

Konrad Pfaff

Expeditionen ins Land meiner Gefühle

DAS WIDERFAHRNIS DER GEFÜHLE

WIRD DAS AKTIV BELICHTETE, UMFORMTE

SELBST-EIGENE GEFÜHL

EINE KLEINE, WEDER LEICHTE NOCH SCHWIERIGE

HANDREICHUNG

GEFÜHLE ENTWACHSEN DEM „BIOLOGISCHEN URPROGRAMM“ DES MENSCHEN, DES SCHUTZES, DES BEGHEHRENS, DER ORIENTIERUNG UND DER BEDEUTUNGS- GEBUNG UND MOTIVATION

Gefühl ist das Organ der Vitalität.

Gefühle sind nach dem biologischen Urprogramm eine Schutz- und Trutz- macht des Lebens.

Gefühle hängen am biologischen Urprogramm; doch werden sie im Zu- sammenspiel von Gesellschaft und Individuum anerzogen, gelernt, einge- übt, sozialisiert, manipuliert und inszeniert.

Ich bin ein evolutionäres Wesen: ich bin geworden und werde vergehen. In mir lebt die ganze Entwicklungs-Wandlung des Lebens, des Menschen, seiner Geschichte und seines Bewusstseins.

Es entstand aus den Urschichten und den Urprogrammen, aus den Gefüh- len von Magie, Totem und Tabu.

Gefühle sind evolutionär und historisch bedingt.

Erst Bewusstsein, Reflexion, Imagination, Denken, Intention schaffen kon- kret die semantische Bedeutung der Gefühle.

Wir brauchen ein vitales Verhältnis durch Gefühle und ihre Semantik zur Sinnferne, zum Nichtvorstellbaren, Unfassbaren, uns Transzendierenden. Darin ähnelt unser Zeitalter der Archaik.

Gefühl ist als Erkenntnisinstrument zu gebrauchen. Es ist sinnlich, phan- tastisch, kognitiv; d. h. es ist ein geistiges Phänomen.

Gefühle sind Brücken zur Umwelt, zur Lebenswelt und zum eigenen Inne- ren.

Gefühle regeln mein Verhältnis zur Welt, so dass ich mich zu ihr verhalte.

Was ich nicht erfühlen und bedeuten kann, geht mich nichts an.

Gefühle deuten, bedeuten und unterscheiden Wichtiges von Unwichtigem. Sie sind Relevanzträger und Instrumente. Sie haben Syntax und Seman- tik.

ÜBER DIE „UNTERSCHIEDUNG“ UNSERER GEFÜHLE

DAS WICHTIGSTE, WAS WIR ÜBER SIE LERNEN MÜSSEN
UND WIE SIE ZUM FAHRZEUG UNSERER SELBSTWERDUNG
WERDEN

Gefühle ereilen uns zuerst, dann „belichten“ wir sie reflexiv und gehen mit ihnen um. Wir formen sie um und drücken sie aus.

Wenn ich auf dem Weg meiner Individuation, den mir das System der Gesellschaft diktiert, erwache, wenn ich mich kritisch als Kriterium von Beurteilungen meiner Gefühle, Tabus, Normen, Werte und Bedeutungen nehme, entstehen in mir zwei Klassen von Gefühlen.

Ich versuche, Gefühle, die ich habe, die über mich kamen, nach und nach dahin zu unterscheiden, ob sie mir gut tun oder mir schaden.

Von manchen Gefühlen, die ich mir bewusst mache und die ich in der Reflexion belichte, gewinne ich den Eindruck, dass sie mir näher sind und integrative Bausteine meines Selbst. Durch manche fühle ich mich manipuliert, von mir entfremdet und von anderen benützt.

Ich lerne nach und nach meine Eigengefühle und meine Fremdgefühle zu unterscheiden! Ich reflektiere Gefühle, forme sie und verändere sie oder gewinne neue in Richtung auf mein eigentliches Selbst, mein Ich-Selbst, mein Eigen-Leben und versuche, immer mehr Gefühle in diesem Prozess zu gewinnen.

GEFÜHLE SIND NIE GANZ INTIM UND PRIVAT, NOCH SIND
SIE NUR MEIN

Wir teilen sie mit Menschengattung, Gesellschaft und Zeitalter. Es gibt ein paar Kriterien für die Unterscheidung echter und falscher, d. h. selbsteigener und selbstferner Gefühle: Bewusstheit, Reflexivität, Sicherheit, Klarheit, Ambivalenz, Vorurteilshaftigkeit, gepaart mit Fanatismus und Dogmatismus.

Es gibt echte (selbsteigene) bei den so genannten negativen Gefühlen und es gibt falsche. Es gibt echte selbsteigene Gefühle bei den positiven und viele falsche selbstferne. Auf keinen Fall sind positive immer echt und

negative immer falsch. Suche Gefühle, da wo sie entstehen, wo sie aufzufinden sind: in dir selber, in deinem Bewusstsein!

Suche sie nicht gleich im Verhalten, in der Aktivität oder gar in der Öffentlichkeit oder Politik. Auch in den Medien suche sie nicht, denn sie sind dort kümmerlich depraviert.

Oft überfallen uns Übel, Leid und Schmerz in Form von Gefühlen. Wir akzeptieren sie, belichten sie, harren eine Weile bei ihnen aus und reflektieren den Dialog mit ihnen. Sie erweisen sich manchmal als sehr fruchtbar.

Von manchen Gefühlen, die wir uns bewusst machen und in der Reflexion belichten, gewinnen wir den Eindruck, dass sie uns näher sind und integrative Bausteine unseres Selbst werden. Von manchen fühlen wir uns manipuliert, von uns entfremdet und von anderen benützt.

Lerne beizeiten, dir Gefühle für dich selbst anzueignen und umzuformen! Bedenke sie, besinne sie, bedeute sie! Sei behutsam und skeptisch ihnen gegenüber, weil sie dich meist entfremden und kolonialisieren wollen.

Ich versuche, Gefühle, die ich habe, die über mich kamen, nach und nach dahin zu unterscheiden, ob sie mir gut tun oder mir schaden. Manche Gefühle sind mehr meine eigenen als andere. Manche entfremden mich, manche führen mich zu mir selbst. Die Behandlung der so genannten negativen Gefühle als zu vernichtendes Übel, als sinnloses Leid, das zu verwerfen ist, zieht ein steriles, dumm-dreistes so genanntes positives Gefühl nach sich.

Es gilbt Gefühle zum Kosen, zum zarten Umgang. Ich fühle mich selbst und suche mich in meinen Gefühlen. Gefühle sind zum liebenden Verweilen da und für noch viel mehr.

Kommt Gefühle allesamt, zerreißt, beseligt mich, verführt und lenkt, treibt in die Irre, sucht Sinn, bringt Schrecken, lacht in Einsamkeit! Weit ist die Liebe und weit die Hoffnung.

Die Gewichtung der Welt geschieht durch die Fähigkeit, sich mit ihr zu verbinden und die Wichtigkeit zu bestimmen. Ich bin der Erde verbunden, doch nichts ist mir gleich und gleichgültig. Ich bestimme Bedeutsamkeit mit Gefühl mythisch, poetisch und erotisch.

GEFÜHLE GLÜCKEN UND STABILISIEREN SICH ZUM AUSDRUCK UND IN DER REFLEXION

Belichtete Gefühle, fleischgewordene Gefühle sind hilfreich und fruchtbar.

Im Fühlen liegt das Glück, im Denken das Licht, im Wollen die Himmelhölle, im Tun der Friede, in allem die Liebe.

Mein Herz verdunkelt sich unruhig in Gefühlen. Mein Herz erhellt sich mit kämpfenden Gefühlen. Ich ringe um Licht in allen Gefühlen.

Beseelen, begeistern, beglaubigen, erhoffen, erleben, ermutigen muss ich meine innere Welt und Stücke der äußeren Welt, der Motivationen der Selbstbehauptung, Begeisterung und Bewunderung. Bitte und Dank sind Derivate und Reste mythisch-magischer Existenz im Alltag.

Der Mensch bringt immer neue Sinnfülle ins Dasein. Die Welt wartet mit Sehnsucht, dass ihr Sinn und Erfüllung gebracht werde. Nicht Beherrschung der Natur, nicht Ordnung und Recht bringen die Fülle des Lebens, sondern der Zauber der Liebe.

Die Einübung in Gefühle und ihren Ausdruck ist eine Einübung in Unsicherheit, Ungewissheit, Ambivalenz, Hinundhergerissenheit und weniger in Klarheit, Wahrheit, Sicherheit und Selbstbehauptung.

Schütze deine intensiv-tiefen Gefühle, den mythisch-poetischen Ausdruck durch Verstand, Strategie und Technik des Verhaltens!

Im Tun und im Schauen erleben wir mit Gefühl den Widerstand gegen Gleichgültigkeit, Gefühllosigkeit, Trägheit, Lethargie, Resignation und Sich-Ergeben. Ängste treiben uns da hinein und - wenn wir Glück haben - wieder heraus.

AUSEINANDERBRECHEN VON GEFÜHLS- UND DENKWELT

Wir brauchen heute neue Gefühle der Weite für die globale und kosmische Welt im Auseinanderbrechen von Fühlen und Denken. Gefühle erfassen noch nicht den Fernraum des Denkens. Das Denken erfasst den Nahraum der Sinne und Gefühle nur ungenügend.

Am losgelösten Nur-Gefühl, am Nur-Verstand und Nur-Willen stirbt der Mensch, leicht.

Gefühle reichen nicht weit genug in globale Systeme, in Medien- und Informationswelt und in die Bilderflut hinein. Eine neue Gefühls-Semantik wird nötig.

Was wir brauchen, ist eine neue Gefühlssemantik und neues Denken. Der ausgedehnte Raum-Zeit-Informations- und Globalisierungshorizont verlangt die Kooperation neuen Deutens durch Fühlen und neues Denken.

Neue Gefühle und neue Bedeutungsformen sind reflexive Prozesse des Bewusstseins. Sie verbinden unser Selbst mit Fremde und Ferne, mit Künftigem, Imaginiertem und Virtuellem, mit Spiel und ganzem System.

Von nun an bringen uns Bewusstseinsereignisse weiter, in denen Fühlen und Denken sich in Intuition, Imagination, Kreativität, Suchverhalten und Spiel vereinen. Das sind neue Überlebensversuche in dieser Welt.

Der Mensch im Individuationsprozess muss Kräfte der Teilhabe und Distanzierung gegenüber Lebenswelt und Fernwelt mobilisieren.

Es ist normal, dass wir im 20. und 21. Jahrhundert Gefühle haben und mit ihnen leben, mit guten oder gefährlichen, schönen Poesien und bösen Fanatismen. Schrecken und Seligkeit sind Pole der mythisch-magischen Existenz heute.

GEFÜHLE WERDEN STABIL, VERANKERT, DAUERHAFT UND VERSTÄNDLICH FÜR MICH UND ANDERE DURCH IHREN AUSDRUCK

Der magisch-mythische „Restbestand“ des Menschen und seine daraus entspringenden Gefühle werden lebens- und geistwichtig.

Ob ich will oder nicht, ob es mir passt oder nicht oder ob ich es abzuschaffen und abzuwerfen versuche, die mythisch-magischen Schichten bleiben in mir als „Reste“ der Urzeit.

Mythisch-magisches Bewusstsein wird getragen von Antrieben des genetischen Urprogramms, vom nächtlichen Chaos der Träume, von Phantasien der Einbildungskraft, von Antrieben der Bemächtigung und Teilhabe.

Gefühle, Gefühle, Gefühle sind das Organ dafür; Bewusstsein und Sprache fassen sie zur Form.

Auch mythisch-magische, religiös-poetische Gefühle warten heute auf fokussierendes Bewusstsein, auf Beachtung, Reflexion und geistige Aneignung.

Mythen, Sagen, Märchen, Träume und Phantasien sind die im Bewusstsein innegewordenen frühen Bedeutungen. Sowohl das eigene Kindesalter als auch das Kindesalter der Menschheit sind Einübungsstätten, in denen der Mensch Mensch wird.

Magie, Mythos, Ritual, Tabusysteme, Religion und Moral sind Hilfsmittel des Menschen – ähnlich der Verstandesarbeit von Wissenschaft und Technik. Alle damit verbundenen Geschichten, Poesien und Bilder dienen dem Zweck eines besseren Überlebens.

Die gute und schlechte Magie der Medien, die Narrationen der Zeitungen und ihrer Gerüchteküchen sind die heutigen Mythen. Sie sind nicht kraftlos, sondern fordern für uns neue Ansätze und Deutungen.

Magisch-mythisch-poetische Existenz meint heute schlicht intensives Leben. Intensivierte Akte und Prozesse, Begegnungen und Gespräche brauchen guten Raum, gute Zeit, einen guten sozialen Kontext.

Mit Mythos, Magie, Ritual, Poesie und Religion versammelt der Mensch gezielt Energie auf seine Lebensziele und verbündet sich damit gegen die urkalte Gleichgültigkeit der Welten.

Schütze deine Aura und Magie vor Feinden, vor Gleichgültigen und den Besserwissern! Lauf nicht ins offene Messer der Mächtigen und Reichen! Setze dich ab!

Ich lerne fasziniert, ich werde fasziniert und von erschreckenden Gefühlen und Aggressionen überschwemmt. Fasziniert ist der mutige Anfänger und Lerner, fasziniert sind der fanatisierte Kreuzzügler, der Fundamentalist jeder Couleur und der auf Teufel komm heraus Missionierende!

Sinnbilder (Symbole) verankern menschliches Tun und werden aus dem inneren Chaos im Ausdruck einer gattungsgebundenen Art geordnet. Sinnbilder lassen uns eine Deutung wiedererkennen, und wir ordnen Gefühle und Erkenntnisse darum herum.

Wir brauchen eine neue Gefühlskultur. Die archaische Gefühlskultur lässt uns nicht leben. Neue Mythen in altem Gewand, alte Magie in neuem Gewand. Nur Liebe und Reflexion führen uns weiter.

ÖFFENTLICHKEIT, WERBUNG, POLITIK, MEDIEN, GLOBALITÄT UND MORAL - UND UNSERE KLEINEN, NAHEN, ERBÄRMLICHEN GEFÜHLE

Die Aufklärung aller Zeitalter richtet sich nicht gegen Gefühle, Phantasien, Bilder, Künste und Poesien, sie richtet sich gegen Diktatur, Dogmatik, Tabu und Vorschriften. Manchmal wendet sie sich vereinfachend gegen Mythos, Religion und Poesie.

Aufrufe und „Du sollst“-Sätze, Werbetexte und -bilder, Propaganda, politische Besserwissereien und selbstsichere Behauptungen sind entweder Vortäuschung von (echten) Gefühlen oder Enthauptungen kleiner, gerade erst geborener Gefühle.

Für unser grandioses instrumentelles und technologisches Denken, für Wissenschaft und Medien und die Simulation virtueller Welten brauchen wir neue kraftvolle Gefühle. Wir brauchen sie für unsere technische Umwelt und für das System der Fernwelt.

Das nachhinkende Bewusstsein, das nicht gegenwärtig ist, auch wenn es alle aktuellen Infos bekommt, ist global geworden: „Jeder von uns ist heute von gestern.“

Individuation, Selbst- und Fremdbegegnung verlangen Gegenwärtigkeit des vereinten Denkfühlens und Reflexionsdeutens.

Entscheidung und Handeln werden heute oft von Gefühl und Verstand im Stich gelassen. Das Handeln braucht Werte, Tabus und Ziele. Diese entstehen nur in Kooperation von Fühlen, Denken, Verstehen und Phantasie. Plakative Ausdrücke von Nicht-Gefühlen sind Deklamationen - fest und sicher -von Ungefühlen: eine Behauptung von Gefühl als Enthauptung.

Wir schauen „Katastrophen“ in den Medien wie Bänkelsängerlieder, wie die Ausrufe im Dorf, wie die magischen Mythen aus grausamer Vorwelt der Anfänge.

Gefühle, d. h. ihr Ausdruck, werden in Öffentlichkeiten verschiedener Art inszeniert mit dem Zwecke einer manipulativen Evokation von brauchba-

ren Gefühlen. Brauchbare Gefühle sind solche, die Handlungen zum Vorteil der Mächtigen, Reichen und Lenkenden hervorbringen.

Gefühle werden vorteilhaft manipuliert in Kirchen und Sekten, in Politik und für Wahlen, in Öffentlichkeit und Medien, Konsum, Freizeit und in Arbeitsräumen, in Familien und Gruppen, bei uns selber, also sozusagen überall, wo es Menschen gibt.

Schlucke weder Tabletten, Alkohol und Drogen noch nimm lehrende Bücher, dogmatische Texte gegen deine schmerzenden sogenannten negativen Gefühle. Akzeptiere sie geduldig! Sie haben ihren Nutzen, du musst ihn nur entdecken!

Engagement kann den Gefühlen folgen und aus ihnen erwachsen. Die Deklamation des Engagements darf und kann nicht an die Stelle der Gefühle treten. Bei den Gefühlen zu verweilen, sie zu prüfen, zu bedenken führt erst zu Entscheidungen.

Nimm um Gottes willen die Politik und die Medien nicht ernst! Du bist wichtig! Spiele unterhaltsam, schlag zurück! Nimm dich ernst!

Verantwortung kommt immer erst nach der Liebe, wenn sie jedoch wichtiger wird, vergeht dir die Liebe und jede Lust. Hab' keine Ideale, tue spontan Gutes und bringe Freude!

Redaktion: Beatrix Classen