutet dies eine mögliche Verfremdung des selbst-eigenen, individuellen Seins^c, den Verlust der je eigenen, persönlichen Identität. Jede Welt hat ihre eigenen Probleme, welche im jeweiligen Welthorizont gelöst werden müssen, und welche aus einem anderen Welthorizont heraus kaum oder nur schwer verständlich sind.

Jeder Mensch lebt in seiner eigenen Welt, entwickelt einen Weltbegriff, welcher aufgrund seiner persönlichen Erfahrungen und der damit verbundenen geistigen Entwicklung konstituiert wird. Es ist davon auszugehen, dass das korrekte Weltverständnis als Apriori für das Gelingen des eigenen Lebens anzusetzen ist. Wer dem Pseudos verfällt, kann kaum erwarten, ein erfolgreiches, erfülltes Leben zu führen. Der Schein wird im Laufe der Zeit immer aufgedeckt. Die Wahrheit ändert sich nie. Man kann die Wahrheit in den verschiedensten Teilaspekten divergierend interpretieren, weil die vollständige Wahrheit dem menschlichen Geist wohl kaum zugänglich ist und

^a Das Wörtchen »transzendental« möge hier als Adjektiv des deutschen Wortes »Erkenntnis« verstanden werden, da es für das deutsche Wort »Erkenntnis« kein adäquates Adjektiv gibt, jedoch nicht in der Bedeutung Kants, welcher »transzendental« mit dem Apriori verband.

^b Bezüglich dieser Thematik sei auf den Aufsatz des Verfassers, »Kant und Lüge«, verwiesen.

^c Es sei in diesem Kontext auf die – sprachlich formulierte – virtuelle Realität des Rechts verwiesen. Kann ein Rechtssystem, welches sich von der objektiven Realität entfernt, einen gültigen Rechtsbegriff vermitteln und für Rechtssicherheit sorgen? Durch juristische Konstrukte werden in der Finanzwelt Systeme geschaffen, welche, z.B., in der Wirtschaft dafür sorgen, dass unternehmerische Verantwortung umgangen oder eine rein fiktive Wirtschaft vorgegaukelt wird, welche die Realwirtschaft ruiniert. Als besonders krasses Beispiel ist die Erklärung von Flüssen oder Delphinen zu Personen anzuführen. – Wird ein Fluss oder ein Delphin zu einer Person, nur weil er juristisch dazu erklärt wird? Ist es wahr, dass ein Fluss eine Person ist? Hat ein Fluss oder ein Delphin die Eigenschaften von personalen Lebewesen, deren Charakteristikum die Fähigkeit zu abstraktem Denken, dem Entwurf auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ist? – Siehe entsprechende Meldungen der Kronenzeitung vom 16.3.2017, Die Presse vom 22.3.2017, Gesellschaft zur Rettung der Delphine e.V., Juli 2013.

damit die Möglichkeit des Irrs und Sich-Täuschens gegeben ist, dass eine Wahrheit vielleicht in alle Ewigkeit verborgen bleibt, sie ist aber auf alle Fälle beständiger als das Pseudos.

Es mag, z.B., aus humanitären Gründen durchaus vertretbar sein, dem Pseudos den Vorrang zu geben, wie z.B. wenn ein Arzt einem Sterbenden, welcher panische Todesangst hat, entgegen seinem ärztlichen Fachwissen versichert, dass er wieder gesund werden würde. Hier eine moralische Verfehlung zu sehen wäre höchst unpassend. Es handelt sich hier jedoch um Ausnahmen in extremen Grenzsituationen, welche nicht die Regel sein können^a. In der Regel jedoch wird in der zwischenmenschlichen Interaktion das Pseudos als Mittel zur Übervorteilung, Betrug, usw., verwendet.

Man kann davon ausgehen, dass das transzendental Wahre die Voraussetzung für den richtigen Entwurf von Welt und damit für die Bewältigung der existenziellen Probleme ist. Wenn Menschen durch Drogen, mentale Techniken, usw., in eine Scheinwelt flüchten, sich dem Pseudos hingeben, um der Realität zu entfliehen, kann es immer nur in einem Scheitern enden.

Es wird hierorts die These vertreten, dass das Studium der Philosophie in Kombination mit einer meditativen Praxis ein exzellenter Modus der Existenzorientierung und -bewältigung ist. Die Philosophie liefert das entsprechende Weltverständnis, die Meditation die mentale Stärke und Resilienz, um die Lebensprobleme zu bewältigen. Die in der Philosophie jahrtausendealte Suche nach der Wahrheit kann nicht vor Irrtum schützen, aber es liegt in der Natur diese Suche, dass sie das Pseudos scheut und zu entlarven sucht. In den meditativen Traditionen des Ostens, welche in ihrer Entwicklung im Mythos verharnt blieben, ist ein metaphysisches Denken aufzufinden, welches durch meditative Techniken gefördert werden kann. Es stellt sich aber die Frage, ob die „Visionen“^b und spirituellen Bewusstseinszustände, welche in einer meditativen Versenkung auftreten, *wahr* sind! Tritt tatsächlich in einem meditativen Versenkungszustand eine „Brücke“ zu einem metaphysischen, transzendenten Sein auf?^c Es mag der persönlichen Eitelkeit schmeicheln, in die Welt der Götter einzudringen und mit ihnen kommunizieren zu können, aber man mag sich an dieser Stelle selbst fragen, ob man nicht einem Hirngespinnst erliegt. Aufgrund der neurowissenschaftlichen Forschung kann definitiv festgestellt werden, dass mentale Prozesse während einer meditativen Versenkung eine neuronale Entsprechung haben und damit das Argument, dass hier eine Berührung mit der Transzendenz vorliegt, zurückzuweisen ist.

An dieser Stelle sei die Warnung ausgesprochen, derartige – *subjektive!* – Erlebnisse als objektive Realität anzusehen, weil damit der Blick auf die Lebensrealität verstellt werden kann.

Die Wahrheitssuche der Philosophen hat auch in der Welt der Meditation ihren Sinn und damit allerhöchste Priorität.

^a Bei solchen Ausnahmen tritt natürlich genau das Problem zutage, welches Kant anprangert.

^b Oder wäre die Bezeichnung »Illusionen« richtiger?

^c In einem Drogenrausch, welcher chemisch kausiert wird, treten ebenfalls ähnliche Zustände auf...

Meditation

de via mea meditationis narro

Im Jahr 1969 war ich in meinen Teens. Ich interessierte mich für Parapsychologie, Mystik, Meditation und fand alles Übernatürliche ausgesprochen interessant. Aufgrund des frühen Todes meines älteren Bruders begann ich mit Bibellesen und durchlebte eine starke religiöse Phase. Ich hatte leichte Depressionen. Da ich auf dem Land lebte, hatte ich keine Gelegenheit Meditation zu erlernen. Zu dieser Zeit feierte unser Schi-Team einen Sieg nach dem anderen und man stellte einen Zusammenhang mit dem autogenen Training^a, welches Trainingsbestandteil war, her. Ein Arzt, ein Psychiater, verwies mich auf das Übungsbuch von Schultz und meinte, dass ich damit das autogene Training erlernen könnte. In diesem Buch war ein Hinweis von Schultz, dass man damit nicht das Training erlernen dürfe, sondern dass es nur zur Unterstützung verwendet werden dürfe. Ich vertraute jedoch auf den „Gott in Weiß“ und begann mit dem Üben. Das Ergebnis: ich bekam Angstzustände, fürchtete mich vor Gespenstern, obwohl ich nicht an deren Existenz glaubte. Als ich den „Gott in Weiß“ mit meinen Problemen konfrontierte, teilte er mir mit, dass er davon nichts verstünde (sic!) und verwies mich an einen Schüler von Schultz, mit dem ich Kontakt aufnahm und bei dem ich später das autogene Training richtig erlernte. Obwohl ich bei ihm eigentlich nichts anderes machte als ich nach dem Übungsbuch gemacht hatte, verschwanden meine Probleme. Außerdem verschwand ganz von selbst ein anderes gesundheitliches Problem, nämlich konstante Unterleibsschmerzen, welche ich von Kleinstkindalter an gehabt hatte. Auch meine Jugenddepressionen verschwanden wie von selbst.

Nach ca. fünfjähriger Trainingsdauer bekam ich während eines Auslandsaufenthaltes eine psychoseartige Erkrankung, welche mit Wahnvorstellungen verknüpft war und eine stationäre Behandlung erforderlich machte. Bei der Behandlung wurden als Beschäftigungstherapie Körbe geflochten. Obwohl diese Krankheit mit starken Konzentrationsstörungen verbunden ist, konnte ich einen Korb fehlerfrei flechten, was großes Staunen hervorrief.

Diese Erkrankung tauchte nach ein paar Jahren aufgrund einer sofortigen Behandlung in geringfügigerer Form, d.h. ohne Realitätsverlust, wieder auf.

Im Jahr 1985 nahm ich ein traditionelles Kung-Fu-Training auf und nach ca. zwei Jahren zeigte uns der chinesische Meister eine Meditationsform. Aufgrund von sprachlich bedingten Verständigungsschwierigkeiten erfolgten die Instruktionen nur in rudimentäre Form. Wir erlernten das Meditieren im Lotus- bzw. Halbblotus-Sitz. Diese Art des Sitzens ist für Europäer ausgesprochen schmerzhaft, so auch für mich. Als ich allerdings die Übungen machte, wie sie uns der Meister gezeigt hatte, verschwanden die Schmerzen völlig und tauchten erst wieder auf, als ich aus der Meditation auftauchte. Mein Interesse war sofort geweckt, weil mir klar war, dass ich hier auf etwas gestoßen war, was viel stärker als das autogene Training ist. Man kann auch mit dem autogenen Training eine Analgesie erreichen, aber nur mit einem erheblichen Aufwand. Bei dieser Meditationsform ging es ganz von selbst.

Ich begann regelmäßig die Übungen zu praktizieren, die der Meister hergezeigt hatte. Es stellten sich allerdings ziemlich rasch Probleme ein, die der Meister nicht zu deuten wusste, weshalb er mir nur bedingt Hilfe geben

^a Nach I. H. Schultz, einem deutschen Arzt, welcher unter Anlehnung an die meditativen Praktiken des Ostens diese Entspannungsmethode entwickelte.

konnte. Ich war allerdings von dieser Meditationstechnik so fasziniert, dass ich auf eigene Faust weiterexperimentierte. Nach vier Monaten brach ich meine Experimente ab, weil die Schwierigkeiten unüberwindlich wurden und sich gesundheitliche Probleme einstellten.

Im darauffolgenden Monat brach meine Krankheit wieder aus. Aufgrund sofortiger, ärztlicher Behandlung hatte ich sie nach drei Monaten weitgehend überwunden und ich nahm mein Kung-Fu-Training wieder auf, was – nachträglich betrachtet – wohl zu früh war. In der Folge brach die Hölle über mich herein: Depressionen, Angstzustände, unbeschreibliche Bewusstseinszustände in unerträglichem Ausmaß. Trotz ärztlicher Behandlung war ich vierzehn Monate am Rande des Suizids. Ich zeigte eine Symptomatik, welche meinem Arzt völlig unbekannt war. Es war ein sehr guter Arzt, der sein mangelndes Wissen auf dem Gebiet der Meditation durch seine Berufserfahrung ausglich. Sein erstaunliches Einfühlungsvermögen war mitverantwortlich, dass es bei mir nicht zum Suizid kam. Meine Schlussfolgerung war, dass aufgrund meiner fehlgeschlagenen Meditationsversuche eine Konstellation eingetreten war, welche zu diesen extremen, pathologischen Reaktionen führte. Mir war zu diesem Zeitpunkt bewusst, dass ich mein ganzes Leben lang krank sein würde, wenn es mir nicht gelang, erfolgreich meditieren zu lernen – ich würde krank sein und die Ärzte würden bei ihren Untersuchungen nie etwas finden ...

Wenn man beim Meditieren gescheitert ist und pathologische Symptome entwickelt, gibt es meines Erachtens nur drei Möglichkeiten wieder gesund zu werden:

- Man findet einen *Meister*, der die Technik beherrscht, mit der man sich ruiniert hat.
- Man findet einen *Meister*, der eine Meditationstechnik beherrscht, welche stärker ist als diejenige, mit der man sich ruiniert hat.
- Man zieht sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf.

Die beiden ersten Möglichkeiten kann man bei der Vielzahl der Techniken vergessen und vor allem – *wirkliche Meister* sind sehr selten, also blieb mir nur die dritte Möglichkeit offen. Ich griff neben der ärztlichen Behandlung auf das autogene Training zurück, um mich emotional zu stabilisieren. In dieser Zeit begann ich meine Fehler zu analysieren und eine Strategie zu entwickeln, wie ich meine Meditationsversuche in Zukunft zu gestalten hatte. Nach drei Jahren (!) war ich soweit, dass ich meine Meditationsversuche wieder aufnehmen konnte. Ich musste in der Zeit meiner Erkrankung mein Studium für vier Jahre, mein Kung-Fu-Training für fünf Jahre unterbrechen. Aber ich hatte aber meine Lektion gelernt: ich lernte erfolgreich meditieren und meine gesundheitlichen Probleme erledigten sich „von selbst“.

Im Laufe der nachfolgenden Jahrzehnte führte ich Aufzeichnungen in der natürlichen Sprache und parallel dazu in einer quantifizierten Form, um auch nach Jahrzehnten meditative Erfahrungen und Erlebnisse vergleichen zu können. Ich entwickelte ein Formelsystem, um auch noch nach Jahren feststellen zu können, mit welchen Meditationsmodi ich meditiert hatte. Solches Vergleichen ist insofern wichtig, weil man zu Schlussfolgerungen bezüglich Kausalität und Auswirkungen von Meditationsmodi kommen kann, welche sich einige Jahre später als falsch erweisen. Meditative Kausalbezüge und Auswirkungen meditativer Praktiken sind sehr schwer festzustellen.

Durch das von mir entwickelte Formelsystem kann ich Meditationshaltung (Körperhaltung), Atemtechnik oder Übungsart feststellen. Ich praktiziere auf zwei Meditationsebenen: die erste mit Basis Atmung^a, die zweite mit Basis Atmung in Verbindung damit, dass man das Qi^b mental auf Leitbahnen fließen lässt^c. Von meinem Meister habe ich auf der ersten Meditationsebene nach meinem Formelsystem eine Körperhaltung (Sitzen), eine Atemtechnik und neun Übungen, auf der zweiten Meditationsebene eine Körperhaltung (Stehen), eine zweite Atemtechnik und zwei Leitbahnen gelernt. Im Laufe der Jahrzehnte erweiterte ich die erste Meditationsebene auf ein Repertoire von vier Körperhaltungen^d, acht Atemtechniken und ca. 40 Übungen, die zweite Meditationsebene auf die Körperhaltung Sitzen^e erweitert und ca. 190 Leitbahnen angelegt. Ich habe mich bei den Leitbahnen sowohl nach den traditionellen Leitbahnen der TCM orientiert, als auch neue Leitbahnen willkürlich aufgebaut, dem entsprechenden Problem, welches ich untersuchen wollte, angepasst. Zusätzlich implementierte ich den Drachengang nach Lanto als Qigong-Übung und Bewegungsmeditation.

Im Jahr 2006 erkrankte ich an MCS, einer Umwelterkrankung^f, welche über ein Jahr aufgrund fehlender medizinischer Infrastruktur in Österreich unbehandelt blieb. Es war eine Erkrankung mit fürchterlichen, unbeschreibbaren Zuständen, welche auch zu psychopathologischen Symptomen, wie Depressionen und Suizidgedanken führte.^g – Meditanten^h haben unter normalen Umständen keine Depressionen!

Bei einem Behandlungsaufenthalt in Deutschland wurde die Diagnose MCS bestätigt und angemerkt, »dass es sich bei MCS um eine Erkrankung mit besonders hohem Schweregrad handelt, das nur von wenig bekannten Krankheiten erreicht wird«ⁱ. Seit dem Jahr 2007 fahre ich nach Deutschland und lasse mich dort erfolgreich behandeln. Es hat sich herausgestellt, dass bei mir ein für die Entgiftung des Körpers erforderliches Gen fehlt, was zu einer verminderten Entgiftungskapazität des Körpers führt.

Warum erzähle ich diese meine Krankheitsgeschichten? Ganz einfach – man kann daran das Potenzial und die Grenze von Meditation erkennen.

^a Im Chinesischen »Qigong« = „Atemarbeit“

^b Sprich: Tshi.

^c Im Chinesischen »Neigong«.

^d Die Sitzhaltungen mit diversen Unterteilungen.

^e Mit verschiedenen Abwandlungen.

^f Umwelterkrankungen sind: MCS (multiple Chemikaliensensibilität, eine allgemeine Chemikalienallergie), Elektrosensibilität (Reaktion auf EMF), Fibromyalgie, CFS (chronisches Müdigkeitssyndrom).

^g Bedauerlicherweise werden Umwelterkrankungen in der Schulmedizin sehr oft als psychiatrische Krankheiten diagnostiziert, weil den Ärzten die Symptomatik von Umwelterkrankungen nicht bekannt ist und sie psychopathologische Folgeerscheinungen als ursprüngliche Ursache fehlinterpretieren.

^h Ein Mensch, welcher meditiert. Bei dem Wort »Meditierende« handelt es sich um ein Partizipium Präsens und damit wird eigentlich ein gegenwärtiges Geschehen ausgedrückt.

ⁱ Zitat aus dem Befund der Spezialklinik Neukirchen beim Heiligen Blut 2007.

Analyse

Aus der Episode mit meinem Erlernen des autogenen Trainings aus einem Buch kann man lernen, dass das Erlernen mentaler Techniken durch Bücher, DVDs, Videos, etc., abzulehnen ist.

- Erstens werden wirklich gute Techniken nicht öffentlich weitergegeben. Dass die alten Meister ihr Wissen geheim hielten, ist wahrscheinlich nicht darauf zurückzuführen, dass sie ihr Wissen nicht einer breiten Öffentlichkeit weitergeben wollten, sondern weil sie um die Gefahren des Erlernens mentaler Techniken Bescheid wussten und aus Verantwortungsbewusstsein ihr Wissen nur ihren direkten Schülern weitergaben. Wenn Probleme auftauchen, kann man weder Bücher, noch DVDs, noch Videos, etc., befragen. Einen Mentor kann man befragen, wenn Schwierigkeiten auftauchen und wenn er sein Handwerk versteht, umschiffen die Schüler die „meditativen Klippen“, ohne überhaupt zu bemerken, dass Klippen da waren.
- Zweitens kommt es beim Erlernen von Meditation oft auf geringfügige Kleinigkeiten an, damit sich der meditative Geist richtig entwickelt. Die gefährlichste Zeit beim Meditieren ist immer der erste Zugang. Wenn eine gewisse Stabilität beim Üben eingetreten ist, d.h. bei einer entsprechenden mentalen Konstitution, ist Meditation nicht mehr gefährlich.
- Es ist wichtig, von Anfang an eine Struktur einzuhalten und dazu muss man wissen, wie diese Struktur beschaffen ist. In einem Buch können nicht alle Feinheiten wiedergegeben werden, da – so die Erfahrung mit meinen Schülern – jeder individuell reagiert. Jeder meiner Schüler hat das Gleiche gelernt, aber bei jedem musste ich irgendetwas abändern. In einem Fall musste ich aufgrund auftretender Schwierigkeiten, deren Ursachen in seiner persönlichen Historie lagen, sogar das ganze Procedere umändern. Rhythmus und Struktur – das ist das Geheimnis des richtigen Meditierens^a.
- Am gefährlichsten sind die meditativ kausierten Mentalprozesse, welche sich verselbstständigen und sich jeglicher Kontrolle entziehen.

Diese Unstrukturiertheit beim Erlernen des autogenen Trainings – obwohl ich mich genau an das gehalten hatte, was in dem Büchlein stand – war damals die Ursache für meine unbegründbaren Ängste und Schwierigkeiten.

Aus der Episode mit meiner Auslandserkrankung kann man lernen, dass das autogene Training zwar nicht die psychoseartige Erkrankung aufhalten konnte, aber die hohe Konzentrationsfähigkeit, welche ich zu dieser Zeit hatte, zeigt, dass sich hier das autogene Training auswirkte. Das autogene Training konnte auch nicht verhindern, dass die Krankheit sich im Abstand von einigen Jahren wiederholte, was mich zu der Schlussfolgerung führte, dass es zu schwach ist, um solche Krankheiten zu verhindern oder zu heilen. Dies verstand ich allerdings erst, als ich mich mit Meditation zu beschäftigen begonnen hatte.

Erst dann verstand ich, was das autogene Training bei mir bewirkt hat: Ich leide seit Jahrzehnten an einer nervösen Blase, was es erforderlich macht, auch in der Nacht im Schnitt 16-mal ein gewisses Örtchen aufzusuchen. In meiner Studienzeit bis zu 28-mal! Über zehn Jahre hinweg hatte ich Schichtdienst mit einer wöchentlichen

^a Meine erste Schülerin, welche an meinem Forschungsprojekt »Meditationsphilosophie« teilnahm, war nach ihrer ersten Meditation fürchterlich erobst: Sie hatte schon früher herumprobiert, sie hatte das Gleiche gemacht, was sie auch bei mir gelernt hatte, aber es hatte sich nichts ereignet. Bei mir hatte sie jedoch ein Levitationserlebnis, d.h. man hat dabei das Gefühl, dass man schwebt und unter Umständen sogar in das Universum hineinschwebt. – Dies ist der Unterschied, ob man ganz einfach ziellos herumprobiert oder ob man weiß, was man tut...

Arbeitsbelastung von 40 bis über 60 Stunden. Gleichzeitig absolvierte ich einen Schulbesuch zur Erlangung der Externistenmatura, später studierte ich. In all den Jahren hatte ich es für selbstverständlich erachtet, dass ich diese extremen Belastungen aushielt, obwohl ich von Kindesalter an eine eher schwächliche Konstitution hatte. Mir war nie bewusst, dass das autogene Training dafür verantwortlich zeichnete. Ich trainierte – regelmäßig – 5 bis 10 Minuten pro Tag, und zwar nur deshalb, weil dann meine Unterleibsschmerzen weg blieben. Das war der einzige Grund. Erst wenn ich mehrere Monate nicht das autogene Training gemacht hatte, kamen die Bauchschmerzen wieder^a. Ansonst waren mir diese 5 bis 10 Minuten Aufwand eigentlich ziemlich lästig.

Ich betrachte auch heute noch aufgrund meiner Erfahrungen das autogene Training als eine sehr gute Methode für therapeutische Zwecke. Wenn es auch nicht als Therapie für schwere psychotische Erkrankungen geeignet ist, so eignet es sich doch hervorragend als Zugang zum Meditieren und für therapeutische Anwendungen, weil es eine schwache Methode ist.^b

Das Problem heutzutage scheint eher darin zu liegen, dass die ursprüngliche Methode von Schultz durch die Epigonen „verbessert“ wird und deshalb dieses Potenzial nicht erkannt und ausgeschöpft wird. Ärzte haben kein Verständnis für die Mentalprozesse, die durch Meditation bzw. das autogene Training ausgelöst werden. Wenn ich heute mit Menschen spreche, die das autogene Training praktizieren, erkenne ich es eigentlich nicht mehr wieder und frage mich, was diesen Menschen vermittelt wird.

Die Probleme, die bei mir entstanden, als ich mich mit Meditation zu beschäftigen begann, wurden weitgehend dadurch verursacht, dass diese Meditationstechnik eine um ein Vielfaches stärkere Wirkung hat als das autogene Training^c. Die Verbindung einer für Europäer schädliche Meditationshaltung (Halblotus), die fehlende Struktur und eine höchst effiziente Technik, von der ich nicht wusste, wie sie anzuwenden war, führte fast zu einer Katastrophe. Andererseits führte gerade diese Meditationstechnik, nachdem ich sie zu beherrschen gelernt hatte, dazu, dass meine psychoartigen Erkrankungen weg blieben. Ich führe dies darauf zurück, dass diese Technik ganz einfach stärker als das autogene Training ist.

Ich bin zu der Schlussfolgerung gelangt, dass Meditation exzellent zur Behandlung psychopathologischer Erkrankungsformen geeignet ist, vorausgesetzt, man wendet sie richtig an^d. Es wäre ein ausgesprochener Fehler, einem Patienten, welcher gerade einen psychotischen Schub hat, das Meditieren beizubringen. Es ist notwendig, dass der Patient pro Tag einige Stunden eine normale Befindlichkeit hat, d.h. sich wohl fühlt, ehe man daran denken kann, ihn durch Erlernen einer Meditationstechnik zu behandeln^e. Bei einem depressiven Krankheitsyndrom dürfte das nicht zutreffen. Meditation kann auch erlernt werden, auch wenn man in einer depressiven Phase ist; die Anwendung dürfte von der Schwere der Depression abhängig sein.

^a Ich gehe deshalb heute davon aus, dass meditativ kausierte Mentalprozesse mehrere Monate anhalten, auch wenn man nicht meditiert.

^b Starke Meditationstechniken bedürfen einer besonders vorsichtigen Vorgangsweise.

^c Gerade aber diese Stärke verursacht bei einer therapeutischen Anwendung unter Umständen Probleme.

^d Richtiges Meditieren ist antipsychotisch, falsches Meditieren führt zu Psychosen. Dies trifft auch auf Depressionen zu: richtiges Meditieren ist antidepressiv, falsches Meditieren führt zu Depressionen.

^e Einerseits aufgrund meiner eigenen Erfahrungen, andererseits aufgrund von Erzählungen muss ich leider feststellen, dass unsere Ärzteschaft in Bezug auf Meditation sehr unwissend ist – auch dann, wenn Ärzte als „Experten“ auftreten. So wurde mir von einer Klinik berichtet, in der man Patienten, welche keine Meditationserfahrungen haben, 25-30 Minuten meditieren lässt – in Gruppen von bis zu 30 Leuten! So etwas bei psychisch Kranken zu machen, kann eigentlich nur zu der Schlussfolgerung führen, dass diejenigen, welche derartige „Behandlungen“ durchführen, keine Ahnung von Meditation haben. Wahrscheinlich haben sie irgendwo in einem Buch darüber gelesen und glauben dann, dass sie meditieren können. Jemand, der von Meditation etwas versteht, wundert sich nicht, dass die meisten Patienten diese Klinik in einem schlechteren Zustand verlassen, als sie bei der Einweisung waren...

Bei meinen umweltmedizinischen Erkrankungen war eine völlig andere Dynamik festzustellen. Es ist wirklich kurios: Meditation hatte mich ursprünglich aufgrund eines falschen Praktizierens fast das Leben gekostet, aber bei dieser Erkrankung hat das Meditieren eindeutig mein Leben gerettet.

Neben der medikamentösen Behandlung, welche nicht die psychisch-negative Komponente der Erkrankung beseitigen konnte, förderte ich meine mentale Genese durch Langzeitmeditationen. Wenn ich in der Früh – weitgehend verursacht durch meine notwendigen „nächtlichen Wanderungen“ – erschöpft und in einem psychisch derangierten Zustand aufwachte, meditierte ich^a bis zu 5 Stunden am Morgen. Auf diese Weise konnte ich mein subjektives Wohlbefinden sicherstellen. Ohne Meditation wäre es ziemlich fraglich gewesen, ob ich die schlimmste Zeit überstanden hätte. MCS hat aufgrund der fürchterlichen Zustände, in die man gelangt, eine hohe Suizidrate. Die medikamentöse Behandlung führt zwar zu einer gesundheitlichen Verbesserung, sie wirkt aber nur sehr langsam und da es eine allergische Erkrankung ist, muss man die Stoffe, auf die man reagiert, vermeiden, was bei einer Reaktion auf die verschiedensten Chemikalien bei der derzeit allgemeinen Chemikalienbelastung ausgesprochen schwierig ist. Meditation ist in diesem Fall von besonderem Vorteil, da die Einnahme von Psychopharmaka bei MCS aufgrund der verminderten Entgiftungskapazität des Körpers kontraproduktiv ist und von den Umweltärzten nur dann verschrieben werden, wenn es – z.B. aufgrund akuter Suizidgefahr – notwendig ist.

Ein paar Jahre nach meiner Erkrankung an MCS erkrankte ich auch an Elektrosensibilität und machte im meditativen Kontext die Beobachtung, dass ich meine elektrosensiblen Symptome nicht unterdrücken bzw. beseitigen konnte, wenn ich mich beim Meditieren in EMF^b befand. Erst nachdem ich in meinem Haus eine Netzfreeschaltung installiert und gegen Hochfrequenz-Strahlung abgeschirmt hatte, besserte sich mein Zustand und die Symptome verschwanden.

Ich schließe daraus, dass Meditation bei MCS wirkt^c, aber nicht, wenn man in EMF meditiert. EMF dürften für das Meditieren generell schlecht sein.

Conclusio

Meditation ist ein hervorragender Modus der Existenzbewältigung – bei einem richtigen Praktizieren. Eine falsche Praxis richtet Schaden an.

Meditation ist nicht ein Wundermittel, womit alles behandeln werden kann, aber sie bietet Möglichkeiten, welche mit pharmakologischen Therapien nicht erreicht werden können. Man muss aber verstehen, dass Meditation in erster Linie etwas Mentales ist. Körperliche Gebrechen bzw. Krankheiten können nur indirekt davon beeinflusst werden. Im Falle meiner Erkrankung an MCS, welche offensichtlich durch ein fehlendes Gen in Verbindung mit schädlichen Umwelteinflüssen verursacht wurde, wäre es ein Irrglaube, dass das fehlende Gen durch Meditation

^a Liegemeditationen, da ich für das Sitzen zu schwach war.

^b EMF = EM-Felder = df: elektrische, magnetische und elektromagnetische Felder.

^c Voraussetzung dürfte allerdings auch sein, dass man zum Zeitpunkt des Meditierens nicht den Schadstoffen ausgesetzt ist, auf welche man reagiert.

ersetzt werden könnte. Wenn der Körper krank ist, muss man den Körper – und dazu ist die Medizin da – entsprechend behandeln. Die extreme, psychische Belastung durch diese Krankheit kann allerdings durch Meditation gelindert werden und in Verbindung mit der richtigen medizinischen Behandlung kann ein erträglicher Krankheitsverlauf gewährleistet werden. Diese indirekte, positive Beeinflussung auf der psychischen Ebene durch meditative Praktiken kann wohl auf sämtliche – nicht nur umweltmedizinische – Krankheiten übertragen werden. Nur bei akuten Psychosen, wahrscheinlich auch bei extremer Müdigkeit bzw. bei Erschöpfungszuständen kann Meditation nicht praktiziert werden. Für das Erlernen von Meditation ist es notwendig, dass man sich wohl fühlt, d.h. es muss ein Zeitraum pro Tag zur Verfügung stehen, indem man *mit Sicherheit* von einem Wohlbefinden ausgehen kann.

Weiters wäre es ein Fehler zu glauben, dass man durch meditative Imaginationsübungen physikalische Einflüsse, wie z.B. Schadstoff- oder EMF-Belastungen, unterbinden kann. Mir wurde der Vorschlag gemacht – und dies wird offensichtlich in meditativen Kreisen praktiziert – durch spezielle, mentale Übungen die physikalischen Schadstoffwirkungen zu vermeiden. ABER: physikalische Einflüsse können nicht durch mentale Übungen beeinflusst werden. Dies ist ganz einfach unmöglich.

Was ist „richtig“ meditieren?

Bei der Vielzahl der vorhandenen Techniken ist es ein Ding der Unmöglichkeit, alle zu kennen, weshalb eine Beurteilung ausgesprochen schwierig ist. Ich würde es nicht wagen, eine Meditationstechnik zu beurteilen, wenn ich sie nicht vorher mindestens fünf Jahre praktiziert hätte. Das Entscheidende ist aber nicht die Technik, sondern die mentale Entwicklung. Bei der Vielzahl der verschiedenen Meditationsmodi, welche ich im Laufe der Jahrzehnte in mein Repertoire hineingenommen habe, mag es vielleicht etwas eigenartig klingen, dass mein Hauptmodus eine sehr reduzierte Form ist. Ich meditiere generell auf einem viel niedrigeren Niveau, als es mir mein chinesischer Meister gezeigt hat. Das Einfachste und Unscheinbarste hat sich als das Beste erwiesen. Je komplexer eine Meditationstechnik ist, desto unübersichtlicher wird sie. Meditation bedeutet Reduktion des Bewusstseins. Es ist eine Vereinzelung auf das Ich, ohne das Ich (das Selbst) in das Zentrum zu stellen. Wenn zu viele Fluktuationen in der Meditation sind^a, desto „unruhiger“ wird sie und damit wird sie unproduktiv.

Wie meditiert man richtig? – Ich würde die Frage damit beantworten, dass eine Meditationstechnik falsch ist, wenn gesundheitliche Schäden eintreten: Schäden an Körper, Geist und Seele. Damit sind negative, psychosomatische Auswirkungen auf den Körper, psychopathologische Prozesse und – auch dies ist ein Symptom – mangelnde logische Kompetenz. Falsches Meditieren führt zu einem irrationalen Denken.

Voraussetzung für das richtige Meditieren ist das richtige Erlernen der Technik. Dies fängt bei der richtigen Körperhaltung an^b und setzt sich bei der richtigen mentalen Einstellung fort. Sogar falsche Erwartungen können zu negativen Auswirkungen führen. Das Problem ist, dass der Praktizierende selbst meist die negativen Auswirkungen einer falschen Praxis nicht bemerkt. Negative Auswirkungen einer meditativen Praxis können

^a So meine Erfahrung.

^b Eine wesentliche Komponente für das Scheitern meiner ersten Meditationsversuche war, dass ich ursprünglich meine ersten Versuche im Halbblotus unternommen habe. Das Sitzen auf dem Boden im Lotus (oder Halbblotus) hat einen eigenen Reiz und Flair, westliche Menschen tun aber gut daran, einen Sessel zu nehmen. Der Lotus ist nur sinnvoll, wenn man ihn von Kleinstkindalter an gesessen ist, ansonst werden nur Menschen mit großer, körperlicher Flexibilität, wie z.B. Tänzerinnen, Turner, etc., in der Lage sein, ihn richtig zu sitzen.

durchaus mit euphorischen Zuständen verbunden sein, weshalb der Praktizierende eine objektiv negative Entwicklung subjektiv als positiv erlebt. Wenn sich die eindeutig negativen Zustände einstellen, dann ist es meist für eine Korrektur schon zu spät und es müssen therapeutische Maßnahmen ergriffen werden.

Es ist Aufgabe eines meditativen Mentors die richtige Entwicklung zu gewährleisten. Wenn man dies richtig macht, ist es sehr zeitaufwendig und damit alles andere als eine lukrative Einnahmequelle. Ich selbst orientiere mich nach der philosophischen Tradition in der Antike, deren Kennzeichen die unentgeltliche Wissensweitergabe war^a, aber die spirituellen *Meister* des Ostens geben ihr Wissen ebenfalls unentgeltlich weiter.

Es gibt nichts Lächerlicheres als einen „erleuchteten“ Guru, welcher andere gegen Entgelt zur Erleuchtung führt.

Ein Erleuchteter würde sich aufgrund seiner Erfahrungen niemals herablassen, seine Kenntnisse aus pekuniären Gründen zur Verfügung zu stellen. Erleuchtungserlebnisse führen zur Einsicht in das, was Ehrfurcht und Achtung gebietet, zu einem Bewusstsein, welches in Ehrfurcht und Glückseligkeit aufgeht.

Bedauerlicherweise hat der derzeitige Trend zur generellen Kommerzialisierung auch vor Meditation nicht Halt gemacht. Es werden Kurse angeboten, man bekommt dann sogar ein Zeugnis, woraus hervorgeht, dass man meditieren kann und berechtigt ist, Meditation zu lehren. Dies ist ein typisches Symptom unseres – des westlichen – Bildungssystems: Es ist wichtig, dass man ein Zeugnis hat, woraus die Berechtigung für die Ausübung der verschiedensten Tätigkeiten abgeleitet wird. Wissen ist sekundär. Für mich ist es unverständlich, wie jemand die geistige Entwicklung, den Fortschritt, einer meditativen Praxis beurteilen kann, da die menschliche Natur in ihrer Komplexität kaum richtig beurteilt werden kann. Man kann gewisse Fähigkeiten überprüfen, Kenntnisse bestimmter Sachverhalte abfragen, wie soll aber auf eine zuverlässige Art die geistige Entwicklung eines Menschen erfasst werden? Ich selbst tendiere dazu, die existenzielle Entwicklung eines Meditanten als Kriterium anzugeben. Kann ein Meditand seine existenziellen Zielvorstellungen verwirklichen? Wie erfolgreich verläuft sein Leben? Hat er es geschafft, trotz existenzieller Erfolge und Misserfolge, ein *Mensch* zu bleiben oder sogar zu werden? Wie hat er Schicksalsschläge bewältigt? Solche Kriterien machen es notwendig, eine lebenslange, geistige Entwicklung in Betracht zu ziehen. Eine Beurteilung nach einem Kurs, welcher vielleicht einige Tage, einige Wochen, Monate oder auch Jahre gedauert hat, ist nicht hinreichend^b.

Es bestehen divergierende Meinungen, ob man zielgerichtet oder nicht zielgerichtet meditieren soll. Meines Erachtens haben zielgerichtete Meditationen nur im therapeutischen Kontext Sinn, weil sie ansonst den Meditanten in seiner Entwicklung behindern. Bei zielgerichteten Meditationen ist die Ratio beteiligt und damit werden geistige Grenzen gesetzt, die vom jeweiligen Erfahrungs- und Wissensstand abhängen. Bei der Mangelhaftigkeit der menschlichen Erkenntnisfähigkeit kommen rationale Aspekte und damit die Grenzen der Verstandeserkenntnis in die Meditation hinein und verfälschen unter Umständen die geistige Entwicklung. Das therapeutische Potenzial von Meditation ist insofern wichtig, weil Gesundheit für das Gelingen des Lebens eine wesentliche Voraussetzung

^a Die Sophisten in der Antike waren Lehrer, welche Wissen gegen Entgelt weitergaben.

^b Natürlich können Meditationstechniken durchaus von professionellen Meditationslehrern auf einer seriösen Basis vermittelt werden, analog einer seriösen Psychotherapie. Man muss sich aber darüber im Klaren sein, dass es nicht das Gleiche ist, ob man aus der Vermittlung eines solchen Wissens ein Geschäft macht oder ob man Schüler um ihrer selbst willen in Freundschaft annimmt.

Interessant ist in diesem Kontext die tibetische Lehre, dass ein Geistlicher (– das ist ein Mensch, der sich vom weltlichen Leben abgewandt hat, um den Weg der Erlösung zu beschreiten) einen Fehler macht, wenn er seine Lehren gegen Lebensunterhalt oder Reichtümer tauscht. Ein Meister der Mystik darf keinen Unwürdigen unterweisen und muss seine Lehre ohne jedes Entgelt demjenigen Schüler vermitteln, der sie nutzbringend verwertet.- »Nutzbringend« ist hier wohl im Sinne von Leid vermeidend und verhindernd bzw. als Nutzen auf dem Weg zur Erleuchtung bzw. Erlösung zu verstehen. (David-Néel, *Der Weg zur Erleuchtung*, S. 212)

ist, nach meinem Dafürhalten ist es aber nur ein sekundärer Aspekt. Das Wesen von Meditation ist die mentale Entwicklung, welche zu geistiger Reife führen soll. Im „stillen Sitzen“ entfaltet sich eine mentale Stärke, welche ohne Meditation nur mit Schwierigkeiten oder vielleicht überhaupt nicht zu erreichen ist. In der meditativen Versenkung findet man die Lösung von Problemen, gelangt zu neuen Erkenntnissen und verarbeitet psychische Belastungen. Man „weiß“, ohne zu wissen, warum man weiß. Neue Ideen tauchen auf.

Im Laufe meiner meditativen Praxis hat sich die „Leere“ als meditativer Methodenansatz als das Beste erwiesen. „Leere“ impliziert immer, sich kein Ziel zu setzen. Immer, wenn ich ein bestimmtes Ziel als Gegenstand der Meditation in Angriff nehmen wollte, hat mir mein Daimonion^a abgeraten.

Was ist die „Leere“? – Sie ist eigentlich nicht beschreibbar. Es handelt sich um einen Zustand des geistigen In-der-Schwebe-Haltens, ohne Position zu beziehen. Gedanken-los ist auch nicht richtig, weil Gedanken immer wieder kommen und gehen. Wichtig ist es, nicht bestimmte Gedanken zu fassen oder zu versuchen, sie festzuhalten. Im Bewusstsein der „Leere“ ist noch immer das Bewusstsein des Ich, der akustischen Reize aus der Umgebung; die taktile Reize, wenn Schmetterlinge, Fliegen, Ameisen oder sonstige Insekten bei Meditationen in der freien Natur auf dem Körper herumkrabbeln; das Bewusstsein des schwankenden Muskeltonus (bei längeren Sitzungen), etc. Das Bewusstsein kann auch völlig verlöschen^b. Meine Versuche, das Ich verlöschen zu lassen, haben bei mir zu negativen Reaktionen geführt, weshalb ich es für einen Fehler halte, dies als Meditationsziel zu versuchen. Das Verlöschen des Ich bedeutet immer den Tod der individuellen Persönlichkeit bzw. den absoluten Tod.

Die Intentionslosigkeit der „Leere“ in der meditativen Versenkung garantiert die natürliche Entwicklung zum je eigensten Selbst, nämlich dass sich die natürlichen Anlagen, welche in einem Menschen stecken, frei und unbehindert entwickeln können. In der „Leere“ kann sich das Potenzial aktualisieren, ohne intellektuelle Behinderung.

Die Ereignislosigkeit der „Leere“ kann sehr „ereignisreich“ sein, vor allem bei Langzeitmeditationen. Es kann zu euphorischen, ekstatischen und sogar zu mystischen Erlebnissen kommen. Ich halte es für einen Fehler, solche Erlebnisse bewusst zu verfolgen. Besser ist es, solche Bewusstseinsinhalte zu ignorieren und in seinem Üben ganz einfach weiterzumachen, soweit dies – aufgrund der Intensität der Erlebnisse – möglich ist. Solche Erlebnisse mögen zwar die menschliche Sensationslüsternheit befriedigen, aber sie lenken auch vom Eigentlichen eines meditativen Weges ab. So wie die menschliche Sensationslust zu Schäden in der Gesellschaft führt, genauso schädlich ist sie auf dem Weg „nach innen“.

In der „Leere“ ist sowohl das Wollen, als auch das Nicht-Wollen ein Fehler. Das Denken ist genauso falsch wie das volitionale Nicht-Denken. Hören, taktile Reize, visuelle Wahrnehmungen, Gefühle, Emotionen – auch wenn sie auftauchen, sie sind bedeutungslos. Der Geist ruht sich-selbst-vereinzelt in sich selbst. Harmonie mit sich selbst (*ἀταραχία*) und wohl auch mit der Natur und seinen Mitmenschen ist das Ziel, der Inhalt und der Sinn von Meditation.

^a In Anlehnung an das Daimonion Sokrates', welcher nicht erklären oder beschreiben konnte, was das Daimonion eigentlich ist, ihn aber immer davon abhielt, etwas Falsches zu tun, habe ich eine Art „Empfindung“, welche eine Kombination aus Intuition und intellektueller Erkenntnis ist, als »Daimonion« bezeichnet. Das meditative Daimonion beschränkt sich allerdings nicht auf das Abraten, sondern rät auch, etwas – im meditativen Kontext – zu tun. Es ist im Prinzip die Grundlage für das Entwickeln neuer, meditativer Techniken.

^b Ich vermute, dass das buddhistische Verlöschen, welches im metaphysischen Kontext der verschiedenen Reinkarnationen aufzusuchen ist, um die Wiedergeburt zu vermeiden, einen meditationsmethodischen Ursprung hat.

Der größte Fehler besteht wohl darin, dass Menschen einen meditativen Weg abbrechen, weil sich anscheinend „nichts tut“. – Es tut sich immer etwas, auch wenn der Meditierende bewusst nichts wahrnimmt...

»Die Törichten unterscheiden, [indem sie denken]:
>Ich bin der Erleuchtete in der Welt<, aber ich bin
nicht erleuchtet und erleuchte auch nicht.«
Lankavatara-Sutra, S. 267

Meditation und Mystik

Meditation wird sehr oft mit Mystik verbunden und gerade diese Schwärmereien bewegen Menschen dazu, sich der Meditation zuzuwenden. Das Geheimnisvolle, das Mysterium des Unbekannten, zieht Menschen an und fasziniert sie. Die Sehnsucht des Menschen gilt dem Göttlichen und man versucht von alters her durch Beschwörungen und diversen Techniken den Kontakt mit dem Numinosen zustande zu bringen.

Ist das sinnvoll?

In der Geschichte der Mystik, in allen Kulturen, berichten die Mystiker von den ekstatischen Zuständen, Zustände der Glückseligkeit, in die man durch die Nähe oder durch die Berührung des Göttlichen gelangt. Sprache versagt, um diese Zustände wiedergeben zu können. Das Kennzeichen der abendländischen Philosophie war die Ablösung des Mythos durch den Logos, das heißt die Introduktion des wissenschaftlichen Denkens. In der Spätantike wandte sich die Philosophie in den Neupythagoreern und Neuplatonikern der Mystik zu⁴². Die neuplatonische Mystik war die letzte große Schöpfung der Hellenen⁴³. Ihre Fortsetzung fand sie in der christlichen Mystik.

Es stellt sich die Frage, ob es bei mystischen Erlebnissen tatsächlich zu einer Berührung des Göttlichen kommt.

Wenn es tatsächlich bei einer Unio mystica zu einer Begegnung mit dem Göttlichen käme, müsste doch eigentlich der Mystiker ein Mensch von nicht nur außergewöhnlicher Begabung, sondern auch ein moralischer Mensch im Sinne der positiven Moralität sein. Man müsste doch annehmen, dass der Kontakt mit dem Göttlichen zu einer besonderen Einsicht in das Wesen von Gut und Böse führen sollte.

Bernhard von Clairvaux war ein solcher begnadeter Mystiker^a. Trotzdem predigte er für den zweiten Kreuzzug, bezeichnete die (muslimischen) Heiden als Nicht-Menschen, als das Böse, das zu töten Lohn im Himmel bringe. Er weigerte sich, den Koran zu lesen, obwohl es ihn in lateinischer Übersetzung gab⁴⁴. Dies mag vielleicht aus christlicher Sicht vertretbar sein, auch wenn es gegen die christliche Sanftmut verstieß, aber - wenn Bernhard tatsächlich mit Gott „in Verbindung“ stand, weshalb wusste er nicht um die Verbrechen dieses Kreuzzuges? Warum predigte er fanatisch für diesen Kreuzzug? Das Argument, dass Gott in seiner Allmacht und Allwissenheit

^a »BERNHARD VON CLAIRVAUX war der Lehrer der sich in der mystischen Erfahrung vollendenden Gottes-L[iebe]. Gott ist die L[iebe]. Durch die Gabe der L[iebe]. wohnt Er in uns und wir in Ihm. Diese unser Dasein steuernde «vis unitiva» vollendet sich in der Seligkeit jenseitiger Gottesschau. Denen aber, die Gott so lieben, wie er geliebt werden will – keusch, heilig, glühend (caste, sancte, ardent) –, kann schon in diesem irdischen Leben, wenn auch nur selten und kurz, die ekstatisch-schauende Vereinigung mit Gott – «rara hora, parva mora» – vergönnt sein.« (HWP01, S. 16825)

tun und lassen könne, was er wolle, entspricht wohl nicht dem Gerechtigkeitskriterium und dem Gedanken, dass Gott das Allgute sei. Damit hält auch das Argument, dass Bernhard nur als Diener Gottes fungiert habe, nicht stand. Was ist der Sinn eines ekstatischen Erlebnisses, wenn es einen nicht auf den moralisch rechten Weg führt und vor der Begehung von Fehlern und Verbrechen schützt? Ist das tatsächlich Gott, dem man in diesen Erlebnissen begegnet? ... oder unterliegt man eine Illusion?

In den meditativen Traditionen des Ostens steht die Erleuchtung im Zentrum der Spiritualität. Die Erleuchtung ist die Gewähr, dass der Mensch von der Reinkarnation erlöst ist und nicht mehr wiedergeboren wird. Damit hat der Weg des Leidens ein Ende gefunden. Die wohl berühmteste Erleuchtung war die des historischen Buddha Shakyamuni, deren Erkenntnisse er in einer Lehre der Erlösung formulierte und welche zur Entstehung einer der großen Weltreligionen führte. Der Buddha kam zur Erkenntnis über das Wesen des Seins und wie man das Rad der Wiedergeburt beenden kann.

Der Literatur nach zu schließen haben Erleuchtungserlebnisse einen sehr individuellen Verlauf und divergieren sehr stark.

David-Néel, welche zu Beginn des 20. Jahrhunderts einige Jahre im Grenzgebiet zwischen Nord-Sikkim und Tibet von einem berühmten Eremit unterwiesen wurde und später als erste Frau nach Lhasa reiste, berichtet die Geschichte von Karma Dordschi, dessen beschwerlicher Weg zur Erleuchtung zu einem Außer-Körpererlebnis führte. Er durcheilte geistig (in einer Vision) den Raum zu seinem Kloster in seiner Heimat. Er war aufgrund seiner geringen Geburt von den anderen Mönchen Zielscheibe des Spottes und der Verachtung gewesen. Als er sie in seiner Vision sah, widerstand er dem Verlangen, sich ihnen in seiner Macht zu zeigen und zu beeindrucken. Sie kamen ihm klein und unbedeutend vor, genauso seine Rachsucht und die Verachtung, die sie ihm entgegengebracht hatten. »Was ging ihn diese Zwergenwelt noch am?«⁴⁵ – Erleuchtungserlebnisse scheinen das Bewusstsein für die Nichtigkeit des alltäglichen Geschehens zu schaffen.

In unserem Informationszeitalter wimmelt es von einer derart großen Zahl von Erleuchteten, welche von ihren Erfahrungen und Erlebnissen berichten, um die Welt zu verbessern, dass man sich wundern muss, warum unsere Welt noch immer in einem derart kläglichen Zustand ist.

Man müsste meinen, dass aus wissenschaftlicher Sicht Erleuchtungserlebnisse als Aberglaube oder Betrug einzustufen sind. Dass dem nicht so ist, geht auf die Experimente des kanadischen Neuropsychologen Michael Persinger von der Laurentian University in Ontario zurück. Seit langem untersucht der Hirnforscher die Auswirkungen schwacher Magnetfelder auf das Gehirn. Dazu werden den Versuchspersonen Magnetspulen direkt auf dem Schädel positioniert. Ein Mitarbeiter Persingers, Alex Thomas, programmierte auf dem Computer das entscheidende Muster elektromagnetischer Pulse für den großen mystischen Durchbruch. Versuchspersonen, die in einem schallisolierten Raum mit verbundenen Augen lange genug dem „Thomas-Puls“ ausgesetzt sind, haben über achtzig Prozent mystische Erlebnisse. Sie erleben intensive Präsenzgefühle, dass sich irgendjemand oder irgendetwas Machtvolles im gleichen Raum befindet. Teilweise kommt es zu Theophanien. Je nach Überzeugung und kulturellem Hintergrund berichten die Versuchspersonen von einer höheren Wirklichkeit oder gar der expliziten Gegenwart von Jesus, Mohammed oder Buddha. Diese Erfahrungen werden mit tiefen, heiligen Gefühlen gemacht. Auch Skeptiker und Atheisten haben solche Erlebnisse, vergleichen diese aber bei entsprechenden Erfahrungen in der persönlichen Biografie mit psychedelischen Drogentrips⁴⁶.

Durch diese Experimente kann mit neurowissenschaftlichen Mitteln der Nachweis erbracht werden, dass mystische Erlebnisse eine zerebrale Entsprechung haben. Aufgrund dieser Ergebnisse müssen auch mystische Erlebnisse bzw. Erleuchtungserlebnisse aus einer anderen Perspektive interpretiert werden. Man könnte natürlich argumentieren, dass die zerebralen Prozesse durch Einwirkungen aus einem transzendenten Sein heraus verursacht werden. Dann kommt man allerdings in das Problem einer Verdoppelung der Welt, welches Aristoteles gegen die Ideenwelt Platons vorbrachte⁴⁷ und schon Leibniz zu seiner Zeit durch eine prästabilierte Harmonie zu lösen versuchte. – Der Nachweis eines solchen Seins kann allerdings nicht bewiesen werden, weshalb derartige Argumente in den Bereich des Glaubens verwiesen werden müssen.

Der infolge dieser Experimente eingesetzte Trend, mit technischen Hilfsmitteln beim Meditieren zu versuchen, zu Erleuchtungserlebnissen zu gelangen, ist als bedenklich einzustufen. Man sollte nicht ein auf natürliche Weise erreichtes Erleuchtungserlebnis mit dieser Vorgangsweise vergleichen. Das Entscheidende bei Erleuchtungserlebnissen ist wahrscheinlich nicht die Erleuchtung, sondern *der Weg* zur Erleuchtung. Auf diesem Weg entwickelt sich der Meditator, wird im Charakter und in seiner Persönlichkeit geformt. Die Schwierigkeiten und ihre Bewältigung, die Mühen und Anstrengungen, die auch auf einem meditativen Weg auftreten, führen zu Erkenntnissen, welche den Meditanten befähigen sollten, besser zu werden – in seinem Mensch-sein, in seinen Fähigkeiten und Einsichten. „Natürliche“ Erleuchtungserlebnisse sind offensichtlich sehr selten und können nicht kontrolliert werden. Willensakte sind im meditativen Akt generell abzulehnen, weil dadurch die unbewussten Bedürfnisse der eigenen Seele blockiert werden und dadurch die meditative Entwicklung unter Umständen eine falsche Richtung nimmt. Die volitionalen Anstrengungen, um jeden Preis eine Erleuchtung zu erlangen, sind als kontraproduktiv einzustufen.

Interessant sind in diesem Kontext die Warnungen im Lankavatara-Sutra, sich den „Samadhi-Lüsten“ hinzugeben und den Samadhis zu verfallen. Es kann davon ausgegangen werden, dass die Glücksgefühle, das überwältigende Gefühl der Erhabenheit, die Ehrfurcht vor der Größe des Seins, das Bewusstsein der Nichtigkeit der alltäglichen, kleinen Sorgen, bei Erleuchtungserlebnissen zu einer Suchtdynamik führen können. Sucht ist aber immer Unfreiheit und Verfremdung des eigenen Geistes – dies ist wohl der Grund für die Warnungen des Lankavatara-Sutra. Die mit technischen Mitteln ohne Anstrengung erreichten Erleuchtungserlebnisse haben eher den Charakter von Unterhaltungstrips zur Befriedigung der eigenen Sensationslust. Es ist außerdem zu bedenken, dass durch die Verwendung solcher Hilfsmittel unter Umständen gesundheitliche Schäden zu erwarten sind, welche über ein Suchtverhalten hinausgehen. Es ist ein Unterschied, ob man die Gehirnfrequenzen für einen kurzen Zeitraum zum Zwecke eines Experiments verändert oder ob man dies kontinuierlich und konstant macht. Ein Erleuchtungserlebnis ohne Bemühung führt zu keiner Erleuchtung.

Ich vermute, dass genuine Erleuchtungserlebnisse immer nur vom Meister an die direkten Schüler weitergegeben wird, und zwar nur an die Schüler, welche bereits eine längere Zeit bei ihm waren und welche sein Vertrauen erlangt haben. Der Grund für eine solche Mitteilung – so vermute ich – liegt nicht darin, dass er durch eine solche Mitteilung bei seinen Schülern Autorität gewinnen soll. Diese hat er sowieso, nämlich die Autorität des Wissens. Wenn er diese Autorität nicht hätte, könnten seine Schüler von ihm nichts lernen. Der Zweck der Mitteilung besteht ganz einfach darin, dass seine Schüler durch dieses Wissen, dass er ein Erleuchtungserlebnis hatte, die Möglichkeit aufgezeigt werden soll, dass dies auch für sie möglich sein müsste.

Ein Erleuchtungserlebnis ist nur ein Symptom, ein Ergebnis und nicht Zweck meditativer Arbeit.

»Man soll wissen, dass diejenigen, die denken und meditieren, von falschen Anschauungen befreit werden können, indem sie sich in drei Dingen üben: dem Weg, der Wahrheit und der richtigen Sicht.«
Lankavatara-Sutra S. 356

Über Wirkung und Sinn von Meditation

Ein traditionelles Kung-Fu-Training ist auf den Tod ausgerichtet, d.h. es wird davon ausgegangen, dass man von einem oder mehreren Angreifern mit Tötungsvorsatz attackiert wird. Deshalb umfasst das Repertoire des Trainings eine große Zahl von Letalschlägen. Man muss beachten, dass Kung Fu nicht für einen Kampfsport konstruiert wurde, sondern in der Geschichte Chinas eine Kriegskunst war. In dieser Zeit war es überlebensnotwendig, diese Kampfkunst perfekt zu beherrschen und je besser man darin war, desto größer war die Chance in einem Kampf zu überleben. Diese Ausrichtung hat auch heute noch Bedeutung, wenn auch nicht mehr im Kontext mit physischem Kämpfen. Meditation hat die Aufgabe, in extremen Situationen – ein tödlicher Angriff ist eine solche Situation – emotional zu stabilisieren. Wenn auch in unserer Zeit der Kampfaspekt zu vernachlässigen ist, kann man aber auch heute noch in Situationen kommen, welche eine emotionale Stabilität erforderlich machen, um zu überleben. Als Beispiel möchte ich anführen, dass nach einer Studie viele Flugzeugabstürze nur dadurch zustande kommen, weil der Pilot die Nerven verliert. Generell ist ein solches traditionelles Training auch heute noch sinnvoll, wenn Menschen berufsbedingt in gefährliche Situationen kommen oder in einer gefährlichen Umwelt leben.

Man sollte meinen, dass durch ein solches Training Menschen zur Gewalttätigkeit und Grausamkeit erzogen werden. Dies ist falsch.

Die Shaolin-Mönche waren Meister dieser Kampfkunst und bei Räufern ziemlich gefürchtet. Wenn sie aber in den Krieg zogen, verwendeten sie nicht die Waffen, auf denen sie ausgebildet waren, sondern nahmen Eichenstöcke, um ihre Gegner nicht zu töten. Da die Shaolin-Tradition eine buddhistische ist, war es den Mönchen verwehrt, Leben zu zerstören.

Durch die Filmindustrie wurde ein Bild von Kung Fu geschaffen, welches mit der Realität nicht die geringste Ähnlichkeit hat. Allerdings wird schon auch richtig dargestellt, was auch heute noch ein verantwortungsbewusster Meister seinen Schülern lehrt: jeden Kampf – wenn möglich – zu vermeiden! Es entspricht dem strengen Ethos der Shaolin-Tradition, dass diese Kunst nur zum Zwecke der Verteidigung ausgeübt werden darf.

Im Laufe meines jahrzehntelangen Trainings machte ich die eigenartige Beobachtung, dass ich eine völlig andere Einstellung zum Wert des Lebens bekam. Im Gegensatz zur Ausrichtung des Trainings wurde menschliches Leben für mich unantastbar, fast würde ich sagen: heilig. Diese Achtung erstreckt sich allerdings generell auf das Wunder des Lebens. Während ich früher bedenkenlos über „niedrigerere“ Lebensformen, wie Tiere, Insekten, etc.,

hinweggegangen bin und sie ohne zu denken getötet habe, bringe ich heute z.B. Wespen, Bienen, etc., welche sich in mein Haus verirrt haben, auf eine Art und Weise an die frische Luft, dass sie keinen Schaden nehmen und ihr kurzes Leben weiterfristen können. Meine Meditationstechniken umfassen in keiner Art und Weise irgendwelche Techniken zur Förderung einer universellen Liebe oder einer alles umfassenden Empathie für alle Lebensformen. Diese Einstellung kann auch nicht mit einem buddhistischen Weltbild erklärt werden, da ich kein Buddhist bin. Meines Erachtens führt ein richtiges Meditieren immer zu Empathie und Toleranz – auch wenn man dies nicht bewusst anstrebt. Meditative Techniken dienen in der traditionellen Kampfkunst zur Steigerung der Kampfeffizienz und trotzdem führen sie zu einer friedvollen Gesinnung.

Für diese Form des Trainings ist auch heute noch die alte Polarität von Leben und Tod gültig^a.

Meditation befähigt, Einsamkeit zu ertragen und nicht nur zu ertragen, sondern sie sogar zu suchen. In der Stille der Zurückgezogenheit und Isolation liegt eine Kraft und Stärke, welche die geistige Entwicklung fördert. Lärm, Hektik und Stress sind für den meditativen Geist hinderlich. Dies ist wohl der Grund, warum sich die Heiligen in Asien in die Berge oder in den Dschungel zurückziehen, um sich geistig optimal entwickeln zu können.

In der Hektik unseres Informationszeitalters kann jedoch Meditation – auch wenn man sich nicht aus dem Weltgeschehen zurückzieht oder sich zurückziehen kann – für eine mentale Stabilität sorgen, welche dieses Stressleben erträglich macht und das Leistungspotenzial erhöht.

Nach meinen Erfahrungen führt der meditative Weg zu einer gewissen fröhlichen Gelassenheit, zu einer Unbeschwertheit der Seele. Dies bedeutet natürlich nicht, dass das Leben sorgenfrei ist und durch keine negativen Gefühle affiziert werden könnte. – Es bedeutet lediglich, dass man durch die meditative Praxis in der Lage sein sollte, Belastungen besser zu ertragen. – Meditation erhöht die psychische Resistenz, die Resilienz.

Einen derartigen Hinweis kann man auch bei François-Albert Viallet (S. 13f) finden, dem vorgeworfen wurde, dass er keine Würde zeige und dass er jugendlich aussehe. Auch er fragte sich, ob dies mit seinem Zen-Weg oder mit seinem natürlichen Temperament zusammenhing. - Es ist extrem schwierig, einen Kausalnexus zwischen einer meditativen Praxis und den existenziellen Vorgängen herzustellen.

Blanche Christine Olschak berichtet in ihrem Buch *Die Heiterkeit der Seele*, dass diese Heiterkeit bei den Tibetern auf der Flucht »im Gesichtsausdruck, in der Erscheinung, im ganzen Gehaben und Auftreten, ... allen jenen aufgefallen ist, welche die Gelegenheit hatten, mit Tibetern zusammenzusein«⁴⁸. »Aber sogar aus dem Gesichtsausdruck und dem Gehaben der Flüchtlinge, die zu Tausenden über die Himalaya-Grenze strömten^b, um ihr nacktes Leben zu retten, leuchtet noch jenes gewisse Etwas, das man am besten als >Heiterkeit der Seele< bezeichnen kann«⁴⁹.

Kann Meditation aus einem Menschen einen moralisch besseren Menschen im Sinne der positiven Moralität machen?

^a Das Kennzeichen eines Kung-Fu-Meisters in Asien ist auch heute noch die Vereinigung des heilenden Wissens – Kung-Fu-Meister waren auch Heiler – mit der Fähigkeit, mit bloßer Hand töten zu können.

^b Zur Zeit der Besetzung Tibets durch die Chinesen seit Herbst 1950.

Hippolytus Desideri, Fernostmissionar und der erste europäische Tibetologe, hielt sich von 1716-1721 in Lhasa auf. Er berichtete in seinen Aufzeichnungen von einer sehr hohen Moral und Ethik, welche in der tibetischen Tradition gepflegt wurde⁵⁰. Meditative Techniken wurden angewendet, um einen glühenden Wunsch zu erzeugen, die Tugenden der Heiligen und deren hervorragende Vollkommenheit zu erreichen⁵¹. Die Frage ist, ob diese hohe Moralität auf die meditative Tradition Tibets zurückzuführen ist, oder ob dies Eigenschaften der „Volksseele“ sind. Nach meinem Dafürhalten ist es wohl möglich, durch Meditation seine – eigene – Moralität zu bessern, wenn der Meditant dies beabsichtigt. Davon allerdings auszugehen, dass Meditation zwangsläufig zu einer Besserung von Moral führt, wäre ein Fehler. Es hat sich in der Geschichte gezeigt, dass meditative Praktiken durchaus sogar zu verbrecherischen Handlungen führen können^a. Wenn Meditation notwendig zu einem höheren, moralischen Bewusstsein – im Sinne der positiven Moralität – führen würde, wären auch die dubiosen Geschäfte mit Meditation unmöglich. Die menschliche Seele ist in ihrer Personenhaftigkeit sowohl in meditativer, als auch in moralischer Hinsicht – in allem, was sie tut – janusköpfig, mit dem Potenzial ausgestattet, sich sowohl in Richtung positive Moralität, als auch in Richtung negative Moralität zu entwickeln.

Meditation fördert die im Menschen immanenten Kräfte und Anlagen. In welche Richtung er geht, dies liegt in der Entscheidung und Verantwortung des Einzelnen.

^a Es sei hier als Beispiel der Sekten-Guru Shoko Asahara mit seiner Aum-Sekte angeführt, welche verschiedene Giftgasanschläge in Japan mit vielen Toten und Tausenden von Verletzten ausführte.

»Aber nicht jeder, der säet, erntet; nicht jeder, der wandert, gelangt ans Ziel; und nicht jeder, der sucht, findet; sondern je kostbarer ein Ding ist, um so mehr Bedingungen sind daran geknüpft, und um so seltener ist es zu finden.«
 Al Ghasali, Das Elixier der Glückseligkeit, S. 56.

Warum Meditationsphilosophie?

Warum Philosophie *und* Meditation?

Die östliche, meditative Tradition und die westliche Philosophie haben eine jahrtausendealte Vergangenheit. Im Osten sorgte Meditation für eine geistige Entwicklung, welche zu einer Kultur der Toleranz (z.B. Buddhismus) führte und welche dazu verwendet wurde, um die religiösen Bedürfnisse der Menschen zu befriedigen. Meditation war ein Mittel, um dem Rad der Wiedergeburt, der Reinkarnation, zu entkommen und damit konnte im Leid dieser Existenz Sinn gefunden werden: die Erlösung des Nicht-Wiedergeboren-Werdens.

Im Westen nahm die geistige Entwicklung durch die philosophische Reflexion eine andere Richtung. Durch die Entdeckung der Naturgesetze und der damit verbundenen Entschlüsselung des Naturgeschehens als autonome, nicht-teleologische „Mechanik“, wurde die Natur entmystifiziert. Der Nachweis, dass im physikalischen, innerweltlichen Geschehen keine göttlich-ordnenden Eingriffe erforderlich sind, um die natürliche Funktionalität in der Natur zu gewährleisten, hat die ursprünglich religiösen Erklärungen in den Bereich des Glaubens verwiesen. Die nüchterne Rationalität des Denkens hat zu einem Vakuum der Spiritualität geführt und damit den Menschen zum Zweifel an der Sinnhaftigkeit der Existenz und des Lebens^a im Generellen geführt.

Die in dieser Arbeit zu Grunde gelegte Weltsicht des transzendentalen Realismus kann keinen Trost in der Form einer religiösen Weltflucht bieten.^b Der philosophisch geformte Geist ist deshalb nicht in der Lage, eine befriedigende, sinngebende Antwort auf die existenzielle Endlichkeit zu geben, wenn der Sinn von Existenz als Leben in alle Unendlichkeit definiert wird. – Ist dies allerdings die einzig mögliche Beantwortung der Sinnfrage? Warum soll der Sinn von Existenz nur in einem unendlichen Existieren gefunden werden?

Genau genommen müsste der Gedanke einer in alle Unendlichkeit reichenden Existenz eigentlich Schrecken verursachen, wenn man die Zustände in unserer Welt betrachtet und sich diese als in alle Unendlichkeit verlängert weiterdenkt. Die Idee eines unendlich gütigen Gottes und eines bösen Widersachers, welcher für die Übel dieser Welt verantwortlich ist, mag zwar ein Sedativum für einen ängstlichen Geist sein, aber die Argumentation ist nicht schlüssig. Wenn der allgütige Schöpfergott allmächtig und allwissend ist, so trägt er auch Verantwortung für das Geschehen in dieser Welt, auch wenn ein böser Widersacher der Verursacher für die Übel ist. – Gott hätte die Macht und das Wissen, um das Geschehen in dieser Welt zu lenken. Er könnte den bösen Geist in seine Schranken

^a Sowohl im zeitlichen, als auch im Sinne der eigenen, potentiellen Entfaltungsmöglichkeiten.

^b Kant versuchte diese Trostlosigkeit durch das moralische Postulat der Existenz Gottes und der damit verbundenen Unsterblichkeit der Seele zu retten, damit weichte er aber auch seine rigorose Moralauffassung auf, weil durch die „Hintertür“ eine Belohnung für das moralisch richtige Handeln eingeführt wird. Genuine Moralität kann sich immer nur entwickeln, wenn Lohn und Strafe für moralische Handlungen fehlen.

(S.a. Kritik der praktischen Vernunft, A 223ff)

verweisen und an der Umsetzung seiner bösen Taten hindern. Dies ist in nuce das Theodizee-Problem. Das Theodizee-Problem wäre gegenstandslos, wenn dieser Gott entweder nur allmächtig oder^a nur allwissend wäre. Dann könnte man argumentieren, dass der liebe Gott entweder nicht wusste, was geschah, oder er hatte nicht die Macht, sich dem bösen Widersacher zu widersetzen. Damit wäre allerdings der Nachweis erbracht, dass er nicht vollkommen ist und damit wäre auch seine Göttlichkeit in Frage gestellt. Diese Problematik trifft auf alle monotheistischen Religionen zu.

Ein blindes Weltgesetz, wie es der Buddhismus vertritt, ist auch kein Trost, da es keine hinreichende Begründung dafür gibt, dass dieses Weltgesetz ein positiv moralisches ist. Woher kommt die Moral? Wer oder was bestimmt, was eine positive und was eine negative Moral ist? Die Buddhisten berufen sich auf die Lehre Buddhas und dieser führt seine Lehre auf die Visionen zurück, welche er in seinen Erleuchtungserlebnissen sah. – Welche Gewähr gibt es, dass diese Visionen einer objektiven Realität entsprechen? Wären die Visionen noch dieselben, wenn Buddha im 20. Jahrhundert und im Westen gelebt hätte?

Man muss deshalb davon ausgehen, dass ein solches Weltgesetz genauso blind und unparteiisch ist wie die Naturgesetzlichkeit nach dem westlich-wissenschaftlichen Weltverständnis.

Die dargelegte Problematik legt nahe, dass der Ursprung des Sinns von Sein nicht in einem transzendenten Sein zu suchen ist. Der Grund für diese Frage liegt in der Natur personaler Lebensformen. Das evolutionäre Prinzip ist das des Überlebens, weshalb der selbst-bewusste Geist seine Existenz in eine transzendente Ewigkeit existieren lässt.

Wenn das „Schicksal“ – im objektiv-realen Sein – gnädig gesonnen ist, führt man ein glückliches und zufriedenes Leben, wenn es allerdings unerbittlich und grausam agiert, kann diese Existenz in eine Hölle ausarten.^b Aber – gleichgültig, ob es ein glückliches Leben oder eine traurige, bedauernswerte Existenz ist, der Sinn in der Existenz kann immer nur vom einzelnen Individuum für sich selbst gefunden oder aus sich selbst heraus entwickelt werden. Eine allgemeingültige Beantwortung der Sinnfrage ist mangels einer sinnstiftenden, universellen Instanz^c unmöglich.

Dies ist die Aufgabe des Menschen: Sinn in seiner Existenz zu finden, weil dadurch das Leben lebenswert wird. Wenn er sich dieser Aufgabe nicht stellt oder darin scheitert, wird er ein Leben führen, welches unbefriedigend ist und ihn einer grenzenlosen Leere überlässt. Frustration, Mutlosigkeit, Verzweiflung, etc., wird sein Leben bestimmen. Gelingt es ihm allerdings, Sinn in seinem Tun und Sein zu finden, erträgt er auch die negativen Aspekte des Lebens wie z.B. Schicksalsschläge, Krankheiten, usw., welche ihn heimsuchen.

Um diesen Sinn zu finden, ist es nicht unbedingt notwendig, Philosophie zu studieren oder zu meditieren. Es gibt viele Möglichkeiten, ein existenziell erfolgreiches Leben zu führen. Existenzieller Erfolg lässt sich nicht auf materielles Vermögen, sozialen Status, allgemeine Anerkennung von Tätigkeiten bzw. soziale Akzeptanz, usw., reduzieren. Entscheidend ist die Selbstzufriedenheit im jeweiligen Tun. Die Wertigkeit obliegt immer der subjektiven Einschätzung der individuellen Person. Weshalb soll eine wissenschaftliche Forschungstätigkeit höher bewertet werden als, z.B., Modelleisenbahn bauen? Wissenschaft mag im gesellschaftlichen Kontext höher

^a Ausschließendes »oder«!

^b Dass diese Welt die Hölle ist, geht auf die Aussage einer KZ-Überlebenden des Naziregimes zurück.

^c In der Religion ist dies Gott.

bewertet werden, da ein allgemeiner Nutzen vorliegt, welcher die Entwicklung der Menschheit vorantreibt, im existenziellen Kontext bedeutet dies allerdings nicht, dass ein erfolgreicher Wissenschaftler auch als Person Sinn in seinem Tun sieht und sein eigenes Leben als sinnvoll betrachtet. „Erfolgsmenschen“ können ausgesprochen unglücklich sein und in der Entwicklung ihrer existenziellen Persönlichkeit, als Mensch, scheitern.

These 5: Existenzieller Erfolg bedeutet, in seinem Leben Sinn gefunden zu haben^a.

Aristoteles sah vor fast zweieinhalb Jahrtausenden das höchste Gut in der εὐδαιμονία, der Glückseligkeit, welche das Leben lebenswert macht. Dieses höchste Gut müsse ein Vollendetes und ein sich selbst Genügendes sein, da sie das Endziel allen Handelns sei.^b Aristoteles argumentierte aus einem Horizont heraus, welcher nicht auf ein ewiges, seliges Leben fixiert war und deshalb für einen Denkansatz aus Sicht eines transzendentalen Realismus interessant ist.

Dem Argument, dass ein derart alter Philosoph in unserer Zeit nicht mehr aktuell ist, kann nicht zugestimmt werden, da sich große Philosophie dadurch auszeichnet, dass sie nicht nur zu der Zeit gültig ist, in welcher der Philosoph lebt, sondern auch in späteren Generationen. Es mögen zwar nicht alle Teile einer Philosophie dem „Zahn der Zeit“ standhalten, das Interessante sind die Elemente, welche auch noch nach Jahrhunderten oder gar Jahrtausenden Gültigkeit haben.

Die εὐδαιμονία Aristoteles‘ kann als ein Zustand verstanden werden, in dem sich nach Vorstellung der alten Griechen die Götter befanden - ein glückseliger Zustand, welcher erstrebenswert ist.

Bei einer richtigen meditativen Praxis können beim Meditieren bzw. bei Langzeitmeditationen euphorische Zustände auftreten und vielleicht ist auch dies der Grund, warum die Meister des Ostens meditative Versenkungszustände mit einer göttlichen Präsenz in Verbindung bringen und glauben, damit in ein transzendentes Sein einzudringen. Im Gegensatz zu dieser Interpretation in den östlichen Traditionen kann aufgrund des heutigen Wissensstandes davon ausgegangen werden, dass eine Erhöhung der körpereigenen Glückshormone^c stattfindet und damit für die Glückszustände verantwortlich zeichnet. Auf diese Weise wird das höchste Gut, welches von Aristoteles postuliert wird, durch Meditation erreicht.^d

Aristoteles hat aber im Kontext seiner Erörterung des Tugendbegriffs (ἀρετή^e) noch ein anderes Prinzip formuliert, welches für eine meditative Praxis relevant ist: das Maß der Mitte⁵². So wie Aristoteles denjenigen, der eine Sache versteht, ihrer kundig ist, sowohl das Übermaß als auch den Mangel^f meiden und die Mitte wählen lässt, nicht der Sache nach, sondern das, was jeweils die richtige Mitte für den Einzelnen ist⁵³, so ist das Streben nach der Mitte ein zentrales Ziel von Meditation.^g In einer meditativen Tradition des Ostens, dem Buddhismus, wird im

^a Dies bedeutet nicht, dass dies eine Existenz im Sinne einer positiven Moralität ist.

^b »Als sich selbst genügend gilt uns demnach das, was für sich allein das Leben begehrenswert macht, so daß es keines Weiteren bedarf. Für etwas Derartiges aber halten wir die Glückseligkeit,...« (Nikomachische Ethik 1097b 15)

^c Dopamin, Endorphine, Serotonin, etc.

^d Im Unterschied zum Drogenrausch, welcher ebenfalls zu euphorischen Zuständen führt, aber als Folge zu einer Abhängigkeit und damit zu einer Zerstörung der eigenen Existenz führt, ist bei einer meditativen Praxis genau das Gegenteil der Fall – Meditation führt zur Stärkung des eigenen Selbst bzw. des Willens und damit zu einer Erhöhung des existenziellen Potenzials.

^e Tugend, nicht im christlichen, sondern im griechischen Sinne als Vortrefflichkeit von Geist und Leib unter dem Aspekt der Tüchtigkeit.

^f Das Zuviel und das Zuwenig.

^g So auch nach Klaus Engel, welcher in seiner wissenschaftlichen Arbeit die Erreichung des Zentrums, die Mitte des Menschen, als oberstes Ziel der Meditation formuliert. (Vgl. S. 315)

Dhammacakkappavattana-Sutta der Pfad der Mitte dargelegt, welcher zwei Extreme vermeidet: das Erreichen des Glücklichen durch Vergnügen und Sinneslust einerseits, andererseits das Erreichen dieses Ziels durch die verschiedensten Formen der Askese.⁵⁴

Es ist äußerst bemerkenswert, dass ein Philosoph des Westens ohne jegliche Meditationserfahrung und ein Meister und Religionsgründer des Ostens, welcher auf allerhöchstem Niveau meditierte, zu einem derart übereinstimmenden Ergebnis in ihrem Denken bezüglich der richtigen Lebenshaltung kamen, obwohl sie aus verschiedenen Kulturkreisen und verschiedenen Wertewelten kamen.

Dieses exemplarische Beispiel anhand eines sehr alten Philosophen zeigt auf, dass das Gedankengut der westlichen Philosophie sehr wohl für eine meditative Praxis geeignet ist.

These 6: Der Weg zur Mitte ist der Weg zur Wahrhaftigkeit. Wahrhaftigkeit ist sowohl das Apriori für den erfolgreichen Weg zur eigenen Mitte als auch für eine erfolgreiche Existenzbewältigung.

Wer sich um Wahrhaftigkeit bemüht, findet seine eigene Mitte – seine ureigenste Wesenhaftigkeit, die Essenz seines je-eigensten Selbst. Wenn in einer meditativen Praxis nicht die Mitte, die Harmonie mit sich selbst gesucht wird - welche auch die Mitmenschen und die Natur umschließt - kommt es zu einer geistigen Fehlentwicklung mit u.U. schädlichen Folgen, sowohl für sich selbst als auch für andere.

Der derzeitige Aufschwung von Meditation in der westlichen Welt ist zu begrüßen, aber es ist - m.E. - ein Fehler, meditative Techniken mit östlichem Gedankengut zu verbinden, da die meditative Welt des Ostens aufgrund der Jahrtausende währenden Tradition dem Wissensstand jener Zeit – der Welt des Mythos – entspricht, in der diese Techniken entstanden. Die alten Meister interpretierten die Phänomene, denen sie in ihren meditativen Versenkungszuständen ausgesetzt waren, immer dem Wissen entsprechend, welches ihnen zur Verfügung stand. Das Fehlen der naturwissenschaftlichen Kenntnisse konnte nur zu metaphysischen Interpretationen führen und damit sind diese Traditionen nicht in der Lage, die Welt des Mythos zu transzendieren und zu einer eigenständigen geistigen Entwicklung zu gelangen – »eigenständig« in der Bedeutung, sich frei aus seiner eigenen Mitte heraus zu entwerfen.

Die Essenz von Philosophie ist das eigenständige Denken, das Sich-nicht-auf-andere-Verlassen in der Entwicklung seiner eigenen Meinungen, wissenschaftlichen und existenziellen Positionen. Das kritische Selber-Denken, die Autonomie im Denken, auf Basis der Vernunft^a steht im Zentrum der Philosophie und damit bietet sich natürlich an, sich auch im meditativen Bereich selbst-denkend zu entwickeln und zu eigenen Meinungen und Weltansichten zu gelangen. Die östlichen Traditionen respektieren, aber eigene Wege gehen – das ist Meditationsphilosophie. Der Philosoph wird immer die Frage stellen, ob Gotteserfahrungen in der meditativen Versenkung dem Sein oder dem Schein entsprechen. Solche Erfahrungen mögen subjektiv durchaus real sein, aber – entsprechen sie einer objektiven Realität? Der Philosoph wird sich nicht der Versuchung hingeben, sich selbst durch Gottesbegegnungen und „metaphysische“ Transzendenzerfahrungen aufzuwerten, sondern nüchtern aufgrund des heutigen Wissensstandes meditative Erlebnisse interpretieren. Ein gläubiges, nicht-kritisches Hinnehmen solcher Erlebnisse

^a »Vernunft« in der Bedeutung von rational-logischer Reflexion. Vernunft transzendiert Intelligenz, welche das naturgegebene „Rohmaterial“ für intellektuelle Tätigkeiten ist. Ein hochintelligenter Mensch kann in manchen Belangen ziemlich dumm sein; ein vernünftiger Mensch mag zwar Fehler machen, aber er ist nie dumm. Der vernünftige Mensch ist ein „Weiser“, welcher die Gesamtheit im Auge hat und nicht den eigenen Torheiten unterliegt.

muss mit Entschiedenheit zurückgewiesen werden. Im Laufe der menschlichen Geschichte haben sich „Wunder“ mit dem Fortschreiten des Wissensstandes noch immer auf natürliche Ursachen zurückführen lassen und es ist nicht einzusehen, warum dies im Bereich von Meditation anders sein soll.

Meditation eröffnet allerdings dem Philosophen Möglichkeiten, welche mit einer rein rationalen Tätigkeit nicht zur Verfügung stehen. Durch Meditation wird eine Dimension von Selbstverfügung erreicht, welche durch reines Denken nicht zu erreichen ist. Der wesentliche Nutzen beim Meditieren liegt nicht in den therapeutischen Anwendungsmöglichkeiten, sondern in der geistigen Entwicklung, welche durch eine meditative Praxis generiert wird. Wenn z.B. die antiken Philosophen die Unerschütterlichkeit (*ἀταραξία*) und die Selbstgenügsamkeit (*αὐτάρκεια*) in das Zentrum ihrer Reflexionen gestellt und als Lebensziel formuliert haben, so ist dies mit Meditation viel effizienter zu erreichen als mit reinem Denken.

These 7: Meditationsphilosophie, d.h. die Synthese von Philosophie und Meditation, führt zur größtmöglichen, *persönlichen* Freiheit.

Durch unsere evolutionäre Entwicklung haben sich Mechanismen aufgebaut, welche unbewusst und für unser Leben – auch in unserem personalen Sein – sehr bestimmend sind. Der Meditand sollte, bis zu einem gewissen Ausmaß, diese Mechanismen erkennen können und dadurch in der Lage sein, sich von dieser Abhängigkeit zu befreien und vernunftgemäß zu reagieren bzw. sein Leben zu gestalten.³ Ein Meditand ist nicht absolut unabhängig von seiner emotionalen Befindlichkeit, aber er sollte Emotionen besser kontrollieren können als jemand, der nicht meditiert. Die Verbindung von Meditation mit Vernunft in der Philosophie sollte zu einem größeren Gestaltungspotenzial der eigenen Person führen und damit zu größerer Freiheit.

Die Freiheit des Denkens, den Gedanken in sich frei, ohne Vorbehalte und ohne Tabus, in das Zentrum existenziellen Seins zu stellen – das ist Meditationsphilosophie. Dem Philosophen steht eine Sphäre zur Verfügung, welche dem Meditanden fehlt; dem Meditanden eine Sphäre, welche dem Philosophen fehlt. Für das Verstehen von Welt und Sein, welches für eine Existenzbewältigung unabdingbar ist, kann eine Kombination der beiden nur eine Bereicherung sein.

Geistige Reife kann nur durch verstehendes Wissen erlangt werden. „Wissen“ ohne Verstand ist ein totes Kapital, eine leere Hülse, welche mehr Schaden als Nutzen anrichtet.

Meditationsphilosophie transzendiert die Grenzen von Philosophie und Meditation.

³ Es sollte ein Meditand aufgrund seines erhöhten Empathievermögens in der Lage sein zu erkennen, wenn Menschen in einer nicht-volitionalen, psychischen Dynamik stecken, welche sie nicht kontrollieren können.

Griechische Termini

ἀρχή	Anfang, Beginn, Ursprung; Prinzip.
ἀταραξία	Gemütsruhe, Seelenruhe, Unerschütterlichkeit. – Das Ideal des Weisen in der Antike ^a .
αὐτάρκεια	Selbstgenügsamkeit.
δεινόν:	Einmal nennt δεινόν das Furchtbare, aber nicht für kleine Furchtsamkeiten. Oder gar jener verfallenden, läppischen und nichtsnutzigen Bedeutung, in der man heute bei uns das Wort gebraucht, indem man »furchtbar niedlich« sagt. Das δεινόν ist das Furchtbare im Sinne des überwältigenden Waltens, das in gleicher Weise den panischen Schrecken, die wahre Angst erzwingt wie die gesammelte, in sich schwingende, verschwiegene Scheu. Das Gewaltige, das Überwältigende ist der Wesenscharakter des Waltens selbst. Wo dieses hereinbricht, kann es seine überwältigende Macht an sich halten, aber dadurch wird es nicht harmloser, sondern nur noch furchtbarer und ferner. (Heidegger, Einführung in die Metaphysik, S 114 – 116)
ἐποχή	das Anhalten, Zurückhalten, die Hemmung, – Bes. bei den Skeptikern, das Zurückhalten des Beistimmens od. der definitiven Bejahung u. Verneinung.
εὐδαιμονία	Glück, Glückseligkeit, glücklicher Zustand.
εὐθυμία	Frohsinn, Freude, Heiterkeit; Seelenruhe, Sorglosigkeit.
ἡδονή	Lust, Freude, Vergnügen.

^a »Das hervorstechendste Merkmal in der Begriffsbestimmung des »Weisen« ist darum für diese Zeit die *Unerschütterlichkeit* (*Ataraxie*, *ataraxia*). Stoiker, Epikureer und Skeptiker werden nicht müde, diese *Unabhängigkeit vom Weltlauf* als den Vorzug des Weisen zu preisen: er ist frei, ein König, ein Gott; was ihm auch geschieht, das kann sein Wissen, seine Tugend, seine Glückseligkeit nicht angreifen; seine Weisheit beruht in ihm selbst, und die Welt kümmert ihn nicht.« (Windelband: *Lehrbuch der Geschichte der Philosophie*. DB003, S. 5720)

Literaturverzeichnis

- Al Ghasâli
Das Elixier der Glückseligkeit, Übersetzer Hellmut Ritter, Eugen Diederichs Verlag, Sonderausgabe 1998
- Aristoteles
Philosophische Schriften in sechs Bänden, WBG (Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt) 1995
- Boëthius
Trost der Philosophie, Artemis Verlag München, 1990
- Bolzano, Bernard
Wissenschaftslehre, 1. Band, 1837
- Bütler, René
Die Mystik der Welt, Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt 1992
- David-Néel, Alexandra
Der Weg zur Erleuchtung, Edition Adyar im Aquamarin Verlag, Grafing, 2002
- David-Néel, Alexandra
Heilige und Hexer, Heinrich Albert Verlag, Wiesbaden, 1995
diepresse.com vom 22. 3. 2017, Artikel: Indische Flüsse Ganges und Yamuna werden juristische Person.
- Engel, Klaus
Meditation, Peter Lang Verlag, Frankfurt am Main, 1999
- Fichte, Johann Gottlieb
Die Bestimmung des Menschen, VMA-Verlag Wiesbaden. Hrsg. Werner Röhr
- Fichte, Johann Gottlieb
Grundlage der gesamten Wissenschaftslehre. DB002
- Gadamer, Hans-Georg
Wahrheit und Methode, 2 Bände, J. C. B. Mohr (Paul Siebeck), Tübingen 1990
- Glaser, Helmuth von
Die Philosophie der Inder, Alfred Kröner Verlag Stuttgart, 1985
- Golzio, Karl Heinz (Übersetzer)
Die makellose Wahrheit schauen (Das Lankavatara-Sutra), O. W. Barth Verlag, 2003
- Hammer, Robert
Kant und die Lüge, 2016 (Download von *meditationsphilosophie.at*)
- Hammer, Robert
Nietzsche und das Böse, 2017 (Download von *meditationsphilosophie.at*)
- Hasler, Felix
Die Weltwoche, Ausgabe 50/2005; 26. August 2016
- Heidegger, Martin
Sein und Zeit, Max Niemeyer Verlag Tübingen, 16. Aufl., 1986
- Hirschberger, Johannes
Geschichte der Philosophie, 2 Bde, Verlag Herder Freiburg im Breisgau 1976, 13. U. 14. Aufl.
- Jaspers, Karl
Philosophie, 3 Bände, R. Piper-Verlag, München, 1994
- Kant, Immanuel
Werk in sechs Bänden, WBG 1998
- Karłowski, U.
delphinschutz.org – Gesellschaft zur Rettung der Delfine e.V., Juli 2013, Artikel: Indien erkennt Delfine als nicht-menschliche Personen an.
- Kranz, Walther
Die griechische Philosophie, Parkland Verlag, Köln 1997 (Sammlung Dieterich Verlagsgesellschaft mbH)
krone.at vom 16.3.2017, Artikel: Neuseeland macht Fluss zur juristischen Person.
- Lanto
Der Drachenweg des Shao-Lin, Drei Eichen Verlag, 1991
- Luther, Martin
Die Luther-Bibel, Digitale Bibliothek Bd. DB029
- Menne, Albert
Einführung in die formale Logik, WBG 1991
- Menne, Albert
Einführung in die Methodologie, WBG 1992
- Menne, Albert
Folgerichtig denken, WBG 1997
- Metzler
Philosophen Lexikon, Weimar, 1995
- Nietzsche, Friedrich
Werk in vier Bänden, Caesar Verlag Salzburg 1983
- Olschak, Blanche Christine
Die Heiterkeit der Seele, Verlag Im Waldgut, Zürich, 1988
- Platon
Sämtliche Dialoge, Hrsg. Otto Apelt, 7 Bände, Felix Meiner Verlag, Hamburg, 1998
- Puntel, Lorenz Bruno
Wahrheitstheorien in der neueren Philosophie, WBG 2005
- Rahula, Walpola Sri
What the Buddha Taught, Grove Press, New York, 1974
- Schultz, I.H.
Das autogene Training, Georg Thieme Verlag, Stuttgart 1973
- Soldan, W.G./Heppel, H.
Geschichte der Hexenprozesse, 2 Bände, Magnus Verlag, Essen, 1986. Bearbeitung durch S. Ries
- Sommer, Hartmut
Die großen Mystiker, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt 2008
- Spengler, Oswald
Der Untergang des Abendlandes, DTV 1988
- Wein Kauf, Wolfgang (Hrsg.)
Die Stoa, Pattloch Verlag 1994
- Yamamoto Tsunetomo
Hagakure, Übers. Kenzo Fukai, Weltbild Verlag GmbH, Augsburg 2001

NACHSCHLAGEWERKE:

- Philosophie von Platon bis Nietzsche, CD-ROM, Digitale Bibliothek Bd. DB002
- Geschichte der Philosophie, CD-ROM, Digitale Bibliothek Band DB003
- Historisches Wörterbuch der Philosophie, CD-ROM, Hrsg. Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel, Digitale Bibliothek Bd. HWP01
- Lexikon des Buddhismus, CD-ROM, Hrsg. Klaus-Josef Notz, Digitale Bibliothek Bd. DB048
- Asiatische Philosophie – Indien und China, CD-ROM, Digitale Bibliothek Bd. DB094

-
- ¹ *Nikomachische Ethik* 1097b 20
- ² Luther-Bibel 1912: Das fünfte Buch Mose (Deuteronomium). Die Luther-Bibel, S. 5862 (vgl. Dtn 5, 33) DB029
- ³ V. Hammer, *Kant und die Lüge*
- ⁴ Siehe insbesondere *Kritik der reinen Vernunft*, 1781 und 1787, sowie die *Prolegomena zu einer jeden künftigen Metaphysik, die als Wissenschaft wird auftreten können*, 1783.
- ⁵ Hirschberger, Bd. I, S. 318
- ⁶ Alkibiades I; St 129 ff. S.a. Apelt Bd. III, S. 199 ff; S. 223f (Anmerkung 81); S. 202f, S. 224 (Anmerkung 84)
- ⁷ Menne, Folgerichtig denken, S. 8
- ⁸ Folgerichtig denken, S. 5
- ⁹ Siehe Menne, Einführung in die formale Logik, S. 1
- ¹⁰ Beantwortung der Frage was ist Aufklärung? Bd. 6, S. 53
- ¹¹ Diehls-Vorsokratiker Bd. 1, 64
- ¹² Diehls-Vorsokratiker Bd. 1, 99
- ¹³ Diehls-Vorsokratiker Bd. 2, 61; Bd. 2, 85
- ¹⁴ Diehls-Vorsokratiker Bd. 2, 106
- ¹⁵ Diehls-Vorsokratiker Bd. 1, 406
- ¹⁶ Apelt, Bd. II, Phaidon S. 42f (66 St.)
- ¹⁷ Aristoteles, *Metaphysik*, S. 85 (IV, 7, 1011 b 25 - 28)
- ¹⁸ Historisches Wörterbuch der Philosophie, Stichwort Wahrheit, Hochmittelalter
- ¹⁹ Menne, Folgerichtig denken, S. 38
- ²⁰ Menne, Einführung in die Methodologie, S. 75
- ²¹ Heidegger, *Sein und Zeit*, S. 219
- ²² Bolzano, S. 114; §§ 24f
- ²³ Bolzano, S. 112
- ²⁴ *Kritik der reinen Vernunft*, B 461
- ²⁵ *Kritik der reinen Vernunft*, B 82
- ²⁶ *Prolegomena*, A 23f
- ²⁷ *Kritik der reinen Vernunft*, Vorrede, A XVII
- ²⁸ *Kritik der reinen Vernunft*, B 19
- ²⁹ *Kritik der reinen Vernunft*, B 355
- ³⁰ *Kritik der reinen Vernunft*, B 359
- ³¹ *Kritik der reinen Vernunft*, B 368
- ³² *Kritik der reinen Vernunft*, B 378
- ³³ *Prolegomena zu einer jeden künftigen Metaphysik*, A 126
- ³⁴ *Kritik der reinen Vernunft*, B 671f
- ³⁵ *Kritik der reinen Vernunft*, B 314
- ³⁶ *Kritik der reinen Vernunft*, B XX
- ³⁷ *Kritik der reinen Vernunft*, B 83f
- ³⁸ *Kritik der reinen Vernunft*, B 350
- ³⁹ Hammer, Nietzsche und das Böse, S. 1f
- ⁴⁰ Puntel, S. 57
- ⁴¹ Puntel, S. 70
- ⁴² V. Kranz, S. 317ff
- ⁴³ Kranz, S. 319
- ⁴⁴ TV-Dokumentation
- ⁴⁵ Heilige und Hexer, S. 166
- ⁴⁶ Hasler, Felix; siehe entsprechende, weitere Berichte im Internet.
- ⁴⁷ *Metaphysik*, DB002, S. 4138
- ⁴⁸ S. 17
- ⁴⁹ S. 20
- ⁵⁰ Siehe Olschak, S. 26
- ⁵¹ Olschak, S. 27 ff.
- ⁵² Vgl. *Nikomachische Ethik* 1106a 15 ff
- ⁵³ Vgl. *Nikomachische Ethik* 1106b 5
- ⁵⁴ Vgl. Rahula S. 45 ff