

Till Bastian
Es muss doch mehr als alles geben!

verstehen lernen

Till Bastian

Es muss doch mehr als alles geben!

**Ein Plädoyer für seelische Vielfalt
und kreative Lebensgestaltung**

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2018 Psychosozial-Verlag, Gießen

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Wassily Kandinsky: *Formes capricieuses*, 1937

Umschlaggestaltung und Innenlayout

nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-2805-1 (Print)

ISBN 978-3-8379-7410-2 (E-Book-PDF)

Inhalt

Vorbemerkungen	9
Einführung	
Mehr als alles, was der Fall ist ...	15

Erster Teil: Theoretische Grundlagen

Erstes Kapitel	
»Mich wundert, dass ich fröhlich bin«	29
Zweites Kapitel	
Inneres Auge und äußere Bilder	41
Drittes Kapitel	
Die Abenteuer im Kopf	59
Viertes Kapitel	
»Schläft ein Lied in allen Dingen«	73
Fünftes Kapitel	
Sehnsucht und Wehmut	87
Sechstes Kapitel	
In fremden Seelenwelten	95

Siebtens Kapitel	
Melancholie, oder: Die Kinder des Saturns ...	109

Ein Zwischenfazit	121
--------------------------	-----

Zweiter Teil: Praktische Möglichkeiten

Achtes Kapitel	
Die Kunst der Pause	125

Neuntes Kapitel	
Wanderschaft und Reise	143

Zehntes Kapitel	
Spiel und Kreativität	157

Elftes Kapitel	
Seelische Mehrfelderwirtschaft	171

Zwölftes Kapitel	
Das eigene Leben leben ...	183

Nachwort	
Gibt es ein Leben vor dem Tod?	201

Literatur	205
------------------	-----

»Für sie gab es zwei Welten – eine innen und eine außen. Schule und Familie und alles, was so täglich passierte, gehörten in die Welt draußen [...] Fremde Länder, ihre Pläne und die Musik waren in der inneren Welt. Auch die Lieder, die sie im Kopf hatte, gehörten dorthin. Und die Sinfonie. Wenn sie allein in der inneren Welt war, kam die Musik, die sie in der Nacht nach der Party gehört hatte, zu ihr zurück. Die Sinfonie blühte langsam wie eine große Blume in ihr auf. Manchmal fiel ihr plötzlich mitten am Tag oder morgens beim Aufstehen ein weiteres Stück der Sinfonie ein. Dann musste sie in die innere Welt hineingehen, musste lange lauschen und versuchen, das Neue mit den Teilen zusammenzufügen, die schon da waren. Die innere Welt war etwas ganz Privates. Sie konnte im Haus unter lauter Menschen sein und sich doch so fühlen, als sei sie ganz allein ...«

*Carson McCullers, Das Herz ist ein einsamer Jäger
(2011 [1940], S. 262)*

Vorbemerkungen

Erstens: Zum Ziel dieses Buches ...

Dieses Buch zieht in gewissem Sinne eine Summe aus meinen vielfältigen Erlebnissen in der Friedens- und Ökologiebewegung, aber auch aus meinen Erfahrungen als Arzt und Psychotherapeut. Denn was ich hier niedergeschrieben habe, gibt – recht pointiert, aber damit hoffentlich treffend gesagt – meiner tiefen Überzeugung Ausdruck, dass *jede* Form der *Monokultur* von Übel ist, ob nun in der Landwirtschaft oder im Seelenleben. Wir sollten immer und überall Mehrfelderwirtschaft betreiben! Und ganz im Sinne dieser Aufforderung möchte ich meine Leserinnen und Leser auf neue Felder, ja sogar in neue Welten locken, die ihnen bisher vielleicht als fremd oder gar als abwegig erschienen sind – und ich möchte ihnen darüber hinaus auch alltagstaugliche Hinweise dafür geben, wie sie auf Dauer zu Bewohnern von etlichen dieser neuen Welten werden können und wie sie sich dadurch einen erheblichen Zugewinn an Lebensqualität und Lebensfreude zu erschließen vermögen. Dazu gehört auch die Anregung, Musik zu hören (zum Beispiel von Beethoven), Gedichte zu lesen (zum Beispiel von Rilke) und Gemälde auf sich wirken zu lassen (zum Beispiel von Tintoretto) – möge die uns durch den großartigen Kosmos

der Kultur überlieferte Vielfalt dann eine neue Vielfalt in unserem Inneren, in unserem Seelenleben wecken.

Zweitens: ... zu seinem theoretischen Fundament

Auch eine kurze Vorbemerkung zu den theoretischen Grundlagen dieser Erörterung kann vermutlich nicht schaden – freilich können alle, die an so viel Theorie nicht sonderlich interessiert sind, die nächsten Seiten ohne Schaden überschlagen – das Verständnis des Buches wird dadurch nicht weiter erschwert!

Als ich diesen Text etwa zur Hälfte niedergeschrieben hatte, übergab ich die ersten fünf Kapitel einer guten Bekannten, deren scharfen Verstand ich ebenso bewundere, wie ich ihre stets sehr hilfreichen kritischen Anmerkungen zu schätzen weiß.

»Das ist wirklich ein sehr, sehr spannendes Thema«, so etwa lautete ihr erster Kommentar, »bitte bleiben Sie am Ball und schreiben Sie weiter! Woran es diesem Text allerdings noch mangelt, ist ein theoretischer Rahmen, ist ein begriffliches Fundament, auf dem die Fülle möglicher anderer Welten überhaupt erst erkennbar wird und dann deutlich unterschieden werden kann.«

Gerade weil ich sofort die Berechtigung dieses klarsichtigen Einwandes anerkannte, geriet ich durch ihn in eine nicht geringe Verlegenheit. Denn so sehr mir die Notwendigkeit eines festen begrifflichen und theoretischen Fundamentes auch einleuchtete – aus welchen Bauteilen sollte es zusammengefügt werden?

Nach einer langen Periode des Suchens und Überdenkens glaube ich heute, alles Notwendige in der philosophischen Anthropologie Helmuth Plessners (1892–1985) gefunden

zu haben – eines ungewöhnlich originellen Denkers (auf dessen Bedeutung mich in ganz anderen Zusammenhängen schon etliche Jahre zuvor auch Jan Philipp Reemtsma hingewiesen hatte). Der gegen Ende des 19. Jahrhunderts in Wiesbaden geborene und von den Nationalsozialisten aus Deutschland vertriebene Philosoph und Zoologe hat 1928 sein zunächst wenig beachtetes Hauptwerk über »Die Stufen des Organischen« vorgelegt, das erst erheblich später, insbesondere nach dem Erscheinen der zehnbändigen *Gesammelten Schriften* ab 1981 zu einem »Klassiker« der Wissenschaft vom Menschen geworden ist und am Anfang des 20. Jahrhunderts noch eine Art Renaissance erlebte (so stützt sich zum Beispiel der Philosoph und Psychiater Andreas Heinz in seinem 2014 erschienenen umfanglichen Werk *Der Begriff der psychischen Krankheit* [Heinz, 2014] ganz wesentlich auf die theoretischen Auffassungen Plessners).

Für Plessners Konzeption des »System Mensch« ist wegleitend, dass der Mensch, anders als alle anderen Tiere, innerlich stets auf Distanz zu sich selber gehen, sich quasi »von außen« betrachten und bewerten kann. Bei Plessner heißt das etwas kompliziert die »exzentrische Positionalität« – wie überhaupt die von ihm gewählten sprachlichen Mittel seiner Darstellung durchaus extravagant anmuten und die Lektüre nicht eben einfach geraten lassen. So ist der Mensch sein eigener Leib und die Leiblichkeit bildet das Zentrum seiner Existenz; aber er kann dieses Zentrum in seiner inneren Anschauung auch verlassen, kann sich selber gewissermaßen von außen betrachten und das eigene Selbst wissenschaftlich erforschen: Der Leib, »der ich bin«, wird dann zum Körper, »den ich habe« und der – als ein Objekt meines von einer »Außenposition« aus sich betätigenden Forscherdrangs – einer systematischen Untersuchung unter-

zogen, aber auch manipuliert und verändert werden kann. Diese Fähigkeit des »Außer-sich-sein«-Könnens eröffnet dem Menschen einerseits eine große Fülle von Möglichkeiten, die ihn weit aus dem Tierreich herausheben, kann andererseits aber auch zur schwerwiegenden Belastung werden. Dies beispielsweise, indem sie die menschlichen Ängste angesichts einer ungewissen und prinzipiell offenen Zukunft vervielfacht und intensiviert. Eine andere Gefahr liegt im prinzipiell immer möglichen Rückfall in die »naive Direktheit« (Plessner) des wahnhaften Erlebens: Die psychotische Störung »der Wahrnehmung und der bedeutsamen Erfassung von Umweltereignissen besitzt also als wesentlichen Aspekt eine Beeinträchtigung der Fähigkeit, die Standpunkte anderer Menschen im Sinne der exzentrischen Positionalität einzunehmen« (Heinz, 2014, S. 128).

Plessner selber hat seine eigene Konzeption humorvoll auch als »kategorischen Konjunktiv« bezeichnet. Alle, die mehr darüber wissen wollen, mögen ihn im Original lesen – es lohnt sich (auch, wenn das, zugegebenermaßen, nicht so ganz einfach ist).¹

1 Unter den Klassikern der philosophischen Anthropologie sei – so schreibt der Innsbrucker Wissenschaftler Bernhard Rathmayr in seinem überaus lesenswerten Buch *Die Frage nach dem Menschen* (2013) – die Konzeption Plessners »gewiss die radikalste und zugleich die subtilste. So sehr er den Menschen als in sich widersprüchliche, unfertige, im Nichts verlorene Existenz bestimmt, so sehr versteht er gerade diese Ausgesetztheit im Nichts als die Chance der Menschen, aus ihrem Leben etwas zu machen. Er verweigert sich damit dem Anspruch, ein abgerundetes und in sich ruhendes Menschenverständnis zu präsentieren, vielmehr lässt er nicht nur Fragen offen, sondern versteht die Offenheit dieser Fragen als das Eigentliche des Menschen. [...] Deshalb bleibt der exzentrische Mensch eine Unruhe, ein Inzwischen, dessen Grenzen nur an seinem Ende gewiss sind. Wenn, so lautet die Quintessenz der Anthropologie Helmut Plessners, die letzten Fragen nach dem Wesen des Menschen

Für die Belange des vorliegenden Buches ist es ausreichend, wenn wir an dieser Stelle festhalten:

Die hier skizzierte Fähigkeit des Menschen, anders als jedes Tier die eigene Innenwelt, also Leib und Seele, quasi auch von außen zu betrachten und zu erforschen, ist nicht nur die Voraussetzung für die Entstehung einer vollkommen neuen Lebenssphäre, der Welt des Geistes, der Kunst und Kultur – der »Mitwelt«, in der Mensch und Mitmensch einander begegnen. Diese einzigartige Fähigkeit ist auch die Basis für den Entwurf neu ersonnener und gestalteter virtueller Welten – der Heimstätten des bloß Möglichen, die freilich durch ihren ganz besonderen Zauber einem neuen Verständnis der Wirklichkeit den Weg bahnen und ihre unübersehbaren Härten besser ertragen lassen.

Genau das ist das Thema des vorliegenden Buches. Ich wünsche ihm Leserinnen und Leser, die sich von meinen Gedanken »anstecken« und ergreifen, aber auch zum eigenständigen Weiterdenken verlocken lassen.

*Till Bastian
im Winter 2017/18*

nicht beantwortet werden können, dann muss, will die Philosophie sich ausschließlich der Mittel Menschen möglicher Erkenntnisweisen bedienen, die Unbeantwortbarkeit dieser Fragen zu seinem Wesen gehören« (Rathmayr, 2013, S. 67).

Einführung

Mehr als alles, was der Fall ist ...

Es gibt eine geheimnisvolle Dimension unseres Lebens, die in der Hektik des allzu geschäftigen Alltags viel zu wenig Beachtung findet. Wir könnten sie – jedenfalls versuchsweise – Das »ANDERE« nennen.

Dieses »ANDERE« möchte ich, und zwar als eine Einführung in den sich anschließenden Text, zunächst einmal grob umreißen, um einen ersten Kontakt mit ihm herzustellen. In den folgenden sechs Kapiteln des ersten Teils werden dann seine verschiedenen Facetten genauer und gründlicher beleuchtet; das Hauptaugenmerk liegt dabei auf der theoretischen Erfassung. Die vier Kapitel des zweiten Teils hingegen sollen den Leserinnen und Lesern alltagstaugliche Hinweise dafür geben, durch die praktische Bekanntschaft mit, durch die »Einhausung« in solche verschiedenartige Welten das eigene Leben zu bereichern und besser zu bewältigen – denn »der Beweis des Puddings ist das Essen«, wie Friedrich Engels (1820–1895) so gerne zu sagen pflegte.

Wenn wir uns jener Frage widmen, die im Zentrum der folgenden Betrachtungen stehen soll – nämlich der Frage, ob

wir Menschen nicht Bewohner mehrerer, voneinander sehr verschiedener Seelen-Welten sind, ja dies vielleicht sogar sein müssen, wenn wir seelisch gesund bleiben wollen und wenn unser Leben gelingen soll –, dann hängt für jeden Versuch einer Antwort augenscheinlich viel davon ab, was man unter diesem Begriff überhaupt verstehen mag: unter »der Welt« oder, etwas unbestimmter, unter »einer Welt«.

Hören wir dazu zunächst den wortgewaltigen Philosophen Ludwig Wittgenstein (1889–1951), der nach allem, was wir über ihn wissen, kein sonderlich glücklicher Mensch gewesen ist. Wittgenstein hat als junger Weltkriegs-Freiwilliger in seiner Zeit bei der österreichisch-ungarischen Armee die berühmte *Logisch-philosophische Abhandlung (Tractatus logico-philosophicus)* verfasst, die mit einem Satz von wahrhaft lakonischer Kürze beginnt: »Die Welt ist alles, was der Fall ist« (Wittgenstein, 2003 [1922], S. 9).

Dieses »alles« wiederum, aus dem die Welt besteht, also eben all das, »was der Fall ist«, nennt Wittgenstein dann, wenn er es quasi vereinzelt betrachtet, eine »Tatsache«, einen »Sachverhalt«.

Mir erscheint es jedoch, als bedürfe dieses Wittgenstein'sche Axiom dringend einer Ergänzung, denn *es gibt mehr als alles, was der Fall ist*. Zur Welt gehört in meinen Augen nämlich auch all das, *was jemals der Fall hätte sein können* – also auch das, was möglich ist oder was jedenfalls irgendwann möglich war – und dies trifft sogar dann zu, wenn jenes »bloß Mögliche« bis dato noch niemals und noch nirgends verwirklicht worden, also im Status einer reinen Möglichkeit »hängen geblieben« ist.

Wenn eine derartige »reine Möglichkeit« irgendwann aber doch verwirklicht, »realisiert« wird, so wirkt dieses Geschehen auf uns oft wie ein schieres Spiel des Zufalls. Aber auch das, was wir im Alltag ein »Zufallsergebnis«

nennen, ist immer das Produkt einer Entwicklung (eben jener »Verwirklichung«), nämlich einer Auslese aus einer Fülle von *nicht* zufällig verteilten Wahrscheinlichkeiten. Mit den Worten eines Naturwissenschaftlers und leider viel zu früh verstorbenen Freundes, des Münchner Astrophysikers Peter Kafka (1933–2000):

Die Auswahl des tatsächlich Realisierten aus der Fülle des bloß Möglichen findet

»stets im Rahmen einer Wahrscheinlichkeits-verteilung statt. Das heißt: Der Zufall entscheidet zwar zwischen verschiedenen Möglichkeiten, doch sind diese im Allgemeinen nicht gleich wahrscheinlich! Die Wahrscheinlichkeiten sind vielmehr durch die Wirkungen der gesamten bisher verwirklichten Welt wie auch durch die unverwirklichten Strukturen aller erreichbaren Möglichkeiten bestimmt. Was geschehen wird, hängt also mehr oder weniger von allem bisher Geschehenen und von allem jemals Möglichen ab! Normalerweise sind fast alle diese Abhängigkeiten so unendlich gering, dass man sie bis auf ganz wenige, weit überwiegende >Einflüsse< vernünftigerweise außer acht lässt. Aber im Prinzip gilt doch: Alles hängt mit allem zusammen« (Kafka, 1994, S. 84).

Ist Ihnen beim Lesen dieser Sätze ein wenig schwindelig geworden? Gut so – denn genau das war auch beabsichtigt! Der Zusammenhang zwischen Wirklichkeit und Möglichkeit, über den wir im Alltag leider viel zu selten nachdenken, ist bei näherem Hinsehen in der Tat oft schwindelerregend. Aber er ist zugleich auch eine wichtige Quelle für Freude und Leid, für unser gefühlsbestimmtes seelisches Befinden. Anders ausgedrückt: Er kann uns schwindlig werden lassen, aber er kann uns zugleich inneren Halt verschaffen! Und

eben das ist auch der Grund, weshalb ich ihn, den Zusammenhang von Wirklichem und Möglichem samt einigen sich aus ihm ergebenden weiterführenden Fragen, in diesem Buch genauer untersuchen will.

Jenen bereits anhand des Textes des Physikers Peter Kafka mit knappen Worten umrissenen Zusammenhängen zwischen den Möglichkeiten und ihrer Verwirklichung nachzuforschen, ist zunächst einmal Sache der Wissenschaften und insbesondere der Naturwissenschaft. Es ist aber auch ein Anliegen anderer, recht vielfältiger menschlicher Bemühungen! Denn bei allem berechtigten Staunen darüber, wie weit sie auf ihrem Weg schon fortgeschritten ist – die Reichweite der Wissenschaft bleibt begrenzt. Jenseits ihres Wirkungsfeldes kann sich immer noch jener *Möglichkeitssinn* betätigen, über den der Dichter Robert Musil (1880–1942) in seinem Haupt- und Spätwerk *Der Mann ohne Eigenschaften* intensiv nachgedacht hat – wir werden uns damit noch ausführlich zu befassen haben (insbesondere im dritten Kapitel). Vielleicht ist dieser Möglichkeitssinn bei der Betrachtung der Menschheitsgeschichte ganz besonders gefragt – und vielleicht ist er erst recht gefordert, wenn es dem Menschen im Sinne des delphischen »Erkenne dich selbst!« um die Erfassung seiner eigenen Möglichkeiten, um die Ausforschung des Menschenmöglichen geht.

Deshalb solle niemand sagen, dieser Möglichkeitssinn – das zu großen Teilen intuitive Erfassen des Möglichen und des Un-Möglichen – spiele in der Psychologie und Psychopathologie des menschlichen Alltagslebens keine Rolle. Das genaue Gegenteil ist der Fall! Gerade das nicht, noch nicht und vielleicht niemals Verwirklichte, also eben das Mögliche, ist eine mächtige Ursache für menschliche Freuden und Leiden, für die Windungen und Wendungen unseres Lebens – und das vermutlich sogar in humanspezifischer Weise.