

Konrad Pfaff

Das offenbare Geheimnis lebendigen Fleisches,  
d. h. belebter Materie, Natur und dieser  
"Vergänglichkeit in Wandel und Wachstum"

## I. Was sind die Ziele des Versuchs?

1. Achtung und Achtsamkeit für unser Fleisch
2. Erkenntnis der Bedeutsamkeit des Fleisches der Natur.
3. Wachstum des Glaubens an das Leben
4. Ehrfurcht vor unserer Geburt aus Fleisch und Lust
5. Den Zusammenhang der Funktionen des Lebens, der Lebensmittel und des Lebens selbst erkennen und erfassen!
6. Widerstand gegen die religiöse, wissenschaftliche und medienhafte Entwertung des Körpers leisten.

Das sinnliche Leben birgt den Geist,  
so dass er nicht verwaist und verlorengeht.

Das Fleisch umfasst und umfängt unseren Geist:  
Die Sinne lassen ihn aufleben.  
Der Ausdruck besiegelt ihn!  
Das Bewusstsein ist die Mitte ihrer Bewegungen.  
Das Ich-Selbst ist Anfang und Ende des Aufbaus.

Die Verweigerung einer Erkenntnis seiner Naturgeschichte (Körper-Leib-Fleisch-Geschichte) führt den Menschen in ihrer Konsequenz unvermeidlich zu einem Handeln, das auch alles andere, was da kriecht und flucht, systematisch zerstört.

Eingebettetsein! Denken Erkennen und Lernen  
fängt an in Gefühlen, beginnt in den Sinnen,  
und endet im sinnlichen Ausdruck.

Unser Denken und Erkennen, energetisch versorgt von den Gefühlen und Trieben, beginnt mit den Sinnen, endet mit sinnlichem Verhalten im Ausdruck.

Der Geist beginnt mit Sinnlichkeit und "endet" mit Sinnlichkeit fleischlichen Ausdrucks: in Wort und Geist, Bewegung und Klang, Rhythmus und Raumgebilde, Bild und Wohllaut des Gesanges.

Anfang und Zeit-Ende reichen sich im menschlichen Geist sinnlich die Hand. Beginne mit Erfahrung in seinen Wahrnehmungen, Empfindungen, Gefühlen und Motiven und beende deine Reflexion bekräftigend mit dem Ausdruck der sinnlichen Formen aller Sinnessprachen!

Prüfe deines Geistes Anfang, deine Vorstellungen, Reflexionen und Erkenntnisse durch das Kriterium der Sinne, der wirklichen Erfahrung.

Prüfe das Ende deines Geistesflugs stets mit dem Ausdruck deiner Gefühle, Reflexionen, Stimmungen und sinnlichen Formen.

Dein Geist ist des Fleisches bedürftig. Dein Verstand will durch deine Sinne gefüttert werden. Deine Vernunft will durch Herz und Gefühle bestimmt werden. Dein Geist ist auf Erden immerfort deiner Sinne, deiner Sinnlichkeit und der Bewegung deiner Glieder bedürftig.

Auch das Gehirn ist Körper, ist Fleisch. Dein Gehirn ist wunderbar organisiertes Fleisch. Du kannst es Kulmination des Fleisches nennen. Es bleibt aber Körper! Du kannst sagen, an dieser Stelle schafft Fleisch sich Geist.

Das Leben nicht verlieren – was nützen uns sonst die isolierten, verselbständigten Funktionen des Lebens – Bewegen, Fühlen und Denken?

Jeder Geist hat seine Zeit, und immer gilt der harte Satz: "Il faut être de son temps." (200)

*Helmuth Plessner, Philosophische Anthropologie, S. Fischer, Ffm. 1970)*

Und doch über sie hinausweisend. Mit ihm hat das Fleisch, unser Leib, alle Körperlichkeit, seine Geschichte auch. Oft waren es Leidens-Geschichte und bedrohliche Natur-Abtötungs-Szenerien.

Epochen-Zeitalter verkörpern sich

Der Körper als Erlebnisgrund, als Echo des Erlebens in einer Zeit. Die Wahrnehmung ist jeweils eine ganz andere, je nach dem Rahmen, in dem der Leib erfahren wird.

Mit allen biologischen Funktionen des Menschen streben wir nach seiner Vervollkommnung, Kultivierung und bewusster Erfassung und Nutzung für den Aufbau der Person. Genau wie dies beim Atmen, Bewegen, Laufen, Werfen usw. geschieht, geschieht es auch mit aller und jeder Sinnlichkeitsform und Sinneswahrnehmung. Diese Art der Vervollkommnung in Achtsamkeit gehört zum Selbstbestimmungsprozess der Person.

Die Entwertung des Körpers, des Leibes, des Fleisches im Christentum...

Religionen entwerten oft das Fleisch und damit das Leben. "Wissenschaft" hat die Nachfolge der Religionen in der Entwertung des erlebten, erfahrenen Körpers und Fleisches angetreten. Ihr gilt das subjektive Erleben des Körpers genauso wenig.

Untergegangene Bedeutungen des Körpers, der Zirbeldrüse. "Jede Zeit hat das Herz, das ihr entspricht." - Es geht um die erlebte Realität. Ich glaube, das moderne Herz ist ein besonders deutliches Beispiel für die "Entkörperung des Erlebens".

Die medizinischen Wissenschaften entwerten das erlebte Fleisch. Es gilt ihnen nur, was sie quantifizierend, analytisch maschinell diagnostizieren. Die völlig unsinnlichen Fakten werden visualisiert und künstlich nach-

empfunden vom Patienten. Dieser sieht sich bzw. innere Körperteile - aber kann sich so gar nicht oder nur schwer erleben.

## II. Die größte Gabe und größte Entdeckung des Menschen: sein Bewusstsein, seine Ich-Reflexion, sein Organ der Sinnempfindung und sein über ihn hinausweisendes "Selbst".

Hochachtung vor dem Bewusstsein, dem Ich und der Entdeckung der Reflexion

Geltenlassen aller Begleitphänomene der Ich-Selbst-Entdeckung: wie Distanz, Fremdheit, Unruhe, Zerstörung der Naivität, Zweifel und Verzweiflung.

Erkennen, was zu den Schritten des Selbstergreifens gehört:

z. B. das reflexive Verb, das reflexive Pronomen, die Reflexion des seinerfassenden Bewusstseins und damit die Relation von Ich zum Sinn.

Der Geist ist nicht "beschwert" mit Fleisch, Sinnen und Erde. Er ist ganz und gar das Zentralnervensystem dieses Fleisches, dieser Haut, dieser Sinne.

Auf der Seite des "Fleisches", des "Körpers" steht der Eros, die Liebe, alle Sympathie, die Leidenschaften mit Leiden, Schmerzen - sie tragen unseren Geist, sind unser Geist.

Auf der Seite der Sinnlichkeit stehen alle schönen Künste, die Sprache, noch so abstrakt, die Zeichen, Symbole. Unser Geist taucht aus unserem Fleisch auf. Nichts Emotives, Sinnliches, was nicht Geist ist.

"Religion (Spiritualität, Esoterik, Ideologie) aber ist nicht der einzige Modus, in dem die prekäre Subjektivität des Menschen versucht, sich ihre permanente Existenz gegenüber der objektiven Realität des Seins zu sichern.

Die Kunst (alle Künste aller Sinne, Sprachen, Körperlichkeit usw.) ist ein anderer." (18)

*Gotthard Günther*

Als der Mensch sein eigenständiges Bewusstsein entdeckte mit dem Ich, der Reflexions-Erkenntniskraft, da, gerade da entstand die moderne Naturwissenschaft. Der Mensch befreite sich von den Vormundschaften für die Erkenntnis der und seiner Natur. Das geschah im 17. Jahrhundert.

## Prolog jeder Geistesgeschichte:

"Leben - der verlorene Bezugspunkt."

Wenn wir das Leben aus dem Gesichtskreis verlieren, was soll dann die Funktion der Glieder, des Gehirns, der Sinne? Ich sehe, wie wir gehen, denken, riechen, essen und trinken, und wir haben das Leben aus den Augen verloren. Solch Widerspruch kommt vor.

Irgendwann entdeckte der Mensch, dass er einen Innenraum, eine bevölkerte Sphäre, in sich selber hatte. Dann erkannte er sich, wusste sich selbst und was er auch tat, fühlte, entschied, er wusste, dass er es war, dass er alles erfuhr. Er entdeckte seine Bewusstheit, die Komplexität seines Gehirninstruments als Erkennender. Und immer neu wusste er sich dabei. Doch er war noch immerfort ein "Getriebener", ein Abhängiger und Bestimmter. Er konnte sich seinen genetischen und sozio-politischen Programmierungen kaum jemals entziehen. Er blieb der Geschichte gewordene Mörder. Doch seine Selbstfindung brachte ihn seiner Selbstbestimmung näher.

Unsere Reflexion ist Kind einer ursprünglichen Einbildungskraft (wie es bei Kant ausdrücklich beschrieben wird). Imaginationskraft und die Macht des Gedächtnisses, Gefühle, Stimmungen, Haltungen sorgen für reflexive Aktivität unseres Bewusstseins. Aufnahme, Verarbeitung, Bedeutungsgebung der Sinnesdaten aller Art im Bewusstsein. Großartig verteilte Leistung von Nerven und Zentralnervensystem. Und dann die Notwendigkeit der Zentrierung im Selbstbewusstsein, in diesem Spinnennetz des großen Spinnennetzes, das alles bindet, aufeinander bezieht und bedeutet für die aufzubauende Zentrale, die selber nichts ist als eine große Menge verknüpfter, dichter Prozesse reflexiver Art. Ich orientiere mich in der Welt, indem ich die Orientierungszentrale immer aktualisiere.

Orientierung in der Welt durch die Sinne und all ihrer Modelle in Wissenschaft und Kunst. Die empirische Fundierung der Künste ist durch ihre Nähe zu den Sinnen gegeben.

Kräftigung in der Welt durch die Gefühle und all ihre verschiedenen Wege der Motivation, des Enthusiasmus und der Kreativität. Imagination,

Spiel und Reflexion geben dem realen Geist noch den Möglichkeitsraum hinzu. Nun jongliert, balanciert er je besser, je mehr er eine wachsende Basis im Zentrum hat: Ich-Selbst. Es gibt keinen uns bekannten Geist, der nicht auf Fleisch gebaut ist. Gottes Geist weist uns in seiner eigenen frei gewollten Inkarnation darauf hin. Damit erniedrigte er sich nicht für uns, sondern gewann sich eine neue aktuelle Dimension - für uns sichtbar. Das erlösende Heil kam aus dem Fleisch, nicht aus einem frei schwebenden Geist.

"Alle unsere Begriffe, die unser Bewusstsein je gebraucht, sind grundsätzlich zweideutig. Sie repräsentieren erstens die objektiven Sachverhalte, über die wir nachdenken, und zweitens den lebendigen Denkprozess, der sich in ihnen kristallisiert. Und die Einsicht, dass zwischen der irreflexiven Behandlung eines Begriffs als "Bild" der Außenwelt und dem reflexiven Gebrauch desselben als "Namen" des "Bildes" ein prinzipieller Unterschied besteht, hat zu jener Unterscheidung geführt, die wir als Differenz zwischen Objektsprache und Metasprache entwickeln sehen."  
(6)

*Gotthard Günther, ebd.*

Erlebnisse, bewusste Erfahrungen, reflexive Ich-Berührungen haben, sind doppelte Zeichen ambivalent - einerseits Widerspruch des Zeitalters, der Gesellschaft und damit Krisen, zum anderen Bereicherungen, Schönheiten, Komplexitätswachstum, d. h. Belebungen und Beseelungen.

Die Entdeckung des Innenraums des Menschen durch ihn selber, zeigt ihm erschreckend seine mikrokosmische Einzelheit, seine Weltspiegelungskraft, seine einsame Existenz vor, gegenüber und überwältigt von Welt. Die Entdeckung des Bewusstseins und die Entdeckung der Reflexionskraft als der nach innen gerichtete Geist des Menschen bringt die große Unruhe in sein Leben - nun von innen.

Die Erforschung der Inneren Möglichkeitsräume der Einbildungskraft, die Phantasieformen, die die Vielheit seiner Iche treiben den abendländischen Menschen nicht nur - seit Descartes - in Unruhe oder gar Sklaverei seiner eigenen Vielheit. Von Montaigne bis Fernando Pessoa wird aus der Quelle der Subjektivität ein Bach, ein Fluss der Bewusstheit und ein Strom persönlicher Spiritualität (sei sie wissenschaftlich, religiös oder künstlerisch geprägt.)

Das Besondere ist, dass die Faktengläubigkeit des Verstandes, der auf "objektive wahre" Seinserkenntnis geht und die ich-selbst-hafte Reflexion, die schon zur Kognition nötig ist, auf Sinn-Erfahrung zugeht und dafür auf Möglichkeitsräume, Phantasie, Spiel und Sinnlichkeit sowie Emotionen zurück greift.

Nach diesen Entdeckungen und anschließenden Erforschungen und der Erkenntnis, nicht nur seines inneren Mikrokosmos, sondern auch, dessen, dass dieser Schlüssel, Schloß mit Öffnungs- und Schließungscode seiner und aller Welt ist, musste der Mensch - ob er wollte oder nicht - seine Göttlichkeit annehmen und anwenden. Seine Schöpferkraft erwies sich als Baufähigkeit einer "schönen, neuen Welt" für Leben und Sterben, für Freiheits- und Gefängnisraum.

Erfahrung basiert stets auf Sinnlichkeit, auf der Strukturierung durch die kognitiven Fähigkeiten, verknüpft mit der Reflexionsbereitschaft, die mein Ich-Selbst mit allen Sinnfragen verknüpft und die erst mein "Eigen" in der Erfahrung garantiert und mich handlungsfähig macht.

Wer erfährt, dass er Ich - ein Ich-Selbst ist - gerät in Angst, Fremdheit und Distanz zur Welt. "Ich" ist schon ein Bewusstsein, das Naivität stört. "Ich-Selbst" ist ein reflexives Bewusstsein, das von nun an von aller Welt und allen Fakten den Bezug auf sich selbst fordert und damit "Sinn". Dass er sinnenhaft Sinn braucht, wird dem Menschen oft zum Gericht.

## Die bewusste Entdeckung des Jahrtausende alten Bewusstseins am Anfang der Neuzeit Untersuchung der vorbewussten Lebensanleitungen

Die Entwicklungsgeschichte des Menschen setzt sich in unsere Gegenwart fort. "Unser Denken und Erleben, unsere Ängste und Erwartungen sind von den Spuren dieser (Natur-)Geschichte (des Fleisches, der Lebensorganismen) bis auf den heutigen Tag geprägt" sagt Hoimar von Ditfurth.



Evolution des Menschen:  
Eingebundensein in die Natur  
Eingebundensein in die Gesellschaft  
Selbstbefreiungsversuche in Fühlen,  
Denken, Wahrnehmen, Fragen und Zweifeln,  
Darstellen und mehr nimmermehr.

Diese Entwicklung der Sinne und Sinnlichkeit führt zu einer differenzierten Komplexität, zu einer geistvollen Verfeinerung und ist immer neuer Impuls der Verbesserung unserer Fühl-Denk-Phantasie- und Handlungsfähigkeit. Die Sinnlichkeit und die Sinne lassen uns nicht nur den anderen Menschen, unsere Umwelt, sondern auch unsere Körperlichkeit und Innenwelt besser erfassen.

## II: A

Problem der Personalität, des subjektiven Erlebnisses,  
Faktenwissen und Reflexivität –  
das Grundthema: Ich-Selbst,  
Religionen, Wissenschaften und die Funktionssysteme

1. Erkenntnis der physischen Vorgänge, "parallel" dem inneren Erleben, in Gehirn, Nerven, Kreisläufen und sie tragend
2. Des Menschen Stellung in der Natur und gegenüber der Tierwelt.  
Die Geschichte seiner Natur erkennen!
3. Die Achtung vor der "unnatürlichen Natürlichkeit" des Menschen, seine Künstlichkeit und "verkommene" Schöpferkraft.
4. Differenzieren zwischen Seinerkenntnis und Sinnerfahrung lernen.

Physische Vorgänge, photonisch-elektronisch,  
chemisch, molekular und atomar  
und die subjektive Erlebnisfähigkeit  
des Bewusstseins des Menschen

"Wenn Montaigne das innere Selbst, d. h. Identität, wählt, die gleichberechtigte und stabile Beziehung des Ichs zu sich selbst, so in dem

Sinne, dass er seinen Blick auch weiterhin über die Welt schweifen lässt, dass er an den Bindungen festhält, die sein Sich-Selbst-Gehören nicht behindern." (30)

*Starobinsky, Montaigne, Denken und Existenz, Wissensch. Buchgesellschaft, Dornstadt 1986*

Das Gehirn ist das einzige System, zu dem wir außer dem üblichen objektiven Zugang (von außen) noch einen zweiten, den subjektiven Zugang (von innen) haben ...

Ohne diesen zweiten Zugang hätte sich das Leib-Seele-Problem zwar nie gestellt; aber hätten wir dann überhaupt eine Chance, dieses System zu verstehen?

Sicher wird niemand daran zweifeln, dass jeder Mensch subjektive Erfahrungen, Erlebnisse hat und vorweisen kann. Je intensiver, je "bewusster" (d.h. reflexiver) ein Mensch lebt, um so größer wird die Fülle solcher Erfahrungen sein, Erfahrungen, die ihm Befriedigung ebenso bereiten wie seelische Bedrängnis, Erfahrungen, die sein Leben bereichern.

"Eigentlich weiß niemand, warum diese physischen Vorgänge überhaupt von bewussten Erlebnissen begleitet sind." (42)

Ich bestreite nicht, dass Bewusstsein aus der Tätigkeit des Gehirns entsteht. ... Doch der Zusammenhang selbst ist rätselhaft. Offensichtlich geht subjektives Erleben aus einem physikalisch-chemischen Prozess hervor, aber wir haben keine Ahnung, wie oder warum. (40) Selbst wenn jede mit Bewusstsein verknüpfte kognitive Funktion und jedes bewusste Verhalten erklärt wären, bliebe immer noch ein Geheimnis übrig: Warum ist das Ausführen dieser Funktionen von bewusstem Erleben begleitet?" (43)

*David J. Chalmers Das Rätsel des bewussten Erlebens im Spektrum der Wissenschaft 211996*

"Je genauer die Neurowissenschaftler die Funktionsweise unseres Gehirns zu beschreiben vermögen, desto deutlicher wird, dass alle Messungen und Modelle just den zentralen Aspekt des Bewusstseins nicht erfassen: das subjektive Innewerden von Qualität wie Farbe oder Geruch, einer Überlegung oder einer Emotion" (40)

*David J. Chalmers,*

Dies Vertrauteste - nämlich unser bewusstes Erleben - ist das Rätselhafteste. Warum existiert es? Was tut es?

Wie vermag es aus neuronalen Prozessen im Gehirn hervorzugehen? (40)  
Das schwierige Problem (gegenüber manchen einfachen Fragestellungen der Forschung) ist hingegen, wie physikalische Prozesse im Gehirn subjektives Erleben hervorbringen. Dieses Rätsel betrifft den inneren Aspekt von Denken und Wahrnehmung: die Art und Weise, wie das Ich der Dinge und Vorgänge innewird bzw. wie sich für es ausnehmen (41, 42)

*David J. Chalmers ebd.*

Gewiss sind die Neurowissenschaften für die Erforschung des Bewusstseins nicht unwichtig. Vielleicht können sie sein neuronales Korrelat enthüllen... sie könnten sogar eine detaillierte Entsprechung zwischen speziellen Hirnprozessen und gewissen Erfahrungskomponenten angeben. (43, 44)

Doch wenn seine (Bew.) Existenz sich nicht aus physikalischen Gesetzen herleiten lässt, ist eine physikalische Theorie keine Theorie über wirklich alles. ...Darum schlage ich vor, das bewusste Erleben (conscious experience) als fundamentalen Wesenszug anzuerkennen. (44) ... Das gleiche sollte für das Bewusstsein gelten: Wenn die vorhandenen Theorien es nicht fassen können, muss etwas Neues her. (45)

*David J. Chalmers*

"Im Banne einer modernen Unruhe aber habe ich, Montaigne in und anhand seines Textes die Fragen unseres Jahrhunderts stellend, nicht zu verheimlichen versucht, dass dieser Montaigne in Bewegung eben auch eine Bewegung in Montaigne war und dass die beobachtende Reflexion dergestalt auch einen Knoten oder einen Chiasmus mit dem beobachteten Werk bildet - eine Bewegung der fragenden, der in Frage stellenden Lektüre, in der die Kritik es unternimmt, ihre eigene Situation zu erhellen, wenn sie einen Diskurs der lebendigen Vergangenheit in seiner Entfernung und Besonderheit interpretiert.

*J. Starobinski, Montaigne*

Somit wird eine vollständige Theorie zwei Komponenten haben: zum einen physikalische Gesetze für das Verhalten physikalischer Systeme von unendlich kleinen bis zu kosmologischen Größenordnungen - und zum anderen psycho-physikalische Gesetze, die besagen, wie einige dieser Systeme mit bewusstem Erleben assoziiert sind. Erst diese beiden

Komponenten zusammen werden eine echte Theorie über Alles bilden.  
(45)

*David J. Chalmers ebd.*

Diese Hypothese hat den Charakter eines fundamentalen Prinzips für die Beziehung zwischen physischen Prozessen und Erlebnissen. Bewusstes Erleben existiert stets als ein Aspekt eines Informationszustands, dessen anderer Aspekt ein physischer Hirnvorgang ist. (47)

*David J. Chalmers*

Der "Begriff der Information" wird eine zentrale Rolle spielen in der Vermittlungs-Theorie von "Körper-Seele-Geist".

Auch im bewussten Erleben steckt Information. Information hat stets zwei verschiedene Aspekte: einen physikalischen und einen erlebnishaften.

Über die Sinne, die wir brauchen um zu denken,  
um zu erkennen um zum Sinn zu gelangen

"Denn die "Personalität" reflektiert die vitalen Verhaltensformen, hemmt und enthemmt, unterdrückt und verdrängt sie und gewinnt dadurch neue Ausdrucksweisen - etwa Lachen und Weinen, Erröten (vor Scham), Erblassen (vor Schreck). (199) "... Sie sucht nach einer Ordnung der Korrespondenz zwischen den aufeinander nicht reduzierbaren sinnlichen Erlebnisqualitäten, dem Sinn der Sinne". (199)

*Helmuth Plessner, Philos.Anthr., 1970, ebd.*

"Der Tiere Verhalten auch im eigenen Milieu zeigt das Fehlen des Kontrastes zur Sphäre des "Ich", z. B. am Unvermögen, sich im eigenen Spiegelbild zu sehen, ein Unvermögen, dessen experimentelle Sicherung schwer, wenn nicht gar unmöglich ist, sich aber im ganzen Verhalten ablesen lässt. Denn wo Vergegenständlichung fehlt, muss auch ihr Kontrast, die Wendung nach innen, fehlen." (198)

*Helmuth Plessner, ebd.*

Die Einbildungskraft und Phantasie, die Gefühle und die Spielfähigkeit verbinden den Menschen zu seiner brüchigen Einheit.

Sie entdecken in der Wirklichkeit die Möglichkeitsräume.

Sie verwandeln die Objekte der Welt, die Kälte des Raumes, den steten Fluss der Zeit in eine Vielfalt der Bedeutungen, Sinnformen und Anziehungen.

"Verdienst um die Herausarbeitung und Unersetzbarkeit der Sinneserfahrung als der spezifischen, unabdingbaren und durch kein anderes Erkenntnismittel zu ersetzenden Grundlage unseres Wissens von der Realwelt" 194/95)

Totalmannigfaltigkeit der Sinne (197)

Entdeckung des Bewusstseins durch Descartes.

Kant begründete das Gleichgewicht der schöpferisch verstandesmäßigen Kraft und des sinnlich empfindenden Elements. (189)

Jeder Sinn ist Zugang und gewissermaßen Öffnung nach "außen" - mit einem jeweiligen Bezugsobjekt (191)

*Helmuth Plessner ebd.*

(Als Modalitäten des Daseins geben die Sinne ihr Geheimnis nicht preis. Erst in der Arbeit mit und an ihnen zeigen sie, was sie können und was ihnen verwehrt ist. (251)

*Helmuth Plessner ebd.*

"Man formt derartige unbeantwortbare Warumfragen besser in Wiefragen um. (234)

So viel Sinne, so viel Scheuklappen ...muss es nun heißen, bei allem Respekt vor ihrer zum Teil erstaunlichen Genauigkeit. Sie liefert nur Anhaltspunkte zu einer praktischen Orientierung." (235)

*Helmuth Plessner ebd.*

"Im Umgang mit den Dingen, werktätig oder betrachtend, genießerisch oder aggressiv, erfüllen sich die Einheit und der "Sinn der Sinne". (232))

Die Emanzipation des malerischen Sehens von der gegenständlich gebundenen Wahrnehmung wird seit dem ihr noch verpflichteter Impressionismus mehr und mehr zum Programm. (205).

Das Thema der Emanzipation des Sehens vom Zwang zur Wahrnehmung von Dingen führt unweigerlich zu einer Diskussion der extremen "Entlastung" des visuellen Bereichs." (207(8)

*Helmuth Plessner, ebd.)*

## Evidenz des bewussten Erlebens Schritte des Sich-Selbstbegreifens

Ich kann meinen Körper nach außen ansehen, untersuchen, analysieren lassen, und ich kann meines Leibes, solange ich lebe, innwerden.

Das ist zweierlei.

"Entdeckung der Differenz zwischen Seinsidentität und Reflexionsidentität"

*Gotthard Günther, Beiträge zur Grundlegung einer operationsfähigen Dialektik, 2. Bd., Felix Meiner Verl. Hamburg 1979*

Der Mensch hat Fleisch und Sinne wie die Tiere. Der Mensch ist von ihnen nicht herausgehoben; er ist es nur im Gesamtsystem seiner Sinnlichkeit und in der Ausdrucksfähigkeit im Weinen, Lachen, Lächeln und allen seinen Künsten. Er ist das einzige Tier, das mit der gewissen Vorahnung seines Todes leben darf. Seine Vergänglichkeit wird zum Siegel seiner bewussten Art. Er kann und darf diese Grenze als "Lebensintensivierung" erfahren. Ein Hund geht an Heimweh zugrunde, aber das Weh hat nur Macht über ihn. Uns ist es gegeben und bildet eine Vermittlung zu uns selbst. Diese Selbstvermitteltheit - an ihr kapitulieren wir. In seiner Unmittelbarkeit ist der Mensch mit sich vermittelt, eine Abständigkeit, die ihm zwar nicht erlaubt, über seinen Schatten zu springen, aber ihn zu sehen. Auf Schritt und Tritt verfolgt ihn dieses Ansichtigsein seiner selbst als latente Möglichkeit in seinem ganzen Verhalten und lässt ihn die Grenze sehen, bis zu der es Sinn hat. (217)

*Helmuth Plessner, ebd.*

Keine Spezies vor uns war je in der Lage, ihre eigene Existenz zu hinterfragen, zu unterscheiden zwischen "Innen" und "Außen" in einem Akt bewusster Reflexion.

Aber für kein anderes Lebewesen ist das eigene Leben zum Problem geworden. Die für die spezifisch menschliche Umweltbildung verantwortliche Unstimmigkeit der weltoffenen Merkwelt und der weltoffenen Wirkwelt bleibt primär und bildet den Rahmen, in dem Geborgenheit, Natürlichkeit und Selbstverständlichkeit, ein Dasein mit künstlichen Scheuklappen aller Art möglich werden. (237)

*Helmuth Plessner, ebd.*

Faktengläubigkeit  
Realitätsdogma  
Seinsverfallenheit  
selbstvergessenes Denken verlassen -  
und die rettende Reflexion

Wenn die Vernunft sich selbst amputiert auf einen Verstand, der Fakteninformationen und ihrer Zusammenhänge, isoliert sie sich von menschlichen Grundfähigkeiten, von der Sinnlichkeit der Sinne, von Lust- und Schmerzessinnlichkeit, von der Ich-Selbst-Reflexion, von der Phantasie und Einbildungskraft und vom Spiel in den Möglichkeitsräumen.

"Sinn " ist die Relation, die nur durch die Ich-Selbst-Reflexion mitten in der Welt hergestellt werden kann, mitten in der Überwältigung durch Fakten und Bilder und Informationen.

In dieser rein menschlichen und allein hilfreichen und für unsere Art und Gattung so notwendigem Prozess der Selbstfindung, die einzigartige Sinnfindung ist, läuft die Bewegung einer Lebensreise in geraden und krummen Linien und Kehren in Irrwegen, Zweifeln und Einsichten in Kümernissen und Freuden.

Die hybriden Vorstellungen des Menschen nähren sich aus seinem Macht- und Herrschaftswillen und werden gefüttert von Religionen, Technik, Wirtschaft und allen egomanischen Ideologien. Doch heute ist die Hybris, die Großmannssucht geboren aus dem isolierten "selbstvergessenen Denken und Erkennen ". Es ist Vernunft, die sich wider sich selbst kehrt in ihrer rationalen Faktengläubigkeit.

Von nun an war "er sie es" in die göttliche Schöpfer- und Verantwortungskompetenz geworfen. Er wird verrückt vor Wunderwerken und irrsinnig im Morden und in Gemeinheiten. Er wird der Gefangene seines Mikrokosmos des Inneren, er wird sein eigener Gefängniswärter und gleich auch der Ausbrecher und Flüchtige aus dem Gefängnis. Er probiert alles, und mitten in den Proben fällt er um und stirbt. Er spielt sich selbst aus und spielt sich in seinen Himmel, in seine Höllen.

### III. Über die Brücke des Ich zur Selbst-Erkenntnis Sprache und die Anbetung objektiver Wahrheit Einsicht in die Brüchigkeit, Exzentrizität des selbst- schöpferischen Menschen

1. Was das ich-bewusste Wesen vorantreibt, ein Brückenwesen zu seinem offenen Selbst zu sein.
2. Erkennen wir, dass uns Suchern schon viele bekannte unbekannte Weise, närrische Einzelne vorangingen wie z. B. Montaigne, Sokrates, Jesus, Maimonides, Spinoza, u. a.
3. Das Zeitalter scheint gekommen, wo viele von uns "en masse" Selbst-sucher, Selbstaufklärer, Selbstordner geworden sind und so die Gaben der Institutionen missachten.

"Schwierigkeit, ... die darin liegt, dass wir einen ich-orientierten Reflextionsprozess gebrauchen, um objektorientierte sachliche Zusammenhänge theoretisch abzubilden." (22)

*Gotthard Günther. 2. Bd. ebd.*

(Es ist die Idee der Positivität und Irrreflexivität. "Identität", "Fremdheit", "Indifferenz", "Wahrheit" und "Substanz" sind alles Varianten der generellen Kategorie der Positivität. Das Positive ist aber immer zugleich irreflexiv. Und Wahrheit, "objektiv" begriffen, hat rein irreflexiven Charakter, denn ihre Objektivität schließt die Möglichkeit des Weiterreflektierens aus." (22)

*Gotthard Günther ebd. 1976*

("dass unsere ich-hafte Reflexion die Außenwelt nur unter der Bedingung begrifflich abzubilden imstande ist, dass sie sich - um einen Ausdruck Hegels zu gebrauchen - entäußert." (22)

*Gotthard Günther,*



... eine Theorie der Reflexion als Reflexionsprozess - in dem das Sein nur als reflektiertes Bild erscheint - als logisches Problem sui genesis zu konzipieren." (24)

*Gotthard Günther*

("die gesteuerte Reflexionskraft des Ich in eine neue Gestalt überführt werden muss." (19)

*Gotthard Günther ebd)*

Das Unabhängigkeitsbedürfnis,  
Widerstandskraft, Selbständigkeit,  
unbeständig doch wach

Das größte Problem des Menschen also ist der Mensch selbst.

("Das Grundthema des östlichen Denkens ist das Ich, das seelenhafte Subjekt. Aber wenn jene Spekulation mit ihm fertig ist, dann ist von der persönlichen Identität jener Subjektivität schlechterdings nichts übrig geblieben." (21)

*Gotthard Günther ebd.*

"Schrecklicher" als jede Mauer sind die haushohen Gitter, mit denen ich den Garten meines Seins umgeben habe, derart, dass zwar ich die anderen deutlich sehen kann, sie aber vollkommen aussperre und sich selbst überlasse." (146)

*Fernando Pessoa, Das Buch der Unruhe, Zürich 1986*

So oder ähnlich werden die Fallen, Hindernisse, Gräben und Irrwege der Subjektivität beschrieben, ihre Manien, ihre Süchte, ihre umtreibende Unruhe, Gemälde des modernen Menschen, und er kann sich aus diesem Bild nicht retten, kann aus dem Gemälde nicht herausspringen. Unbarmherzige Tributverpflichtung, und der Neid der Götter triumphiert oft dabei, doch der Mensch schreitet und stolpert tragikomisch weiter. Wir wollen einige Phänomene aufzeigen, an der unser Leib-Seele-Geist-Verhältnis hängt. Wir können sie an vielen Großen der Vergangenheit darlegen, die in Schwellenzeiten lebten. Wir tun das an Montaigne, der

in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts lebte. Wir können die Phänomene heute an uns selbst entdecken und gottlob das "en masse". Das gibt uns Hoffnung auf ein Personales Zeitalter. Unser zweiter Kronzeuge ist dem Roman von Clarice Lispector entnommen, und wir könnten die Gestalt Lòi selbst sein.

Die "Spaltung" nimmt hier die Gestalt eines Initialaktes an. Sie bestimmt die Zone, wo Montaigne nicht mehr länger zum trügerischen Handel und Wandel gehören mag; sie setzt eine Grenze, weicht eine Schwelle ein. ...

Er entzieht sich nicht dem, was er für seine Verpflichtung gegenüber dem Gemeinwohl hält. Aber das Wichtigste ist für ihn, sich die Möglichkeit eröffnet zu haben, sich in einem persönlichen und privaten Territorium einzurichten und hier zu jedem Zeitpunkt einen absoluten Abstand herstellen zu können. (21/22)

*J. Starobinski, Montaigne, Denken und Existenz, Darmstadt 1986*

Abstand herstellen zu können, indem er aus dem Spiel (der Welt) heraustritt: das Wichtigste ist, der reflexiven Distanz ihre zugleich symbolische und konkrete Lokalisierung zu geben, ihre eine immer anziehende Stätte vorbehalten zu haben, ohne gezwungen zu sein, sie auch ständig bewohnen zu müssen. (21)

*J. Starobinski, Montaigne*

Das Unabhängigkeitsbedürfnis wird zur vorherrschenden Willenstrebung, ohne dass deshalb das Lauschen auf die Vergangenheit und die Lektüre der beispielgebenden Texte ein Ende nähme." (19)

*J. Starobinski, Montaigne*

"Die Wahl (die Krise), die der Rückzug von 1571 mit einer endgültigen Reaktion beantwortet, ist also die Wahl der Identität des in bezug auf sich selbst stabilisierten Lebens - in einer der Welt und ihrem Illusionstheater angekündigten Opposition." (24)

*J. Starobinski, Montaigne*

...nach meinem Sinne, der danach steht, mich ganz in mir zu sammeln und zu genügen... " (26)

"Man muss ein Hinterstübchen für sich absondern, in welchem man seinen wahren Freiheitssitz und seine Einsiedelei aufschlagen kann." (27)

*J. Starobinski, Montaigne*

Der Wunsch, sich "mit sich selber zu beschäftigen und zu verweilen" erzeugte paradoxerweise also nicht nur im Bereich des Geistes Unruhe, er wirkte auch dem Gesetz des Körpers entgegen, der Montaigne Stimmungsumschwüngen preisgab. (49)

*J. Starobinski, Montaigne*

Die einzige Aktivität, die nicht trügerisch ist, ist jene, bei der das Individuum handelt, ohne sich selbst zu verlieren: es ist die Aktivität der Reflexion in bezug auf die Welt - oder auf sich selbst; es wird letztlich die sein, bei der das Ich zugleich Quelle und Ziel ist und die sich durch reflexive Verben zum Ausdruck bringt; sich versuchen, sich prüfen - selbstbezogene Regungen, auf die wir in Folge unsere ganz besondere Aufmerksamkeit richten müssen. (31/32)

*J. Starobinski, Montaigne*

"An dem, was ich an mir selber erfahren habe, fände ich genug, ein Weiser zu werden, wenn ich ein guter Schüler wäre." (223)

"Philosophieren heißt sterben lernen." (Cicero)

Dieses Thema macht Montaigne zu seinem (117)

*J. Starobinski, Montaigne*

Die Dimension des weisen Bewusstseins verstreut in alle Welt  
Vereinzelte treffen sich, werden Freunde, gewinnen Weisheit

Welch Überraschung tut sich vor uns auf:

Die Botschaft der Fleischeslust ist zugleich die der Vergänglichkeit und der Brüchigkeit und Sinn des Daseins. Die Geburt des Geistes im Fleisch ist das Eintauchen im Hier und Jetzt und in keine Ewigkeit, noch Unsterblichkeit oder Paradiesesganzheit.

Diese Einlösung der Einheit des Widersprüchlichen begleitet uns: des Menschen Heimat ist die Erde und anders findet er keine. Zu uns spricht die jüdisch-brasilianische Schriftstellerin:

" ... würde es "die Freude zu sein" nennen. In der äußeren Gestalt des Echo der inneren Gestalt finden: ach, dann stimmt es also, dass ich es mir nicht ausgedacht habe: ich bin.

Und eben, weil sie sich im Spiegel gesehen hatte, wurde ihr bewusst, wie klein ihr Dasein war, denn ein Körper ist kleiner als das Denken. (15)

*Clarice Lispector, Eine Lehre oder Das Buch der Lust, Roman, rororo 12328, Reinbek bei Hbg. 1988*

"Aber es kommt der Augenblick, in dem der wache Geist sich in dem ausgeruhten Körper und auf der Erde und auf dem Mond zu regen beginnt. Dann erscheint es, das Schweigen. Und das Herz klopft bis zum Halse, denn dies erkennt es: Es ist das, was im Inneren des Menschen ist. (33)

*Clarice Lispector ebd.*

"Nein, ich möchte nicht nur deshalb ich sein, weil ich ein eigenes Ich habe, sondern ich möchte die extreme Verbindung zwischen mir und der aufbrechenden, duftenden Erde." (38)

"Für einen Augenblick verzichtete sie dann auf das Menschsein und probierte die schweigende Seele des tierischen Lebens aus. Es war angenehm. "Nicht zu verstehen" war so umfassend, dass es jegliches Verstehen übertraf - zu verstehen war immer begrenzt. Aber das Nicht-Verstehen kannte keinerlei Grenzen und führte zum Grenzenlosen, zu dem Gott." (39)

"Es war ein sanftes Desinteresse gegenüber den Dingen, die man zum Verstand zählte, eine liebreizende Dummheit." (40)

"Wir sind nicht rein und unschuldig geblieben, um nicht über uns selbst zu lachen und damit wir am Ende des Tages sagen können, wenigstens war ich kein Idiot und somit, bevor wir das Licht löschen, nicht die Sprache verlieren." (44/45)

*Clarice Lispector, ebd.*

"So versuchte sie, mit einem mittelmäßigen Leben gemeinsame Sache zu machen. Aber es war zu spät: Sie lechzte schon nach neuen Ekstasen der Freude oder des Schmerzes. Und sie hatte jetzt die Verantwortung, sie selbst zu sein. In dieser Welt voller Entscheidungen schien es, als habe sie entschieden." (72)

"Lòris Mut, ohne sich zu kennen, trotzdem fortzufahren, denn zu handeln, ohne sich zu kennen, erfordert Mut. ... "(76)

"Und das war es, was ihr gefehlt hatte: das Meer in ihrem Körper, wie die sämige Flüssigkeit eines Mannes." (77)

"Aber selbst wenn sie es vergessen sollte, nie wird sie all das verlieren können. ... Denn sie weiß, dass sie sich einer Gefahr ausgesetzt hat. Eine Gefahr, die so alt ist wie Menschengedenken." (78)

*Clarice Lispector, ebd.*

"Wenn sie es gelernt hätte, ihre Gefühle ganz freizulassen, dann wäre sie gerettet und würde denken: Da ist der Hafen, in dem ich vor Anker gehen kann. Doch vorher musste sie sich selbst erreichen, vorher musste sie die Welt berühren." (53)

*Clarice Lispector, ebd.*

"Sie hatte mit der Natürlichkeit gesprochen, die sie auch im Unterricht bei den Kindern an den Tag legte, wenn sie nicht fürchtete, beurteilt zu werden." (58)

"Schau mal diese Frau dort drüben zum Beispiel, die in dem roten Badeanzug. Sieh mal, mit welchem natürlichen Stolz sie geht, wie jemand, der weiß, dass er einen Körper hat. Du, außer dass du verbirgst, was man Seele nennt, schämst dich auch einen Körper zu haben." (64)

"Lòri war von der Begegnung mit sich selbst fasziniert, sie bewunderte und hypnotisierte sie beinahe." (69)

"Ein leichtes Erstaunen befiel Lòri. Dann war das also das Glück. Am Anfang fühlte sie sich leer. Denn wurden ihre Augen feucht. Es war Glück, aber: wie bin ich doch sterblich, wie weit geht die Liebe zur Welt über mich hinaus."

*Clarice Lispector, ebd.*

"Montaigne verzichtet nicht auf die Identität. Er hat jedoch entdeckt, dass er keinen direkten Zugang dazu finden kann.

Anstelle der Einheit hat er die Bruchstückhaftigkeit kennen gelernt." (50)

*J. Starobinski, Montaigne*

"Wir sind alle aus lauter Flecken und Fetzen und so kunterbunt unförmlich zusammengestückt, dass jeder Lappen jeden Augenblick sein eigenes Spiel treibt" (347)

*J. Starobinski, Montaigne*

Lichtfackeln im Dunkeln ergeben lange noch keinen Tag. Viele weise Menschen, erfahrene und sensible Frauen, manche Genies und Selbsterleider, Selbsterkenner der Welthistorie ergeben noch lange nicht eine lichtvolle Gesellschaft in einem Zeitalter selbstbestimmter Menschlichkeit. So bleibt uns und allen Nachgeborenen noch viel zu arbeiten, bis die Gruppen selbstbestimmter glücklicher Menschen so groß werden, dass sie in der erschreckend sinnlosen Situation von Geschichte und Gesellschaft etwas zu sagen haben.

Fassen wir nochmals zusammen: Reise zu sich selbst und um noch näher zu sich zu kommen ist Reisephantasieren, diese Reise zu spielen: die Augen aufmachen, die Ohren spitzen, die Nase bereiten, die Haut durchlässig stimmen, den Geschmack erneuern, die Zärtlichkeit erneuern und Gefühle der Nähe finden.

Wir reisen ins Land der Sinne, bevor wir hoffen dürfen zum Sinn zu gelangen. Wir dürfen diese Erfahrungen wollen, üben und verbessern. Ich kenne diese Herausforderung und erweitere meine Sinne und spiele sinnliche Dialoge mit Dingen, Pflanzen, Tieren und Menschen, mit Klängen, Bildern und Worten sinnlich.

#### IV. Reflexionen und Meditationen zum Thema: Übungen des Bedenkens, Besinnens und Bezeugens

Hab keine Angst vor deinem Urwald!  
Fürchte dich nicht vor deinem Dschungel!  
Sinkst du ein, versinkst du in lebensvollem Schleimwasser.  
Hab keine Angst: In deiner Herzhöhle bist du  
und findest Gewässer des Lebens mit Algen, Zellen, Spermatogonien.  
Das alles ist dein und Unterpfand im Lebensstrom der Erde.  
In diesem Dschungel-Es. Dieser Urwald-Lichtung,  
diesem Sumpfpflanzenglitscherschleim begegnest du dir.  
Das bist du, dein Selbst erwächst aus diesem Lust-Eros des Grundes.  
Hab keine Angst vor Ungestalt und Chaos,  
vor Spannung und Unbekanntem!  
All das schafft dir die Energien und Kräfte,  
die du brauchst, wenn du wach wirst,  
wenn du dich weckst aus deinem verordneten Schlaf.

Deine eigene Natur ist der einzige Weg zur Teilhabe an aller Natur:  
Aha: Geh aus der Sonne!  
Lauf weg vor dem Dreck der Erde!  
Meide das Feuer,  
schwimm nicht zu weit ins Meer,  
trink nicht das Wasser!  
Atme nur flach und lass die Stürme ziehen.  
Flieh alle Elemente!

Oho: Nimm die Natur als Abzugsbild, als Fernsehbild –  
das ist genug!  
Als Gedicht nur gehen die Elemente in dich ein.  
Lass die Tiere für dich arbeiten.  
Die Pflanzen stütze dir zurecht,  
auch Wasser, Luft und Sonne,  
die Energie des Feuers unterwirfst du dir.

Mach, was du willst,  
nutze - gutartig, böseartig,  
gebrauche, verdrehe, vernichte sie!  
Du bist der Gott der Elemente.  
Du wirst sie in den Abgrund stoßen, - Dich aber mit!

So: Atme die Elemente, herze ihr Fleisch!  
Lache ihre Energien an, und fürchte ihre unschuldige Gewalt!  
Erschrick vor ihnen,  
doch spüre, fühle sie, und labe ich an ihnen!  
Öffne dich in Angstlust! Stell dich einer Gefahr,  
dem Risiko des Seins. Deine erlebte Herzmitte  
führt dich zu den Elementen. Zeige dich ihr als Diener.  
Die Elemente werden dich kräftigen, bis du stark wirst  
wie Katze, Elefant und Bär.

"Mein eigenes Körper-Sein stellt sich mir, dem Subjekt, als ein Konflikt dar,  
dessen Unlösbarkeit mit der Subjekt-Objekt-Spaltung gegeben ist.  
Die Spaltung zwingt den Menschen zu handeln, eine Art des Verhaltens,  
die den Tieren verschlossen ist. Man handelt willkürlich, ..." (231)  
Solches Einssein mit dem eigenen Leib, von dem die Tiere nicht wissen,  
sondern nur spüren, dass es ihr eigener ist und ihn unmittelbar beherrschen,  
ist dem Menschen versagt." (230)

*Helmuth Plessner ebd.*

## V. Lerne in Lust, die Fleischlichkeit und Brüchigkeit deines Seins zu reflektieren und zu meditieren.

Bedenke im Erreichen der Seligkeiten des Fleisches, dass du schon in  
Geist eingetaucht bist!  
Reflektiere in Liebe die Tierheit und Fleischlichkeit  
der und deiner Natur.



Freue dich an allen Entdeckungen und Erforschung deiner Körperlichkeit und freue dich am Geist der Lust.

Natur, Körper, Fleisch, Sinne  
Animalität und Pflanzlichkeit - was ist das?  
Wozu brauchen wir sie?

"Ins Innre der Natur dringt kein erschaffener Geist.  
Glückselig! Wenn sie nur die äußere Schale weist!"

*Goethe*

Was bedeutet diese Aussage für die Erkenntnis meiner menschlichen Natur, meiner Umwelt? Dringe ich nicht in meine eigene Natur, in mein Fleisch, bleibe ich meinen Sinnen, meiner Sinnlichkeit gegenüber äußerlich und blind?

Die Versöhnung mit dem Leben! Ist die Aufgabe unseres Geistes!

"Sie haben Teile in ihrer Hand,  
doch fehlt ihnen das lebendige Band."

*Goethe*

Den Begriff "Fleisch" gebrauche ich fast synonym mit Körperlichkeit, Leib und Natur oder belebte Materie. Ich benütze ihn vordringlich, weil er diffamiert, oft ungewohnt, altmodisch ist.

Unter "Sinnlichkeit" will ich nicht nur erotische Zärtlichkeit, Sexualität, sondern jegliche Sinneserfahrung verstehen.

Sinneseindrücke und ihre bewusste Wahrnehmung und Reflexion sind die Basis aller Erfahrung, des Genusses, im Grunde gelebtes Leben.

Im Verhältnis zum Denken, zu Einbildungskraft, Phantasie und Entscheidungsfähigkeit und Willen zum Handeln sind sie das unerlässliche Basis-material.

"Die Natur (der Körper, das Fleisch, der Leib) - ("Natur des Menschen") ist für die denkende Betrachtung Einheit und Vielheit Verbindung des Mannigfaltigen in Form und Mischung, Inbegriff der Naturdinge und Naturkräfte, als ein lebendiges Ganzes."

*Alexander von Humboldt*

Leben ist Ausdruck der Dynamik der Materie, Bewusstsein ein spezifischer Ausdruck des menschlichen Lebens: Menschliches Leben in seiner vollen Entfaltung ist bewusstes Leben und damit die Eigenschaft eines materiellen (physisch-energetischen) Systems, sich über sich selbst hinauszuhoben in der Erkenntnis seiner vor-bewussten Antriebe.

Geist baut immer auf Leben auf, braucht Antriebe, An-fühlungen. Erst dann entstehen An-sätze und An-denken.

Wer nicht sinnhaft sinnlich schmerzhaft-lustvoll fleischverwoben lebt, lebt nicht.

Inne werden wir des Lebens nur durch Sinne, Herz, Hirn, Nerven, Blutkreislauf, Harmonie, und dann erkennen wir von außen etwas Natur in uns.

Die Wiederentdeckung des Fleisches, des Leibes und des Körpers geschieht durch meinen Geist der Neuzeit. Die Wiederentdeckung der Geistigkeit, Bewusstheit und Wachheit geschieht durch Sinne und Ausdruck des Fleisches.

Wer die Wunder des Fleisches erlebt, erfährt seinen Geist in der Form der Brüchigkeit. Mit den Wundern meiner Sinne und Sinnlichkeit mit ihrer bewussten Entdeckung und Empfindung werden Sterben und Tod zum Bewusstseinstor des Menschen. Er lebt bewusst, weil er Sterbensgewissheit hat. "Das Leben schmerzt uns, weil wir wussten, dass wir lebendig waren; das Sterben erschreckte uns nicht ..." (S. 15)

*Fernando Pessoa, Das Buch der Unruhe, Amman-Verlag Zürich 1986*

Wir fühlen, weil wir Fleisch sind.

Wir suchen, riechen, tasten, weil wir Fleisch sind. Wir erleben, weil wir Fleisch sind. Wir lieben, weil wir Fleisch sind. Wir spielen mit Phantasie, weil wir Fleisch sind.

Menschliche Erfahrung gibt es nur im Fleisch. Geist, wie er uns eigen ist, ist hybrid, isoliert, verflucht, wenn er sich vom Fleisch trennt.

Gottesbeziehung und Menschenbeziehung - wer reißt diese immer auseinander? - o mein Unverstand. Ich verlange nichts, was mir nicht zugehört, ich reiße nichts an mich - nur den versprochenen Himmel.

Ich verzeih mir alles - fast alles - denn, wenn ich nicht verzeihen kann, dies kann ich kaum verzeihen. Das muss ich noch lernen. Ich brauche nur etwas blauen Himmel, dann vertreib ich schon die Wolken!

## Ein Mann auf der Flucht

Angst bringt nicht um,  
bringt den Flüchtling um die Erde.  
Trauer, Weltschmerz, Selbstmitleid ...  
Der Welt Leid, Not und Sorge überfallen mich.

Der larmoyante Ton betont  
den Ernst der Lage und die Tränen ...  
Es ging um das Loslassen wieder mal.

Flucht ist die Abwendung vom Konkreten;  
von der Situation und der Herausforderung.  
Die negative Losung lautet:  
nur nicht konkret werden,  
nur nicht konkret reden,  
nur nicht verbindlich werden.

"Ich bin, der ich bin" sprach Er von sich: So darfst du es nachsprechen  
"Ich bin, der ich bin". So darf ich mich bejahen, da ich des Seins teilhaftig  
bin. Das Ja steht vor jedem Teil-Nein, das Ja ermöglicht die Unter-  
scheidung. Die Differenz kommt nach dem Ja. Ich mit mir eins. Gut ist es  
eins mit sich zu sein.

Doch wie ein Blitz spaltet, so bin ich getroffen im Widerspruch, ausein-  
andergerissen in Teile. Zersplittert ich und mein Spiegel. In die Einheit  
brachen die Teile, die Vielfalt. Der Engel der Trennung brachte mir  
Zweifel und Kampf. Ein Engel der Bewährung stand mir bei. Unendlich  
lang wurde mir der Weg zur neuen Einigkeit.

Reiselust ist Vertrauglaube ins Nichtdenken, Nichtfühlen, Nichtsinnen. In  
der Tiefe diese wundervolle Empfänglichkeit für das Geschenk, das wir  
sind.

In der Tiefe des Anfangs Nichts, dann kann er beginnen: aller Anfänge  
Anfang.

Aller Wunder schöpferischste der nichtige Mensch, der nichtende  
Mensch, das Gefäß der Würde der Vergänglichkeit, der Ohnmacht und  
des konfusen Glaubens an Liebe und an sich selbst.

Das Einfache finden wollen,  
ohne durch komplexe Erfahrungen gehen zu wollen –  
das Positive reden und leben wollen,  
ohne all das schrecklich Negative erfahren zu haben –  
die Harmonie bejahen und sich in ihnen einnisten,  
ohne die Spannungen, Disharmonien, Konflikte zu bejahen –  
den Frieden nur haben wollen,  
ohne Kampf, Anstrengung und Streit -  
zerreißt das Leben, macht es lügendreist.

Wer könnte sich anheischig machen,  
das Problem nicht zu akzeptieren,  
sondern nur die Lösung;  
wer möchte die Heilung, doch nicht den Schmerz  
und die Krankheit,  
wer lacht und wollte nicht auch weinen,  
wer wollte Lob und Lohn,  
wer Liebe und Anteilnahme,  
wer Leidenschaft leben,  
ohne sich in Mitleidenschaft ziehen zu lassen?  
Ein Tor des "Entweder-Oder" eines naiven Paradieses  
ohne Sinne, ein Tor, der seine Lebensgestalt zerreißt.  
Mach aus deinen Ansichten, deinen Meinungen keinen Hehl, mach aus  
deinen "Ungedanken" keine Mördergrube.  
Mach aus deinen Erwartungen funktionierender Normalität keinen kit-  
schigen Heuchel-Himmel. Mach aus deinen "Heile-Welt"-Tünchungen  
kein religiös verbrämtes Bild. Mach aus deiner wohligh-idyllischen Such-  
bewegung keine Schande für alle, die litten, tobten, wagten statt deiner  
und nicht normal blieben.  
Der existentielle Neid ist ein Kummer, eine Krankheit eines schwachen  
Menschen, der unglücklich ist. Ich nehme den Neid zur Kenntnis, jedoch  
akzeptiere ich ganz und gar meine eigentümlichen Talente und Fähig-  
keiten. Trauer erlebe ich am existentiellen Neid der anderen und habe  
auch Mitleid mit den Neidischen.

Meine Tüchtigkeit, Begeisterung und Arbeitslust erweckten Neid bei den anderen. "Virtus" nannten die alten Römer eine Synthese von Tüchtigkeit und Tugend.

Durchs Tun, durch ein Machen veränderst du dir die Blickrichtung, und der zweite Blick entbirgt ein neues Panorama. Ich entfremde mich der dummen Normalität und befreunde mich mit der neuen Sicht der Dinge. Sie beginnen zu glühen.

Ich akzeptiere mein eigenes offenkundiges Geheimnis, das ich bin. Ich verbinde mich mit deinem Geheimnis. Wir versuchen im zarten Geheimnis zu bleiben. Hie und da vereint sich in diesem Geheimnis wunderbar sachgebunden Tüchtigkeit und teilhabende Menschlichkeit.

Der Tod betäubt das Leben. Er umnachtet des Lebens Ränder. Er ist jäh unter uns, Abstoßung und Bindung ist Leben. Einverstanden mit dem Tod bedeutet Leben. Sich vom Konkreten wegwenden ist mehr als der Tod "Erstarrung"!

Die Illusion der Leichtigkeit, die Schwere der Leichtigkeit, das Gedenk der Leichtigkeit einarbeiten, das Ideal der Lockerheit.

Was wir brauchen im Tun, Reisen und Reden ist das Konkrete.

Konkret zu werden, konkretisieren heißt, nahe an Ding, an Elemente, an Materie zu kommen.

Wer sagt, er könne sich nicht binden, ist viel zu sehr gebunden. Wer erlebt denn so ohnehin schon seine eigene Bedeutung, Niemand.

Ich entlasse mich aus dem Umkreis des Müßens - und entlasse auch alle anderen. Ich komme nie zu Rande mit der Frage nach Sinn und Bedeutung.

Protestantische Theologie ersetzt mir noch lange nicht ein - mein - Sündenbewusstsein als Tor zur Gnade. Ich bin einverstanden mit mir, meinem Gott des göttlichen Herzens; einverstanden mit meiner Nichtigkeit. Ich bin einverstanden mit mir als Nichts. Ich bin einverstanden mit allem, was zum Leben gehört, also mit Schrecken, Schlacken, Schicksal, mit Unfrieden, Sorge und Angst, sogar mit meiner eigenen Unzufriedenheit und fast auch mit aller Selbstverneinung.

Selbsterfahrung ist zu abstrakt, darum vermag sie sowenig. Sie ist abgehoben, unkonkret, verallgemeinert, formell.

Die Reise rüttelt zu wenig oder zu viel - beide Male habe ich die Rechtsfertigung, nicht erschüttert zu sein, nicht wütend zu werden, nicht aus-

fallend zu sein. Ein Wachsen und Werden ohne Ringen, ohne offenen Kampf gibt es nicht.

Krankheit und Verletzung tue ich mir selber an. Sinnentstellende Krankheiten, sinnlose Gewaltverletzungen.

Manchmal erfahren die Zeugen, die Begleiter und Liebenden vom Geheimnis des Betroffenen mehr als er selbst. Während der Betroffene noch verwirrt oder verdreht ist, ist sein Begleiter schon nahe dem Selbst. Die Angst vor der Besserwisserei, die stets droht. Dies Sichfreimachen für das Geheimnis der Person, der eigenen und der anderen.

Wenn ich jemanden liebevoll begleite, darf er sich aufgehoben, angehört und angetrieben fühlen.

Die verbretterte Vergangenheit; die Bretter haben jedoch Abstand; darin erblicke Stücke, Teile davon! Es sind Blitzlichter, schlecht und recht. Ich weiß alles nur abstrakt, formell. Ich laufe in mir davon, und neue Möglichkeiten suche ich, damit ich die alten nicht verwirkliche.

Wer die alten gefundenen Möglichkeiten nicht verwirklicht, bleibt in seinen neuen Konjunktiven.

In meinen Problemen kann ich überleben. In meinen Schmerzen überlebe ich. Sogar in der Kette meiner Unzufriedenheiten erlebe ich Reste vom Leben.

Der Punkt unseres Ursprungs ist klein, zart, blutig, schleimig, ein Etwas von einem Beginn. Von da an wartete ich nicht mehr, sondern wuchs.

Ich bin geliebt und kann deswegen lieben. Die Zuwendungeyn der Mutter stehen in diesen Fragen, Entscheidungen und Krisen.

Trauer durchstehen und erschöpft lieben. Erschöpft sein kann manchmal meine Stärke erweisen.

Wie ein Kuss Siegel sein darf für eine Begegnung, so darf eine Runde vertrauter Menschen Zeugenschaft sein für den inneren Bericht des einen.

Sie/Er berichtet für die Meditation der anderen. Die anderen hören, nehmen auf und sind helfende Zeugen.

Jeder Abgrund, vor dem wir stehen, ist ein Stück unserer lebendigen Tiefe. Da bin ich in der Liebe. Im Haus voller Zimmer wohnt die kleine, arme irdische, hoffende Liebe. Wenn ich in ihr bin, bin ich mit meinen Aggressionen, Ungeduld und Wut auch in ihr. Dann ist es gar nicht anstrengend. Es gibt Sinnferne, Sinnloses, Sinnunsinn für uns Menschen

und die sind konstitutiv für unsere Sinnsuche. Unser Verlangen, das wir ausdrücken und ausspielen, will nichts anderes als Liebe spüren.

Wie viel Aufregung über das, was ich nicht verstehe. Meine Basis ist unverloren.

Hunger nach Leben - Durst nach Seligkeit, Sehnsucht nach viel Sehnsucht.

Begehren nach redlicher Lauterkeit. Suche nach Quellen und Ursprüngen. Sicht über die Grenzen hinaus. Haut, die die Gestalt umfasst.

Ich zerfließe nicht. Ich will, was ich will. Ich mag nicht, was ich nicht mag. So möge es bleiben. Spannungsgelage, Genuss: fragil, taktil ...

Reise-Spiel ist Lustspiel. Reise-Spiel ist Trauerspiel. Reise-Spiel ist Tragikomödie. Reise-Spiel ist Labyrinthspiel. Reise-Spiel ist Versteck- und Suchenspiel. Reise-Spiel ist Hörspiel, Klangspiel - verdammt viel Spiel - da wird es ernst! Mehr Schauspiel, mehr Lachspiel, mehr Anfängerspiel und auch Endspiel. Das ist also die Selbsterfahrung: Spottlied zu singen auf sich, Loblied und Anbetungslied, alles sich selbst.

"Jeder Mensch möchte wenigstens ein einziges Mal ganz im Lichte stehen."

*Elsa Lasker-Schüler*

Ja, das ist unser Reisemotiv und Reiseziel!

Ja, und wenn er einmal im Lichte stehen durfte, will er sich auch im Lichte sehen. Und wer einmal im Lichte stand, sich im Lichte sah, übt seine Beleuchtung.

Er leuchtet sich heim zu sich selbst.

Einmal ganz im Leben vom Licht erfasst, und ich bin nicht mehr meines Schattendaseins und meines Halbschattengewächsseins froh.

Wer einmal sein Licht schuf, so dass er sich erkannte, will es immer wieder. Er ist nicht mehr zufrieden mit dem Weg auf den normalen Gleisen. Er ist wie entgleist. Seine Entgleisung ist der Qualität des Lichtes. Er leuchtet sich aus, vielleicht erleuchtet.

Er deutete das Weltall durch Zeichen der Seele.

Und las von innen her die Botschaft äußerer Dinge. (Sri Aurobindo)

So lerne ich, Zeichen der Natur, der Zeit, der Gemeinschaft und meines eigenen Daseins zu deuten. Ich deute von mir aus und mündig und kenne die Qualität der Zeit: Kairos.

Und schöpfe meine Seele aus um der äußeren Dinge willen, die doch Gottes sind.

Dem Seinen gibt's der "Herr" im Schlaf, im Traum, im Loslassen und in der Ahnung. Dem Seinen gibt's der "Herr" im Schmerz, in der Freude.

Dem Seinen gibt's der "Herr" in der Liebe, in der Arbeit.

Ja - jedoch stets schenkt er, gibt er das alles als "Samenkorn", nicht als Blüte, nicht als ausgereifte Frucht. Samen erhalten wir geschenkt, wachsen lassen, blühen lassen, Frucht zu bringen ist unser Auftrag. So ist es mit allem, auch in der Liebe und auch im Schaffen. Den Samen der Schöpfung betrachte als Auftrag zum schöpferischen Sein. Du bist der Schöpfer, den Samen dazu bekamst du geschenkt.

Es reist sich gut zusammen allein. Es reisen Selbsterfahrene in der alleinigen Solidarität ihresgleichen. Ich reise mit meinesgleichen in die zerstreuten Ziele in jeder Seele. Gemeinsam reisen in die Weite, in der jedes Selbst sich findet.



Geheimnis einer Gemeinschaft der vielen Einzigen, Solidaritätsgewissheit derer, die guten Weges, guter Reise sind. An welcher Wegstrecke auch immer, der Innehaltende wird der Geschwister gewahr.

Ich bin Dir gut, und Dir und Dir, da ich mir gut bin.

Ich bin Dir nahe und Dir nah und Dir, da ich mir oft nahe bin. Ich habe Teil an Dir, an Dir und an Dir, da ich mir gegenüber Teilhabe spüre. Ich folge Deinen Verwandlungen und Deinen, da ich mich ändere.

Ich liebe Dich und Dich und Dich und Dich, da ich mich liebe. Ich gebe Dir Obhut und Dir und Dir und Dir, da ich sie freizügig mir gebe.

Ich ermögliche Schönes bei Dir und Dir und Dir, da ich mich ermögliche.

Merke auf, bevor der Wahn dich hart besetzt, bevor du dich mit ihm fixierst. Du bist gefressen von Zeitmode, Zeitgeist, Zeitideologie und verlierst Distanz und bist nicht Genosse der Zeit: selbständig, persönlich und verlierst dein Wohlgefallen und bist nicht mehr empfänglich für zeitheiligen Geist. Dein Heil erlangst du nur in der Zeit, nicht in Verfallen- oder Enthobensein, von ihr. Weder durch Zeiterlösung noch Zeitmode.

Und die Zeit schlägt Wunden und sie vernarbt die Wunden. Ob sie heilt und mir verwundetem Menschen Heil bringt? Vergänglichkeit blendet manchmal Vergeblichkeit aus. Vergänglichkeit mildert Tod und Vernichtung.

So legen wir uns manchmal - im besten Augenblick, im günstigsten Zeitfall quer zur Zeit: durchbohren Zeitspannen, verqueren Zeitläufe, besetzten Anfänge im Zeitalter.

Zum Wohlfühlen, Gutfühlen, zur Annehmlichkeit brauchst du die Kunst des Loslassens dessen, was dich nur beschwert, nur zwingt nur ängstigt, nur fremdbestimmt. Solche "Arbeit" macht das Wohlfühlen, solchen Kampf erfordert das Genießen. Wie viel Empfänglichkeit, Sensibilität, Sinnlichkeit bedarf das gute, menschenfördernde Tun? Ein Tun - aus der Erfahrung der Empfänglichkeit geboren - ist der Solidarität fähig.

Beginnt das Leben, wo keine Macht sich deiner bemächtigt?

Beginnt dein Leben, wo Habgier und Neid nicht von dir Besitz ergreifen?

Beginnt dein Leben, wo du schenkst und schützt und dich hingibst?

Wenn dein Kampf, dein Mut zur Anstrengung und die Hoffnung des Herzens aufhören, hört auch dein Leben auf. Manchmal darfst du brach-

liegen, träge sein, angstvoll hilflos sein, manchmal darfst du verzweifeln, dann jedoch wappnest du dich zum Widerstand, schmeckst göttliche Freiheit, kindhaftes Paradies - also versicherst du dich des Lebens ganz.

Ich bin der Zeuge, den du brauchst. Du bist der Zeuge, den ich brauche. Du bist zu oft fasziniert vom Schlechten, vom Verletzenden, vom Negativen darum, darum, darum ... bohrst du lieber in den Wunden, statt dich zu verbinden und heilen.

Die Faszination des Schlechten und Bösen des Unnatürlichen, Erstarrten, und die Faszination des Schreckens kann nur mit Begeisterung des Friedens beantwortet werden.

Am Anfang der Reise steht mein Mut.

Am Anfang stehen ein Wille und eine Überwindung der Angst. Der Mut braucht oft zu seiner Kraft die Wut.

Herzhafte Wut braucht ein starkes Gefühl des eigenen Jas. Der Wille braucht weder Willigkeit noch Willkür, nur ein wenig Eigenwilligkeit. Am Anfang der Reise steht eine Lust und ein Unfrieden. Zufrieden bin ich nicht so normal, dann ging's nie los! Ich suche und auch erfinderisch. Irgendwie bebe ich, und meine Nerven zittern. Ich möchte schnell anfangen, denn ich habe Angst bis zuletzt, es würde nun doch an Tapferkeit fehlen. Ich springe ins kalte Wasser. Es ist gar nicht kalt, spüre ich noch, dann geht's los.

Die Zentrierung unserer Erfahrungen, unserer Bruch- und Teilstücke der Erlebnisse ist der rote Faden unserer Selbstreflexion.

Stammelnd, zaudernd, zweifelnd und stotternd verfolgen wir unseren roten Faden. Wir sind gebrochene Wesen, die ein Sehnen eint und fast ganz macht.

Wenn es nur in deutlicher Schönheit geschehen darf.

Ich kann mein Innerstes nicht verraten. Ich werde jedoch nicht locker lassen. Ich verzweifle an meinem Vollkommenheitsbewusstsein und Perfektionsdrang und stammle Gedanken, Vorstellungen und Gefühle.

Es möge kein Tag vergehen, ohne dass Erfahrung dich heimsucht.

Es möge keine Nacht vergehen, ohne dass du auf Reise gingst.

Es möge deine Arbeit nicht enden, ohne dass du innegehalten hast.

Es möge kein Abend vergehen, ohne dass du dir begegnest.

Wer einmal zu sich gereist, wer einmal die Reise zu sich selbst machte, möge er doch für immer ein Reisender bleiben!

Ein Reisender hat Heimat in sich gefunden.  
Ein Reisender ist Nomade, ihm gehört die Welt nicht.  
Lass dich nicht aus deiner Ich-Selbst-Versunkenheit vertreiben.  
In ihr lernst du lieben, in ihr vertreibst du Zeit und Vergänglichkeit.  
Der Welt Vorübergang genieße, da du in dir gut ruhst und kämpfst und schaffst.  
So viele wünschen dich flüchtig verzettelt an Nichtigkeiten, genussfern und kleinlich. Sofort meide diese Nächsten, liebe sie nur aus weiter Ferne. Schaffe dir viel Distanz zu den Verführern der Macht, des Geldes und der Medienflut, erkenne sie als Totschläger.  
Prüfe Gewinn, prüfe Verlust, prüfe Siege, prüfe Niederlagen, prüfe Zerstreuung, prüfe Moral, denn du weißt vorher nie, was dir frommt, was dich erniedrigt. Prüfe, wähle widerstehe, so baut sich deine Selbst-Freiheit auf.  
Wieso, warum, weswegen liebt ihr euch nicht frei? Manche Menschen warten sehr auf eure Liebe. Liebst du sie frei und innig?  
Die Liebe des Göttlichen in euch ist nie weder mono-gam noch monoman gewesen.  
Gib deine kraftvolle Liebe vielfältig, unartig vielen. Bleib aller Liebe treu!  
Wohlauf ihr Reisenden allzumal, zeichnet eure Selbst-Quadratur des Kreises. Eilt euch langsam, sprunghaft, stetig, bahnt euch den Weg, den es so nicht gibt.  
Sucht den Weg zu schaffen. Erfindet euch selbst.