



Platons Gleichnis des Wahrnehmens

Was ist Bewusstsein?

Klärende Unterscheidungen erhellen einen Begriff

CLAUDIO WEISS

Im Alltag benutzen wir es reichlich unbewusst: das Wort Bewusstsein. Trotzdem herrscht Einigkeit darüber, dass so etwas wie Bewusstsein tatsächlich existiert. Oder etwa nicht? Ist Bewusstsein „real“?

Geist oder Gehirn?

Die modernen Neuro-Wissenschaften haben das Gehirn gründlicher durchleuchtet als es jemals zuvor möglich war. Sie können nachvollziehbar machen, wie das Gehirn Bewusstsein produziert, was nach Meinung des Neurologen Antonio Damasio über den Weg der Gefühle geschieht. Kann das Gehirn Bewusstsein erklären oder es gar leugnen? Der zeitgenössische Philosoph und Bewusstseinsforscher Ken Wilber warnt vor einem „materialistischen Reduktionismus“, der dem Bewusstsein eine eigenständige Wirklichkeit aberkennt und die ganze Existenz nur auf Materie reduziert. Ebenso wendet er sich gegen einen „spiritualistischen Reduktionismus“, der die Rolle des Gehirns für das Zustandekommen von Bewusstsein ignoriert. Ein funktionierendes Gehirn ist unsere Hardware, die für Bewusstsein ebenso unverzichtbar ist wie die gestimmten Musikinstrumente eines Orchesters, um eine Beethoven-Sinfonie zum Erklingen zu bringen. Man kann die Analogie sogar noch weiter führen: Beethoven hätte seine Sinfonie gar nicht komponieren können, hätten ihm nicht die europäischen Musikinstrumente des frühen 19. Jahrhunderts zur Verfügung gestanden. Niemand käme auf die Idee, es seien die Musikinstrumente, die Beethovens Sinfonie aufführen. Vielmehr tun die Musiker dies *mit* ihren Instrumenten. Nicht das Gehirn denkt, sondern wir denken *mit* dem Gehirn.

Bewusstes und Unbewusstes - Inhalte und Zustände

Seit der Entdeckung des Unbewussten durch Sigmund Freud ist es in der Psychologie verbreitet, Bewusstsein nur als die Spitze eines Eisbergs zu betrachten. Der weitaus größere Teil unsere Psyche ist, zumindest uns selber, unbewusst, sei es im Sinne von unterschwellig, abgewehrt oder schlicht vergessen. Unser bewusstes Erleben gleicht einer Bühne mit beschränktem Platzangebot. Das wirklich Entscheidende findet hinter den Kulissen im Unterbewusstsein statt. Hier ist der Ort unserer wahren Motive, Ängste und Sehnsüchte, aber auch unserer Intuitionen, schöpferischen Ideen und Problemlösungen. Gemeinsam haben Bewusstes und Unbewusstes, dass es sich dabei um Bewusstseins-Inhalte handelt. Diese sind aber nicht zu verwechseln mit Bewusstseins-Zuständen. Erinnerungen, Wahrnehmungen, Gedanken sind Bewusstseinsinhalte. Tiefschlaf, Träumen, Wachen, veränderte Wachzustände oder tiefe Meditation (Samadhi) sind Bewusstseinszustände. Man kann einem Hund (Bewusstseinsinhalt) im Wach- oder auch im Traumzustand begegnen. In der Psychoanalyse hat der Traumzustand besonderen Stellenwert, weil er Inhalte des Unbewussten preisgibt, die dem Wachzustand meistens verborgen bleiben. Die westliche Psychologie und Philosophie hat sich hauptsächlich mit Bewusstseinsinhalten – Weltbildern, Werthaltungen, Denkmustern – befasst, während die Bewusstseinsforschung Asiens von Anbeginn primär Bewusstseinszustände im Auge hatte. Bewusstseinsinhalte, so der erkenntnistheoretische Grundsatz der vedischen Philosophie des alten Indien, sind bedingt durch Bewusstseinszustände. Unser Bewusstseinszustand bestimmt, welche Inhalte wir wahrnehmen und erkennen können.

Nichts anderes erzählt auch das berühmte Höhlengleichnis

von Platon im antiken Athen, dessen sinnreiche Symbolik sich erst vor dem Hintergrund dieser fundamentalen Unterscheidung erschließt: In einer unterirdischen Höhle leben Menschen, die von Kindheit an so gefesselt sind, dass sie weder Kopf noch Körper bewegen können. Licht erhalten sie durch ein Feuer, das hinter ihnen brennt. Zwischen dem Feuer und ihren Rücken werden allerlei Gegenstände vorbei getragen, die Schatten an die Wand werfen. Wenn die Träger der Gegenstände sprechen, hallt es von der Wand so zurück, als ob die Schatten selber sprächen.

Was würde nun geschehen, wenn man einen Gefesselten losbindet und dem brennenden Feuer zuwenden würde? Das grelle Licht würde seine Augen schmerzlich blenden. Die vorbeiziehenden, im Unterschied zum bloßen Schattenspiel ihm als „wirklich“ vorgestellten Gegenstände würden ihn ziemlich verwirren. Würde man ihn gar aus der Höhle heraus nach oben ans Tageslicht zerrren und dem gleißenden Sonnenlicht aussetzen, wäre er zunächst so geblendet, dass er gar nichts sehen könnte. Erst nach einer Weile und ganz allmählich könnte er die oberirdische Welt, wiederum zuerst von Menschen und Gegenständen geworfene Schatten, dann Spiegelbilder im Wasser und schließlich die Dinge selbst erkennen.

Licht, sei es vom Feuer oder von der Sonne, ist eine Metapher für Wachheit. Unterschiedliche Grade von Wachheit machen unterschiedliche Bewusstseinszustände aus. Zunehmende Wachheit bedeutet eine Entwicklung höherer Bewusstseinszustände, von Platon als Aufstieg der Seele bezeichnet. Die höheren Bewusstseinszustände machen ihrerseits die Erkenntnis höherer Bewusstseinsinhalte, bei Platon: Ideen, möglich. Allerdings spielen dabei Adaptations- und Gewöhnungsprozesse und damit der Faktor Zeit eine Rolle. Platon veranschaulicht auch den Unterschied zwischen nur vorübergehenden bzw. dauerhaft gewordenen Bewusstseinszuständen. Zunehmende Wachheit – auch dies illustriert das Höhlengleichnis – bedeutet zunehmende Freiheit und Ausweitung des Wahrnehmungsfeldes. Die vedische Wissenschaft vom Bewusstsein lehrt ebenso wie Platon, dass subtilste Wahrnehmungen und höchste Erkenntnisse sich erst einstellen, wenn eine entsprechende Wachheit, also ein höherer Bewusstseinszustand etabliert ist. Eine Schlüsselfunktion

hat dabei die wiederholte Erfahrung von reinem Bewusstsein (Samadhi), der Kombination von hellster Wachheit mit tiefster Stille, gleichsam Bewusstsein an sich, das durch eine geeignete Meditationsmethode, z. B. transzendente Meditation, systematisch herbeigeführt werden kann.

Bewusstsein: menschlich oder göttlich?

Die Erfahrung von reinem Bewusstsein legt die Frage nahe: Gibt es ein von menschlicher Erfahrung unabhängiges „Bewusstsein an sich“? Ist Bewusstsein nur der krönende Abschluss der Evolution auf dem Planeten Erde oder gar der Urgrund des gesamten Universums? „Wär' nicht das Auge sonnenhaft, die Sonne könnt' es nie erblicken. Läg' nicht in uns des Gottes eigene Kraft, wie könnt' uns Göttliches entzücken?“ dichtete Goethe. Ist Bewusstsein der göttliche Funke in uns? Gibt es eine unbegrenzte Ur-Wachheit, eine Lichtquelle, vergleichbar der Sonne in Platons Höhlengleichnis, deren blasser Abkömmling ein eingeschränktes, „unerleuchtetes“ Erkenntnisvermögen - der Feuerschein in Platons Höhle - ist? So jedenfalls sehen es die Weisheitstraditionen der Menschheit und so beschreiben es einige zeitgenössische Physiker wie Amit Goswami in seinem Werk *Das bewusste Universum* oder John Hagelin, der das vereinheitlichte Feld aller Naturkräfte mit Bewusstsein an sich gleichgesetzt hat. Reines Bewusstsein, der Zustand tiefer Meditation, ist dann als menschliche Erfahrung von „Bewusstsein an sich“ zu verstehen. Höhere Bewusstseinszustände wären ein fortschreitendes, individuelles Gewahrwerden von universellem Bewusstsein. Dann kann Evolution als ein allmähliches Wachwerden von Bewusstsein in der Materie verstanden werden. Ein indisches Sprichwort sagt: „Gott schläft im Stein, atmet in der Pflanze, träumt im Tier und erwacht im Menschen“.

Bei diesem Erwachen spielten Künstler stets eine Vorreiterrolle. Mit ihrer Kunst wurden sie zu Bewusstseinsvermittlern für ihre Zeitgenossen und für Generationen nach ihnen. Bewusstsein ist letztlich, wie das Wort selbst zum Ausdruck bringt: bewusstes Sein. Es ist unser göttliches Erbe, das uns zu Menschen macht, und es ist unser kostbarstes Vermögen, weil es alle anderen Vermögen, geistige wie materielle, erst ermöglicht.

INFO

Dr. Claudio Weiss, awareness management, Männedorf bei Zürich, berät Unternehmer, Führungs- und Fachkräfte. Er ist Senior Associate Consultant bei Egger, Philips + Partner AG in Zürich für „Offenes Verhandeln nach dem Harvard-Konzept®“, Seminarleiter am Malik Management Zentrum St. Gallen, Autor des Buches *Das Delphi Prinzip* sowie Mitbegründer und Seminarleiter der Vermögensakademie München.

www.awareman.ch