



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Arbeit

Dualität - Nondualität

Konzeptuelles und nichtkonzeptuelles Erkennen
in Psychologie und buddhistischer Praxis

Verfasser

David Marek

Angestrebter akademischer Grad
Magister der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, im Oktober 2008

Studienkennzahl: 298
Studienrichtung: Psychologie
Betreuer: Univ.-Prof. Dr. Th. Slunecko

Inhaltsverzeichnis

Danksagung und Widmung.....	5
Vorbemerkung	8
1. Einleitung.....	9
1.1 Zu Thema und Titel der Arbeit	9
1.2 Entstehung des Themas	14
1.3 Fragestellung und Vorgehensweise.....	18
2. Erkenntnis und Psychologie	23
2.1 Einleitung	26
2.2 Eigenart des psychologischen Gegenstandes	26
2.3 Erkenntnis - eine lange Vergangenheit.....	30
2.3.1 Ahnen und Hebammen	30
2.3.2 Er-Findung des Subjekts	36
Logik.....	36
Erfahrung.....	38
Dualismus.....	40
2.3.3 Konstruktivistische Wende	42
Immanuel Kant	42
An der Schwelle der Erkenntnis.....	46
Kants Wissenschaftskonzeption	52
Die pragmatische Anthropologie.....	55
2.4 Geburt der Psychologie.....	60
2.4.1 ...aus der Krise der Philosophie	60
2.4.2 Forschungstrias.....	62
2.4.3 Wilhelm Wundt	65
2.5 Strukturen konzeptuellen Erkennens	68
2.5.1 Wissenschaft und Lebenswelt.....	70
2.5.2 Konzept und Sein	70
2.5.3 Theorie und Praxis	75
2.5.4 Wahrheit und Dogma	79
2.6 Zusammenfassung und Ausblick	83

3. Erkenntnis und Buddhismus	87
3.1 Einleitung: Fragen an den Buddha	88
3.2 Selbstversuch 1: Vipassana	90
3.2.1 Die Situation in Burma	90
3.2.2 Vipassana nach S.N.Goenka.....	93
Sila - Ethik.....	95
Samadhi - Versenkung.....	96
Panna - Erkenntnis.....	100
Einblicke in einen 10-Tages-Kurs.....	101
3.3. Selbstversuch 2: Dzogchen.....	115
3.3.1 Dzogchen und die Tibetische Kultur	115
3.3.2 Die Vier Kontemplationen der Semde.....	118
3.4 Erkenntnis in buddhistischer Praxis.....	123
3.5 Viele Wege, ein Ziel?.....	128
4. Erkenntnisse im Dialog	134
4.1 Spannungsfelder	135
4.1.1 Psychologie und Religion.....	135
4.1.2 Buddhismus und Konzept.....	137
4.1.3 Interferenzen.....	138
4.2 Begegnungsfelder	139
4.2.1 Kant und der Buddhismus.....	139
4.2.2 Buddhismus, Geschichte und Psychologie	144
4.2.3 Vipassana und Dzogchen	147
4.3 Anwendungsfelder.....	150
4.3.1 Psychohygiene und Coaching	150
4.3.2 Forschung und Ethik	152
4.4 Zusammenfassung	154
5 Resümee und Ausblick	157
Quellen	160
Abstract.....	170
Lebenslauf	172



Danksagung und Widmung

Ich widme diese Arbeit meiner Familie: Meinem Bruder. Er starb, bevor er die Ernte seiner wissenschaftlichen Arbeiten einholen konnte. Ihm widme ich diese Arbeit in aller erster Linie, auf dass sein Geist in meinem weiter leben möge!

Meinen Eltern: Sie formten die Basis dieses Körpers und Geistes. Vielleicht konnten sie erkennen, dass ihre Schöpfung nicht ihr Kind, „sondern ein Kind der Sehnsucht des Lebens nach sich selber“ war.¹ Zwei ihrer Bücher - „Die Polarität der Wahrheit und der Rhythmus des Lebens“ von Walter Hueck und „Die sexuelle Kraft und Yoga“ von Elisabeth Haich² - eines aus der Hand des Vaters, das andere vom Regal der Mutter, haben mich nachhaltig geprägt. So könnte es sein, dass ich - nicht nur, aber auch - als Erbe ihrer Träume auf dieser Erde wandere. Möge diese Widmung ein bescheidener Dank für ihre Geschenke sein!

Mein Dank gilt auch all jenen, die diese Arbeit ermöglicht und unterstützt haben: der Universität Wien für die Räumlichkeiten und Auslandsstipendien, dem Staat Österreich für die institutionellen Rahmenbedingungen und ein Stipendium, das mir ermöglichte, mich dem Thema voll auszuliefern. Meiner Wohnungskollegin, Kathrin, die mich während meiner Klausur als geräuschempfindlichen und ohrenverstöpselten Asketen über Monate viel mehr noch als ertragen - getragen - hat und ihre musikalischen Interessen mir zuliebe stark beschränkte.

Besonderer Dank gilt allen Hebammen - meinen Lehrern. Allen voran meinem Betreuer, Dr. Thomas Slunecko, der mich mit Ideen und klarem Denken inspirierte, förderte und trotz meiner langen Abstinenzen nicht

¹ Khalil Gibran (1923/2006)

² Haich versendet den Begriff „sexuelle Kraft“ interessanterweise für das griechische *logos* wie es im Johannes-Evangelium benutzt wird: „Im Anfang war das Wort“. Für sie steckt in der formgebenden Kraft des Wortes die schöpferische Lebenskraft selbst.

aufgab. Weiters jenen Professoren, deren Anstöße mich am meisten inspirierten: Giselher Guttman, Gerhard Benetka, Arno Böhler, Brigitte Holzinger, Peter Sloterdijk und noch vielen anderen. Und natürlich meinen Wegweisern auf spirituellen Pfaden: S.N. Goenka, Chögyal Namkhai Norbu, Sögyal Rimpoche, Francois Calmes, Lene Handberg, Samarpan Golden, Pyar Troll und vielen weiteren. Wie kaum ein anderer war es Josh, der mir die Augen - doch vor allem mein Herz - öffnete. So ist er derjenige, den man im Tibetischen *zawe-lama* - Wurzel-Lehrer - nennt. Besonders danken möchte ich Veeta Wittemann. Sie verkörpert für mich die Einheit von Psychologie und Spiritualität, Geist und Herz. Nicht unerwähnt soll an dieser Stelle mein Freund Constantin bleiben, der kaum eine Gelegenheit ungenutzt lässt, mich in neue Herausforderungen und „Erleuchtungen“ zu stoßen. So zähle ich auch ihn zu meinen wichtigsten Lehrern - wobei in Tibet „Lehrer“ ohnehin „spiritueller Freund“ bedeutet. Ein Dank aus tiefsten Herzen Veronika und Wolfgang, die mich durch klare Fragen und Hinweise zu Zeiten hohen Drucks wieder auf Vordermann gebracht haben. Unzählige Male durfte ich den Wert von Freundschaft erfahren.

So danke ich nun allen meinen Freunden - meinen Weggefährten. Sie sind Träger der Erinnerung eines Wissens, dessen Wert sich nicht in Worte fassen lässt. Wir wurden Taucher und Ballonfahrer der Seele, glitten hinab und empor, durchdrangen Welten - uns selbst - in immer feinere Bereiche. Nach und nach geben wir die Fahrzeuge auf, da sie nur in Umlaufbahnen führen. Wir entblößen uns, verlassen die gleichförmige Bewegung. Geben uns dem Unbekannten hin. Es liegt in und um uns - ungeboren gebärend - dem erkenntlich, der aufhört, sich der Idee des Schutzes zu unterwerfen. So entfaltet sich Verletzbarkeit - doch unberührt. Erkennen - jenseits von Wort - dochweisend auf die Basis jeden Wertes: Nichts in der Welt kann der Quelle von Glück und Freiheit nahe kommen, doch alles in der Welt wird unter dieser Einsicht strahlen. Verneigen vor

dem, der wir sind, wenn wir nichts begehren. Auch diesen Dank zu sprechen, muss dem Wort versagt bleiben.

So möge dieser Text all jenen gewidmet sein, die daraus Inspiration für ihre Praxis zu empfangen vermögen. Glück allen, die bereit sind, danach zu fragen. Denn der fragt, muss damit rechnen, eine Antwort zu erhalten.

Vorbemerkung

Die Arbeit befasst sich mit zwei buddhistischen Meditationstechniken. Diese können bei konsequenter Anwendung tiefe Veränderungen des gesamten Daseinsgefüges bewirken. Daher empfehle ich, falls Sie eigene Erfahrungen sammeln wollen, sich an Coaches zu wenden, welche auch selbst offensichtlich von diesen Praktiken profitiert haben bzw. eine vertrauensvolle Instanz für Sie darstellen. Dies trifft insbesondere bei tantrischen Techniken wie Dzogchen zu.

Vipassana in der vorgestellten Tradition wird in 10-Tages-Kursen vermittelt, welche weltweit, regelmäßig und gegen freie Spenden angeboten werden. In 10 Tagen ist die Einübung einer korrekten Anwendung der Technik gewährleistet. Sie sollte danach ohne weitere Instruktionen zugänglich bleiben. Eine zusätzliche Begleitung durch Lehrer oder Coaches ist in dieser Technik nicht erforderlich (wiewohl trotzdem sinnvoll), wodurch sie - insbesondere für Meditationsanfänger - sehr empfohlen werden kann. Allerdings wird auch fortgeschrittenen Praktizierenden - mit hoher Wahrscheinlichkeit - aus der Anwendung dieser Methode Gewinn erwachsen.

Dzogchen ist ein seltenes Juwel, dessen Finder ich nur beglückwünschen kann. Früher nur einer limitierten Zahl von Aspiranten und Initianden in Tibet zugänglich, wird es nun auch im Westen für Interessierte einfacher verfügbar, wobei mittlerweile auch gut ausgebildete westliche Lehrer - exemplarisch möchte ich James Low nennen - den Verständnisbedingungen des westlichen Geistes entsprechen können und somit einen erleichterten Zugang gewähren.

1. Einleitung

1.1 Zu Thema und Titel der Arbeit

Der vorliegende Text befasst sich mit Erkenntnis im Kontext der westlichen Psychologie sowie mit Erkennen, welches durch Üben der buddhistischen Meditationen, Vipassana und Dzogchen, erwachsen kann. Während der erste Teil (Kapitel zwei) - als Repräsentant des konzeptuellen Erkennens - etwas kühl wirken könnte, handelt es sich bei den vorgestellten buddhistischen Praktiken um „heiße“ Verfahren zur Erforschung und Reorganisation des psycho-physischen Systems (Kapitel 3). Sie werden auch stilistisch einen deutlichen Unterschied zwischen Kapitel zwei und drei wahrnehmen können.³

Vipassana repräsentiert im buddhistischen Kontext einen Weg, der in Tibet „graduell“ genannt wird, da er Schritt für Schritt zu dem führt, was im Buddhismus als „Erwachen“ bezeichnet wird. Dzogchen wiederum gehört den nichtgraduellen Wegen an, was bedeutet, dass der Prozess des Erwachens spontan verläuft und in Form einer unmittelbaren Erkenntnis stattfindet. Erwachen ist hier das unvermittelte Erkennen der Nondualität.

Traditionen, die das Logo „Nondualität“ - auf Sanskrit „Advaita“ - tragen, erfreuen sich aktuell einer Renaissance, die weit über die esoterische und spirituelle Stammklientel hinausgeht. Die große Verbreitung im Westen ist u.a. durch das Werk indischer Vertreter wie Sri Ramana Maharshi oder

³ Ich möchte darauf hinweisen, dass beide Teile auch unabhängig voneinander gelesen werden können. Sollten sie nicht so sehr an Problemfeldern abendländischer Erkenntnistheorien interessiert sein, können Sie im Kapitel 3 fortsetzen. Die wichtigsten Gedanken des 2. Kapitels werden an dessen Ende zusammengefasst. Die meisten Darstellungen im Synthesekapitel 4 sollten anhand dieser Zusammenfassung nachvollziehbar bleiben. An einigen Stellen, die darüber hinausgehen, wird in Fußnoten auf die betreffenden Stellen des 2. Kapitels hingewiesen.

Nisargadatta Maharaj⁴ vermittelt sowie deren westliche Schüler.⁵ Auch die Rolle des *Enfant terrible* unter den indischen Gurus - Bhaghavan Shree Rajneesh, besser bekannt als Osho - ist nicht zu unterschätzen. Nach dem Tod des „Meisters“ holten sich viele seiner Schüler ihren „letzten Schliff“ bei traditionellen Advaita Lehrern - etwa Babaji von Poonja - und durchdringen nun einen erheblichen Bereich der „Szene“. Historisch bezieht sich das als „Satsang-Bewegung“ oder „Neo-Advaita“ im Westen um sich greifende Phänomen auf die im Indien der letzten zwei Millennia einflussreiche Advaita-Vedanta-Lehre des Shankara. Methodisch lässt sich bei den Lehrern der Neo-Advaita eine Tendenz zum Jnana-Yoga und Bhakti-Yoga beobachten, wobei einige Vertreter allerdings keine Methoden empfehlen bzw. deren Notwendigkeit verneinen.⁶ Bhakti ist ein Weg der „Hingabe“. Jnana - Sanskrit für unmittelbares Erkennen - bedient sich des Zweifels und Ausschließens insbesondere im Hinblick auf die berühmte Frage Ramana Maharshis: „Wer bin ich?“ Unhaltbare Konzeptionen über die Grundlagen des „Selbst“ gilt es radikal zu verwerfen, bis sich dessen - nicht vorhandene - Basis als zweifelsfreie Evidenz offenbart.⁷ Eine Assoziation zum delfischen „erkenne Dich selbst“ bzw. zur sokratischen Maieutik⁸, die durch geschicktes Fragen, implizite Glaubenssätze entblößt, ist durchaus angebracht.

⁴ Sein Buch „I am that“, deutsch „Ich bin“ (2005) gilt als ein Klassiker dieses Genres.

⁵ In dieser Tradition steht auch Eckhart Tolle, der durch sein medienwirksames Auftreten mittlerweile ein Millionen-Publikum anspricht.

⁶ Wobei der Begriff Neo-Advaita darauf hinweist, dass sich die traditionelle Advaita von dieser Strömung zunehmend distanziert, da sie die Bedeutung der übenden Vorbereitung nach wie vor als unumgänglich ansieht. Eine Nähe gibt es hingegen zu den Ansichten des Freigeistes und abtrünnigen Welterlösers der Theosophen Krishnamurti: „Ich behaupte, daß die Wahrheit ein unwegsames Land ist und daß es keine Pfade gibt, die zu ihr hinführen - keine Religion, keine Sekten. Das ist mein Standpunkt, den ich absolut und bedingungslos vertrete. Die Wahrheit ist grenzenlos, sie kann nicht konditioniert, sie kann nicht auf vorgegebenen Wegen erreicht und daher auch nicht organisiert werden. Deshalb sollten keine Organisationen gegründet werden, die die Menschen auf einen bestimmten Pfad führen oder nötigen.“ (vgl. Jayakar, 1988: 86)

⁷ skt. Neti Neti - Dieses ist nicht Ich, Jenes ist nicht Ich.

⁸ Die Bedeutung des Begriffs Maieutik - Hebammenkunst - ist insofern schlüssig, als die Entdeckung des Selbst oft mit einer zweiten Geburt verglichen wird. Siehe auch James (1902/1997: 110ff.), der den Ausdruck des Zweimalgeborenen verwendet.

Tat tvam asi - ich bin das! - so wird es *unmittelbar* gewahr. Ich bin das! Diese Erkenntnis ist kaum in Worten kommunizierbar, sondern durch Gesten des Verweisens: Es zeigt sich als Daseinsweise. Erkennt man sich selbst im Entgegnenden und Anwesenden, so wird die ethische Konsequenz der Advaita offenbar: Ich liebe meinen Nächsten wie mich selbst! Nicht *genauso wie* oder *und* - nein! - *wie*: Denn mein Nächster bin ich selbst. Tat tvam Asi! Wie soll das sein? Eine aktuelle Übersetzung dieser befreiten, doch weltzugewandten Haltung finden wir - zwar in etwas anderem Kontext - in einer Darstellung von Slunecko.

Von Selbstgenügsamkeit ist dabei weniger zu spüren als von einer weitgehenden Absorption durch das Geschaute, die doch bei sich selbst bleibt, besser gesagt: die im Geschauten auf sich zurückkommt. Aus dem klassischen Mantra „Das alles bin ich selbst“ wird hier ein „Auch das hat zu mir geführt“.⁹

Der Titel der Arbeit spricht eine doppelte Polarität an: auf der einen Seite steht „die Psychologie“, ein Kind der abendländischen Kultur, der Tradition des Logos - der Verstandeserkenntnis - zugeneigt; demgegenüber „der Buddhismus“ mit dem soteriologischen Erbe - dem Streben nach vollkommener Freiheit - der indischen Kultur verbunden. Hier wird Konzept als Mittel zur *Vereinigung der Sinnesdaten* verstanden, dort als Mittel der Wegbeschreibung zur *sinnlichen Erfahrung von Nondualität*.

Wir sollten nicht übersehen, dass auch diese Unterscheidungen Ausdruck konzeptueller Dualisierungen sind. So sind psychologische Disziplinen gleichermaßen Praxis, wie buddhistische Praktiken meist auch Text sind. Überhaupt anzunehmen, dass es „die Psychologie“ gibt oder „den Buddhismus“, muss in die Irre führen. So könnte man wohl eher von vielen psychologischen Denkstilen oder Paradigmen reden, die sich durch eine verwandte Fragestellung unter einem Begriff versammeln. Buddhismus ist

⁹ Slunecko (2007: 171)

bereits ein terminologischer Widerspruch in sich. Im Selbstverständnis dieser Kultur finden wir bestenfalls Praktizierende des Buddhadharma - der Lehre des Buddha. Wobei auch hier - im Mahayana¹⁰ - Ausnahmen die Regel bestätigen. Wir sehen, dass mit konzeptuellen Unterscheidungen behutsam zu verfahren ist. Schnell verlieren wir uns in einem Dschungel der Holzwege auf jenen Pfaden, die sich im Wald verlaufen, der durch Unterscheidungen erst wachsen konnte. „Draw a distinction, and a universe comes into being“, schrieb der Logiker und Mathematiker George Spencer Brown.¹¹ Es könnte ein großes Universum werden.

Den völligen Ausschluss des Konzeptuellen als eigentliches Erkenntnis-mittel finden wir in den Lehren des Buddha. Bekannt im Westen wurde dieser buddhistische Gestus vor allem durch den japanischen Zen, eine Schule, die die spontane und unmittelbare Einsicht in das konzeptfreie Erkennen - Satori - lehrt. Weniger bekannt ist der Umstand, dass sich auch im Kontext des tibetischen Buddhismus eine Tradition erhalten hat, die die nonduale Erfahrung als Grundlage und Basis ihrer Praxis auffasst: Dzogchen. Nonduales Erkennen stellt in diesem Kontext nicht nur das Ziel, sondern auch die Ausgangsposition des spirituellen Weges dar. Es ist demnach nicht erforderlich, sich dieser Erfahrung stufenweise anzunähern. Da die nonduale Erkenntnis Grundlage und Basis jeglicher Erkenntnisform darstellt, ist sie spontan, durch Aufzeigen oder Übertragung des Lehrers und Verfahren wie der Semde-Kontemplation zugänglich.¹² Merkmal dieses für Dzogchen zentralen Erfahrungsmodus ist, dass sich darin jedes Phänomen und jede Situation als perfekt und vollkommen, frei jeglichen Mangels oder Überschusses, offenbart. Genau dies ist es auch, was der Begriff Dzogchen zum Ausdruck bringt: „Große Vollkommenheit“. Der Kern der buddhistischen Lehre wird in diesem

¹⁰ „Das große Fahrzeug“ wird auch der Weg der *bodhisattvas* genannt, da die Erlösung aller fühlenden Wesen angestrebt wird.

¹¹ Vgl. Spencer Brown (1969: V).

¹² Weitere Methoden werden in diesem Text nicht behandelt.

Ansatz von Anfang an in einer radikalen Form umgesetzt und praktiziert. Dies nicht durch konzeptuelles Verstehen, sondern durch unmittelbare Erfahrung.¹³

Fragt man nach dem Erkennen im Kontext von Wissenschafts- und Erkenntnistheorie, so fragt man hier implizit nach dessen Voraussetzungen, Möglichkeiten und Grenzen. Dieser Gestus wäre dem nondualen Erkennen fremd. Die in Europa übliche Unterscheidung von erkennendem Subjekt und erkanntem Objekt stellt das typische dualistische Erkenntnischema dar. Allerdings ist mittlerweile auch im Westen die klassische Position, ein einheitliches Subjekt als Erkenntnisgrundlage voranzusetzen, zunehmend in Kritik geraten. Vorangetrieben wurden die Zweifel an der Standhaftigkeit des Subjektbegriffs u.a. von strukturalistischen, kognitionswissenschaftlichen, systemtheoretischen und phänomenologischen Denktraditionen. Eigentümlich ist, dass die Diskussion über die Uneinheitlichkeit des Subjekts sich im Diskurs der wissenschaftlichen Psychologie kaum widerspiegelt.

Das Ringen um einen objektiven Forschungsgegenstand scheint die Psychologie in besonderer Form an ihre Konzeptionen von Persönlichkeit zu binden. Freilich gibt es auch ein stichhaltiges Argument, das die Psychologie als Festung der Subjektivität (mit objektiven Mitteln) legitimiert: die psychische Realität der Ich-Erfahrung. So sehr Soziologen und Systemtheoretiker, Kybernetiker und Poststrukturalisten den Tod des Subjekts proklamieren, lässt sich im Allgemeinen beim "psychisch durchschnittlich gesunden Mitmenschen" wenig Verständnis für diese Sichtweise finden. Es hat eher den Anschein, dass sich das Subjekt auf einem Höhepunkt seiner Beliebtheit und Stabilität befindet.¹⁴ Wir finden also eine Spaltung zwischen dem französisch-intellektuellen „Tod des

¹³ Wiewohl konzeptuelles Verstehen (skt. *vijnana*) eine unabdingbare Voraussetzung zum Erlernen und „Begreifen“ der Praxis darstellt

¹⁴ 1995 ruft der „Spiegel“ die „Ego-Gesellschaft“ aus.

Subjekts“, der Konsum-Egomanie und dem Wunsch nach Selbstverwirklichung durch den Tod des Egos. Insbesondere die explodierende Anzahl von Ausbildungen, Seminaren und Workshops im Themenkreis Spiritualität und Esoterik indiziert eine steigende Nachfrage nach sinnstiftenden Einsichten und Erfahrungen jenseits des herkömmlichen Ich-Formats. Hier zeigt sich die Relevanz der vorliegenden Arbeit.

Vor dem Hintergrund der Debatten über die Stichhaltigkeit des Ichs und der Nachfrage nach Erfahrungen, die - frei von ideologischem oder religiösem Zwang - Einsichten in die eigene Natur versprechen, meldet sich der Buddhismus zu Wort und verspricht Bemerkenwertes: Erforscht man systematisch das Wesen des eigenen Seins, so entdecke man als dessen Basis die Leerheit des Selbst - und darin grenzenlose Freiheit und Glück. Dazu sei es nicht erforderlich, einen Glauben anzunehmen, einzig die klare Ausrichtung und konsequente Übung¹⁵ werden für den Erfolg vorausgesetzt.¹⁶ Diese Aussicht lässt das wachsende Interesse an dieser Tradition verständlich erscheinen. Der antimetaphysische Gestus, der den Lehren des Buddhas seit Anbeginn anhaftet, rückt diese wiederum in die Nähe wissenschaftlicher Akzeptanz.

1.2 Entstehung des Themas

Ausgangsposition der Forschungen war meine Frage nach dem Potential des menschlichen Geistes, seiner Freiheit und den Grundlagen des Erkenntnisvermögens. Von zentralem Interesse war für mich die Beobachtung, dass Menschen offenbar die Fähigkeit besitzen, sich durch Üben vollkommen neuartige Erfahrungs- und Erkenntnisräume erschließen bzw. erschaffen zu können. So befasste ich mich bereits seit

¹⁵ Im Griechischen finden wir dafür den Begriff der *askesis*.

¹⁶ Allerdings wird im „Noblen 8-fachen Pfad“ die Bedeutung der „rechten Sichtweise“ als Ausgangspunkt für die Selbsterforschung betont.

15 Jahren mit Meditation und anderen Methoden - etwa Klarträumen. Nach zwei Vipassana Retreats in der Tradition S.N. Goenkas im Februar 2000 war ich vom Potential dieser Technik beeindruckt. Sie schien mir wie geschaffen, Grenzen und Möglichkeiten des Geistes zu erforschen und ich fasste den Entschluss, sie zum Thema meiner Abschlussarbeit zu machen. Der Einfluss des Beobachters auf das Beobachtete und die Vergänglichkeit der Phänomene wurden mir im Zuge dieser Praxis anschaulich erfahrbar.¹⁷ Durch Erfahrungen während einiger Meditationsretreats war mein Forscherinteresse nachhaltig an das Thema gebunden. Es war wie eine Injektion, die mir eine neue Ausrichtung gab. Mir war klar, dass durch einfachste Mittel und konsequentes Training sich Erfahrungsräume erschließen, von denen ich zuvor nicht zu träumen wagte. Insbesondere jedoch ist durch die Erfahrungen während buddhistischer Meditationen eine „Sicherung gefallen“. Die Frage nach dem „Ich“ stellte sich nun anders dar, wie aus dem Tagebuch nach meinem ersten Retreat hervorgeht:

Schließlich erlangte ich das Gefühl, durch Luft oder durch Raum zu gleiten. Es war so weit gekommen, dass ich meinen eigenen Körper nicht mehr finden konnte. Als schwebte ich, nicht in der Lage zu entscheiden, wo mein Körper anfang oder aufhörte. Er war einfach weg. Es machte sich der beklemmende Eindruck breit als könnte ich - unabhängig vom Körper - jeden Platz im Raum bereisen. Endlich bemerkte ich meine Nasenlöcher und das fast verloschene subtile Strömen der Atemempfindung dort. Kaum noch Atem. Auch eine mulmige Empfindung hatte sich einzustellen begonnen: Wo ist dieses Ich, das beobachtet? Wer ist dieses Ich?¹⁸

So erlebte ich Vipassana als psychologisches Forschungsinstrument mit therapeutischen und psychedelischen Effekten. Bis auf eine gewisse Nähe zu phänomenologischen und introspektiven Methoden unterscheidet sich Vipassana beträchtlich von mir bekannten wissenschaftlichen Verfahren

¹⁷ Eine genaue Darstellung dieser Erfahrungen finden Sie im Kapitel 3.

¹⁸ Kurstagebuch David Marek (2000)

des Westens. Differenzen liegen u.a. in der Betonung der konzentrativen Versenkung (Pali, Skt.: *samadhi*), der Aufmerksamkeit (Pali: *sati*)¹⁹ und des Willens (Pali: *atapi*) als Voraussetzung für eine erfolgreiche Anwendung. Damit rückt die Bedeutung der Übung ins Zentrum der Selbsterforschung.

Eine Frage, die mich brennend zu beschäftigen begann, war, inwiefern sich die westliche Psychologie dieser Disziplin nicht nur als Gegenstand ihrer Forschung, sondern auch als Methode bedienen könnte. Dies war eine erste Ausdifferenzierung meines Forschungsinteresses, wobei ich mich mit folgenden Umständen konfrontiert sah:

- Die akademische Psychologie vertritt ein Paradigma, das introspektive und phänomenologische Forschungszugänge aus ihrem Methodenkanon weitgehend ausschließt.
- Durch Meditation gewonnene Einsichten und Erkenntnisse entziehen sich oftmals dem sprachlichen Fassungsvermögen, wodurch sich berechtigte Zweifel für ihre wissenschaftliche Verwertbarkeit einstellten.
- Ein drittes, und vielleicht das schwerwiegendste Problem, das meine Untersuchungen für lange Zeit ins Stocken brachte, war die Überzeugung, dass konzeptuelle Tätigkeit ein Hindernis für den meditativen Fortschritt - jedoch dringende Voraussetzung für die Strukturierung der meditativen Einsichten ist. Dies war ein erhebliches Forschungsdilemma, da mir einerseits die Leichtigkeit der Praxis verloren ging und ich kaum „Fortschritte“ machte, andererseits meine Erlebnisse in keine klare geistige Ordnung brachte.

¹⁹ Im Sanskrit und Pali entspricht dies dem Begriff *sati*, der – zumeist in anderem Kontext - auch mit Gedächtnis übersetzt werden kann. Aber auch bei uns ist der Aspekt des Merkens im Wort implizit. Ein Aspekt der Aufmerksamkeit kommt im Lateinischen *attendere* gut zum Ausdruck: sich „auf etwas hin ausdehnen“. Auch eine Assoziation mit dem Begriff Ekstase – Hinausstehen – ist durchaus legitim und wie sich erweist, eine mögliche – und wahrscheinliche - „Nebenwirkung“ der Praxis.

Ein überraschende Wende und Erweiterung meiner Perspektive erfuhr ich durch die Begegnung mit den „Vier Kontemplationen der Semde“²⁰, einer in Europa bisher kaum beachteten Methode der tibetischen Dzogchen Tradition.²¹ Trotz augenscheinlicher Ähnlichkeiten zur burmesischen Vipassana eröffnete sie mir völlig neuartige Aspekte von Meditation. Die methodische Herangehensweise in der Semde-Kontemplation verhalf mir zur Erfahrung, dass - erscheinen Gedanken im reinen Gewahrsein als direkte Sinnesempfindung und nicht in ihrem Bedeutungsgehalt - sich ein Erfahrungsraum öffnet, in dem Gedanken keinen Einfluss auf die Befindlichkeit mehr nehmen, da sie ihrem Wesen nach vom Nichtdenken nicht mehr unterscheidbar sind.²² Diese Einsicht ließ mich Meditation und Reflexion versöhnen, und ich begann mich auch theoretisch intensiver mit psychologischen Konzepten des Buddhismus zu befassen.

²⁰ In der Dzogchen-Semde (Kap. 3.3) kommt dem Begriff Kontemplation eine andere Bedeutung zu als in den christlichen Traditionen: Er meint ein Verweilen in nondualen Gewahrsein (*rigpa*), vgl. Söyal Rimpoche (2002: 403ff.).

²¹ Meines Wissens wird diese Praxis in Europa nur von dem tibetischen Dzogchen-Meister Namkhai Norbu gelehrt und selbst von ihm nur (noch) selten. Durch Zufall stieß ich auf einen seiner frühen Schüler, der mir die Methode übertrug.

²² Gewahrsein verwende ich - synonym mit dem tibetischen Begriff *rigpa* - im Gegensatz zum Begriff Aufmerksamkeit (Pali: *sati*; Skt. *smṛiti*) als nicht perspektivisch. Darin kommt bereits die Eigenart des nondualen Erkennens im Dzogchen zum Ausdruck, auf das im 3. Kapitel ausführlich eingegangen wird.

1.3 Fragestellung und Vorgehensweise

Denn der Wert eines Gedankens misst sich an seiner Distanz von der Kontinuität des Bekannten. (Th. W. Adorno)

Der Text stellt die Frage, inwiefern introspektive und nonkonzeptuelle Erkenntnisweisen buddhistischer Meditationstechniken in den Kontext der westlichen Psychologie transferiert werden könnten. Welche Vorteile könnte der Mensch durch eine Anwendung dieses Erkenntniszugangs im Kontext westlicher Wissenschaften gewinnen?

Ausgangspunkt der Arbeit ist die Annahme, dass die Begriffe nonduales Erkennen synonym für nonkonzeptuelles und duales gleichbedeutend mit konzeptuellem Erkennen verwendet werden können. Der Grund dieser Annahme liegt in meinen introspektiven Erkundungen und Erfahrungen. Bewegen wir uns in den Bereich der Nondualität, überschreiten wir eine Schwelle, die für das Denken beunruhigend - und daher lehrreich - werden kann. Hier schließe ich mich dem Eingangszitat an, dass in den fremdesten Gedanken der größte Wert steckt - für den „privat“²³ Praktizierenden gleichermaßen wie für ein akademisches Fach. Allerdings finden hier selbst Gedanken keinen Eingang mehr, daher möchte ich für den Kontext dieser Arbeit die Bedeutung neuartiger Erfahrungsformen hervorheben.

Viele Denker, neben Adorno, haben die Vorteile des Lernens durch Perspektivenwechsel reflektiert, etwa Wittgenstein in seinen Überlegungen zum Sprachspiel. Im konstruktiven Realismus orientiert sich Wallner an Wittgensteins Idee und macht sie zur Kernmethode seiner

²³ Wie bereits angedeutet wurde dieser Begriff auch im Kontext westlicher Wissenschaften fragwürdig.

Auffassung von Interdisziplinarität.²⁴ Der methodische und theoretische Kontextwechsel - den Wallner Verfremdung nennt - hat jedoch nicht das Ziel, es dem anderen System gleich zu machen, sondern durch das Einnehmen einer neuen Perspektive die Grenzen und unbekanntes Vorannahmen des eigenen Systems besser zu durchschauen und so dem Gang seiner Disziplin zu neuen Impulsen zu verhelfen. Auch wenn der Konstruktive Realismus nicht explizit epistemologische Grundhaltung dieser Arbeit ist, so lässt sich ein guter Teil des Motivs und der gewählten Stoßrichtung doch im Sinne einer Verfremdung verstehen. Dies ist auch bereits ein Teil der Antwort auf die Frage, wie eine Begegnung von Psychologie und Meditation gelesen werden kann.

Zunächst versucht die Arbeit einen Überblick über Konzepte des Erkennens im Kontext westlicher Psychologie und Philosophie zu gewinnen. Hier sind vor allem Denkfiguren von Interesse, die eine Analogie zum nonkonzeptuellen Erkennen der buddhistischen Praxis darstellen könnten. Die dazu gewählte geschichtliche Sicht kann diesen Anspruch allerdings nur grob erfüllen. Es werden Schematisierungen in Kauf genommen, um einen umfassenden Überblick zu gewähren - bei allen Verlusten, die dadurch im Hinblick auf Detailliertheit zu verkraften sind. Über diese Begleiterscheinungen wird hinweggesehen, um strukturelle Elemente des konzeptuellen Erkennens in der abendländischen Tradition zu bemerken und so etwas mehr über die Formen konzeptuellen Erkennens zu verstehen.

Der duale, abendländische, Erkenntnisweg soll gleichsam im Überfliegen nachvollzogen und begriffen werden. Die Bewegung ist aber so ausgerichtet, dass sie im Durchwandern der eigenen Geschichte eine Begegnung mit dem Buddhismus antizipiert, die zu einem gemeinsamen Weiterwandern werden kann.

²⁴ vgl. Wallner (1992: 84f.)

Kants Konzept der „transzendentalen Apperzeption“ könnte für dieses Ziel eine Schlüsselposition zukommen. Anhand dieses Begriffes versucht Kant die Bedingungen und Möglichkeiten von Erkenntnis zu analysieren. Die transzendente Apperzeption²⁵ - er nennt sie auch das *reine Bewusstsein*, das *cogito* - ist für ihn Voraussetzung des Erkenntnisvermögens schlechthin, selbst aber entzieht sie sich der Erforschbarkeit. Konsequenterweise beschränkt Kant seine Untersuchungen auf das für ihn einzig mögliche Erkenntnisfeld: jenes innerhalb der Subjekt-Objekt-Spannung.²⁶ Der Begriff „reines Bewusstsein“ erinnert an die „reine Natur des Geistes“ des tibetischen Buddhismus. Finden wir hier ein Konzept, das eine Brücke zur erkenntnistheoretischen Auseinandersetzung mit Dzogchen und dem Buddhismus darstellt? Könnte so Kants transzendente Apperzeption zu einem Relaunch gelangen? Ich werde überprüfen, ob jener Nicht-Ort, an dem nonduale buddhistische Erkenntnis (*prajna*) stattfindet, der transzendentalen Apperzeption Kants entspricht.

Der Vogelperspektive im Kapitel 2 werden Erfahrungen mit Vipassana und Dzogchen im Kapitel 3 gegenübergestellt. Hier wird eine Gegenbewegung vollzogen, um einer phänomenologischen Beschreibung innerpsychischer Abläufe nachzugehen. Durch Ausrichtung gebündelter Aufmerksamkeit eröffnen sich der Wahrnehmung neue Horizonte. Diese Bewegungen könnte man im methodischen Kontext der Vipassana mit Kamerafahrten in Makro- und Weitwinkelperspektiven umschreiben, während jenen der Dzogchen-Semde-Kontemplation eher das Bild des systematischen Wechsels zwischen Mikroskop- und Weitwinkelperspektiven entspricht. Der Arbeit liegt also ein perspektivisches Prinzip auf praktischer und konzeptueller Ebene zugrunde.

²⁵ Als Apperzeption bezeichnet Kant die Leistungen des inneren Sinnes im Gegensatz zur gegenständlichen Perzeption äußerer Sinne. Transzendente Apperzeption ist die grundlegendste, durch die transzendentalen Kategorien bedingte, Form der Apperzeption.

²⁶ Vgl. Bertelsen (2006: 76ff.)

Diese beiden gewählten Meditationstechniken eignen sich besonders für einen methodischen Bezug zur westlichen Psychologie, da sie ohne bzw. mit wenig institutionell-religiösem Beiwerk auskommen: Beide werden in Laientraditionen praktiziert - und ihr Anspruch liegt darin, Möglichkeiten zu bieten, die Gesetzmäßigkeiten des menschlichen Geistes offen zu legen. Auch ein Vergleich zwischen den beiden Methoden kann eventuell interessante Einsichten bringen, da sie trotz ihrer strukturellen Nähe doch spezifische Unterschiede erkennen lassen. Der Kontrast wird es mir hoffentlich erleichtern, die schwer fassbaren Eigenarten des Dzogchen besser herauszuarbeiten. Dadurch sollte es wiederum leichter sein zu überprüfen, in welcher Form beide Methoden für die Psychologie von Interesse sein könnten.

Wahrscheinlichkeit,
aber keine Wahrheit:
Freischeinlichkeit, aber keine Freiheit,
- diese beiden Früchte sind es,
derentwegen der
Baum der Erkenntnis nicht mit dem Baum
des Lebens verwechselt werden kann.

Nietzsche

2. Erkenntnis und Psychologie

Auftrieb muss, wie eh und je, aus der Abstoßung vom ersten Unsinn geschöpft werden, in dem man sich vorgefunden hat, aus der Respektlosigkeit gegenüber dem common sense, aus dem Urlaubnehmen vom trivialen Wünschen, aus dem Ablüften von Meinungsmog, aus der Entbindung von der Verfallenheit an Weltpositionen, aus dem Abschütteln depressiogener Ballaststoffe, aus dem Bruch mit tradierten Wertvorstellungen = Weltverstellungen, aus der dezidierten Nicht-Hingabe an den Wahnsinn der Jahrtausende, der an uns immer schon ausgebrochen ist. Erst wer all das aus- und abatmet, wird leicht genug für den Aufenthalt am Himmel.²⁷

Wir schreiben das Jahr 1879. Gründung des ersten experimental-psychologischen Labors in Leipzig. Die psychologische Geschichtsschreibung stimmt zum Fest. Eine neue Wissenschaft erblickt das Licht der Welt - nach langer Schwangerschaft, vielen Komplikationen, Zwischenfällen und heftigen Wehen wird die Psychologie von Mutter Philosophie entbunden: Es ist eine stramme naturwissenschaftliche Experimentalwissenschaft - Wilhelm Wundt ihr Vater. 1908 wird Ebbinghaus von der kurzen Geschichte und der langen Vergangenheit der Psychologie sprechen. Er bringt damit seine Ansicht zum Ausdruck, dass Psychologie - trotz ihrer alten Fragestellungen - erst durch die experimentelle Methodik zu einer Wissenschaft geworden ist.²⁸

Sigmund Freud betont die ontogenetische Bedeutung früher Prägungen - insbesondere vergessene Wünsche und Traumatisierungen für die Entwicklung eines Menschen. Wie undurchsichtig kann Leben sein, das sich solcher Kräfte nicht bewusst ist: Ein Schleier der Herkunfts-

²⁷ Slunecko (2007:171)

²⁸ Quelle: http://de.wikipedia.org/wiki/Hermann_Ebbinghaus [21.10.2008]

vergessenheit umschwebt manches Dasein mit einer Aura zwanghafter Wiederholung dessen, was nicht gesehen werden will. Wir kennen das Phänomen von Familiengeschichten, die sich über Generationen hin erzählen. Ist es nicht so, dass gerade diese blinden Flecken - uns selbst verborgen - den anderen doch das Sichtbarste sind?

Die Entwicklungspsychologie thematisiert die Bedeutung pränataler und perinataler Einflüsse auf die Reifungsprozesse von Menschen. Lassen Sie uns also diese Auffassungen von Geburt und Entwicklung auf die Psychologie selbst anwenden. Es sollen jene Wissenschaftskonzeptionen und die Umstände ihrer Entstehung betrachtet werden, die den Vätern des Faches entsprangen. Motiv dafür ist eine Beobachtung, an der uns Jochen Fahrenberg teilhaben lässt, ein Erbe dieser Psychologie, der sich über die aktuelle Lage seines Faches wundert:

Aktuelle Verlagsverzeichnisse melden eine Flut von Einführungen in die Philosophische Anthropologie und von Sammelbänden mit Varianten des Titels "Was ist der Mensch?". Falls die Herausgeber solcher Sammelbände überhaupt an psychologischen, biologischen, religiösen und interkulturellen Perspektiven interessiert waren, blieben es immer einzelne Beiträge, die sozusagen nur durch den Buchrücken zusammengehalten werden. Eigentümlich ist, dass die Psychologie von den meisten Autoren oder Herausgebern ausklammert (im Original!) wird. Weshalb dies geschieht, bleibt verborgen. Die Psychologie gehört ja mit ihrem Programm als empirische Humanwissenschaft zum Kernbereich der Anthropologie und steht der Philosophischen Anthropologie in vieler Hinsicht am nächsten (vgl. Fahrenberg, 2007, 2008c). Welche Gründe könnte es hier geben, die empirische Psychologie der Menschenbilder und die Persönlichkeitstheorien zu ignorieren? Offensichtlich besteht in

Deutschland weiterhin ein schwieriges Verhältnis zwischen Philosophischer Anthropologie und Psychologischer Anthropologie.²⁹

Fahrenberg spricht zwei interessante Punkte an. Erstens: Die Psychologie scheint in einem Konflikt mit ihrer Herkunft zu stehen - das Verhältnis zur Philosophie ist getrübt. Zweitens: Einzelwissenschaftliche Disziplinen, die sich unter den Begriff Anthropologie subsumieren ließen, finden sich in einer Situation wieder, die sie zwar viel wissen, doch kaum eine verbindende Sprache finden lässt. Die Spezialisierungstendenz nimmt ein Ausmaß an, das bisweilen an den Turmbau zu Babel erinnert.

Ich möchte also mit einem historischen Überblick auch einen "Selfreferential Turn" anregen, also eine Wiederbesinnung auf Fragen und Ziele, eine erhöhte Selbstaufmerksamkeit als wissenschaftliche Haltung. Gibt es Grund zur Annahme, dass anthropologisches Wissen durch mehr als Buchrücken zusammengehalten werden kann?

²⁹ Fahrenberg (2008: 31)

2.1 Einleitung

In diesem Kapitel soll die Entwicklung des abendländischen Erkennens in 2 Zeitsträngen nachvollzogen werden: Die Psychologie wird als ein Kind des abendländischen Denkens aufgefasst, das in erster Linie durch dessen griechische Wurzeln geprägt ist. So wird zunächst die Periode von der Geburt dieses Denkens bis zur Geburt der Psychologie nachgezeichnet. Dabei ist die selektive Aufmerksamkeit auf jene Erkenntnisformen gelegt, die einen Kontrast von konzeptuellem und nonkonzeptuellem Denken abbilden könnten. Die Suchbewegung ist also durch den Schock der nondualen Erfahrung eingefärbt. Können wir in unserer Kultur auf vergleichbare Denk- oder Praxisformen treffen? Wenn ja, warum sind sie so in der Gegenwart unserer Wissenschaft, insbesondere der Psychologie, nicht zu entdecken? Nach diesem Exkurs werde ich die Geschichte der Erkenntnisthematik im Kontext der Psychologie unter die Lupe nehmen.

2.2 Eigenart des psychologischen Gegenstandes

Neben der für jede Forschungsdisziplin üblichen wissenschaftstheoretischen Diskurse - über Methoden, Gegenstand und Grenzen der Forschung - treffen wir in der Psychologie auf eine außergewöhnliche Problematik: das Zusammenfallen des Erkenntnissubjektes mit dem Erkenntnisobjekt. Der Forscher soll mittels Einsatz seiner psychischen Erkenntnisfähigkeiten die Strukturen und Ordnungen eben dieses Psychischen erkennen. Es liegt eine - über diesen grundsätzlichen Aspekt des Erkennens hinausgehende - *Zirkularität in der Logik des psychologischen Gegenstandes*. Sofern er als Fremdpsychisches aufgefasst wird, ist er nicht direkt zugänglich, also wissenschaftlich (zumindest im traditionellen Verständnis) nicht wahrnehmbar oder objektiv

messbar und daher auch nicht trivial naturwissenschaftlich erforschbar.³⁰ Kant gab zu bedenken, dass eine direkte, also introspektive Erforschung des Psychischen gleichzeitig dessen Veränderung induziere, wodurch die Innenschau keine legitime wissenschaftliche Methode - weil ebenfalls nicht „objektiv“ - sein könne. In diesen Argumenten liegen bereits entscheidende Grundthemen, die sich durch die Geschichte der Psychologie ziehen werden. Kants Argumente werden wie keine anderen die Entwicklung der Psychologie als eine von der Philosophie losgelösten Einzelwissenschaft prägen. Auch für uns ist diese Frage von zentraler Relevanz, denn sie kann uns eventuell eine Antwort darauf geben, wie die Methode der Introspektion aus dem psychologischen Methodenkanon verschwinden konnte. Darauf aufbauend ließe sich dann entwickeln, unter welchen Umständen sie, eventuell nun für die Psychologie wieder interessant werden könnte.

Besinnt man sich auf die prä-, peri- und postnatalen Phasen der Psychologie als Einzelwissenschaft, so findet man dort die Hoffnung und den Anspruch, durch die Ergründung des Subjektiven die Bedingungen und Möglichkeiten des menschlichen Erkenntnisvermögens besser zu verstehen. Dieses Kapitel verfolgt das Ziel, diesen Wurzeln nachzuspüren. Wir werden sehen, dass sich die Entstehung der Psychologie zu einem guten Teil dadurch begreifen lässt, dass sich die Philosophie als „wissenschaftliche“ Erkenntnistheorie aus ihrer Identitäts- und Legitimationskrise am Ende des 19.Jhdts. zu retten versuchte.

Eine wichtige Frage, die ich stellen möchte, ist, ob die Ansprüche, die an die Kriterien für wissenschaftliche Erkenntnisgenerierung gestellt werden, als solche Teil einer wissenschaftlichen Tätigkeit sein können oder

³⁰ Vgl. Schüleln (2002)

grundsätzlich gesetzte Vorannahmen bleiben müssen.³¹ Aus den Einschätzungen darüber, welche Bedingungen zur Erlangung von „wahrem“ und „wissenschaftlichem“ Wissen gelten, hängt es letztlich ab, welche Methoden als legitim aufgefasst werden. Von den Methoden leitet sich wiederum ab, welcher Gegenstand überhaupt erfasst werden kann.

Eine aktuelle Tendenz ist es, Psychologie als Naturwissenschaft aufzufassen, was keinesfalls einer historischen Selbstverständlichkeit entspricht. Damit einher geht ein verstärkter Anspruch, unter einem naturwissenschaftlich objektivistischen Standpunkt - Schülein (2002) würde diesen nomologisch nennen - zu forschen und Daten objektiv zu sichern.

Der Diskurs in der Psychologie wurde in den letzten Jahrzehnten [...] von einer Strategie geprägt, die Jüttemann (1992) treffend als indirekte Gegenstandsmodellierung durch Methodendiktat bezeichnet.³²

Dies bringt die paradoxe Situation zum Ausdruck, dass mit der Selbstnennung der Psychologie zur experimentellen Naturwissenschaft auch der Gegenstand, die menschliche Psyche, zu einem prinzipiell objektivierbaren Gegenstand stilisiert wird, wodurch unweigerlich Aspekte der Psyche, noch dazu höchst spezifische - ihr autopoietischer, also selbst generierender und somit stets flexibler Charakter - systematisch aus der wissenschaftlich-psychologischen Reflexion ausgeblendet werden. Eine Vielzahl alternativer und keineswegs weniger plausibler Ansichten und Methoden zur Auseinandersetzung mit dem Psychischen ist damit der Gefahr ausgesetzt, in Vergessenheit zu geraten bzw. aus dem Feld der Wissenschaften verdrängt zu werden (etwa durch Poppers Begriff der „Pseudowissenschaft“). Genau genommen ist dieser Prozess ständig im

³¹ Dies ist eine nachdrückliche Unterstellung vieler Erkenntnis- und Wissenschaftstheoretiker einerseits, vielfach ignoriert von Wissenschaftlern andererseits. Gotthard Günter weist etwa daraufhin, dass jede Mathematik eine Ontologie voraussetzt.

³² Vgl. Slunecko (1998: 30)

Gänge und hat Psychologie zu dem gemacht, was sie jetzt ist. Allerdings regen sich - besonders aus dem Bereich der Erkenntniswissenschaften - Gegenbewegungen und es zeichnet sich in vielen Orten eine Neueröffnung der Gegenstands- und Methodendiskussion ab.³³

Das Interesse dafür, wie und warum etwas so und nicht anders gekommen ist, impliziert die Frage, ob es nicht auch anders hätte kommen können und was einen anderen Ausgang verhindert hat. Die Beschäftigung mit der Fachgeschichte bedeutet in diesem Sinne also auch die Rekonstruktion von „Alternativen“, die Rekonstruktion von psychologischen Ansätzen, Denkrichtungen und Verfassungsweisen, die sich – aus welchen Gründen auch immer – nicht durchgesetzt haben, die aber aus heutiger Sicht durchaus neue Perspektiven, d.h. neue Denk- und Forschungsmöglichkeiten eröffnen können.³⁴

Mich interessiert im Kontext der vorliegenden Thematik, der Bedeutung introspektiver Forschungsansätze für die Psychologie unter erkenntnistheoretischen und historischen Perspektiven nachzugehen und der Frage, welche Argumente und Vorgänge dazu in der Lage waren, solche Methoden aus der Psychologie auszuschließen. Die (pragmatische) Psychologie als eine Disziplin verstehend, die auch den Selbstanspruch erhebt, für Menschen lebenspraktisch relevante Ergebnisse zu liefern, lässt für mich die Bedeutsamkeit einer Erforschung des eigenen Erlebens als wesentlich für den Erfolg eines solchen Ansinnens erscheinen. So möchte ich diese Einleitung mit einem Zitat Peter Sloterdijks beenden, der eine vergleichbare Einschätzung der Psychologie teilt.

Psychologie kann sich als Wissenschaft der Verteilung der Subjektivität nur ausweisen durch ihre Kompetenz, innere Sachverhalte unter deren eigenen Gesetzlichkeiten zu beschreiben.³⁵

³³ Vgl. Fahrenberg (2008: 1 bzw. 30)

³⁴ Vgl. Benetka (2002: 15)

³⁵ Sloterdijk (1999: 476)

2.3 Erkenntnis - eine lange Vergangenheit

2.3.1 Ahnen und Hebammen

Oft wird die Geburt der aktuellsten Erkenntnisformen - Verstand und Vernunft - mit dem Ende des Mythos datiert. Die Geschichte vom Baum des Lebens und vom Baum der Erkenntnis erzählt den kulturellen Übergang von einem einwertigen in ein zweiwertiges Erkennen: den Wechsel von einem bildhaft-holistischen in ein logisch-duales Weltbild. Der Eintritt in die Welt der Zweiwertigkeit - durch die Einführung der Differenz von Gut und Böse - wird zugleich als Verweis aus dem Paradies des ungeteilten³⁶ Lebens (dem „Baum des Lebens“) dargestellt. Der Mythos wird scheinbar dem Logos geopfert - mythologisch gekleidet in der Einverleibung der Frucht der Erkenntnis.³⁷ Bei Jaspers finden wir den Terminus Achsenzeit für jene Epoche - ab etwa 800 v.Chr. Dies ist auch die Zeit, in der - in Religion und Philosophien - die Idee des „Einen“ die Weltbühnen betritt, und damit eine konzeptuelle und religiöse Lösung für die Geworfenheit in eine gespaltene Welt und die selbstobjektivierende Entblößung des Menschen.³⁸

Der Übergang wurde in dieser Form nicht von allen Kulturen vollzogen³⁹ - es sind die Hoch- bzw. Schriftkulturen, an denen die Achsenzeit ausbricht. Er wird als Paradiesverlust interpretiert - die zunehmende Selbstobjektivierung wird zur peinlichen Nacktheit. Diese immer stärker werdende Subjektivität lässt den Umstand der Vergänglichkeit des Lebens zur unbewältigbaren Katastrophe werden. Der „gute alte paläolithische Tod“ ist für das Subjekt der Achsenzeit kaum noch zu haben. Damit ist die

³⁶ - oder nur mit Gott geteilten -, vgl. Sloterdijk (1999: 49ff.)

³⁷ Ich werde noch - bei Gelegenheit - meine Ansicht darzulegen versuchen, dass Logos und Mythos einander wechselseitig bedingen.

³⁸ Die Rede von der „Achse des Bösen“ wirkt wie eine Wiederentdeckung achsenzeitlicher Urkategorien: der von Lyotard deklarierte „Tod der großen Erzählungen“ tritt als Götterdämmerung oder Wiedergeburt in Erscheinung.

³⁹ Vgl. Liedloffs (1991) Kontrastdarstellung des Kontinuum-Erlebens der Yequana-Indianer.

Basis geschaffen für eine Subjekt-Objekt-Perspektive, in der die Welt sprichwörtlich all jenes ist, was der Fall ist. Das Paradies der Eingebundenheit in eine Ursphäre wird aus dieser Sicht zur metaphysischen Utopie, die nur noch jenseits des irdischen Lebens denkbar ist. Generationen überdauernde Erzählungen sind als fixe Strukturen in die Welt gestellt.

Ontogenetisch finden wir einen ähnlichen Übergang, vorbereitet durch den Gewinn einer Fähigkeit, die der Entwicklungspsychologe Piaget als Objektpermanenz bezeichnete. Das Vermögen, sensorische Objekte konstant in kognitiven Schemata - Konzepten - zu stabilisieren, entspricht gleichzeitig dem Vermögen, neben „externen“ Objekten auch sich selbst als stabiles Dasein wahrzunehmen und auszulegen. Dieses „Erwachen zum Ich-Bewusstsein“ - eine Synthese einzelner Wahrnehmungsblitze zu einem geschlossenen Bewusstseinstrom durch Stabilisierung semantischer Strukturen - setzt etwa ab dem 12. Lebensmonat ein.

So wird diese Struktur schließlich zu einem grundlegenden Instrument für die Organisation der Außenwelt, aber auch zu einem kognitiven Instrument von solcher Bedeutung, dass sie zu jener wahrhaft „kopernikanischen Wende“ beiträgt, die Säuglinge zwischen 12 und 18 Monaten vollziehen (Piaget, 1983).⁴⁰

Es wird also unterstellt, dass *Ich-Bewusstsein* die Fähigkeiten zur Kategorienbildung durch den Verstand voraussetzt. Bei Kant wird diese Funktion als synthetische Einheit der Apperzeption bezeichnet - die Fähigkeit, einzelne Sinnesdaten zu einer Einheit des *cogito*⁴¹ zu verbinden.⁴² Mit diesem Entwicklungsschritt ist - nach Ansicht Piagets - jenes Vermögen rudimentär vorbereitet, das bei Platon als *dianoia* (lat.

⁴⁰ Zitiert nach Heschl (1992: 357)

⁴¹ Latein: „Ich denke“

⁴² Kant hatte allerdings keine entwicklungspsychologische, sondern eine rein rationale Perspektive. Piagets empfindet seinen strukturalistischen Ansatz als empirischen Beleg für Kants Kategorien. Diese „genetische Erkenntnistheorie“ weist eine Nähe zu anderen naturalistischen Ansätzen - etwa der evolutionären Erkenntnistheorie von Lorenz et al. - auf; vgl. Schüle (2005: 255).

ratio) bezeichnet wird und sich im kantschen Begriff „Verstand“ spiegelt. Im Kontext der griechischen Philosophie wird *dianoia* zunächst als Instrument alltäglicher - heuristischer - Erkenntnis begriffen.

Mit der Achsenzeit werden neue Ansprüche an dieses Vermögen gestellt. Der Anspruch nach gesicherter Erkenntnis tritt u.a. in Form von Skepsis gegenüber unreflektiertem Alltagswissen und den Sinneserfahrungen (*aisthesis*) auf. Verstandesmäßig gewonnene Kategorien und Ansichten mögen für den Alltagsgebrauch relevante und daher augenscheinlich „wahre“ Erkenntnisse ermöglichen, diese laufen jedoch Gefahr, in Spekulationen auszuufern und so Basis von „Meinungen“ (griech. *doxa*) zu werden. Der Begründer der Phänomenologie als philosophischer Disziplin - Edmund Husserl - verdeutlicht mit dem Begriff *Urdoxa*, dass aufgrund des lebensweltlichen Verstandesgebrauches die Idee von Wahrheit als Kategorie eine plausible Funktion übernimmt und daher als naive Grundüberzeugung üblich wird⁴³. Die Annahme von Wahrheit als Möglichkeit bietet natürlich ein geeignetes Fundament für jegliches *Meinen*. Bei streng logischer Anwendung erweist sich der Wahrheitsbegriff allerdings als zunehmend problematisch. Wir werden etwas später darauf zurückkommen.

Eine Lösung der griechischen Philosophie *doxa* aufzudecken liegt nun darin, das Selbstbeschränkungspotential von *dianoia* zu nutzen. Dieses Vorgehen finden wir etwa in der sokratischen Maieutik: Hier soll durch geschicktes Fragen die Unhaltbarkeit von Meinungen aufgedeckt werden. Die Dialektik wiederum versucht in Gesprächen, widersprüchliche Ansichten einer Synthesis zuzuführen. Dies kann bereits als andere Ebene von *dianoia* ausgelegt werden.

Als zentrales Erkenntnisorgan - der *dianoia* übergeordnet - gilt den griechischen Philosophen *noesis* (lat. *intellectus*) - die bei Platon der

⁴³ Vgl. Slunecko (1996: 20)

Fähigkeit zur intuitiven Ideenschau⁴⁴ entspricht und im Kontext der philosophischen Forschung zumeist als höchste Funktion des menschlichen Erkenntnisvermögens erachtet wird. Die Schau der Ideen - jene Prinzipien oder Bilder, die den Gegenständen der Sinne zu Grunde liegen - ist die Fähigkeit, durch welche *dianoia* erst ihre Bestimmung finden kann. Oft wird *noesis* in diesem Kontext mit Vernunft übersetzt. Ob *dianoia* tatsächlich in der Lage war, jene Wahrheit zu offenbaren, die Plato als essentiell ansah, ist schwer zu erfahren. Wir finden Hinweise darauf, dass dies auch anders gewesen sein könnte:

Von mir wenigstens gibt es keine Schrift darüber und wird es sicher auch nie eine geben; denn das läßt sich nicht in Worte fassen wie andere Wissenschaften, sondern aus dem Zusammensein in ständiger Bemühung um das Problem und aus dem Zusammenleben entsteht es plötzlich wie ein Licht, das von einem springenden Funken entfacht wird, in der Seele und nährt sich dann weiter. Und doch weiß ich soviel sicher, daß, wenn es schon geschrieben oder vorgetragen würde, dies am besten von mir geschehen könnte. Und auch das weiß ich: Wenn es schlecht dargestellt wird, dann bringt es doch schließlich mir den größten Schaden. Wenn ich aber glaubte, es müsse in befriedigender Weise der breiten Öffentlichkeit schriftlich und mündlich vermittelt werden, was hätte ich Schöneres als das in meinem Leben tun können, Schöneres als den Menschen eine große Heilslehre niederzuschreiben und das Wesen der Dinge für alle ans Licht zu ziehen? Aber ich glaube, daß die Wiedergabe dieser Forschungen für die Menschen nichts Gutes bedeuten würde, außer für ganz wenige, und diese wären imstande, auf Grund einer kurzen Anleitung selbst die Sache zu finden, und von den übrigen würde

⁴⁴ Bei Platon bedeutet Idee, ganz entgegen unserer Verwendung, nicht eine geistige Vorstellung im Sinne eines Abbildes von Sinneserscheinungen, sondern ein „Vorbild“ im Sinne einer Ursache der Sinneserscheinungen. Wir finden hierin eine erstaunliche Parallele zur tibetschen Praxis der tantrischen Visualisierungsmethoden, in welchen der Meditierende „archetypische“ Gottheiten schaut (entweder spontan oder schrittweise entwickelt), sich mit ihnen verbindet und so deren Qualitäten verkörpert. Es ist nicht auszuschließen, dass bereits Sokrates und andere griechische Philosophen der ersten Generationen - noch im Einfluss altgriechischer Mysterienpraktiken - einen sehr verwandten Gebrauch des Ideenbegriffes pflegten.

es die einen in ganz ungehöriger Weise mit übel angebrachter Geringschätzung gegen alle Philosophie erfüllen, die andern mit verstiegenem und törichtem Selbstbewußtsein, als ob sie weiß wie etwas Herrliches gelernt hatten.⁴⁵

Dieser Passus lässt Zweifel keimen, ob je die methodische Essenz Platons Lehre einer nachhaltigen Überlieferung zuteil wurde oder ob sie als Übung nur wenigen Auserwählten übermittelt wurde und mit der Schließung der platonischen Akademie als Praxistradition von der historischen Bildfläche verschwand. Nachdem Platon auch bei den Pythagoräern studiert hatte und andere Mysterienkulte im Griechenland dieser Zeit sehr populär waren, liegt der Schluss nahe, dass er hier von Erkenntnissen dieses Umfelds spricht. Doch am Text bleibend wird klar, dass jene Erkenntnis sich nicht nur über konzeptuelles Nachvollziehen von Begriffen erschöpft, sondern in eine direkte Erfahrung münden muss. Wie dies genau auszusehen hat, können wir dem Text nicht entnehmen, obwohl es offenbar mit „ständiger Bemühung um das Problem“ und „aus dem Zusammenleben“ entsteht. Dies mag in seiner Akademie praktiziert worden sein.⁴⁶ Weiters sieht er in diesem Wissen „eine große Heilslehre“, was zumindest den Ausschließlichkeitsanspruch des abendländischen Philosophierens auf konzeptuelle und dialektische Tätigkeiten in Frage stellt. Dass dieser Aspekt - verglichen mit der ausschließlichen Frage nach dem Heil bei Buddha - kaum eine Bedeutung, zumindest in der europäischen Rezeptionsgeschichte, erlangten, liegt auf der Hand. Das spirituelle Heil des Abendlandes wird in fester Hand der Kirche liegen.

Die Feiern in Eleusis wurden [...] im Jahr 392 nach Christus durch den römischen Kaiser Theodosius I. per Dekret verboten. Bald nach der Zerstörung des Tempels [...] durch den Goten Alarich 395, in dessen

⁴⁵ Platon (1951/1998: 34f.)

⁴⁶ Diese These bedarf einer erweiterten Recherche.

Gefolge sich arianische Christen befanden, gerieten die Mysterien in Vergessenheit.⁴⁷

Der Noesis entspricht in neuzeitlicher Auslegung (etwa bei Kant) der Fähigkeit des Verstandes, sich selbst zu begrenzen, indem er die Gültigkeit seiner Begriffe im Kontext eines erweiterten Horizonts - einer (theoretischen) Distanz - betrachtet und anhand von Erfahrung prüft. Das heißt, dass hier die Begriffe Verstand und Vernunft bereits sehr ineinander verschmolzen sind.

[Kant] versucht der Vernunft von innen her eine Grenze zuzuweisen und nicht von einem beanspruchten Platz der ‚Natur‘-Erkenntnis. Der doppelte Genetiv der *Kritik der reinen Vernunft*, d.h. daß hier die Vernunft das Kritisierende wie das Kritisierte ist, reflektiert dieses Unternehmen.⁴⁸

Die platonische Variante einer intuitiven Ideenschau wird spätestens bei Kant nicht mehr für möglich gehalten⁴⁹. "Wir können ... keine Kenntnis von dem Subjekte an sich selbst haben."⁵⁰ Ratio/Dianoia und Intellectus/Noesis wurde von unterschiedlichen Interpreten heterogen verwendet und deckte eine größere Bandbreite von Bedeutungen ab. Weiters überschneiden sich oft Bereiche der beiden Begriffe. Meister Eckhart und Martin Luther übersetzen die Termini etwa gespiegelt, also noesis/intellectus mit Verstand und dianoia/ratio mit Vernunft.

Überblickt man die abendländische - also großteils griechische - Entwicklung der Erkenntnisinteressen grob, so lässt sich eine Tendenz von einer naturphilosophischen Substanzmetaphysik bei den Vorsokratikern zu einer pragmatisch motivierten Philosophie bei Sokrates, Platon und Aristoteles bemerken. Es gilt, die durch Vernunft gewonnene Weisheit (*sophia*) in den Dienst des Lebens und Zusammenlebens zu

⁴⁷ Quelle: http://de.wikipedia.org/wiki/Mysterien_von_Eleusis [27.10.2008]

⁴⁸ Slunecko (1996: 46)

⁴⁹ Ausnahmen sind bspw. Schelling und Schopenhauer.

⁵⁰ Zitiert nach Bertelsen (2002: 78)

stellen. In diesem Kontext wird Noesis einerseits als Anteilnahme des Menschen an einer kosmischen Intelligenz begriffen und ihre Anwendung als eine Praxis der Synthesis von Metaphysik, Ethik und Ästhetik verstanden.

Der Übergang von Alltagserkenntnis zum philosophischen Anspruch eröffnet das Feld der Erkenntnistheorie. Damit werden neue Fragen virulent - unter anderem jene im Kratylosdialog Platons nach dem Zusammenhang zwischen Begriffen und Begriffenem. Weiters stellen sich methodologische Anforderungen, also solche nach geeigneten Werkzeugen zur Klärung der Frage nach gültigen Erkenntnissen. Eine Herausarbeitung differenzierter Logiken und Dialektiken setzt ein, die in der Aristotelischen Logik – darunter seine Syllogistik - gipfelt.

2.3.2 Er-Findung des Subjekts

Logik

Über lange Zeit bestimmen die Fragen nach einem Urgrund - einer Substanz -, ihren Eigenschaften und/oder Akzidenzien den Horizont europäischen Denkens. Descartes' Anspruch hingegen gilt der Gewissheit. Sein Misstrauen richtet sich gegen die althergebrachten (katholisch-) dogmatischen Interpretationen der aristotelischen Philosophie. Er sucht nach einem stabilen archimedischen Punkt, um ein weiteres Abgleiten des Denkens in Dogma und Spekulation zu verhindern.

Vollkommene *Evidenz* wird zum zentralen wissenschaftlichen Kriterium erhoben, radikaler Zweifel zur Methode.⁵¹ Was kann letztlich als sichere Grundlage unseres Erkennens gelten, wenn doch alles, was wir wahrnehmen, erfahren oder wissen, auch Täuschung oder Traum sein könnte? Descartes fand diesen Punkt in der Evidenz des „cogito“. Damit

⁵¹ Vgl. Slunecko (1996: 30)

rückt er das Erkenntnissubjekt ins Zentrum des Interesses und legt ein Fundament für eine zukünftige Psychologie.

Oft wird ihm der Vorwurf gemacht, dass sein Zweifel nur im Ansatz griff, jedoch letztlich auf halbem Weg in eine Substanz-Metaphysik zurückfiel.⁵² Dieses Urteil mag bei der Lektüre seiner *Meditationes* zwingend erscheinen, allerdings wäre es unfair, die historischen Rahmenbedingungen dieser Schrift außer Acht zu lassen. Erst 1619 - also 22 Jahre vor der Veröffentlichung der *Meditationes* - musste der Philosoph Luigi Vanini - unter dem Vorwurf, durch absichtlich schwache Gottesbeweise den Glauben untergraben zu haben - sein Leben dem Scheiterhaufen der Inquisition übergeben.⁵³ Descartes lag allerdings vor allem daran, mit der Metaphysik der Publikation seiner Physik strategisch den Weg zu bereiten, was er wieder verwarf, als Kopernikus, der eine ähnliche Auffassung wie Descartes vertreten hatte, sich vor dem kirchlichen Gericht verteidigen musste.⁵⁴ Einem seiner engsten Vertrauten, dem relativ konservativen Geistlichen Marin Mersenne, schrieb er in einem Brief:

[...] und unter uns darf ich euch anvertrauen, dass diese sechs Meditationen die gesamte Grundlage meiner *Physik* enthalten. Aber ich bitte Euch, das den Leuten nicht zu sagen, denn Anhänger des Aristoteles würden es dann schwerer finden, mir zuzustimmen. Ich hoffe, dass sich die Leser allmählich an meine Prinzipien gewöhnen und deren Wahrheit erkennen, bevor sie noch merken, dass die Prinzipien des Aristoteles damit zerstört werden.⁵⁵

Dies veranschaulicht zunächst die Kraft von Dogma und dass Erkenntnis mitunter verdeckt vorgeht, um sich - in der Gesellschaft „Andersgläubiger“ - ihren Weg zu bahnen. Viele Werke wurden nach Descartes' Tod von der

⁵² Kant würde seinen Schluss „Cogito ergo sum“, als einen Paralogismus bezeichnen. Wir werden noch dazu kommen.

⁵³ Vgl. Sorell (k.A.: 109)

⁵⁴ Vgl. Sorell (k.A.: 44)

⁵⁵ Zit. nach Sorell (k.A.: 70)

katholischen Kirche gebannt, er selbst hatte testamentarisch veranlasst, dass einige seiner Schriften erst spät nach seinem Tod publiziert wurden. Was jedoch, trotz Descartes' primärer Ausrichtung auf naturwissenschaftliche Fragestellungen (insbesondere im Bereich der Optik) durchaus zutreffen mag, war seine Skepsis gegenüber den Leistungen der Körpersinne⁵⁶ - und daher sein Primat für die Bedeutung der Logik als zuverlässigeres Erkenntnisinstrument.⁵⁷ Dies verschaffte ihm das Logo des „Rationalisten“, obwohl er darüber hinaus eine durchaus fortschrittliche Anleitung zu empirischem Forschen entwickelte und die Ansicht vertrat, dass sich viele Fragen nur durch ausführliches Experimentieren beantworten ließen. Aus Mangel an verfügbaren und ausreichend ausgebildeten Wissenschaftlern sah er darin allerdings ein Privileg zukünftiger Generationen. In dieser Hinsicht war er wohl methodologisch um einiges „empirischer“ ausgelegt als die Empiristen, die in erster Linie introspektiv vorgingen - jedoch die Gültigkeit der „Erkenntnisrohmaterialien“ betreffend, zu entgegen gesetzten Ansichten kamen.⁵⁸

Erfahrung

Ähnlich wie bei Descartes lag bei den Empiristen das erkennende Subjekt im Zentrum philosophischer Untersuchung - um durch die Entschlüsselung dessen Wahrnehmungsprinzipien die Voraussetzungen des menschlichen Erkenntnisvermögens zu ergründen. Die entscheidende narzisstische

⁵⁶ Was durch die neuen Perspektiven, mittels – zum Teil von ihm mitentwickelter - optischer Instrumente wie Mikroskop und Teleskop, verständlich wird. Vgl. Sorell (k.a: 53f.). Wir werden sehen, dass sich dieses Motiv durch Weiterentwicklung der Physiologie noch zuspitzen und so eine Ablösung der Psychologie von der Philosophie begünstigen wird – etwa durch die Einflüsse des Physiologen Johannes Müller. Allerdings werden die methodischen Schlussfolgerungen andere sein. Vgl. Benetka (2002: 50ff.). Wir werden das Thema gegen Ende des Kapitels noch einmal aufgreifen.

⁵⁷ Seine Beiträge zu deren Weiterentwicklung und Entwirrung gelten als durchaus bedeutend.

⁵⁸ Aus Zeitgründen, beschränkt sich die Darstellung des Rationalismus auf ihre Gründerfigur, Descartes. Dieser Denktradition werden jedoch noch viele - besonders für die Weiterentwicklung der Psychologie höchst einflussreiche - Denker zugerechnet. Darunter etwa Spinoza und die Linie von Leibnitz bis Wolff.

Kränkung für die damalige Metaphysik lag darin, dass wir - etwa laut Humes Skeptizismus - nur über unsere Sinne im Kontakt mit der Welt stehen und damit nicht in der Lage sind, über unsere Sinnesdaten hinausgehende Aussagen über diese zu treffen.⁵⁹ *Nihil est in intellectu quod non ante fuerit in sensu*, hatte bereits zuvor Locke unterstellt.⁶⁰ In diesem berühmten Zitat lässt sich das Grundprinzip des Empirismus gut ablesen: Sämtliche rationalistische Auslegungen der "Anschauungen" (Kants Begriff für Sinnesdaten) - etwa die Unterstellung systematischer Zusammenhänge sind laut Hume Resultat sekundärer Phänomene, die aus nichts anderem als den assoziativen Gewohnheiten des Geistes erwachsen. Demnach geben unsere Wahrnehmungen keinen Aufschluss über ein "dahinter liegendes" Wahrgenommenes - etwa Gesetzmäßigkeiten in der Welt - sondern höchstens darüber, was unser Wahrnehmungsapparat aus *Gewohnheit* konstituiert. Kausalität bedeutet bei Hume „Erinnerungen“ an gehäuft auftretende Ereignisse – sie gibt uns über unsere Wahrnehmungsträgheiten Auskunft. Daraus leitet sich Humes fundamentale Kritik am Prinzip der Induktion ab: Wir können nicht vom Besonderen auf allgemein gültige Gesetze schließen wie er auch in seinem „A Treatise of Human Nature“ (1740/1978) pointiert ausdrückt:

Was wir nicht von einem Gegenstand lernen, können wir auch nie von hundert lernen, die von derselben Art sind.⁶¹

Humes Konzepte und Begrifflichkeiten, gleichermaßen wie die damit verbundenen Annahmen sollten noch viel später das Forschungs-selbstverständnis vieler Paradigmen - etwa dem der Assoziationspsychologie - prägen. Dort wird beispielsweise die Unterscheidung zwischen einfachen und zusammengesetzten geistigen Elementen

⁵⁹ Ebenfalls aus Zeitgründen werde ich hier nur Humes Standpunkt exemplarisch für den Empirismus herausgreifen.

⁶⁰ Zit. nach Slunecko (1996: 32) Nichts ist in unserem Verstand, das zuvor nicht in den Sinnen war. (Übersetzung D.M.)

⁶¹ Ebd.

übernommen.⁶² Eine Unterscheidung, die wir auch in der buddhistischen Scholastik antreffen, die darüber hinaus - etwa in der Idee der Bündelpersönlichkeit - Parallelen zu manchen Konzepten der Empiristen aufweist.⁶³ Die Vorstellungen einer objektiven Kausalität werden im Assoziationsbegriff schon auf Konkurrenz durch den Begriff der Konditionierung vorbereitet. Auch ein Teil jener Bestrebungen, die nach Kant als Psychologismusbekämpfungen Furore machten, zielen darauf ab, eine Logik nicht auf rationalistischer Basis, sondern auf empirischen Erforschungen des psychologischen Erkenntnisapparates zu errichten.⁶⁴ Ein Motiv, das wir in der Erkenntnistheorie und Logik immer wieder antreffen werden. Metaphysik und Empirische Wissenschaften werden sich von nun an mit Erscheinungen und Ideen, jedoch kaum noch mit einem „Ding an sich“ auseinandersetzen.⁶⁵

Dualismus

Ein Resultat der „subjektivistische Wende“ war eine Aufspaltung der Wissenschaft in zwei Bereiche: den der Kognition – des „denkenden Dings“ (res cogitans) und jenen der Naturwissenschaft - der „räumlich ausgedehnten Dinge“ (res extensa). Weiters war die Erkenntnistheorie polarisiert - in die Lager der Rationalisten und Empiristen. Die Herausforderung für Kant, gesichertes Wissen und damit eine Metaphysik zu retten, lag darin, die Möglichkeit einer der Erfahrung vorgelagerten Logik mit dem empiristischen Skeptizismus zu versöhnen. Damit könnte es ihm gelingen die Polarität von Erfahrung und Vernunft „aufzuheben“, im mehrfachen -„hegelschen“ - Sinne des Wortes.⁶⁶

⁶² Ebd.

⁶³ Vgl. Schlieter (2001: 35ff.) Ob diese Parallelen über den Status von Analogien hinausgehen, kann an dieser Stelle nicht geprüft werden.

⁶⁴ Die Psychologismuskritiken - etwa jene Husserls - zielen u.a darauf ab, dass auch jede empirische Forschung letztlich nur auf Basis bereits getroffener logischer Axiome aufbauen kann, wodurch der Logik die Stellung einer Grundlagendisziplin zukommen würde. Vgl. Kap. 2.4

⁶⁵ Natürlich sind manche Idealisten und Schopenhauer davon auszunehmen.

⁶⁶ Im Sinne von entgegen und inkludieren.

Was er vorfand, war eine Situation, in der sich Rationalisten und Empiristen unversöhnlich gegenüberstanden. Die Argumentationen drehten sich im Kreis: Die einen wollten nur die Erfahrung als Stützpunkt von Erkenntnis zulassen, die anderen beharrten auf dem Primat der geistigen Leistungen; die einen verstanden nur das empirisch Registrierbare als Wirklichkeit, die anderen sahen in der Empirie die Realisierung logischer Strukturen.⁶⁷

Die Dichotomie von Körper und Denken seit Descartes wird durch Kants Konzeptionen von Natur- und Geisteswissenschaften sogar eine methodische Ausweitung erfahren. Und dennoch, so ist zu vermuten, muss es zwischen jenen so unvereinbaren Seinsbereichen von Subjekt und Objekt ein Bindeglied geben, das eine Grundlage für Erkenntnis liefert. Werden wir dieses bei Kant finden können?

⁶⁷ Schülein (2005: 84)

2.3.3 Konstruktivistische Wende

Immanuel Kant

Es besteht weitestgehende Übereinkunft darüber, dass die „abendländische Philosophie im Werke Immanuel Kants einen Höhe- und Wendepunkt erreicht, der von vielen, auch von Gegnern der Kantschen Auffassung, als *der* Höhepunkt angesehen wird und jedenfalls darin einmalig ist, dass er ausschließlich von der Gedankenarbeit eines einzigen Mannes bewirkt wurde“⁶⁸. Die Wende wird als „kopernikanische“ bezeichnet, zumal die Idee aufgegeben wird, die Dinge „an sich“ erkennen zu können - nicht aber der Anspruch auf Relevanz einer vernunftgeleiteten Forschung. Dieses „Ende des dogmatische Schlafes der abendländischen Metaphysik“ führte insbesondere zu einer nachhaltigen Neubestimmung der Möglichkeiten und Grenzen der Philosophie und zu einer Projektierung zukünftiger Natur- und Geisteswissenschaften. Auf Kant basiert der nach wie vor übliche Brauch, empirische Forschung an Theoriesystemen auszurichten. Sein Einfluss auf die Psychologie muss als außerordentlich bedeutend gewertet werden.⁶⁹

Was Kant für die Erkenntnistheorie interessant macht, ist seine Bereitschaft, kritisch zu fragen. Kritik ist der Begriff, der seine drei Hauptwerke - "Kritik der reinen Vernunft" (A 1781/B 1789), "Kritik der praktischen Vernunft" und "Kritik der Urteilskraft" - einleitet. So wird "Kritische Philosophie" ein Synonym für sein Werk. Inwiefern seine Philosophie tatsächlich als revolutionäre Erneuerung seiner Vorläufer - insbesondere der rationalistischen Sichtweisen - anzusehen ist, ist allerdings nicht unumstritten.⁷⁰

⁶⁸ Vgl. Störig (1998: 387)

⁶⁹ Vgl. Benetka (2002: 31ff.) und Fahrenberg (2008).

⁷⁰ Insbesondere jener von Wolff. Vgl. Wunderlich (2005: 131ff.), der behauptet, dass sich Kant in wesentlichen Bereichen nicht von Wolffs Positionen trennt.

Seit Kant gibt es eine Philosophie - es ist allerdings nicht die einzige -, die den Anspruch hat, in allen Teilen kritisch zu sein. Während also bisher das kritische Moment in vereinzelt Argumenten und Szenen bestand, erstreckt es sich jetzt weiter; trotzdem artikuliert er sich in einer überkommenen Begrifflichkeit. Kurz: es wird erheblich schwieriger, den kritischen vom dogmatischen Teil abzugrenzen.⁷¹

Das zweite Logo, das seinem Werk anhaftet - „Transzendentalphilosophie“ - bezieht sich auf Kants spezifische Richtung zu Fragen: nach den *Bedingungen und Möglichkeiten* - und zwar in den Bereichen des menschlichen Erkennens, Hoffens und Urteilens.

Das Feld der Philosophie in dieser weltbürgerlichen Bedeutung lässt sich auf folgende Fragen bringen: 1. Was kann ich wissen? 2. Was soll ich tun? 3. Was darf ich hoffen? 4. Was ist der Mensch? Die erste Frage beantwortet die Metaphysik, die zweite die Moral, die dritte die Religion, und die vierte die Anthropologie. Im Grunde könnte man aber alles dieses zur Anthropologie rechnen, weil sich die drei ersten Fragen auf die letzte beziehen. Der Philosoph muß also bestimmen können: 1. die Quellen des menschlichen Wissens, 2. den Umfang des möglichen und nützlichen Gebrauchs alles Wissens, und endlich 3. die Grenzen der Vernunft.⁷²

Wir sehen, dass Kant der Anthropologie eine zentrale Stellung in der Philosophie beimisst, zumal für ihn alle Fragen der Philosophie in der Frage nach dem Menschen kulminieren. Dies wird uns noch im Kapitel über seine Bedeutung für die Psychologie interessieren, die er als empirische Anthropologie („Menschenkunde“) konzipierte - was eine Repositionierung dieser Disziplin gegenüber der Philosophie zur Folge hatte. Ausgangspunkt seiner Philosophie liegt zunächst allerdings in der Frage nach dem Erkenntnisvermögen des Menschen. Er unterzog die

⁷¹ Slunecko (1996: 37)

⁷² Kant (1781/1983: 25f.)

Vernunft - das kann man sicher ohne schlechtes Gewissen behaupten - einer gründlichen Kritik.

In dieser Beschäftigung habe ich Ausführlichkeit mein großes Augenmerk sein lassen und ich erkuhne mich zu sagen, daß nicht eine einzige metaphysische Aufgabe sein müsse, die hier nicht aufgelöst, oder zu deren Auflösung nicht wenigstens der Schlüssel dargereicht worden.⁷³

Woher kommt seine Selbstsicherheit - etwa keinem unendlichen Begründungszirkel unterlegen zu sein? Kant ist überzeugt, die Kritik an der Verlässlichkeit der Sinneserfahrung durch die Rationalisten sowie die Skepsis gegenüber der Logik seitens der Empiristen zu überwinden, indem er jenes Element offen legt, das den beiden Modalitäten des menschlichen Erkenntnisapparates zu Grunde liegt. Für Kant ist Erkenntnis - als gesetzmäßige und konstante Verbindung von einem Subjekt und einem Objekt - nur denkbar, wenn Subjekt und Objekt vor der Erfahrung - a priori - bereits miteinander verbunden sind. Das „verantwortliche“ synthetische Agens meint er in der transzendentalen Apperzeption nachweisen zu können.

Transzendentalphilosophie meint bei Kant die Ausarbeitung der Idee, dass menschliches Erkennen ein durch das menschliche Bewusstsein konstituierter Prozess ist - wodurch er mitunter als Begründer des konstruktivistischen Denkansatzes gilt.⁷⁴ Der Begriff „transzendental“ verweist darauf, dass er nicht nur an den empirischen Inhalten des Bewusstseins, sondern insbesondere an dessen formgebenden Größen interessiert ist. Seine zentrale These lautet: All unser Erfahren - auch unser Erkennen - beruht auf apriorischen Kategorien. A priori - Latein für „vom früheren her“ - sind bei Kant jene Elemente des Bewusstseins, die der Erfahrung voraus und zugrunde liegen. Allen voran Raum und Zeit -

⁷³ Kant (1781/1983: XIII)

⁷⁴ Ob er selbst mit diesem Begriff glücklich wäre, sei dahingestellt - sein Einfluss auf diese erkenntnistheoretische Position lässt sich allerdings gut belegen. Vgl. Collin (2008)

die die Bedingungen der Möglichkeit jeglicher Sinneserfahrung erst aufspannen. Sodann die Verstandeskategorien - Quantität, Qualität, Relation und Modalität -, die gemeinsam mit Raum und Zeit erst Erfahrung ermöglichen. Diese Unterscheidung benutzt er, um die zunächst unvereinbaren Gegenpositionen - Empirismus und Rationalismus - in einem konsistenten System zusammenzuführen.

Er widerspricht sowohl Lockes Idee der leeren Tafel (Tabula rasa) - der Vorstellung, dass der Mensch als unbeschriebenes Blatt zur Welt kommt und seine Wahrnehmungs- und Erkenntnisbedingungen ausschließlich durch Erfahrungen strukturiert sind - als auch Descartes' Schluss, dass aus der Evidenz des Denkens bereits ein substantielles Subjekt ableitbar ist und sich durch die Gesetzmäßigkeiten der Logik auf die - über die Erfahrung hinausgehende - Realität der Dinge schließen ließe.

Mit seinem Ansatz, so meinte er, habe er die grundlegenden philosophischen Fragen gelöst und die Basis widerspruchsresistenter - apodiktischer - Erkenntnis sichergestellt, indem er die Gefahr völliger Willkür einer rein rationalistischen Philosophie und den Sumpf radikaler Skepsis des Empirismus neutralisierte: Er band die Logik an die Sinneserfahrung sowie die Sinneserfahrung an die Begriffe: „Gedanken ohne Inhalt sind leer, Anschauungen ohne Begriffe blind.“⁷⁵

⁷⁵ Kant (1781/1983: 51)

An der Schwelle der Erkenntnis

Wer spricht, macht Schulden; wer weiterspricht, redet, um zu tilgen.⁷⁶ Es ist an der Zeit, jenes Versprechen einzulösen, das ich gab, als ich Kants Auffassung der „transzendentalen Apperzeption“ eine Schlüsselposition in dieser Komposition zukommen ließ. Ich kündigte an, ihre Tauglichkeit als Brückenelement zwischen moderner Erkenntnistheorie, Psychologie und buddhistischer Praxis zu überprüfen. Sich auf das Denken eines Menschen einzulassen, birgt gewisse Risiken.

Vor lauter Klammern und Fußnoten verstand er kein Wort, und wenn er gewissenhaft mit den Augen den Sätzen folgte, war ihm, als drehe eine alte knöcherne Hand ihm das Gehirn in Schraubenwindungen aus dem Kopfe. Als er etwa nach einer halben Stunde erschöpft aufhörte, war er nur bis zur zweiten Seite gelangt, und Schweiß stand ihm auf der Stirne.⁷⁷

So beschreibt Musil die ersten Kant-Leserlebnisse des Zöglings Törleß. Die Psychologie lehrt uns, dass wir dazu neigen uns von Investitionen etwas zu erwarten. So wird die Bedeutung einer Leistung oftmals mehr am Arbeitsaufwand als an Ergebnissen gemessen. Nicht Tauglichkeit, sondern Investition bestimmt den Wert. Dies ist eine Gefahr, die bei Kant nicht auszuschließen ist, zumal seine Denkwege mitunter mit Tiefseeabenteuern vergleichbar sind. Es mag daher ratsam sein, dies bereits vorab zu bedenken, entsprechende Immunisierungsausrüstung griffbereit zu haben und beim Auftauchen die Dekompressionsstopps nicht zu vergessen. Betreten wir also ein Denklabyrinth und vertrauen dem Hinweis von Jes Bertelsen⁷⁸, wonach wir in dessen schwer zugänglichem Zentrum eine Kernstelle der abendländischen Erkenntnistheorie antreffen, die gleichzeitig eine Schwelle des menschlichen Erkenntnisvermögens markiert. Es möge dies eine Übung in hermeneutischer Bescheidenheit

⁷⁶ Sloterdijk (2001: 11)

⁷⁷ Musil, R. (1978: 78ff) Die Verwirrungen des Zöglings Törleß. Hamburg: Rowohlt

⁷⁸ Bertelsen (2006: 75f.)

sein: Viele wagten sie und die Ergebnisse fielen nicht immer konsistent aus.

Der Versuch einer Rekonstruktion von Kants Bewusstseinstheorie bereitet einige grundsätzliche Schwierigkeiten. Kant hat seine Theorie des Bewußtseins nicht im Zusammenhang formuliert, und es ist daher fraglich, ob er überhaupt über eine konsistente Theorie verfügt. Die Rekonstruktion sollte nicht den Fehler begehen, dies vorauszusetzen.⁷⁹ [...] Es ist nicht sicher, daß irgendjemandem jeder Aspekt seines Denkens verständlich gewesen ist – einschließlich Kant selbst.⁸⁰

Es gibt insbesondere Schwierigkeiten, Quellen aus unterschiedlichen Schaffensphasen miteinander in Bezug zu setzen, da nicht ganz klar ist, ob Teile davon - und wenn ja, welche - später revidiert wurden. Dies trifft u.a. auch für die transzendente Apperzeption zu: Kant präsentiert seine Auffassung davon in der zweiten Auflage der Kritik der reinen Vernunft in einer überarbeiteten und weitgehend veränderten Form. Dies lässt darauf schließen, dass die Thematik auch für ihn nicht immer eindeutig war:

In der ersten, der A-Ausgabe hatte Kant die transzendente Apperzeption als synthetischen Gipfelpunkt im Erkennungsprozess gesetzt, der Subjekt und Objekt, Verstand und Empfindung zusammenband. In diesem Prozess entdeckte er [...], dass die verschiedenen Funktionsweisen der Subjekt-Objekt-Synthesen der Phantasie entstammten. Die Kategorien, die Arten der Synthesen, wurden in A [der ersten Auflage der KrV, Anm. D.M.] als die Arten der Phantasiesynthesen bestimmt. Indem er aber Phantasie und Synthesen zusammenhielt, entdeckte Kant die nächste Tiefebene, in die sich die Phantasie, die Vorstellungskraft, öffnet. [...] Dies führte dazu, dass Kant in der B-Ausgabe die Phantasie versiegelte; sie wird aus dem innersten Funktionsmodus der Erkennungsprozesse ausgeschlossen. Kant hielt in der B-Ausgabe an der zentralen

⁷⁹ Wunderlich (2005: 133)

⁸⁰ Vgl. Scruton (k.A.: 7)

erkenntnisbedingenden Funktion der Apperzeption und ihrem Status fest; er entfernte aber die Phantasie, er schloss das Tor zur Tiefe.⁸¹

Aus dieser Auslegung von Bertelsen können wir ableiten, dass Kants Versuch, die Basis des gesicherten Wissens zu untersuchen, ihn an eine Stelle brachte, an der eben diese Basis ins Wanken geriet: Treten wir an die Schwelle der Begegnung von Subjekt und Objekt, eröffnen sich mitunter Abgründe - es könnte Willkürlichkeit, Phantasie oder Freiheit sein. Treten wir also zunächst ein Stück zurück, um seinen Begriff der Apperzeption etwas weiter zu überblicken. Ich werde versuchen, die nicht ganz einfache Materie in Perspektiven aufzufächern: Zunächst werde ich auf den Aspekt der Evidenz und „ursprüngliche Offenheit“ des Selbstbewusstseins eingehen, dann auf die formalen Strukturen der Apperzeption - die Kategorien - und zuletzt auf die Implikationen für die Wissenschaftskonzeption Kants - insbesondere im Hinblick auf seinen Entwurf einer empirischen Psychologie.

Die Offenheit und Evidenz des Selbstbewusstseins ist ein Aspekt, der insbesondere für einen Brückenschlag zur Praxis des Dzogchen relevant werden könnte, da diese Praxis an der Offenheit des leeren Bewusstseins ansetzt. Verweilt man darin, werden Prozesse aktiv, die im alltäglichen dualistischen Bewusstsein von Subjekt und Objekt kaum zum Tragen kommen - wohl eher in Situationen, die wir als pathologisch einzustufen gewohnt sind. Man könnte auch sagen, dass die Fundamente der Welt und des „Ich“ hier brüchig werden. Die empirische Apperzeption - die Vergegenwärtigung intentionaler Inhalte - könnte wiederum für Darstellungen der Vipassana-Praxis hilfreiche Unterscheidungen anbieten.

KANT gebraucht den Ausdruck „empirische Apperzeption“ gleichbedeutend mit dem des „inneren Sinnes“ [...] Sie ist „das

⁸¹ Vgl. Bertelsen (2006: 78)

Bewußtsein seiner selbst, nach den Bestimmungen unseres Zustandes bei der inneren Wahrnehmung“. Von diesem „wandelbaren“ Ichbewußtsein (KrV, S.121) unterscheidet er die „transcendentale Apperception“ [...] als reine, constante, synthetische, active Ichheit.⁸²

Kant unterschied also zwischen empirischer und transzendentaler Apperzeption, die er vom Begriff der Perzeption - den Erfahrungen der äußeren Sinne - abgrenzte. Apperzeption entspricht dem „inneren Sinn“, die transzendente Apperzeption dabei der reinen, konstanten, synthetischen und aktiven Ichheit: „Dieses reine ursprüngliche, unwandelbare Bewusstsein will ich nun die transcendentale Apperzeption nennen.“⁸³ An anderer Stelle lesen wir:

[...] *reine Apperzeption*, um die von der *empirischen* zu unterscheiden, oder auch die *ursprüngliche Apperzeption*, weil sie dasjenige Selbstbewußtsein ist, was, indem es die Vorstellung *Ich denke* hervorbringt die alle anderen muß begleiten können, und in allem Bewußtsein ein und dasselbe ist, von keiner weiter begleitet werden kann.⁸⁴

Wir behandeln zunächst den Aspekt der Reinheit und Evidenz. Ähnlich wie Descartes' „Cogito“ bezeichnet die t.A. die vollkommen evidente Selbstgegebenheit des Bewusstseins. Es ist die synthetische - also verbundene - Erfahrung des „Ich denke“, das sämtliche Akte des Bewusstseins begleitet und jenseits der Veränderlichkeit des Bewusstseinsstromes ein einheitliches Ich-Bewusstsein ermöglicht.

Die Möglichkeit der Erfahrung ist also das, was allen unseren Erkenntnissen apriori objektive Realität gibt. Nun beruht Erfahrung auf der synthetischen Einheit der Erscheinungen, d. i. auf einer Synthesis nach

⁸² Vgl. Eisler (Eisler-Begriffe Bd. 1: 59) Wörterbuch der philosophischen Begriffe. Geschichte der Philosophie: 12433

⁸³ Kant (1781/1983: 108)

⁸⁴ Kant (1787/1983: 132)

Begriffen vom Gegenstande der Erscheinungen überhaupt, ohne welche sie nicht einmal Erkenntnis, sondern eine Rhapsodie von Wahrnehmungen sein würde, die sich in keinen Kontext nach Regeln eines durchgängig verknüpften (möglichen) Bewußtseins, mithin auch nicht zur transzendentalen und notwendigen Einheit der Apperzeption, zusammen schicken würden.⁸⁵

Die t.A. als „synthetischer“ Aspekt des „ursprünglichen“ Bewusstseins ist gewissermaßen als Form gebendes Bindeglied zwischen den veränderlichen Inhalten - den Empfindungen - gedacht. Sie ist keine passive Wahrnehmung, sondern ein konstitutiver Wahrnehmungsakt. Anders als Descartes lässt sich Kant vom Cogito jedoch nicht zu dem Schluss verleiten, dass der Umstand der Evidenz des Selbstbewusstseins auf die Existenz einer substanzhaften Subjektivität (res cogitans) schließen lässt. Wie viele Interpreten Descartes' weist er darauf hin, dass es sich bei der Aussage „Ich denke, also bin ich“ um einen Paralogismus handelt: Aus dem „Ich denke“, lässt sich nicht auf ein denkendes Ding schließen. „Ich denke, also existiert Denken“, wäre demgegenüber ein möglicher Schluss, der nicht die logischen Ebenen missachtet.⁸⁶

Die empirische Apperzeption entspricht also der Vergegenwärtigung psychischer Inhalte - dem Bewusstseinstrom von Empfindungen, Gedanken und Vorstellungen. Die transzendente Apperzeption verleiht den Inhalten ihre Struktur, und macht sie so erst „sinnfähig“. Sie gibt Empfindungen eine Form und bringt sie so als etwas Erfahrbares hervor - informiert sie. Wie aber lässt sich dies begreifen, wenn sie uns nicht als Objekt von Erfahrung zugänglich ist? Was ist ihre Grundlage und wodurch legitimiert sie sich?

⁸⁵ Kant (1781/1983: 200)

⁸⁶ Vgl. Slunecko (1996: 41). Eine weitere Interpretation wäre, das „Ich“ als Wirkung im Sinne eines performativen Aktes aufzufassen: Ich denke, daher bin ich.

Laut Kant ist die transzendente Apperzeption nicht ein psychologischer Inhalt; sie ist von allen Inhalten leer; sie ist nicht eine empirische Tatsache, da sie von allen empirischen Tatsachen vorausgesetzt wird. Sie ist weder Hypothese noch Postulat; denn Kant meint in der transzendentalen Deduktion (in A wie auch in B) die Notwendigkeit der Annahme einer transzendentalen Apperzeption nachweisen zu können.⁸⁷

Kant meint, dass dem Umstand, dass wir Erfahrungen und Erkenntnisvermögen besitzen, notwendig eine Struktur zugrunde liegen muss. Ohne diese – etwa Raum und Zeit - wären Vorstellungen schlicht unvorstellbar.

Die Erfahrung hat also Prinzipien ihrer Form apriori zu Grunde liegen, nämlich allgemeine Regeln der Einheit in der Synthesis der Erscheinungen, deren objektive Realität, als notwendige Bedingungen, jederzeit in der Erfahrung, ja sogar ihrer Möglichkeit gewiesen werden kann. Außer dieser Beziehung aber sind synthetische Sätze apriori gänzlich unmöglich, weil sie kein Drittes, nämlich reinen Gegenstand haben, an dem die synthetische Einheit ihrer Begriffe objektive Realität dartun könnte."⁸⁸

In der synthetisierenden Funktion der t.A. kommen jene Kategorien zu tragen, die er meint, direkt von Aristoteles übernehmen zu können: Raum und Zeit - die a priori Formen der Anschauungen - haben eine Schwellenstellung in unserem Erkennen inne: Sie sind uns als Anschauungen zugänglich und der Erfahrung gleichzeitig vorausgesetzt. Die formenden Kategorien - Quantität, Qualität, Relation⁸⁹ und Modalität - repräsentieren den Anteil des Verstandes in der transzendentalen Begründung des Erkenntnisvorgangs. Sie sind ebenfalls der Erfahrung vorausgesetzt. Die Kategorien bilden gewissermaßen die Schwelle der

⁸⁷ Bertelsen (2006: 77)

⁸⁸ Kant (1781/1983: 200)

⁸⁹ In diese Kategorie fällt die am häufigsten zitierte, nämlich Kausalität.

Welt und gleichzeitig die Schwelle des „Ich“: So ist es also für Kant möglich, die t.A. als Evidenz und jedes Bewusstsein begleitendes „Cogito“ zu erfahren.

Kants Wissenschaftskonzeption

Eine entscheidende Funktion haben die a priori Kategorien insbesondere für die Möglichkeit einer objektiven Wissenschaft. Hier wird Kants Rede von den synthetischen Urteilen a priori relevant.

Ich nenne auch die Einheit derselben die *transzendente* Einheit des Selbstbewußtseins, um die Möglichkeit der Erkenntnis a priori aus ihr zu bezeichnen.⁹⁰ Auf solche Weise sind synthetische Urteile apriori möglich, wenn wir die formalen Bedingungen der Anschauung a priori, die Synthesis der Einbildungskraft, und die notwendige Einsicht derselben in einer transzendentalen Apperzeption, auf ein mögliches Erfahrungserkenntnis überhaupt beziehen, und sagen: die Bedingungen der Möglichkeit der Erfahrung überhaupt sind zugleich Bedingungen der Möglichkeit der Gegenstände der Erfahrung, und haben darum objektive Gültigkeit in einem synthetischen Urteile apriori."⁹¹

Durch diese Idee klingen bereits die Auswirkungen der Analyse der transzendentalen Apperzeption für die Erkenntnistheorie und die dadurch abgeleiteten Konsequenzen für die Wissenschaftskonzeption Kants. Kant entfernt sich von Humes Idee - Kausalität sei a posteriori, also konditioniertes Ergebnis von Sinneserfahrungen und -gewohnheiten. Vielmehr ist die transzendente Apperzeption sowohl Basis von Erfahrung - den Anschauungen - sowie jene der Möglichkeit der Vernunft. Sie ermöglicht dadurch auch diese beiden Aspekte des Erkenntnisvermögens zueinander in Bezug zu setzen. Dies trifft für „objektive“ Erkenntnis, in weiterer Folge also „naturwissenschaftlicher“

⁹⁰ Kant (1781/1998: 132)

⁹¹ Kant (1781/1998: 201)

Erkenntnis gleichermaßen zu. Was bedeutet „objektiv“ im Sinne Kants? Es kann bei Kant nur noch heißen, als Objekt den „äußeren Sinnen“ erscheinend, gemäß der konstitutiv synthetischen „Kraft“ der t.A. Da dieser Kraft die a priori gegebenen Gesetzmäßigkeiten des Raumes und der Zeit zugrunde liegen, lassen sich Phänomene, die den äußeren Sinnen zugänglich sind, auch gesetzmäßig darstellen.

Ich behaupte aber, dass in jeder besonderen Naturlehre nur so viel eigentliche Wissenschaft angetroffen werden könne, als darin Mathematik anzutreffen ist. Denn nach dem Vorhergehenden erfordert eigentliche Wissenschaft, vornehmlich der Natur, einen reinen Teil, der dem empirischen zum Grunde liegt, und der auf Erkenntnis der Naturdinge a priori beruht. Nun heißt etwas a priori erkennen, es aus seiner bloßen Möglichkeit erkennen [...].⁹²

Etwas aus seiner bloßen Möglichkeit erkennen: Dies ist es, was Kant mit synthetischen Urteilen a priori meint: Die Beschaffenheit des Raumes impliziert, dass in ihr die Gesetzmäßigkeiten der Geometrie bereits angelegt sind. Der Raum selbst liefert also die Gesetze der Mathematik, nicht die Sinneserfahrung, wie Hume unterstellt. So liefert uns die Geometrie jene Bedingung der Möglichkeit einer objektiven Erkenntnis, nach der Kant gefragt hatte - natürlich nicht von Dingen „an sich“, sondern von allem, was unseren Sinnen zugänglich ist. Dies jedoch nicht, indem diese Gesetze sich unserer Vernunft mittels der Phänomene offenbaren, sondern dadurch, dass wir - mittels der Funktionen der Vernunft - die Natur aktiv „befragen“. Dies durch Theorien, die experimentell, also empirisch, zu überprüfen sind:

"Die Vernunft muß mit ihren Prinzipien, nach denen allein übereinkommende Erscheinungen für Gesetze gelten können, in einer Hand, und mit dem Experiment, das sie nach jenen ausdachte, in der anderen, an die

⁹² Kant (1786/1983: A VIII-X/14-15)

Natur gehen, zwar um von ihr belehrt zu werden, aber nicht in der Qualität eines Schülers, der sich alles vorsagen läßt, was der Lehrer will, sondern eines bestellten Richters, der die Zeugen nötigt, auf die Fragen zu antworten, die er ihnen vorlegt. Und so hat sogar Physik die so vorteilhafte Revolution ihrer Denkart lediglich dem Einfalle zu verdanken, demjenigen, was die Vernunft selbst in die Natur hineinlegt, gemäß, dasjenige in ihr zu suchen (nicht ihr anzudichten), was sie von dieser lernen muß, und wovon sie für sich selbst nichts wissen würde. Hierdurch ist die Naturwissenschaft allererst in den sicheren Gang einer Wissenschaft gebracht worden, da sie so viel Jahrhunderte durch nichts weiter als ein bloßes Herumtappen gewesen war.⁹³

Kant legt damit die wissenschaftstheoretische Basis für der Zukunft: Wir bilden Theorien und lassen sie an der Empirie scheitern oder bestätigen. So beschränken wir „die reine Vernunft“, indem wir sie an der Erfahrung erproben. Nur so sei auch gewährleistet, dass sich die Vernunft, in ihrer natürlichen Bewegung, nach den höchsten Beweggründen zu fragen, nicht in bodenloser Spekulation verliert.

Die Natur wird Gegenstand der Forschung. Sie ist bei Kant all jenes, was den Sinnen zugänglich ist. So teilt er die Welt - wie Descartes, allerdings ohne eine Substanz zu unterstellen - in zwei Bereiche: Perzeption erschließt uns - mittels der „äußeren Sinne“ - die Gegenstände der äußeren Welt (res extensa), Apperzeption dagegen erschließt uns die Phänomene der Inneren Welt (res cogitans).⁹⁴ Phänomene der äußeren Sinne werden zur Domäne der „Körperlehre“ (der Naturwissenschaft), jene des inneren Sinnes zum Feld der „Seelenlehre“. Hier liegt gewissermaßen der Geburtsort der Psychologie als empirische Wissenschaft durch deren für Kant methodisch notwendige Abgrenzung von den Naturwissenschaften.

⁹³ Kant (1781/1998: 23f.)

⁹⁴ Wie bereits erwähnt verwendet Kant diese Unterscheidungen nicht wie zuvor Descartes im Sinne von Substanzen.

Die pragmatische Anthropologie

Räumlich ausgedehnte Objekte (res extensa) zeigen sich - glaubt man Kant - nur den äußeren Sinnen. Dadurch bleiben die inneren Phänomene einer wissenschaftlichen Darstellung verschlossen, denn es

„[...] muss empirische Seelenlehre jederzeit von dem Range einer eigentlich so zu nennenden Naturwissenschaft entfernt bleiben, erstlich weil Mathematik auf die Phänomene des inneren Sinns und ihre Gesetze nicht anwendbar ist [...].⁹⁵

Der reine Teil der transzendentalen a priori Kategorien, welcher in der idealtypischen Naturwissenschaft - der newtonschen Mechanik - eine mathematisch präzise Darstellung und Vorhersage von Körperbewegungen ermöglicht, kann in den inneren Phänomenen nicht zur Anwendung kommen.

Denn es ist mit jenen inneren Erfahrungen nicht so bewandt, wie mit den äußeren, von Gegenständen im Raum, worin die Gegenstände nebeneinander und als bleibend festgehalten erscheinen. Der innere Sinn sieht die Verhältnisse seiner Bestimmungen nur in der Zeit, mithin im Fließen; wo keine Dauerhaftigkeit der Betrachtung, die doch zur Erfahrung notwendig ist, statt findet⁹⁶

Innere Erfahrungen erscheinen bei Kant im Fließen, also nur in der Zeit, jedoch nicht im Raum. So lässt sich die Voraussetzung für exakte Wissenschaft auf Objekte des Inneren Sinnes nicht anwenden – ihre Bewegungen und Beziehungen lassen sich nicht durch Algorithmen ausdrücken und vorhersagen. Sie können also nicht in logische Systeme übertragen werden, wie das die newtonsche Mechanik im Hinblick auf ausgedehnte Körper leisten kann. Damit kann Psychologie niemals

⁹⁵ Kant (1786/1983: A VIII-X/14-15)

⁹⁶ Kant (1798/1983: BA 15/416).

Metaphysik sein, also keine Wissenschaft, die absolut sicheres Wissen schafft, sondern nur empirische Forschung - welche für ihn nicht als exakte Wissenschaft gilt. Aber selbst die Voraussetzung einer empirischen Naturlehre schien ihm dadurch problematisch, dass die Phänomene des inneren Sinnes nur durch Introspektion direkt zugänglich sind.

Soll das Ich sich selbst auffassen oder erkennen, so muss es sich in zwei Aspekte aufteilen: der eine, das Subjekt-Ich, untersucht den anderen, das Objekt-Ich. Was bedeutet: Im Grunde kann das Ich sich selbst nicht erkennen. Darum schloss Kant [...] "Wir können ... keine Kenntnis von dem Subjekte an sich selbst haben." (A 350).⁹⁷ Aber auch die bloße Beschreibung und Ordnung der seelischen Erscheinungen sah er als schwierig an, nicht zuletzt auch deshalb, weil eben "die Beobachtung an sich schon den Zustand des beobachteten Gegenstandes alteriert und verstellt".⁹⁸

Die Psychologie bleibt also auch als empirische Wissenschaft ein erkenntnistheoretisches Sorgenkind. Und wie es sich gehört, findet man dafür auch einen eigenen Platz jenseits der Mauern der Metaphysik. Kant nabelt die Psychologie ab. Die Ausdifferenzierung der einzelwissenschaftlichen Psychologie lässt sich über weite Strecken als eine Auseinandersetzung mit Kants Widerlegung einer Psychologie als rationale Metaphysik interpretieren. Wohin schickt Kant die Psychologie nun?

Ich antworte: sie kommt dahin, wo die eigentliche (empirische) Naturlehre hingestellt werden muß, nämlich auf die Seite der angewandten Philosophie, zu welcher die reine Philosophie die Prinzipien a priori enthält, die also mit jener zwar verbunden, aber nicht vermischt werden muß. Also muß empirische Psychologie aus der Metaphysik gänzlich verbannet sein, und ist schon durch die Idee derselben davon gänzlich

⁹⁷ Bertelsen (2002: 78)

⁹⁸ Benetka (2002: 35)

ausgeschlossen. Gleichwohl wird man ihr nach dem Schulgebrauch doch noch immer (obzwar nur als Episode) ein Plätzchen darin verstatten müssen, und zwar aus ökonomischen Bewegursachen, weil sie noch nicht so reich ist, daß sie allein ein Studium ausmachen, und doch zu wichtig, als daß man sie ganz ausstoßen, oder anderwärts anheften sollte, wo sie noch weniger Verwandtschaft als in der Metaphysik antreffen dürfte. Es ist also bloß ein so lange aufgenommener Fremdling, dem man auf einige Zeit einen Aufenthalt vergönnt, bis er in einer ausführlichen Anthropologie (dem Pendant zur empirischen Naturlehre) seine eigene Behausung wird beziehen können (1781/1983 A 849, S. 707).⁹⁹

Die Antwort auf diese Frage schien weniger Beachtung zu finden, obwohl Kant der Psychologie - im Rahmen der praktischen Vernunft, die er in seinem 2. Hauptwerk und eben der pragmatischen Anthropologie ausarbeitet - sehr wohl einen prominenten Platz zuweist: eben als „empirische“ Psychologie, die er auch als empirische Menschenkunde bezeichnet. Damit erfährt sie keineswegs eine Abwertung, erhält nur einen Platz im Kontext pragmatischer Anwendungen. Doch, wie wir durch das Reaktanzphänomen gelernt haben, motivieren Widerstände und Verluste oft mehr als Gewinne:

Es mag merkwürdig erscheinen, dass es gerade diese *negative* Bestimmung war, die auf die Herausbildung einer neuen, auf die Anwendung von experimentellen Methoden und Mathematik gestützten Psychologie großen Einfluss ausüben sollte. Kants Kritik wurde als Herausforderung verstanden, als eine Herausforderung dazu, seine kritischen Einschätzungen der Möglichkeit einer wissenschaftlichen Seelenlehre zu widerlegen.¹⁰⁰

Der Widerstand gegen diese Beschneidung apodiktischer und metaphysischer Potentiale formiert sich vor allem gegen 2 Aspekte der kantschen Argumentation. Erstens, weil die menschliche „Seele“ über

⁹⁹ Zit. n. Fahrenberg (2008: 5)

¹⁰⁰ Benetka (2002: 36)

keine räumliche Ausdehnung verfügt, wodurch sie nicht als Naturwissenschaft angesehen wurde. Es werden Physiologen und Physiker aus Leipzig sein, Weber, Fechner und Wundt, die durch die Erfindung einer 2. Dimension im Kontext des inneren Sinnes - der Reizintensität im Verhältnis zur „eben merklichen Empfindungsintensität“ - dieses Argument eindämmen, um Psychologie als Psychophysik zu betreiben. Andererseits formiert sich Widerstand aus jenem Lager, das Psychologie als phänomenologische - d.h. introspektive Geisteswissenschaft - auslegt. Diese sieht sich mit Kants Einwand gegen die Introspektion konfrontiert. Zu jener Zeit führt kein Weg an diesen Argumenten vorbei. Kant ist bereits zum Inbegriff des Verwalters gültiger Wahrheit geworden. Es gilt eine - zumindest wirksame - Antwort zu finden:

So könnte man die Geschichte der Entstehung der deutschsprachigen Psychologie z.B. allein unter dem Gesichtspunkt des Kantischen Einwands gegen die Introspektion zu schreiben versuchen: Solange die Psychologie das subjektive Erleben oder das individuelle Bewusstsein zum Gegenstand ihrer Untersuchung bestimmt, muss sie sich mit dem von Kant aufgeworfenen Dilemma der Selbstbeobachtung herumschlagen. Es ließe sich dabei leicht zeigen, dass die verschiedenen Methodologien, [...] in ihrem Kern immer auch als Ansätze zur Lösung des Introspektionsproblems zu betrachten sind.¹⁰¹

Wir beenden das Zwischenspiel mit Kant, um ein Resümee vorzubereiten. Doch ich möchte jene Argumente in Erinnerung behalten, die den Fortgang der Psychologie so entscheidend prägen werden. Für Kant kann sich das Subjekt - per se - durch Introspektion nicht selbst erkennen. Schopenhauer wird dies wenig beeindrucken, wenn er behauptet, dass es genau jenes Subjekt ist, das als einziges sich selbst erkennt: Es ist dem Bewusstsein „an sich“ - als Wille - und „für sich“ - als Vorstellung - direkt erfahrbar. So überlasse ich am Ende dieses Tauchgangs demjenigen, der

¹⁰¹ Ebd.

mich in diese tiefe Höhle gelockt hatte, auch das Schlusszitat des Kapitels.

Die Apperzeption ist nicht Erkenntnis; Erkenntnis ist nämlich ein Verhältnis zwischen zwei Polen, einem Subjekt gegenüber einem Objekt. [...] Sie ist eine wache, bewusste Einheit, eine Selbst-Durchsichtigkeit, die - laut Kant - vor der Teilung in Subjekt und Objekt und dem dadurch ermöglichten Erkenntnisbewusstsein liegt. An dieser Grenze kehrt sich Kant ab. Er versiegelt die Phantasie im Prozess von der A- zur B-Ausgabe. Und er bewegt sich nicht tiefer in den Unterschied zwischen dem Ich, das seinen eigentlichen Ursprung und sein Wesen nicht erkennen kann (dem Subjekt als Ding an sich) und der nicht-dualen Selbst-Durchsichtigkeit der transzendentalen Apperzeption.¹⁰²

Jenseits von Raum und Zeit und den apriorischen Kategorien des Verstandes - die ein System aufspannen, das jegliche Anschauung und Erfahrung ermöglicht - finden wir bei Kant keine Option für Erkenntnis. Somit können wir in diesem Kontext keine Bestätigung jenes Postulates finden, das der vorliegenden Arbeit die zweite Hälfte ihres Titels gab: konzeptfreie und nonduale Erkenntnis. Diese Begriffe müssen für Kant sinnlos bleiben. Schließlich liegt bei ihm Konzept - im Sinne fundamentaler Verstandeskategorien - nicht nur dem Verstand, sondern sogar jeglicher Erfahrung zu Grunde. Es mag nun gerechtfertigt scheinen, nichtkonzeptuelle Erkenntnis im wahrsten Sinne als Unding, als Selbstwiderspruch aufzufassen: Vielleicht wird sich dies auch im Weiteren bestätigen. Schreiten wir also voran auf dem Feld europäischer Erkenntnisgeschichte, Hinweisen auf konzeptfreies und nonduales Erkennen auf der Spur.

¹⁰² Bertelsen (2002: 79)

2.4 Geburt der Psychologie...

2.4.1 ...aus der Krise der Philosophie

Die Geburt der Psychologie als Einzelwissenschaft ist auf weiten Strecken bedingt durch eine Identitäts- und Legitimationskrise der Philosophie. 1831 stirbt mit Hegel auch die Vorstellung, dass die Gesetzmäßigkeiten der Welt in einem idealistischen System darstellbar sind. Eine der Ursachen für die Situation ist der unattraktive Eindruck, den die Philosophie gegenüber den Naturwissenschaften erweckt. Sie neigt dazu, sich in inneren Streitigkeiten aufzureiben. Dagegen stehen die spektakulären Errungenschaften der Naturwissenschaften als „unwiderlegbare“ Beweise ihrer Leistungsfähigkeit ins Auge. Es kommt zu einem Bedeutungswandel des Forschungsbegriffs, der zunehmend die Methode als wissenschaftliches Kriterium ins Zentrum rückt. Empirische Forschungsausrichtung wurde zur Messlatte für Wissenschaftlichkeit. Vor diesem Hintergrund fällt es der Philosophie schwer, ihre Vormachtstellung als Leitwissenschaft aufrechtzuerhalten.¹⁰³

Die Psychologie nimmt in dieser Situation eine gespaltene Position ein: Bereits Kant hatte ihr schon ein halbes Jahrhundert zuvor freundlich, aber bestimmt die Türe gewiesen, um sie sich als eigenständige pragmatische Menschenkunde etablieren zu lassen. Auf der anderen Seite standen jene, die die Philosophie als empirische, fundierte Erkenntnistheorie bestimmen wollten. Wie wäre das zu denken? Empiristen vertreten die Ansicht, dass keine der Welt inhärenten Prinzipien - etwa Geometrie - das menschliche Erkennen erklären könnten. Selbst die Logik ist für sie eine Disziplin, die sich nur auf Basis der Analyse von Wahrnehmungsgesetzen ableiten ließe. Wie Hume gesagt hatte: Kausalität ist eine Gewohnheitserscheinung des menschlichen Wahrnehmungssystems. So war eine Strategie zur Krisenbewältigung, die Philosophie als

¹⁰³ Vgl. Benetka (2002: 29f.)

Erkenntnistheorie zu legitimieren - und zwar auf Basis empirischer Psychologie als Grundlagendisziplin.

Aus eben diesem erkenntnistheoretischen Diskussionszusammenhang vermochte schließlich auch eine methodisch an den Naturwissenschaften orientierte Psychologie sowohl Fragestellungen als auch wissenschaftliche Legitimität zu beziehen.¹⁰⁴

Das heißt, dass eines der ersten Aufgabengebiete der Psychologie die Wahrnehmungspsychologie war. Ein weiterer Lösungsvorschlag, die Philosophie grundsätzlich auf Basis der Psychologie zu erneuern, indem man als ihren primären Gegenstand „psychische Zustände“ festlegte, wurde u.a. von Franz Brentano unterbreitet. Letztlich war es gerade die Abkehr von diesen „psychologistischen“ Lösungsangeboten, die der Philosophie, in einer Rückbesinnung auf Kant, eine neue Selbstdefinition gab. Die Gegenbewegung des Neukantianismus lehnte die Psychologie als empirische Disziplin naturgemäß nicht ab, aber: „Der Versuch, die Domäne des Apriori - die Kantschen Anschauungsformen und Kategorien - empirisch zu behandeln, wurde als Grenzüberschreitung betrachtet.“¹⁰⁵

Interessant, dass es gerade ein Schüler Brentanos war, der einen klaren und einfachen Einwand fand:

Husserl konnte im ersten Band seiner Logischen Untersuchungen (Husserl, 1900) den - wie er meinte - kardinalen Denkfehler der Psychologisierung der Logik als reflexiven Zirkel aufweisen: Empirische Aussagen über Psychisches müssen selbst logische Prinzipien (logische Regeln, Gesetze, Schlussfolgerungen) in Anspruch nehmen, deren Gültigkeit somit voraussetzen. Die Begründung der Gültigkeit kann daher niemals das Geschäft empirischer Forschung sein. Sie muss für sich selbst, d. h. in Form einer "reinen Logik" geleistet werden (vgl. dazu ebd., insbes. S. 84-88).¹⁰⁶

¹⁰⁴ Benetka (2002: 30)

¹⁰⁵ Benetka (2002: 30)

¹⁰⁶ Ebd.

2.4.2 Forschungstrias

Neben den internen Abnabelungsdynamiken zwischen Psychologie und Philosophie lassen sich noch weitere Ursachen für die Herausbildung der einzelwissenschaftlichen Psychologie ausmachen. Es ist bemerkenswert, dass die Psychologie von Physikern, Physiologen und Philosophen gezeugt wurde.

Die Psychologie als eigenständige Disziplin entstand in der Sukzession und kreativen Auseinandersetzung zwischen der *Königsberger Konstellation* der drei Philosophen Christian Wolff, Immanuel Kant und Friedrich Herbart und der *Leipziger Konstellation* der drei Physiker bzw. Physiologen Ernst Heinrich Weber, Gustav Theodor Fechner und Wilhelm Wundt.¹⁰⁷

Das gesamte wissenschaftliche Umfeld dieser Zeit ist durch die Errungenschaften der Naturwissenschaften - insbesondere der Physik - beeindruckt. Sie gilt als Inbegriff der exakten Wissenschaften, dem sich viele andere Disziplinen zumindest methodisch annähern wollen. Eine außergewöhnliche Rolle spielte die Physiologie, die sich zunächst von der Anatomie als eigene Disziplin emanzipiert. Ihre Errungenschaften können als maßgeblich gelten. Johannes Müller weist mit seinem „*Gesetz der spezifischen Sinnesenergien*“ nach, wie beeinflusst die menschliche Wahrnehmung durch die jeweilige Nervenstruktur der Sinnesorgane ist. Sein Gesetz besagt: „Die verschiedenen Sinnesorgane, auf die gleiche Art erregt, antworten jedes in seiner Art.“¹⁰⁸ Das heißt einmal mehr, dass unsere Wahrnehmung die Wirklichkeit nicht abbildet, sondern entsprechend der Anatomie der Organe konstruiert. Reizen wir die Nerven der verschiedenen Sinnesorgane mit exakt dem gleichen Reiz, reagieren

¹⁰⁷ Fahrenberg (2008: 1)

¹⁰⁸ Zit. nach Benetka (2002: 52)

sie jeweils mit den spezifischen Empfindungen des Organs. Häufig zitieren Konstruktivisten, etwa Heinz von Förster, das Müllersche Gesetz.¹⁰⁹

Der Erfolg Müllers bewahrt ihn jedoch nicht davor, dass seine vitalistische Auffassung von der mechanistischen Physiologie seiner Schüler, darunter Ernst Brücke und Hermann Helmholtz, verdrängt werden. Die Überzeugung, dass dem Organischen eine Lebenskraft zugrunde liegen muss, entspricht nicht mehr den physikalistischen Ambitionen der Zeit. Der Vitalismus ist durch diese Interventionen nachhaltig aus der akademischen Welt verschwunden und seither nicht mehr wirklich aufgetaucht. Ansätze finden wir etwa bei Wilhelm Reich. Der Umstand der mechanistischen Wende in der Physiologie zeitigt noch einen Effekt: Zuvor ist es die Physiologie, die einen großen Teil psychologischer Problemstellungen abdeckt. Mit dem Dolchstoß gegen den Vitalismus wird dieses Feld für eine experimentelle Psychologie geräumt: Die Physiologen suchen nach einer Wissenschaft, die jene Fragen, die sie durch ihre Methoden nicht beantworten konnten, übernimmt, um so eine synthetische Gesamtschau der Humanwissenschaften zu gewährleisten. Helmholtz schlägt die Zusammenarbeit der Disziplinen Physik, Physiologie und Psychologie vor, um den Menschen in seiner Gesamtheit zu erkunden:

Während die physikalische Optik die Wege "des Lichts im Auge" und die physiologische Optik die "Lehre von den Empfindungen des Sehnervenapparates" zum Gegenstand hat, fällt der Psychologie "die Lehre von dem Verständnis der Gesichtsempfindungen [zu], welche von den Vorstellungen handelt, die wir auf Grund der Gesichtswahrnehmungen über die Objekte der Außenwelt uns bilden".¹¹⁰

Auch Ebbinghaus ist von der Kooperationsnotwendigkeit der Psychologie mit der Physiologie überzeugt, um den Zusammenhang zwischen physischen und psychischen Phänomenen gemeinsam zu untersuchen,

¹⁰⁹ Förster (1999: 15)

¹¹⁰ Zitiert nach Benetka (2002: 57)

da die Physiologen bemerkt haben, dass psychische Faktoren sich im Physischen niederschlagen.

Psychologie und Physiologie sind "von beiden Seiten aus zu einem Ganzen zusammengewachsen; sie fördern und sie fordern sich gegenseitig und bilden zwei gleichberechtigte Glieder einer Großen Doppelwissenschaft."¹¹¹

Es mag nun besonders merkwürdig anmuten, dass die Impulse, Psychologie als Psychophysik anzulegen, gerade von einem glühenden Verfechter der Naturphilosophie Schellings kommen sollten. Es ist Theodor Fechner, dessen Name als einer der wenigen „Großväter“ die Psychologie auch noch aktuelle Lehrbücher ziert, Psychologie als Naturwissenschaft betreiben will. Wie ist es für jemanden - der sich romantischen Ideen wie der *Einheit des Universums*, den „*Pflanzen- und Thierseelen*“ und ähnlich esoterischem Material hingibt - möglich, Psychologie als Physik anzulegen? Die Antwort lautet: genau deshalb! Erst die Annahme, dass der Geist und der Körper ein und dieselbe Substanz sind, macht es möglich, eine eigentliche Psychologie auch als Psychophysik zu denken. Wir haben zwar das vermittelnde Agens der Vitalisten, den *élan vital*, aus der Wissenschaft verbannt, doch wer braucht das schon, wenn man die zuerst getrennten Teile einfach als eins denkt? So geht der Geburt der Psychophysik eine nichtduale Auffassung von materieller und geistiger Substanz voraus. Mit ähnlichen Ansätzen ist, unter anderem, auch Wilhelm Wundt befasst. Jedoch liegt, was kaum noch bekannt ist, seine wissenschaftliche Selbstpositionierung in den Geisteswissenschaften. Und als solche, eine empirische (fast immer) im Sinne Kants, versteht er auch seine Psychologie:

¹¹¹ Ebbinghaus u. König (1890: 2) zit. nach Benetka (2002: 57)

2.4.3 Wilhelm Wundt

Der Mensch selbst, nicht wie er von außen erscheint, sondern wie er unmittelbar sich selber gegeben ist - er ist das eigentliche Problem der Psychologie. Was diese auch sonst noch in den Kreis ihrer Betrachtungen ziehen mag, das Seelenleben der Tiere, das aus übereinstimmenden geistigen Anlagen entspringende gemeinsame Vorstellen und Handeln der Menschen, endlich die geistigen Erzeugnisse der einzelnen wie der Gemeinschaften – alles dies führt unvermeidlich auf diese erste Aufgabe zurück.¹¹²

Wundt gilt insofern als Vater der akademischen Psychologie, als er das erste experimentalpsychologische Labor am philosophischen Institut Leipzig gründet. Allerdings wird die gegenwärtige Rezeption Wundts oftmals auf die Anfangsphase seines Werkes reduziert und entspricht selbst hier nur einer verkürzten Form. Benetka (2002) stellt sogar fest, dass Boring in seinem einflussreichen Standardwerk der experimentalpsychologischen Geschichtsschreibung, *A History of Experimental Psychology*¹¹³, zu einer fundamentalen Missdeutung Wundts Wissenschaftskonzeption kommt:

Das bräuchte nicht erwähnt zu werden, wenn Borings Lesart nicht für viele Jahre das Bild von Wundt in der modernen Psychologie geprägt hätte.¹¹⁴

Das Bild Wundts wird nachhaltig verfälscht, zumal er als experimentell naturwissenschaftlicher Psychologe dargestellt wird. Bemerkenswerterweise beruft sich Boring in der Darstellung Wundts auf z.T. sehr grob übersetzten Daten eines guten Freundes, des englischen Psychologen E.B. Titchener. So ist es möglich, über den „Vater der Experimental-

¹¹² Wundt (1906b: 1) zit. nach Fahrenberg (2008: 28)

¹¹³ vgl. Benetka (2002: 61)

¹¹⁴ Ebd.

psychologie“ über Jahrzehnte ein völlig falsches Bild zu verbreiten.¹¹⁵ Mein Interesse liegt daher primär auf der vielschichtigen und methodenpluralistischen Wissenschaftskonzeption Wundts, die er sich - in jahrelangem Ringen mit den Entwicklungen um das junge Fach und entlang einer intensiven Kantlektüre - erarbeitet.

Inwieweit kann der empirischen Psychologie durch Experimente und mathematisch formulierte Gesetze ein zuverlässiges und eindeutiges Fundament gegeben werden? Wundt widersprach Kants negativem Urteil, liberalisierte jedoch seine eigene methodologische Position, als er seine besondere Auffassung des psychophysischen Parallelismus und einen expliziten Methodenpluralismus entwickelte. Die verbleibenden Unterschiede scheinen geringer zu sein, als vielfach zu lesen ist. Wundt stimmt mit vielen anderen Auffassungen Kants durchaus überein, falls das Gebiet der physiologisch verankerten Psychophysik ausgeklammert wird. – Mit Wundts perspektivischer und doch monistischer Auffassung, mit seinem Methodenpluralismus und seinen Forschungsprogrammen erreichte die Wissenschaftskonzeption der Psychologie einen neuen Rang.¹¹⁶

Bemerkenswertes in Wundts Auffassung der Psychologie liegt in dem Umstand, dass, obwohl er als Vater der Experimentellen Psychologie gilt, selbst nicht im Geringsten daran denkt, die Psychologie von der Philosophie zu trennen.

Jene allgemeineren und darum für die psychologische Bildung wichtigsten Fragen hängen aber so innig mit erkenntnistheoretischen und metaphysischen Standpunkten zusammen, daß gar nicht abzusehen ist, wie sie jemals aus der Psychologie verschwinden sollten. Eben das zeigt

¹¹⁵ Benetka (2002:62)

¹¹⁶ Vgl. Fahrenberg (2008: 1)

deutlich, daß die Psychologie zu den philosophischen Disziplinen gehört.¹¹⁷

Fahrenberg (2008) bringt Bedauern darüber zum Ausdruck, dass das Werk des Vaters der Psychologie über mehr als hundert Jahre nach seinem Wirken, kaum - unter Beachtung seines hoch differenzierten Verständnisses einer vielschichtigen und methodenpluralistischen Psychologie - gewürdigt, sondern von der Geschichtsschreibung zu einem Torso verstümmelt wird.¹¹⁸ Wundt selbst hatte, im Beobachten der Entwicklungen seiner Zeit, wohl Bedenken, dass so etwas passieren könnte, wenn die Psychologie von einer systematischen Selbstreflexion durch die Erkenntnistheorie getrennt werden würde.

„[...] Niemand würde daher unter einer solchen Trennung mehr leiden als die Psychologen und durch sie die Psychologie. Was heute, wie man wohl sagen darf, manche Philosophen irrtümlich gegen sie einwenden, sie sei mehr eine technische als eine rein wissenschaftliche Disziplin, das könnte in erschreckendem Maße zur Wirklichkeit werden“¹¹⁹

Es hat den Anschein, dass diese Angst sich als wirkmächtig entpuppte und das Befürchtete nach sich zog. Ich schließe - mit einem Zitat Fahrenbergs, der dieses Kapitel auch eingeleitet hatte.

Wundts nicht-reduktionistischer Systematisierungsversuch der Psychologie scheint in der Fachwelt weitgehend vergessen oder abgelehnt zu sein und teilt damit das Schicksal von Kants pragmatischer Anthropologie. [...] Auch in Zukunft kann das Fach Psychologie mit seiner unklaren Identität im Grenzgebiet vieler Fakultäten der überdauernden Frage nach einer überzeugenden Wissenschaftskonzeption nicht

¹¹⁷ Zit. nach Fahrenberg (2008: 27)

¹¹⁸ Diesem Umstand tritt Gerd Jüttemanns Publikation - Wilhelm Wundts anderes Erbe. Ein Missverständnis löst sich auf. Vandenhoeck & Ruprecht (2006) - entgegen.

¹¹⁹ Zit. nach Fahrenberg (2008: 27)

ausweichen. Die Anforderungen an die notwendige perspektivische Sicht sind durch neue Teildisziplinen - von der Verhaltenswissenschaft und Biologischen Psychologie bis zur Kognitionswissenschaft - noch gewachsen. [...] Weshalb geschieht gegenwärtig so wenig Überzeugendes auf dem Wege zu einer vielfältigen, doch einheitlich konzipierten Interdisziplinären Anthropologie auf der Basis aller Humanwissenschaften?¹²⁰

2.5 Strukturen konzeptuellen Erkennens

Wir haben gewisse Problemfelder erkennen können. Die Erkenntnisproblematik - nicht nur bei Kant - versucht den Spalt zwischen konzeptuellem Verstehen und Empfindungen zu einer möglichst konsistenten, eleganten, bisweilen hypnotischen Form zu medieren. Kants Argumente haben Generationen nach ihm als Inspirations- und Reibungsfläche gedient. Das Denken nach ihm ist - so nicht ignorant oder revolutionär - konstruktivistisch, zumindest kritisch. Seine These, wonach sich Gegenstände nach der Theorie richten und nicht umgekehrt, zeigt nachhaltige Auswirkungen bis in gegenwärtige Wissenschaftsauffassungen. Dennoch finden sich auch in Kants Ansätzen Angriffsflächen für Kritik: Der Zirkelschluss von Logik und Empirie kann auch bei ihm nicht als vollständig gelöst gelten. Dies im Detail zu erarbeiten, würde den Rahmen der vorliegenden Arbeit etwas überdehnen, allerdings wird das Thema im Kapitel 4.2.1 unter veränderten Rahmenbedingungen noch einmal aufgegriffen.

Ich halte also inne, um an meine ursprüngliche Absicht zu erinnern: Der distanzierte Blick hatte zum Ziel, gewisse Strukturen des abendländischen Erkenntnisgebrauchs zu sichten, die erst aus einer

¹²⁰ Fahrenberg (2008: 30f.)

entsprechenden Entfernung sich als Gestalt darstellen. Es hat sich in der - hier nicht in allen Details nachgezeichneten - Recherche erwiesen, dass die abendländische Philosophiegeschichte viele Angebote bereithält, welche die Diskussion über duale und nonduale bzw. konzeptuelle und nonkonzeptuelle Erkenntnis bereichern können. Es wird sich noch erweisen, ob der Begriff der transzendentalen Apperzeption sich in einer Funktion als Brückenelement bewähren kann, die ihm zu Beginn der Reise zgedacht wurde.

Hilfreiche Sprachmittel würden wir etwa von Nietzsche und Schopenhauer erhalten, die explizit auch vom buddhistischen Denken inspiriert sind. Des Weiteren wären Idealisten wie Fichte oder Schelling, phänomenologische Denker und Existenzphilosophen wie Brentano, Husserl, Kierkegaard, Sartre und Heidegger sowie vitalistische (lebensphilosophische) Protagonisten - etwa Bergson - zu nennen. Selbst die mystische und scholastische Literatur könnte, durch ein kritisches Sieb gefiltert, interessante Impulse liefern. Viele der genannten potentiellen Gesprächspartner finden in der Psychologie keine oder kaum noch Beachtung, obwohl sie im Lichte aktueller erkenntnistheoretischer Erwägungen für die Psychologie neue Relevanz erlangen könnten.

Zweck dieses Kapitels ist es, erkenntnistheoretische Perspektiven zusammenfassend zu illustrieren. Gegensatzpaare können natürlich nie auf eine Zweiwertigkeit reduziert werden, da für Begriffe - je nach Kontext oder Örtlichkeit - verschiedene Gegensätze möglich sind.¹²¹ Die Auswahl der Gegenpositionen ist also bis zu einem gewissen Grade willkürlich. Ich habe mich dennoch bemüht, für diese Arbeit nahe liegende zu wählen.

¹²¹ Bereits für den Begriff Affirmation könnte man verschiedene Formen der Negation – etwa Gegensatz oder Widerspruch – anführen. Für den Begriff „absolut“ könnten – je nach Verwendung – bspw. relativ, kontextuell, hypothetisch (bedingt), beschränkt, abhängig, konstitutionell, determiniert, empirisch, erscheinend, endlich, irdisch und sicherlich einiges mehr als Gegensatz oder Widerspruch angeführt werden. Hier wäre die Darstellung eines semantischen Netzwerkes oder von Strukturdiagrammen noch anschaulicher als die gewählte dialektische Form.

Generell lässt sich hier schon vorausschicken, dass durch die „konstruktivistische“ Wende eine Fülle an Denksystemen die Weltbühne betrat, die sich der Analyse von bewusstseins- und erkenntniskonstituierenden Strukturen widmeten.

2.5.1 Wissenschaft und Lebenswelt

Mit dem Anspruch nach gültigem Wissen wurden Hilfsmittel entwickelt, dieses zu erlangen. Noch Kant sah in der zweiwertigen Logik des Aristoteles - seiner Syllogistik - einen Höhepunkt dieser Bestrebungen.¹²² Der Versuch, heuristische Auffassungen des Alltags in ein stringentes Reflexionssystem zu übertragen - insbesondere jene des Wahrheitsanspruches („Urdoxa“) - blieben jedoch nicht unproblematisch. Notwendige Widersprüche lassen sich u.a. dahingehend auslegen, dass das Übertragen von Kategorien eines pragmatischen (handlungsorientierten) Beobachtungssystems, das nur durch systematische Unschärfen funktioniert (einer „fuzzy logic“), in ein Theorie-System, das auf konzeptuelle Präzision abzielt, schlicht nicht zielführend ist und zu Antinomien (so nannte Kant diese Widersprüche) führen muss. Die Erfindung eines separierten Reflexionssystems wie Wissenschaft oder Philosophie führte demgemäß zu neuen Problemstellungen und machte eine Metawissenschaft - die Erkenntnistheorie - notwendig.¹²³

2.5.2 Konzept und Sein

Die Fragestellung des Zusammenhangs von Konzept und Sein zählt zu den zentralsten Fragen der Wissenschaft. In der Kratylosfrage bei Platon finden wir eine frühe und prominente Darstellung davon.¹²⁴ Ich habe gewagt, im Eingang des Kapitels zu postulieren, dass mit dem *logos* der

¹²² Liessmann, K. P. (k.A.) Aristoteles. Audio Datei

¹²³ Vgl. Schüle (2005: 22f.)

¹²⁴ Vgl. Ottmer (2003: 10)

Mythos sein Ende fand. Deswegen werde ich hier versuchen, den Begriff *logos* einer weiteren Betrachtung zu unterziehen. Zunächst lässt sich feststellen, dass Logos ein großes Bedeutungsspektrum abdeckt. Er kann Wort, Rede, Satz, Urteil, Definition, Erzählung, Sage, Rechtfertigung und (Welt-) Vernunft bezeichnen.¹²⁵

In diesen seinen unterschiedlichen Bedeutungen bezeichnet Logos immer die Einheit von Denken und Sprache sowie dem Gegenstand, von dem die Rede und auf den das Denken gerichtet ist. So ist der Logos als vernehmbarer und artikulierbarer Sinn das Medium, das den Menschen mit den Mitmenschen und der natürlichen und gegenständlichen Welt verbindet.¹²⁶

Im Laufe der Zeit vollzog sich ein Bedeutungswandel des Begriffs: Aus der Qualität des Wortes als verbindendes Medium, das eine Einheit zum Ausdruck bringt, wird zunehmend eine Funktion, die das bereits Gegebene benennen, verstehen und abbilden soll. Diese Bewegung setzt sich bis in die Gegenwart fort und enthebt den *logos* seines poetischen Aspektes, den er noch in den Frühzeiten des griechischen Denkens einnahm. Hier wird noch von einer Einheit von Wort und Gegenstand ausgegangen. Eine Idee, die sich in spezifischer Weise in den Worten des griechischen Evangelisten – Johannes - findet: „Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und das Wort war Gott“¹²⁷

Während [...] in Heraklits Begriff des Logos Rationales und Nicht-Rationales dialektisch verknüpft sind, wird der Begriff im Laufe seiner Geschichte, besonders seit Aristoteles, immer häufiger auf den Bereich der rein theoretischen Erkenntnis und damit auch auf die eindeutige Bestimmung von Gegenständen eingengt. [...] Damit vollzieht sich eine allmähliche Abgrenzung des Begriffs Logos von dem des *mythos*

¹²⁵ Vgl. Prechtel u. Burkard (Hg.) (1999: 337)

¹²⁶ Ebd.

¹²⁷ Die Bibel. Einheitsübersetzung der heiligen Schrift (1986: 1182) Klosterneuburg: Verlag Österreichisches Katholisches Bibelwerk

(Mythos), der doxa und der aisthesis. Dieser einseitige rationale Logos-Begriff liegt der Logik (logike) als der Lehre vom richtigen Denken und Schließen zugrunde.¹²⁸

Die Einengung des Logos auf eine Logik des Schließens wird u.a. durch Aristoteles' Syllogistik vorangetrieben. Eine der zentralsten Ideen der Logik finden wir im Begriff der Kausalität. In ihrer einfachsten Form stellt sie sich als Logik von Ursache und Wirkung dar. Aristoteles vertritt die Ansicht, dass nichts ohne Ursache geschieht und unterscheidet 4 Formen von Ursache und Wirkungszusammenhängen:

Causa efficiens (die Ursache, die am Werk war), causa finalis (das ursprüngliche Ziel, auf das das Geschehen zustrebte), causa formalis (die Form, die im Geschehen entstehen sollte), causa materialis (die materielle Ursache). [...] Der "unbewegte Beweger" ist für Aristoteles der abstrakte Repräsentant jeglicher Kausalität, der am Anfang einer Kausalkette steht. [...] [Er] steht für das Kausalprinzip; ohne zu entscheiden, ob es sich um einen Akteur oder ein Ereignis handelt, markiert er ihre logische Position, auf der sie vereint sind: der Ort, an dem die Kausalkette beginnt, von wo aus das Eigentätige auf anderes einwirkt.¹²⁹

Ich lese darin, dass Ursachen nicht auf Substantialität oder Form alleine zurückzuführen sind, sondern stets beide Elemente mit einschließen. Sowohl Material als auch Form sind zwei Größen, die gemeinsam Wirkungen erzielen. Im Modell des performativen Sprechens finden wir ein Konzept, das den wissenschaftlichen Versuch, Ursachen für Phänomene zu finden und sprachlich abzubilden, umdreht und die formgebende Funktion des Wortes in den Vordergrund stellt - also die Sprache als informierendes Medium auffasst. Dies erinnert an die frühgriechische Bedeutung des *logos*. Der Begriff "Performativität" ist insofern

¹²⁸ Vgl. Prechtel u. Burkard (Hg.) (1999: 337)

¹²⁹ Schülelein (2005: 50)

selbstredend, als er zum Ausdruck bringt, dass durch den Akt des Sprechens Identität und Wirklichkeit informiert - in Form gebracht - und so erschaffen werden. Gerald Posselt (2003) stellt den Unterschied zwischen Wahrheit konstatierender und performativer Sprache (*parole*) folgendermaßen dar:

Während konstative Äußerungen einen bestehenden Sachverhalt beschreiben oder Tatsachen behaupten und folglich wahr oder falsch sind, vollziehen performative Äußerungen eine Handlung, die sie benennen. Mit performativen Sprechakten werden Handlungen vollzogen, Tatsachen geschaffen und Identitäten gesetzt. In diesem Sinne können sie zwar nicht wahr oder falsch sein, jedoch gelingen oder fehlschlagen.¹³⁰

Weiters hebt er den Unterschied zwischen Austins Begriff der Performanz und Derridas Verwendung des Begriffs der Performativität hervor. So wird Performanz bei Austin als ein Vollzug einer Handlung durch ein handelndes Subjekt verstanden. Anders bei Derrida:¹³¹

Die Performativität einer Äußerung unterstreicht deren Kraft, das Äußerungssubjekt und die Handlung, die sie bezeichnet, in und durch diesen Äußerungsakt allererst hervorzubringen¹³²

Wir sehen, dass in dieser Auffassung des Sprechens das Wort als schöpferisches und formgebendes Moment eine neue Auslegung erfährt. Hier wird Sprechen wieder als Medium gedeutet, das den Sprecher und die Handlung hervorbringt. Eine analoge Anwendung finden wir im mantrischen Sprachgebrauch des Buddhismus. Hier werden Inhalt, Klangqualität und bildhafte Vorstellung kombiniert, um veränderte Bewusstseinszustände zu induzieren. Hier wird Sprechen als Einheit von Wort (Klang und Inhalt) und dem dadurch Hervorgebrachten begriffen.

¹³⁰ Quelle: <http://differenzen.univie.ac.at/glossar.php?sp=4> [Stand: 10.10.2008]

¹³¹ Ebd.

¹³² Ebd.

Im Laufe der wissenschaftlichen Entwicklungen seit Aristoteles wird die hervorbringende Erkenntnis - *nous poietikos*¹³³ - durch deren abbildende Funktion abgelöst. So wird Logos zur Logik, die nach formellen Kriterien den Wahrheitsgehalt von Urteilen und Schlüssen bestimmt. Mit immer raffinierteren Methoden versucht der Mensch durch das Wort einer „gegebenen Wirklichkeit“ Wahrheit abzurufen - sie abzubilden.

Die älteste konstative Theorie über den Zusammenhang zwischen Aussagen und Sein besteht in der Idee der Korrespondenz. Hier wird dem Wort noch die direkte Verbindung mit dem Sein attestiert. Eine Idee, an der Aristoteles keineswegs zweifelt. Die Idee der Kohärenz besagt, dass in sich schlüssige Aussagensysteme das Kriterium von Wahrheit darstellen. Allerdings können viele in sich konsistente Aussagensysteme inhaltlich vollkommen unterschiedliche Aussagen zu gleichen Sachverhalten treffen. Diese Wahrheitstheorie setzt also nicht notwendigerweise einen Bezug zwischen Konzept und Seiendem voraus. Aktuelle Wahrheitstheorien, die den Aspekt der Handlung und der sozialen Interaktion als relevante Kriterien auffassen, sind der pragmatische Ansatz sowie die Konsensustheorie, welche, wie wir im nächsten Kapitel sehen werden, in einigen ihrer Protagonisten zusammentreffen.

Eine aktuelle Interpretation dieser vier widersprüchlichen Theorien impliziert die Forderung, gemeinsam mit den Forschungsergebnissen immer auch deren beanspruchten Geltungsbereich anzugeben. Diese relativistische Auslegung soll die Transparenz wissenschaftlicher Aussagen erhöhen.¹³⁴

Skeptiker hingegen sind der Ansicht, dass keine dieser Theorien halten kann, was sie verspricht. Wir werden diese Perspektive im übernächsten Kapitel näher betrachten. Weitere relativistische Modelle rücken

¹³³ Vgl. Prechtel u. Burkard (Hg.) (1999: 408)

¹³⁴ Vgl. Maderthaler (2004: 34)

historische und soziologische Aspekte in den Fokus der Wahrheitsdiskussion. Dazu zählt etwa Thomas Kuhns Ansatz des *Paradigmas* und Ludwik Flecks Modell von *Denkstil* und *Denkkollektiv*.¹³⁵

2.5.3 Theorie und Praxis

Meist fordert der Zwang alltäglicher Überlebensanforderungen, den Boden der realen Lebensvollzüge nicht durch zu abgehobene Spekulationen vollkommen aus den Augen zu verlieren. Darin kommt der Anspruch nach Pragmatik zum Ausdruck. Eine Lösung kennt Kurt Lewin und erweist sich als Pragmatiker: „Nichts ist so praktisch wie eine gute Theorie.“

Wohl kaum ein Satz wird von Psychologen häufiger zitiert als jener. Die Bedeutung der Dichotomie von Theorie und Praxis wird u.a. dann relevant, wenn Theorie zunehmend aus praktischen Vollzügen zurücktritt und „abhebt“. Dieses vorübergehende Abheben hat wiederum zur Folge, dass sich völlig neuartige Einsichten ergeben können, die sich im Kontext eines rein lebensweltlichen Bezugssystems, in alltäglichen Routinen kaum ergeben hätten.¹³⁶ Dies ist ein Vorteil des von praktischen Notwendigkeiten losgelösten Forschens. Andererseits ist die Gefahr groß, sich über Jahrhunderte in Scheinprobleme zu verirren. Hier findet sich der Nutzen der Empirisierung und „Reontologisierung“¹³⁷ von Theorie und Logik, welche bspw. durch Kant, Heidegger oder Gotthard Günther¹³⁸ – in unterschiedlichen Formen - geleistet wurden. Kant betonte, dass die Anbindung an die Erfahrung unverzichtbar und notwendig ist, um die Einbildungskraft der Vernunft in Schranken zu weisen. Eine besondere Akzentuierung erfährt die Thematik bei Schülein (2002), der die Beachtung der ontologischen Beschaffenheit des Gegenstandes - er

¹³⁵ Vgl. Benetka (2002: 19ff.)

¹³⁶ Vgl. Schülein (2005: 18ff.)

¹³⁷ D.h. die Rückbindung an die Frage nach dem Wesen und Sein, vgl. Schülein (2002: 91ff.).

¹³⁸ Vgl. Günther (2000) Kybernetische Reflexionen. Audio-CD

nennt es Gegenstandslogik - als notwendige Basis von Theorienbildung auffasst.

Die Besonderheiten von Theorie müssen also unabhängig von ihrer allgemeinen Charakteristik als Theorie diskutiert werden. Da sie nicht aus ihrem allgemeinen Theoriestatus resultieren, bleibt der Gegenstand als Grund für die Besonderheiten der Theorie. Dies ist auch seit den Anfängen sozialwissenschaftlicher Theoriebildung immer wieder so gesehen und behandelt worden. An ihrer Geschichte läßt sich ablesen, daß Gesellschaftstheorie einhergeht mit einer Bestimmung der Gegenstandslogik und einer darauf abgestimmten Art der Argumentation.¹³⁹

Menschliches Handeln als Medium und somit Botschaft von Erkenntnis zu begreifen, war Projekt des amerikanischen Pragmatismus. Konzepte werden im Kontext ihrer Bedeutung für lebenspraktische Vollzüge und somit als Resultate von Zeichenprozessen - einer Dialektik von Handlung und Begriff - gedeutet. „Zeichen haben nur dann eine präzise, von anderen Zeichen unterschiedene Bedeutung, wenn ihr Gebrauch praktisch unterscheidbare Konsequenzen nach sich zieht“.¹⁴⁰ Es wundert nicht, dass dieser Ansatz durch Kants Konzeptionen der praktischen Vernunft inspiriert war. Charles Sanders Peirce studierte bereits als Heranwachsender Kants *Kritik der reinen Vernunft* intensiv. Seine triadische Logik stellt bereits eine frühe Alternative zur zweiwertigen aristotelischen Logik dar. Auf Kants Konzept der praktischen Vernunft und dessen Idee aufbauend, dass jede Erfahrung kategorienvermittelt ist, arbeitet er eine Zeichentheorie (Semiotik) aus, die sich mit der Bedeutung von Zeichen als Erkenntnisvermittler befasst. „We have no power of thinking without signs“.¹⁴¹ Für Peirce ist jede Erkenntnis über Zeichen

¹³⁹ Schüleln (2002: 115)

¹⁴⁰ Nagl (1998: 12)

¹⁴¹ Seine Semiotik weist durchaus Parallelen zur Semiologie Saussures auf, der zeitgleich in der Schweiz lehrte und einen maßgeblichen Einfluss auf strukturalistische

vermittelt. Diese Weiterentwicklung von Kants Kategorienlehre kündigt bereits jenen „linguistic turn“ an, der die Philosophie des 20. Jhdts. bestimmen wird.¹⁴²

Seiner Semiotik liegt eine Prozesslogik zugrunde, wodurch der Begriff Zeichen eine Dynamik erhält. Er bezeichnet diese Begriffs-Dynamik als Zeichenprozess (Semiose), um die handlungsgeleitete Transformation von Begriffen zu erforschen. Peirce legte ein epistemologisches Fundament, das insbesondere im Kontext von Sozialwissenschaften fruchtbar werden konnte. In der Psychologie nimmt der Pragmatismus durch William James einen nachhaltigen Einfluss. Sein Buch, *Die Vielfalt religiöser Erfahrung* gilt als Klassiker der Religionspsychologie. Darin rückt er die religiöse Erfahrung ins Zentrum des wissenschaftlichen Forschungsinteresses und betont die Bedeutung ihrer Vielgestaltigkeit.¹⁴³ Ein Ansatz, dem sich auch dieser Text verbunden fühlt.

George Herbert Mead lieferte wichtige Beiträge zum „Symbolischen Interaktionismus“ und beeinflusste nachhaltig soziologische Ansätze, die Handlung und Diskurs zum Gegenstand haben - darunter die Habermasssche Diskurstheorie sowie die Wissenssoziologie von Berger und Luckmann. Seine Einflüsse gehen unter anderem auf Hegel zurück. Er hatte in Deutschland bei Wundt und Ebbinghaus studiert, distanzierte sich jedoch bald von der funktionalistischen Ausrichtung der deutschsprachigen Psychologie.¹⁴⁴ Sein Fokus lag schließlich auf der symbol -, also zeichenvermittelten Interaktion und der darauf aufbauenden Konstitution von psychischen und sozialen Wirklichkeiten. Er bringt jenes

und poststrukturalistische Denker haben wird – die mit Wittgenstein und den Pragmatisten eine linguistische Wende in den Sozialwissenschaften erwirken werden.

¹⁴² Zit. nach Nagl (1998: 22)

¹⁴³ Vgl. James (1997)

¹⁴⁴ Dieser Begriff bringt zumeist zum Ausdruck, dass die Beziehung zwischen Körper und Geist eine funktionale ist, d.h., in einem mathematisch darstellbaren Zusammenhang steht - wie es die Psychophysik nachzuweisen versuchte.

dialektische Moment in die Sozialtheorie, das wir etwa bei Berger und Luckmann wieder finden.¹⁴⁵

Der Umstand, dass sich Charles Sanders Peirce selbst von seinen eigenen Kollegen – besonders von James – nicht verstanden fühlte, führte dazu, dass er seine Lehre in „Pragmatizismus“ umtaufte. Insbesondere war Peirce die verkürzte Auslegung seiner Theorie als „Nützlichkeitsphilosophie“ - frei nach, „Wahr ist, was Vorteil verschafft“ - ein Dorn im Auge.

Peirce bedauerte diese Entwicklung außerordentlich, die, wie er schreibt, „Worte zu erwarten haben, wenn sie in die Krallen von Literaten fallen“, und entschloß sich, zu den öffentlichen Verfallsformen seines Denkansatzes sogleich auf Distanz zu gehen: Er gab „seinem Kind [...]den Abschiedskuß“ und bat, „die Geburt des Wortes ‘Pragmatizismus’ zur Kenntnis zu nehmen, der hässlich genug ist, um vor Kindesräubern sicher zu sein.“¹⁴⁶

Kants praktische Vernunft konnte durch Peirces Vermittlung, wenn schon kaum in der europäischen, so doch in der amerikanischen Psychologie einen entscheidenden Einfluss nehmen und so auch indirekt Linguistik, Semiotik und Formen des Sozialkonstruktivismus - etwa jenen Meads - beeinflussen. Peirces bemerkenswerte Leistung bestand darin, Kants pragmatischen Botschaft aufzunehmen und auf deren Basis eine erkenntnistheoretische Position zu entwickeln, die sich über die klassischen Wahrheitsdichotomie hinwegzusetzen begann. Es wurde möglich, den Begriff in einen neuen Kontext zu transferieren, der den prozesshaften, handlungsbezogenen und selbstreferentiellen Aspekt menschlicher Wirklichkeitskonstruktion in seine Reflexion einbezog. Seine 3-wertige Logik entschärft die klassische Dichotomie von wahr und falsch.

¹⁴⁵ Vgl. Berger und Luckmann (1967/1999)

¹⁴⁶ Zitiert nach Nagl (1998: 29)

2.5.4 Wahrheit und Dogma

Die Frage nach der Geltung von Wissen ist jene nach den Kriterien von Wahrheit. Wenden wir uns der Philosophiegeschichte zu, fällt auf, dass in der Zeit der Vorsokratiker bereits viele der gängigen erkenntnistheoretischen Positionen berühmte Protagonisten gefunden hatten. Es verleitet zum Staunen, wie konstant Diskurse in ähnlichen Spannungsfeldern ablaufen und sich von Epoche zu Epoche mit leichten Variationen wiederholen. Nach einem geflügelten Wort wird in Europa alles (zumindest) zweimal erfunden: im alten Griechenland und im Europa der Neuzeit. Neben dem Staunen könnte ein Motiv für die Geburt der Philosophie gewesen sein, die sprachlich entfesselte Schöpferkraft des Menschen - den *logos* - einer regulierenden und ordnenden Selbstbeschränkung zu unterwerfen. Denn Sprache eröffnet im Kontrast zu rein biologisch evolutionären Veränderungen oder nicht-sprachlichen Kommunikationen (etwa endokrinologischen) - das Potential, neben Neuem auch Beliebigen – darunter „Sinnloses“, Verlogenes, Dogmatisches, Illusionäres, Manipulatives – hervorzubringen und so zu erkennen.

Mithilfe des Mediums „Sprache“ lässt sich [...] alles konservieren, auch wenn es situativ nicht bzw. noch nicht „nützlich“ ist – und auch, wenn es „störend“ ist.¹⁴⁷

Dogma zeichnet sich dadurch aus, dass Aussagen Wahrheitsanspruch für sich erheben und diesen mittels verschiedener Mechanismen festigen und gegen Einwände immunisieren. Paradoxerweise eignen sich dazu gerade jene Denksysteme - etwa die von Kant, Hegel und Marx - welche verborgene Strukturen des Bewusstseins offen legen: transzendente, psychodynamische, kulturelle, genetische etc. Dies dann, wenn die erfolgte Dekonstruktion als ein historischer Gipfelpunkt der

¹⁴⁷ Schülein (2005: 16)

Denkgeschichte und als dessen apodiktischer Höhepunkt und Abschluss dargestellt wird, etwa nach dem Motto: *Andere vertreten Ideologien, die sich ohne weiteres dekonstruieren lassen. Ich selbst aber durchschaue sie alle zum Wohle der Menschheit und als ihr Repräsentant.* Viele kritischen Theorien, marxistische, psychoanalytische, hegelianische oder Fusionen daraus (Kritische Psychologie, Frankfurter Schule...), aber auch liberale Denkschulen, wie der Empirismus können in diese Kategorie fallen. Die Frage nach den Grenzen von „wissenschaftlicher Redlichkeit“ öffnete ein Diskursfeld, das sich bereits durch viele Jahrhunderte zieht.

Skeptiker halten uns unter anderem vor Augen, dass jede Rede nur möglich ist, indem man Unterscheidungen, also Definitionen *setzt*. Jeder Begriff ist nur durch seine Abgrenzung zu anderen Begriffen möglich. Aufgrund welcher Kriterien jedoch treffen wir diese Unterscheidungen? Stützen wir uns auf den Intellekt, so müssen wir voraussetzen, dass dieser - wie auch immer wir das erklären wollen - dazu in der Lage ist, gültige - also wahrheitsgetreue - Kriterien festzulegen. Allerdings stellt sich die Frage, in welcher Relation diese zu Sachverhalten stehen können. Wollen wir uns auf Erfahrung berufen, setzt auch diese bereits Unterscheidungen auf Basis von Vorerfahrung voraus. Wir befinden uns - wie schon so oft - in jenem Begründungsdilemma, das unter wechselnden Namen den erkenntnistheoretischen Diskurs seit seiner Einführung durch Agrippa begleitet. Es sagt aus,

dass jeder Versuch einer unanzweifelbar gültigen Begründung einer Aussage, sei dieser deduktiv, induktiv, kausal, transzendental oder auf jedwede andere Weise geführt, daran scheitert, dass eine sichere Begründung wiederum sicher begründet werden muss. Es ist nach Münchhausen benannt, der - in den Sumpf geraten - behauptete, sich an den eigenen Haaren daraus herausgezogen zu haben. Er hat somit - metaphorisch gesprochen - den unmöglichen sicheren Halt inmitten unsicheren Grundes gefunden. Auch derjenige, der nach letzten

Begründungen sucht, steht vor einem derart unlösbaren Problem der Suche nach sicherem Grund.¹⁴⁸

Skeptiker vertreten die Ansicht, dass Wahrheit dem Menschen prinzipiell nicht zugänglich - also ein sinnloser Begriff - ist. Einer der Väter der Philosophie, welcher Skepsis zur Evidenz erhöht, ist Sokrates, der mit Gewissheit weiß, dass er nichts weiß. Einen populären Vertreter unserer Zeit finden wir im Physiker und Wissenschaftstheoretiker Heinz von Förster, der seine Haltung als ethische Verantwortung begreift:

Die Welt als eine Erfindung aufzufassen, heißt, sich als ihren Erzeuger zu begreifen; es entsteht Verantwortung für ihre Existenz. [...] Mein Ziel ist es, [...] den Begriff [der Wahrheit, Anm. D.M.] selbst zum Verschwinden zu bringen, weil sich seine Verwendung auf eine entsetzliche Weise auswirkt. Er erzeugt die Lüge, er trennt die Menschen in jene, die recht haben, und jene, die - so heißt es - im Unrecht sind. Wahrheit ist, so habe ich einmal gesagt, die Erfindung eines Lügners. [...] Meine Auffassung ist in der Tat, daß die Rede von der Wahrheit katastrophale Folgen [...] hat. Der Begriff bedeutet - man denke nur an die Kreuzzüge, die endlosen Glaubenskämpfe und die grauenhaften Spielformen der Inquisition - Krieg. Man muß daran erinnern, wieviele Millionen Menschen verstümmelt, gefoltert und verbrannt worden sind, um die Wahrheitsidee gewalttätig durchzusetzen.¹⁴⁹

Förster verweist darauf, dass der Begriff Wahrheit nicht nur ein epistemologischer oder metaphysischer ist, sondern vor allem eine Wertproblematik impliziert. Wir mögen uns an das Bild vom Baum der Erkenntnis erinnern, in dem Erkenntnis automatisch mit einer Wertung verknüpft ist.

¹⁴⁸ Quelle: <http://de.wikipedia.org/wiki/M%C3%BCnchhausen-Trilemma>
[Stand: 17.10.2008]

¹⁴⁹ Förster, v. und Pörksen (1999: 28ff)

Die Handhabung des Wahrheitsanspruches trug vielfältige Blüten - auch solche, die eine Mittelposition zwischen den Extremen der Skepsis und der Dogmatik einnehmen - etwa Kants Transzendentalphilosophie und andere kritische Philosophien. Diese Richtungen sind darum bemüht, die Grenzen des Erkennens und Urteilens zu bestimmen, also für Wissen jenen Referenzrahmen zu definieren, in welchem es sinnvoll werden kann. Aber auch Kant muss sich dem Verdacht des Zirkelschlusses stellen. Ich werde darauf im Kapitel 4.1.1 zurückkommen. Sir Karl Popper sieht in dem „Vorsokratiker“ Xenophanes einen Ahnen seines kritischen Rationalismus. Xenophanes vertrat die Ansicht, dass Erkenntnis stets nur eine Annäherung an Wahrheit sein könne und - idealerweise - dies im Laufe langer Prozesse auch tun würde. In Poppers Begriff der Wahrheitsnähe und der Methode der Falsifikation findet diese Idee ihren Widerhall.

2.6 Zusammenfassung und Ausblick

Wir haben uns einen knappen Überblick über Thematiken des Erkennens im Kontext europäischer Philosophie und Psychologie erlaubt. Ziel war die Untersuchung von Strukturen konzeptuellen Erkennens sowie die Suche nach nondualen und introspektiven Ansätzen in der europäischen Geistesgeschichte. Das Motiv für das gewählte Vorhaben lag in der Bemühung, den buddhistischen Methoden - Vipassana und Dzogchen - einen dialogfähigen Kontext zu bereiten. Es sollte damit auch der Versuchung widerstanden werden, die vorliegenden Methoden und deren Potentiale schlicht als Gegenstände im derzeitig gängigen experimental-psychologischen Forschungsselbstverständnis aufzufassen. Vielmehr soll auf Basis der vorliegenden Recherchen der Frage nachgegangen werden, inwiefern - oder inwiefern nicht - diese buddhistischen Techniken als Forschungswerkzeuge für die abendländische Psychologie Relevanz erlangen könnten.

In der Geschichte Europas adressierte der Erkenntnisbegriff verschiedene Bedeutungsebenen. Unter anderem jene des dualistischen Verstandes - *dianoia* - sowie jene der Vernunft oder Intuition - *noesis*. Letztere wurde noch im Verständnis Griechenlands als Organ unvermittelter Wesensschau begriffen, hatte jedoch im Laufe der Zeit für die Wissenschaften an Bedeutung verloren. Die frühgriechische Auffassung von Vernunft als aufnehmender Erkenntnis - *nous pathetikos* - und Hervorbringung von Wahrheit - *nous poietikos* - ist dem heutigen Verständnis von Forschung kaum noch zugänglich. Wahrnehmung und sprachliche Abbildungen einerseits und Sachverhalte andererseits werden zumeist als unterschiedliche Seinsebenen aufgefasst. Die Möglichkeit einer direkten Korrespondenz von (wahrnehmendem) Erkennen, Aussagen und Wirklichkeit wird kaum noch als plausibel angesehen.¹⁵⁰

¹⁵⁰ Vgl. Slunecko (1996: 14f.)

Spätestens seit Kant hat der Begriff Vernunft diesen Bedeutungswandel durchgemacht. So zielt wissenschaftlicher Erkenntnisgewinn auf die Erfassung von Gesetzmäßigkeiten ab. Abzubildendes sind nicht „Dinge an sich“ sondern Phänomene, die erst durch die Strukturen unseres Erkenntnisapparates konstituiert sind. Nur Disziplinen, die sich der Mathematik als Hilfsmittel bedienen können, werden als eigentliche Wissenschaften aufgefasst. Gesichertes, „objektives“ Wissen soll mittels geeigneter Begriffe und Kategorien in einem sprachlichen System repräsentiert werden.

Zunehmend wird in den Erkenntniswissenschaften Wissensproduktion als perspektivisch aufgefasst. Erkenntnisse richten sich nach Fragestellungen, Gegenständen, Methoden und Vorannahmen - also nach einem paradigmatischen Gebrauch - sowie nach Strukturen, die diesem noch vorausgehen - etwa Raum, Zeit und Begriffskategorien wie Quantität, Kausalität oder Relationen. Konzeptuelle Erkenntnisse werden demnach durch Perspektivennahme gewonnen, das so erzeugte Wissen ist zunächst nur in den Kontexten sinnvoll, in denen es generiert wurde.

Unterscheidungen, die letztlich tatsächlich Einzug in die wissenschaftliche Forschungspraxis finden, sind in hohem Masse von Konventionen abhängig, deren Grundlagen zumeist außerhalb des wissenschaftlichen Rahmens liegen: gesellschaftlichen Strömungen und heuristischen Präferenzen, die von den *scientific communities* oft nicht reflektiert werden. Dies lässt die Aktivitäten von Erkenntnis- und Wissenschaftstheorien als zweckmäßig erscheinen - wobei diese den gleichen Verdachtsmomenten ausgesetzt sind wie andere Wissenschaften. Neben konstativen Wahrheitstheorien finden wir im postmodernen Denken das Konzept des performativen Sprechens, das Sprache als identitätsbildendes Medium begreift. In diesem Kontext wird nicht versucht, Sprache zur Abbildung gegebener Wirklichkeiten einzusetzen, sondern sie als wirklichkeits- und identitätsgenerierendes Agens zu

nutzen. In dieser Denkfigur lässt sich eine Analogie zum frühgriechischen Begriff des *logos* erkennen. Die Sprache als schöpferisches Medium nähert sich wieder dem Sein.

Der Psychologie als Einzelwissenschaft boten sich im Laufe der Geschichte eine Vielzahl von Strömungen, Schulen und Denkstilen an, die z.T. in starke Konkurrenz zueinander traten. Introspektion als wissenschaftliche Methode wurde noch vom „Vater“ der akademischen Psychologie - Wilhelm Wundt - im Kontext experimenteller settings eingesetzt. Sie konnte sich allerdings im akademischen Rahmen nicht durchsetzen. Kants Einwände gegen die Möglichkeit einer Psychologie als „eigentlicher Wissenschaft“ wurden durch verschiedene Strategien zu neutralisieren versucht. So wurde das „Psychische“ auch als historischer und geisteswissenschaftlicher Gegenstand begriffen, das heißt, der Mensch wurde in seinen sozialen oder kulturellen Kontexten studiert und interpretiert. Diesem Projekt widmete sich u.a. Wilhelm Wundt in der Spätphase seines Werkes - in Form seiner kaum beachteten Völkerpsychologie.¹⁵¹ Einflussreiche Bemühungen, Psychologie als „exakte“ Naturwissenschaft zu legitimieren, waren jene der Psychophysik und des Behaviorismus.

Wenige haben sich jedoch dazu entschlossen, Kants Argument zu beherzigen, die Psychologie als pragmatische Wissenschaft auszulegen, die in erster Linie ihre Funktion darin erfüllt, dem Menschen das Leben zu verschönern und zu erleichtern. Darauf Bezug nehmend wollen wir nun zwei buddhistische Methoden kennen lernen. Möge es eine fruchtbare Begegnung sein.

¹⁵¹ Vgl. Benetka (2002: 99f)

Was aus Liebe getan wird,
geschieht immer
jenseits von Gut und Böse.

Nietzsche

Vielleicht geht die Weltnacht
jetzt auf ihre Mitte zu.
Vielleicht wird die Weltzeit
jetzt zu der dürftigen Zeit.
Vielleicht aber auch nicht,
noch nicht, immer noch nicht,
trotz der unermeßlichen Not,
trotz aller Leiden,
trotz des Namenlosen Leides,
trotz der fortwuchernden Friedlosigkeit,
trotz der steigenden Verwirrung.¹⁵²

3. Erkenntnis und Buddhismus

„... und wozu Dichter in dürftiger Zeit?“¹⁵³

Die Welt kocht, die Kulturen prallen auf- oder fließen ineinander. Der Mensch ist sich auffällig geworden - will wissen, was das wilde Treiben soll. Antworten werden auf dem Markt geboten, verkauft, getauscht, bekämpft, vielleicht verschenkt. Wir leben im Sumpf der geschichtlichen Tragödien – die Angst und das Misstrauen sitzen noch in den Knochen, furchtsam schauen wir auf die Welt. Die neue Welt ist auf Vernunft gebaut. Diese Zeit hat Krieg und Völkermord perfektioniert, noch besser die Verdrängung. Die Geschichte warnt: Traue nicht den Marktschreiern und den Händlern, nicht den Führern und Erlösern, traue nicht den Menschen und ihrer Kriegs-Kultur. Selbst die hoffnungsfrohe Wissenschaft ist zu einem Markt geworden. Wir fragen: „Worauf können wir noch vertrauen?“ Sehnen wir uns, über 100 Jahre, nachdem Nietzsche die Ermordung Gottes attestierte, nach einer Götterdämmerung?

¹⁵² Martin Heidegger (1950/1994: 271)

¹⁵³ Hölderlin, Auszug aus *Mnemosyne*; in: ebd.

3.1 Einleitung: Fragen an den Buddha

Die Frage nach Sicherheit - auch in Form von soliden Erkenntnisgrundlagen - ist, wie wir bereits untersucht haben, eine alte. Decartes' Lösung, die Erkenntnisgrundlage in ein Subjekt zu projizieren, ist desolat geworden. Die Psychologie sieht sich seit Anbeginn ihrer Entstehung mit einer Vielzahl oft gegensätzlicher Antworten konfrontiert. Selbst wenn aus diesen frühen Kämpfen das derzeitige experimental-psychologische Paradigma als Siegerin hervorgegangen ist und es mittlerweile etwas ruhiger um die Lager wurde, kann man doch bei weitem von keinem Konsens zwischen den Schulen reden. Man übt sich in Ignoranz.

In diesem Kapitel möchte ich einen Schritt weiter gehen und fragen, ob Wissenschaft und Sprache überhaupt geeignete Mittel für die Frage nach den menschlichen Erkenntnisgrundlagen sind oder nicht vielmehr die Ursache dafür, keine Antwort zu finden. Die abendländische Wissens- und Wissenschaftsgeschichte ist primär durch ein dualistisches Vernunftverständnis geprägt. In diesem Kapitel soll nach der buddhistischen Sichtweise des Zusammenhangs zwischen meditativer Erfahrung und Erkenntnis gefragt werden. Insbesondere interessiert, wie es möglich ist, aus dem Kreislauf von Bezeichnung und dualistischer Erfahrung auszusteigen und so den Raum des nondualen Erkennens zu betreten. Ich werde versuchen darzustellen, wie die Zeitlichkeit und Sprachlichkeit als intentionales Bewusstsein - im Sinne der Phänomenologie - das bezeichnet, was im Kontext der Buddhalehren dem leidhaften Zyklus des Samsara entspricht.

Ist der Trend zur Meditation durch deren Weckpotential im Hinblick auf die Geburtsvergessenheit der eigenen Kultur zu begreifen? Finden wir darin etwas, was uns unsere Kultur nicht mehr zu vermitteln im Stande ist, da es durch sprachliche Skelette verstellt wurde? Eben dies will ich unterstellen!

Befragt man europäische Geschichte, so kann man erstaunliche Parallelen in den Ansprüchen der abendländischen Philosophie und jenen des Buddhismus finden. Die Sichtweise Heraklits wirkt wie eine griechische Antwort auf Buddhas Analyse des menschlichen Daseins als samsarisches Leid. Heraklits Ontologie entgegengesetzt war jene des Parmenides: Für ihn liegt die Wahrheit des Seins in vollkommener Bewegungslosigkeit. Platon und später Aristoteles konnten diese Gegensätze einer Synergie zuführen und sprachen von 2 Ebenen des Seins: der dynamischen und der statischen, wobei Platon der statischen den Wahrheitszuschlag gab. Auch im Buddhismus finden wir zwei Seinssphären. Jene der dynamischen Bedingtheit - *samsara* - und jene der stillen Lösgelöstheit - *nirvana*.

Tatsächlich besteht in Europa schon seit geraumer Zeit Interesse am buddhistischen Gedankengut - etwa bei Nietzsche, Schopenhauer oder Deussen. Die Rezeptionsgeschichte ist allerdings voll von eurozentrischen Projektionen und Kategorien, die dem buddhistischen Denken nur schwerlich gerecht werden können.¹⁵⁴ Der kulturelle Austausch nimmt nun laufend durch eine wachsende Nachfrage nach Antworten und die steigende Zahl an buddhistischen Praxiszentren zu. Gleichzeitig ist es so, dass die Vermittlungskulturen buddhistischer Praxis durch Einfluss westlicher Kultur - insbesondere durch kolonialistische Unterdrückung - geprägt wurden. Dies trifft insbesondere auch auf Burma zu. Somit ist auch das, was wir hier an Methoden und Werkzeugen erhalten, längst nicht mehr von unserer eigenen Geschichte zu trennen.

¹⁵⁴ Unterschiedliche Interpretationen von Nirvana und Sunyata haben etwa in Europa schon früh eine Debatte ausgelöst, ob diese positive oder negative Zustände meinen, vgl. Schlieter (2001: 74f.).

3.2 Selbstversuch 1: Vipassana

3.2.1 Die Situation in Burma

Dhamma ¹⁵⁵ eradicates suffering and gives happiness. Who gives this happiness? It is not the Buddha but the Dhamma, the knowledge of anicca¹⁵⁶ within the body, which gives the happiness. That is why you must meditate and be aware of anicca continually.

Sayagyi U Ba Khin¹⁵⁷

Vipassana gilt als zentrale Meditationstechnik aller Fahrzeuge, insbesondere des Theravada. Dem Mahasatipatthana Sutra des Palikanons, also der Lehrrede des Buddha, die die Vipassana-Meditation darlegt, kommt in den Theravadakulturen - insbesondere in Sri Lanka - der Status eines kaum zu übertreffenden Verehrungsobjektes zu. In Burma kam es in der letzten Dekade zu einem enormen Zuwachs an Laienpraktizierenden. Um uns einen kleinen Überblick zu verschaffen und unsere Gastgeber näher kennen zu lernen, habe ich einen kurzen Steckbrief zusammengestellt.

Burma überlieferte und exportierte erfolgreich die hier vorgestellte Vipassana-Praxis. Im Augenblick zählt „das Land des Dharma“ sowohl wirtschaftlich als auch politisch zu den instabilsten Staaten der Erde. Das Militär der (buddhistischen) Diktatur umfasst ca. 500 000 „Mann“, viele davon Kindersoldaten ab 10 Jahren, die in einem Vielfrontenkrieg gegen ethnische Minderheiten eingesetzt werden. Eine sehr spezifische Interpretation der Theravada-Vipassana-Meditation, wie sie Mitte des 19. Jahrhunderts von dem burmesischen Mönch Ledi Sayadaw in Waldklöstern gelehrt wurde, fand seit 3 Generationen ihre Verbreitung

¹⁵⁵ Pali für den „Weg des Buddha“ - entspricht dem Sanskritterminus „dharma“.

¹⁵⁶ Pali für Vergänglichkeit – das Entstehen und Vergehen der Phänomene.

¹⁵⁷ Schüler von Ledi Sayadaw und Lehrer S.N. Goenkas.

durch praktizierende Laien. Mittlerweile hat diese Bewegung selbst die traditionellen und starren Auslegungen des burmesischen Theravada-buddhismus reformiert, da auch ordinierte Mönche zunehmend auf die wirkungsvolle Laien-Methode zugreifen. Die burmesische *sangha*¹⁵⁸ erfreut sich einer großen Beliebtheit unter der Bevölkerung. Bechert gibt ihre Größe 1989 mit einer, saisonalen Schwankungen unterworfenen, Zahl von 120 000 Mönchen an.¹⁵⁹ Mittlerweile soll die Zahl auf ca. 500 000 Mönche angewachsen sein. Die Kulturanthropologin und Burma-Expertin Futterknecht erklärt sich den enormen Zulauf damit, dass viele Burmesen in der Meditation Zuflucht vor dem menschenfeindlichen Alltag der repressiven Militärdiktatur suchen. Trotz der buddhistischen Regierung, die bereitwillig die *sangha* fördert, Klöster baut und sich so legitimiert, stellt die Mönchsgemeinschaft in Burma ein nicht zu unterschätzendes Potential politischen Widerstandes dar. Nach Futterknechts Einschätzung liegt in der exponentiellen Dynamik der Vipassana-Bewegung die möglicherweise einzige Chance für gesellschaftliche Reformen in Burma.¹⁶⁰

1969 fand der erste 10-tägige Meditationskurs der betreffenden Methode in Indien statt, geleitet durch den indisch-burmesischen Geschäftsmann S.N. Goenka. Er veranstaltete das Retreat für seine Familie und enge Freunde, mit Einwilligung seines burmesischen Lehrers Sayagyi U Ba Khin. Die TeilnehmerInnen waren beeindruckt von den Wirkungen und die Nachfrage stieg durch Mundpropaganda. Die Kurse finden mittlerweile weltweit unter Goenkas Leitung oder unter der Supervision eines seiner 800 Assistenzlehrer statt. Auch in Europa werden beinahe permanent 10-Tages-Kurse angeboten. Weiters werden mittlerweile Spezialkurse, 20-, 30-, 45-, 60- und 90-Tages-Kurse angeboten sowie Lehrerausbildungen. Interessant ist, dass weder Kursgebühren noch Unterkunft oder

¹⁵⁸ Pali: Gemeinschaft der Praktizierenden

¹⁵⁹ Für weitere Informationen über die wechselseitigen Einflüsse zwischen Sangha und politischen Prozessen in Burma, vgl. Bechert und Gombrich (Hg.) (1995: 184f.). Allerdings gab es in den vergangenen 13 Jahren entscheidende Veränderungen der Lage.

¹⁶⁰ Die Angaben entstammen Gesprächen mit der Religionsanthropologin Veronica Futterknecht, am 30.07.2008.

Verpflegung zu bezahlen sind. Jeder Absolvent, der der Meinung ist, davon profitieren zu haben, kann durch freie Spenden dazu beitragen, Interessierten eine Teilnahme zu ermöglichen. Das System funktioniert in beeindruckender Weise.

Die etwas trübe Perspektive auf die Situation eines der Kernländer dieser Methode und die janusköpfige Natur der Kultur eignen sich insbesondere, um auf die Idee des samsarischen Leidverständnisses Buddhas einzustimmen, ohne eine antirationalistische oder kulturpessimistische Revolution beschwören zu wollen. Vielmehr soll die Ahnung zum Ausdruck gebracht werden, dass die Begegnung der psychologischen und buddhistischen Kulturen einmal fruchtbar gewesen sein wird. Wir kommen nun zu der Darstellung dieser Praxis, welche die Grundlage nicht-sprachlicher Erkenntnis ist. Denn was uns hier am meisten interessiert, ist letztlich, was es mit diesen Methoden auf sich hat, und ob sie im Kontext unserer Fragestellungen neue Perspektiven eröffnen können.

3.2.2 Vipassana nach S.N.Goenka

Anicca vata sankhara, uppavaya-dhammino. Uppajjiva nirujjhanti, tesam vupasamo sukho.

Impermanent, truly are compounded things, by nature arising and passing away. If they arise and are extinguished, their eradication brings happiness.

Pali Kanon

Die ersten 10 Tage Praxis der Methode des S.N. Goenka ließen mich beeindruckt zurück. Ich hatte das Gefühl, eine Türe entdeckt zu haben, in eine Erfahrung jenseits von Kultur und Sprache. Durch die geschlossene Atmosphäre des Retreats – man übt etwa 11 Stunden pro Tag und spricht mit niemandem außer den Instruktoren – fühlte ich mich wie in einem Forschungslabor unter strengen Versuchsbedingungen. In diesem Klima stetig steigender Wachsamkeit (Pali: *sati*) traten zunehmend Gesetzmäßigkeiten und Funktionsweisen des psychophysischen Apparats (Pali: *namarupa*) ins Licht des Bewusstseins und wurden auffällig.

Insbesondere schienen jene geistigen Formen, die an Bewertungen gebunden sind, durch diese Methode an die Oberfläche des Bewusstseins und Empfindens zu steigen. Eine Nähe zur freien Assoziation Freuds fiel mir ins Auge, da auch im Prozess der Meditation die kontrollierenden Ordnungsfunktionen des konzeptuellen Geistes langsam ihre Kraft verlieren. Offenbar deshalb, weil sie in den Kontext einer allgemeineren Ordnungsfunktion gestellt werden: ein zunehmend wacheres Bewusstsein im Klima der stetigen Selbstaufmerksamkeit. Weiters hatte ich den Eindruck, dass der Mechanismus, den Behavioristen *Extinktion* (Auslöschung) nennen, im Prozess der Meditation aus der Innenperspektive zugänglich und erfahrbar wurde. In regelmäßigen Adittana-Sitzungen – einer Stunde Meditation ohne die geringste

Bewegung - beobachtete ich Schmerz als ein Phänomen, das sich dialektisch zwischen Körperempfindung (Skt. *vedana*) und Bewertung (Skt. *samjna*) aufbaut. Wertfreie Aufmerksamkeit, auf den Empfindungsaspekt des Schmerzes gerichtet, führte zu einer Entkoppelung vom Bewertungsaspekt, wodurch Schmerz zu einer reinen Empfindung wurde, die sich auflöste, besser ausgedrückt: veränderte. Ich gewann die Überzeugung, dass es kein psychophysisches Phänomen - kein Leiden - geben könne, das dieser Methode nicht weichen müsste. Bevor ich näher auf den Erfahrungsaspekt während eines Kurses eingehe, möchte ich noch einen knappen Überblick über zentrale Begriffe im Kontext der buddhistischen Praxis einführen und ihren Zusammenhang illustrieren.

Der Weg als Spirale: Sila, Samadhi und Panna

Blickt man auf die kürzeste Zusammenfassung der buddhistischen Lehre im Kontext des Theravada, so ist diese in den drei Pali-Begriffen *sila*, *samadhi* und *panna* repräsentiert, was übersetzt etwa ethische Haltung und Handlung, meditative Versenkung sowie Erkenntnis bedeutet. Wie so viele buddhistische Begriffe sind sie schwer zu greifen, da sie - wie bereits angedeutet - keine statisch festzumachenden empirischen Sachverhalte repräsentieren und die bezeichneten Inhalte sich in einem dynamischen Verhältnis zueinander befinden. So verweisen die Begriffe auf Inhalte unterschiedlicher Niveaus in einem spiralenförmigen Prozess. Im eben dargestellten Kontext lässt sich etwa der Begriff Erkenntnis (Pali: *panna*) in dreifacher Weise aufgliedern, wobei er gleichermaßen den Anfang und das Ende des Weges beschreibt: Erkenntnis durch Hören der Sutren (Pali: *sutamaya panna*) ist Voraussetzung, um den Weg des Buddha (Pali: *buddhadhamma*) kennen zu lernen. Dieser Weg besteht, wie bereits erwähnt, aus Ethik, Meditation und Erkenntnis. Erkenntnis durch Reflexion (Pali: *cintamaya panna*) ist erforderlich, um durch konzeptuelle Analyse

den Weg richtig zu verstehen und daraufhin die Praxis zu beginnen, wobei das Verständnis bereits Teil der Praxis ist. Dadurch etablieren sich ein differenzierteres Begreifen des Weges und eine elaborierte Umsetzung, etwa durch meditative Versenkung und ethisches Handeln, welches wiederum eine Voraussetzung für die Sammlung des Geistes darstellt. Durch die konsequente meditative Versenkung und die implizite Reinigung des Geistes erlangt man eine sukzessiv klarere und subtilere Einsicht in die Gesetzmäßigkeiten des Geistes und der Formen (*namarupa*), was wiederum ein vertieftes intellektuelles Verständnis des Weges bedingt sowie die Türen für unmittelbare Grundlagen der Ethik öffnet: dem Mitgefühl. Dieses wiederum verbessert das Selbstgefühl, wodurch sich eine subtilere Erfahrung der Natur der Dinge ermöglicht und somit auch ein subtileres intellektuelles Verständnis des Weges. Diese Spirale dreht sich hinaus bis zur *Frucht* des Weges, jenseits des bedingten Entstehens der Dinge (Pali: *patikkasamuppada*) und der leidhaften Sphäre *samsaras* in einer direkten Erfahrung des unbedingten Grundes aller Dinge – *nirvana* (Pali: *nibbana*). Damit ist in aller Kürze die Essenz des graduellen Vipassana-Weges zusammengefasst.

Sila - Ethik

Traditionellerweise handelte es sich beim Theravada-Buddhismus um eine monastische Disziplin. Als Rahmenbedingung für eine erfolgreiche meditative Praxis wird in dieser Sichtweise der zurückgezogene, disziplinierte und strikt ethische Wandel des mönchischen Lebens vorausgesetzt. Ein wichtiger Aspekt dieser Sichtweise liegt in der Idee, dass nur unter idealen und kontrollierten Rahmenbedingungen die Voraussetzungen geschaffen werden können, den menschlichen Geist auf die subtilen Anforderungen der meditativen Übung vorzubereiten. Dieser Vorstellung wird im Kontext der 10-Tages-Kurse dadurch entsprochen, dass sich die Teilnehmer bereit erklären, fünf mönchische Grundregeln zu

befolgen; nämlich, nicht zu stehlen, nicht zu töten, sich sexueller Aktivitäten zu enthalten, keine Drogen zu nehmen und nicht zu lügen. Da Lügen im Buddhismus sehr differenziert aufgefasst wird und mit unserem Alltagsverständnis kaum in Deckung zu bringen ist, schlägt sich dieses Gebot in der Praxis vollkommen *noblen Schweigens* während der gesamten Kursdauer nieder.¹⁶¹ *Nobles Schweigen* impliziert auch, keinen Blickkontakt mit anderen Kursteilnehmern zu halten, da dieser ein hochwirksames Kommunikationsmedium darstellt. Ethik ist also nicht primär ein moralischer Imperativ, sondern ein integraler Bestandteil und eine unabdingbare Voraussetzung für meditative Praxis, deren Ziel es ist, die befreiende Erkenntnis und Weisheit - *prajna* - zu erlangen.

Samadhi - Versenkung

Grundlage der Übung ist Bewusstsein. Ganz im phänomenologischen Sinne soll Bewusstsein als *intentional* definiert werden. Intentional bedeutet, dass Bewusstsein immer Bewusstsein von etwas ist. Somit ist es zeitlich und gewissermaßen auch räumlich - in dem Sinne, dass es einen Standpunkt, eine Gerichtetheit, also eine Perspektive hat. Der Begriff *Intentionalität* verweist zugleich auch auf den Aspekt, dass das Spannungsverhältnis des *Bewusstseins* ein *bipolares* ist: Es ergibt sich, so man es als linear-zeitliches beschreibt, durch die Spannung zwischen dem eben noch Gewesenen und dem antizipierten Kommenden. Husserl bezeichnet ersteres als *Retention* und letzteres als *Protention*. Die *Intentionalität* stellt hier die Begrenztheit, den *Horizont* von Bewusstsein her, welcher sich über Inhalte und deren zeitliche Veränderungen definiert. Diese Intentionalität ist auch die Ausgangssituation und Voraussetzung der Technik.

¹⁶¹ Natürlich kann man im Falle dringlicher Fragen oder Unklarheiten mit den Instruktoern oder dem Kursbetreuer („Manager“) Kontakt aufnehmen.

Zunächst gilt es das Bewusstsein zu fokussieren, und zwar mittels *samatha*.¹⁶² Bereits dadurch ist es möglich, die Grenzen der Intentionalität zu erweitern, möglicherweise sogar aufzusprennen. *Samadhi* ist das Ziel im Kontext der *samatha*-Meditationen. *Samatha* entspricht im Kontrast zu *vipassana*, einer Übungsform, die bereits vor der Zeit Buddhas praktiziert wurde. Zunächst sei hervorgehoben, dass *samatha* die Grundlage jeder Meditation ist. Sie repräsentiert die Struktur und somit den gemeinsamen Nenner aller Meditationstechniken. Dieser gemeinsame Nenner ist die gezielte Ausrichtung der Aufmerksamkeit auf ein Objekt oder reines Verweilen im Gewahrsein¹⁶³ ohne Objekt.¹⁶⁴ Hier stimmen verschiedene Traditionen zwar begrifflich überein, durch jene beiden Unterscheidungen von Bewusstsein und Gewahrsein ist jedoch bereits ein fundamentaler struktureller Unterschied angelegt, welcher u.a. in einer anderen Zeitqualität zu finden ist. In der *samatha* des Dzogchen, so könnte man verkürzt sagen, sind bereits einige Aspekte der burmesischen *vipassana* integriert. Dies wird sich im Kapitel über Dzogchen klarer darstellen.

Samatha bedeutet also im Kontext der hier diskutierten *vipassana* Methode die Entwicklung konzentrativer Fähigkeiten.¹⁶⁵ Durch deren konsequentes Üben gelangt man in sukzessiv tiefere Versenkungszustände, die in der buddhistischen Tradition als *jhanas* bezeichnet werden - wobei 8, manchmal auch 9 Stufen unterschieden werden. Das Erreichen des 8. Jhanas wurde zu *Shakyamunis* Zeiten als das höchstmögliche meditative Ziel aufgefasst. Es ist überliefert, dass er,

¹⁶² Welches Objekt dazu gewählt oder ob die Versenkung ohne Objekt erreicht werden soll, variiert letztlich je nach Vorliebe der unterschiedlichen Traditionen. Im Dzogchen wird insbesondere der Vorzug der objektfreien Versenkung hervorgehoben und betont, dass sich, je nach Situation und Umstand, grundsätzlich jedes Objekt eignet.

¹⁶³ Unter dem Begriff Gewahrsein wird hier ein Aspekt von Aufmerksamkeit verstanden, der nicht perspektivisch ist, also - grob gesprochen - jenseits einer Subjekt-Objekt-Dualität liegt. Näheres dazu im Kapitel über Dzogchen

¹⁶⁴ So im Dzogchen. Der Tibetische Begriff für *samatha* ist *shine*.

¹⁶⁵ Im Dzogchen wiederum wird in dieser Praxis als Wechsel von Konzentration und Dezentrierung praktiziert.

nachdem er das 8. Jhana erlangt hatte, feststellen musste, dass er keinesfalls *erwacht* war. Dies insofern, als er nur einen außerordentlichen Zustand erreicht hatte, jedoch in diesem nicht durchgehend verweilen konnte.¹⁶⁶ Sobald er die Konzentration vom Objekt zurücknahm, verlor er auch die Errungenschaften und Vorzüge des *jhanas*. Um im Kontext der hier vorgestellten Form von *vipassana* vorzugehen, ist es nicht unbedingt erforderlich die einzelnen *jhanas* darzustellen, da zwar mit einem geklärten und fokussierten Geist praktiziert wird, jedoch nicht in der Versenkungstiefe eines *jhanas*. Solé-Leris stellt dies folgendermaßen dar:

Auch die *vipassana*- oder Klarblicks-Meditation fängt genau wie die *samatha*-Meditation mit Konzentrationsübungen an und bedient sich dabei der ihr angemessenen Meditationsgegenstände. Der Unterschied liegt im Umstand, daß man in der *vipassana* nicht zu immer höheren Stufen der Sammlung und Vertiefung fortschreitet. Hat der Meditierende hier erst einmal das genügende Maß an Sammlung erlangt, das ihm eine unzerstreute Aufmerksamkeit gewährleistet (man nennt diese Stufe die "angrenzende" oder "Zugangs-Sammlung", *upacara samadhi*, oder auch "momentane Sammlung", *khanika samadhi*), so macht er sich daran, mit stetiger sorgfältiger Achtsamkeit und bis in die äußerst mögliche Einzelheit hinein auf all jene Sinnes- und Geistesprozesse zu achten, die bei der abstrahierenden Meditation [samatha, Anm. D.M.] ausgeblendet werden, einschließlich derjenigen, die sich normalerweise auf der unter- oder unbewußten Ebene abspielen. Das Ziel besteht hier darin, eine vollständige, direkte und unmittelbare Bewußtheit aller Phänomene zu erlangen.¹⁶⁷

Als eine erste Stufe der fokussierten Gerichtetheit des Bewusstseins kann man Aufmerksamkeit (*sati*) bezeichnen. Diese weist alle Aspekte der Intentionalität auf. Sie ist - meistens - subjektiv, also perspektivisch und

¹⁶⁶ Heute würden wir von *peak experiences* sprechen.

¹⁶⁷ Solé-Leris (1994: 31)

auf ein Objekt gerichtet.¹⁶⁸ Jemand ist aufmerksam. Durch weiteren Fokus der Aufmerksamkeit dehnt sich das Bewusstsein zunehmend auf das Objekt hin aus.¹⁶⁹ Das Ausdehnen steigert sich, bis von einer Penetration des Objektes durch die Aufmerksamkeit geredet werden kann. Hier öffnet sich der Bereich der *jhanas*. Dies wird wie ein Eintauchen in ein anderes Medium erfahren, vergleichbar mit dem Eintauchen des Körpers in Flüssigkeit. Es ist durchaus üblich, dass dieses Eintauchen mit einem Gefühl von Ekstase einhergeht, mitunter von großer Intensität. Qualitativ ist diese Empfindung durchaus mit sexueller Ekstase zu vergleichen. Spätestens an diesem Punkt wird dem Übenden ein bemerkenswerter Vorteil von Konzentrationsfähigkeit bewusst. Damit erschöpft sich allerdings nicht der Zweck der Übung. Das Erlangen eines veränderten Bewusstseinszustandes ist nicht notwendiger-, allerdings durchaus möglicherweise mit Erkenntnis verknüpft. An diesem Ort, dem Verschmelzen des Bewusstseins mit dem Objekt, kann noch von Bewusstsein gesprochen werden, auch wenn die Erfahrung mitunter als Erleuchtung fehlinterpretiert wird, da sie neuartig, aufregend und glücksvoll ist. Dennoch ist es eine Erfahrung, die durch Begrenzungen gekennzeichnet ist. Sie ist somit intentional, vor allem aber reversibel. Etwas hat sich verändert, möglicherweise die Qualität, der Ort, die Ausdehnung, der Geschmack des Bewusstseins. Es bleibt jedoch Bewusstsein. Jemand ist bewusst, jemand ist verändert oder mit dem Objekt eins geworden. Hinzu kommt, dass mit den *jhanas* eine gewisse Gefahr einhergeht, sie als das Ziel zu missverstehen, ja sogar einer Anhaftung an diese, immer feineren und glücksinduzierenden Empfin-

¹⁶⁸ Wie bereits erwähnt wurde, ist auch eine aperspektivische Form der Aufmerksamkeit möglich, die jedoch hier als Gewährsein bezeichnet werden soll. Wir finden, insbesondere im Dzogchen weitere Unterscheidungen in diesem Kategorienbereich.

¹⁶⁹ In Pali entspricht dies dem Begriff *sati*, der - zumeist in anderem Kontext - auch mit Gedächtnis übersetzt werden kann. Aber auch bei uns ist der Aspekt des Merkens im Wort implizit. Ein Aspekt der Aufmerksamkeit kommt im Lateinischen *attendere* gut zum Ausdruck: sich „auf etwas hin ausdehnen“. Auch eine Assoziation mit dem Begriff Ekstase - Hinausstehen - ist durchaus legitim und wie sich erweist, eine mögliche – und wahrscheinliche - „Nebenwirkung“ der Praxis. In „Hinaustragen ins Offene“ kommt insbesondere auch der Aspekt der Versenkung - skt. *samadhi* - zum Tragen.

dungen zu erliegen. Woran liegt es, dass das Glück, das in den Jhanas erfahren wird, reversibel ist?

Panna - Erkenntnis

Hier setzt Vipassana an. Ging es in Samatha darum, Konzentration und schließlich den Zustand von Versenkung und Stille zu erreichen, so geht es in Vipassana darum, die Natur der Dinge zu erforschen, also die Zugangsversenkung auf Phänomene forschend anzuwenden. Diese Erforschung kommt zunächst einer Begegnung, dann Verschmelzung des Gewähr-seins mit einem Objekt nahe. Das Bewusstsein taucht durch das Objekt, in das es gedrungen ist, ein, macht sich mit seinem Wesen, seiner Essenz, seiner Form, seinem „Geschmack“, seiner Textur und Signatur vertraut. Es erkennt seine Einheit. Wahrnehmendes und Wahrgenommenes sind verschmolzen. Vipassana bedeutet Einsicht oder direkter übersetzt: die Dinge so zu sehen, wie sie sind. Ihr Resultat ist *prajna*, Erkenntnis. Was ist damit gemeint? Tatsächlich gewinnt man den Eindruck, dass, je nachdem ob man im Kontext des Hinayana, Mahayana, Vajrayana oder Dzogchen von *vipassana* und *prajna* spricht, es sich um kaum verwandte Disziplinen handelt.

Die Errungenschaften, die in Aussicht gestellt werden, die Art der Einsicht, die zu erwarten ist, scheinen sich mehr oder weniger stark zu unterscheiden. Im Hinayana-Vipassana hört man beinahe ausschließlich von der Einsicht in die Vergänglichkeit der Dinge (Pali: *anicca*, Skt: *annitara*). Im Mahayana hört man von der Einsicht in die Leerheit des Selbst und der Dinge (*sunyata*) und gewinnt den Eindruck, dass selbst darunter in den verschiedenen Traditionen völlig Unterschiedliches verstanden wird. Praktiziert man Dzogchen-Semde-Kontemplation, drängt sich der Eindruck auf, dass hier unter *samatha* exakt das aufgefasst wird, was im Hinayana Vipassana genannt wird. Aus diesem babylonischen

Sprachgewirr führt nur ein Weg hinaus: Praxis, Selbsterforschung und direkte Einsicht, also die Praxis von *vipassana*.

Einblicke in einen 10-Tages-Kurs

Es sollen im Folgenden einige Erfahrungsberichte während eines 10-Tages-Vipassana-Kurses zusammengestellt werden.

Vor Kursbeginn wird jede/r TeilnehmerIn vom Kursmanagement angehalten, einen Vertrag zu unterzeichnen, in dem er/sie sich dazu verpflichtet, die gesamten 10 Tage zu bleiben. Dies, um zu gewährleisten, dass der begonnene Prozess auch zu Ende gebracht wird, da mit massiven Eingriffen in die Struktur des eigenen psychophysischen Apparates zu rechnen ist. Dieser Prozess muss bei weitem nicht immer angenehm sein. Es ist daher abzusehen, dass fast jeder, der den Kurs besucht, des Öfteren den Impuls verspürt, das Weite zu suchen. Um dem vorzubeugen, wird von vornherein die Ernsthaftigkeit des Unterfangens klargestellt.

Die Quellen der Beschreibungen stammen z.T. aus meinen Meditationstagebüchern, z.T. von Aufzeichnungen eines Freundes, der den gleichen Kurs in Hyderabad/Indien besucht hatte und 10 Tage schweigend - ohne Blickkontakt - neben mir saß. Er veröffentlichte diese Aufzeichnungen im Rahmen seines Diplomprojekts.¹⁷⁰ Wie durch die Erlebnisberichte ersichtlich ist, entwickeln sich erstaunliche Ähnlichkeiten in den Erfahrungen sowie deren Darstellungen. Die Rede ist von Aggregats-, Elektrizitäts- und Tauchmetaphern durchwoben. Anhand der Berichte lässt sich weiters erahnen, dass die Erfahrungen keineswegs immer Spaziergänge durch den Körpergeist darstellen. Obwohl vielen Kursteilnehmern Ähnliches widerfährt, ist nicht auszuschließen, dass

¹⁷⁰ Vgl. Zehetner (2003: 60 ff.)

Erfahrungen auch voneinander abweichen. Darüber hinaus lassen sich allerdings Entwicklungsschritte nachzeichnen und grob klassifizieren, die als ein Indikator für Fortschritte im Kontext dieser Praxistradition aufgefasst werden. Beide Textquellen stammen übrigens aus dem jeweils ersten Kurs der Praktizierenden.

Teil 1: Samadhi durch Anapana

Die ersten 3 Tage sind einer Praxis gewidmet, die als Vorbereitung für Vipassana gilt: Anapana, das Beobachten der Atembewegung. Dies um den Geist zu beruhigen und darin zu schulen, nur zu beobachten. Es handelt sich also um keine Atemübung, sondern um eine Form von *samatha*, die dazu dient, die Zugangssammlung - *upacara samadhi* - zu erlangen.

Bewusstes Ein- und Ausatmen. Nicht mehr und nicht weniger. Anapana wird diese Achtsamkeitsmethode genannt und soll helfen den Geist "einpunktig" zu machen, Samadhi (Konzentration) hervorzubringen. Elf Stunden pro Tag bemühe ich mich, meinem Atem zu folgen.¹⁷¹

Dies eine typische Erfahrung: Man sitzt, lenkt seine Aufmerksamkeit auf den Atem, in fester Entschlossenheit dort zu verweilen; Minuten später, vielleicht nach einer halben Stunde findet man sich wieder, nachdem ein Strom von Gedanken über Vergangenes und Mögliches kurz eine kleine besinnliche Pause freigab, sich wieder zu finden.

Anfangs drängen sich häufig Gedanken auf. Minutenlang schweift der Geist ab, schwelgt in Bildern, Phantasien, Erinnerungen, Zukunftsplänen, kehrt dann zurück zum Atem, schweift wieder ab, ist müde und träge oder erregt und unruhig. Die Beine schlafen ein, der Rücken schmerzt, und ich frage mich mitunter, ob es wirklich eine gute Idee war hierher gekommen

¹⁷¹ Ebd.

zu sein.¹⁷² [...]Tatsächlich geht es mir am 3. Tag wieder viel besser. Auch die Fähigkeit, meinen Atem über einen längeren Zeitraum ununterbrochen zu beobachten, verbessert sich erstaunlich. Zwar bin ich immer noch abgelenkt durch die Suche nach möglichst schmerzfreien Sitzpositionen, phasenweise aber so vollständig bei meiner Atembeobachtung, dass die unangenehmen Körperempfindungen in den Hintergrund treten, mitunter sogar ausgesprochen angenehme Wellen des Wohlbefindens meinen Körper durchströmen.

Und so mehren sich Momente, in denen der Wille über die Verlockung siegt, den ach so spannenden Gedanken nachzusinnen. Eine Minute durchgängiges Gewahrsein beim Atem, vielleicht zwei: welche Errungenschaft! In jenen Momenten sind Müdigkeit, Schmerz, Angst und Trauer wie verfliegen. Es dämmert eine Ahnung der Macht des Willens, der Kraft der Konzentration. Was, wenn jeder Augenblick Diener dieser machtvollen Präsenz werden könnte?

Teil 2. *panna* durch *vipassana* - Phänomenologische Exkurse

Am Nachmittag des 3. Tages ist es schließlich so weit: *vipassana* wird initiiert. Es ist dies zunächst zu tun: die Atem- und Empfindungsachtsamkeit, die über 3 Tages sukzessive aufgebaut wurde, auf den gesamten Körper - dessen Empfindungen - systematisch anzuwenden: Beginnend beim Scheitel, bewegt man sein fühlendes Gewahrsein nach unten - zunächst nur an der Körperoberfläche, alle Empfindungen gleichmütig und wachsam wahrnehmend.

Indem ich immer wieder durch meinen Körper scanne, stoße ich auf die verschiedensten Arten von Empfindungen. Oft ist es in der Tat Schmerz, der mir auf meinen inneren Streifzügen begegnet. Schmerz ist jedoch - so wurde mir versichert - wie jede andere Empfindung auch, wesentlich unbeständig, vergänglich (p. *annica*). Mit Gleichmut (p. *upekkha*) und

¹⁷² Zehetner (2003: 60)

unverminderter Achtsamkeit (p. *sati*) versuche ich also meinen Empfindungen zu begegnen. [...] Empfindungen treten in Erscheinung, halten sich eine Zeit lang, und vergehen dann wieder.¹⁷³

Eine erste Erkenntnis liegt also in der Beobachtung der Natur der Vergänglichkeit aller Empfindungen: *annica*. Eine besonders raffinierte Erfindung erhöht den Lerneffekt und die Bereitschaft, Aufmerksamkeit und Gleichmut zu stabilisieren. *Adhitthana* heißen jene Sitzungen, in denen man für eine Stunde völlig bewegungslos sitzt und dabei die Empfindungen systematisch scannt. Es stellt sich - früher oder später - heraus, in welchem hohem Ausmaß die Qualität der Beobachtung das Beobachtete regelrecht einfärbt - und umgekehrt. Umgekehrt allerdings nur so lange, als der Geist sich nicht durch beständiges Üben in einen Fels der klaren Präsenz verwandelt hat, der sich durch keine Empfindung beeindrucken lässt, notwendig jedoch durch Offenheit und Gelassenheit ihrem Vergehen beiwohnt.

Beim dreimal täglichen "Sitzen mit fester Entschlossenheit" (p. *adhitthana*) - hier soll die gewählte Sitzposition über eine Stunde ohne jegliche Bewegung beibehalten werden - fällt es mitunter schwer an die Vergänglichkeit der schmerzhaften Empfindungen zu glauben, zu hartnäckig scheinen sie sich festgekrallt zu haben. Doch eines wird im Laufe der folgenden Tage - tatsächlich - offensichtlich: Versuche ich nicht mehr auf meine Empfindungen zu reagieren, lehne ich den Schmerz also nicht mehr ab (p. *dosa*, "Aversion") und klammere ich mich nicht mehr an die angenehmen Empfindungen (p. *raga*, "Verlangen"), lässt ihre Wirksamkeit auf wundersame Weise nach. Ich registriere zwar noch immer den Widerwillen meiner Sitzknochen, eine Stunde lang in der selben Position verharren zu müssen, bin diesem Widerwillen (Schmerz) aber nicht mehr so unmittelbar ausgeliefert, sondern schaffe es mitunter

¹⁷³ Zehetner (2003: 60)

in die Nuancen und Details dieses manifestierten Widerwillens einzudringen, ihn gleichsam zu analysieren und damit aufzulösen.¹⁷⁴

In abendlichen Vorträgen werden die Meditierenden Schritt für Schritt in die Methode instruiert. Dazu werden grundlegende Begriffe und buddhistisch-psychologische Konzepte über das Körpergeistsystem (Pali: *namarupa*) vorgestellt. Eine zentrale Doktrin des Hinayana Buddhismus ist jene der 5 Bündel - *skandhas* - welche die empirische Person konstituieren. Es sind dies jene Strukturen, auf dessen Basis der Prozess des bedingten Entstehens (Pali: *paticcasmupada*) aufbaut: die Körperempfindungen (*vedana*), die Wahrnehmung (*samjna*), die zusammengesetzten Formkräfte (*sankhara* skt. *samskara*), das duale Bewusstsein (*vijnana*) und die Form (*rupa*). Besondere Betonung fällt in dieser Praxis auf den Aspekt der Körperempfindungen, da sie als „strategischer Interventionspunkt“ aufgefasst werden. Jede Geistesbewegung und Sinnesempfindung findet ihre Reflexion auf Ebene der Körperempfindungen - wie subtil diese auch sein mögen - wodurch, bleibt man immer in gleichmütiger Verbindung bei ihnen (*sampajanna*), jegliches Phänomen, Gedanke oder Gefühl sich unweigerlich auflösen muss, so man nicht die Wachsamkeit bzgl. der stets zu Reaktion und Bewertung bereiten Ebene (*samjna*) verliert. Im Kontext des samsarischen Bewusstseins (*vijnana*), so die Lehre, wird jede Empfindung als positiv, neutral oder negativ interpretiert. Diese Reaktionen finden in subtilsten Empfindungsintensitäten statt und leiten unser Verhalten und Navigieren in der Welt. Es haben sich komplexe Reaktions-, Interpretations- und Bewertungsmuster gebildet, Bündel, die sich aus Empfindungen und Bewertungen geformt haben, und gleichermaßen wieder Empfindungen und Bewertungen hervorbringen. So werden sie auch *sankharas* - Formkräfte – genannt.

¹⁷⁴ Zehetner (2003: 60f)

Folge ich nun meinem gewohnten Reaktionsmuster (Ablehnung, Anhaftung) verstärke ich die Konditionierung. So weit lässt sich der Ansatz in einer psychologischen Sprache einwandfrei wiedergeben. Der Begriff Sankhara meint aber noch mehr: Treffe ich bei meinen Körperdurchgängen auf eine bestimmte Empfindung, erlebe und spüre ich ein vergangenes Reagieren - im wahrsten Sinne des Wortes hautnah. Sankharas sind so gesehen die Schichten meiner erworbenen Reaktionen. Mein Körper (Leib) ist das Archiv der Geschichte meines Reagierens. In der Vipassana - Meditation tauche ich in die Geschichte meiner Konditionierungen ein, die Schichten lösen sich und werden als Empfindungen manifest. Indem ich sie mit einem Höchstmaß an Aufmerksamkeit beobachte und gleichzeitig versuche, in der Haltung des Gleichmuts nicht erneut auf sie zu reagieren, lösen sie sich auf, verlöschen. So wird Schicht um Schicht der Altbestand an Sankharas abgetragen, die eigene Geschichte aufgelöst.¹⁷⁵

11 Stunden am Tag die Aufmerksamkeit auf seine reaktive Vergangenheit und seine projektive Zukunft zu richten, ist zunächst nicht notwendigerweise ein amüsierliches Unterfangen. Es gleicht vielmehr der Entscheidung, mitten in einem wilden Bergstrom anzuhalten, um nun in aller Ruhe die vorbeischnellende Gischt zu beobachten. Es folgen einige Passagen, die typische Erlebnisse von Vipassana-Sitzungen beschreiben.

Anfangs das Gefühl, dass die Aufmerksamkeit stecken bleibt; der Körper fühlt sich sehr dicht an, man kommt mit dem Fühlen nicht durch, nicht weiter. Nebenbei denken. Bemühen (*atapi*) steigt und damit auch Aufmerksamkeit (*sati*). Ich taste mich weiter, grabe wie durch fest gepresste Erde. Der gesamte Körper wirkt schwer. Ich plage mich durch ihn, wie mit bleiernen Füßen oder klebenden Reifen auf einen zu steilen Berg. Und doch, um der Übung gerecht zu werden, beobachte ich meinen Geist, ob er durch die Anstrengung aus der Balance gerät. Halte

¹⁷⁵ Zehetner (2003: 61)

ihn ruhig, bemüht nicht zu bewerten, achtsam auf die Empfindungen, erinnere: *anicca*, *sampajanna*.¹⁷⁶

Rasch - doch rekonstruierbar - findet sich der fühlende Geist wie in einem neuen Medium wieder. Der Körper, der Arm, das Bein, die Schulter haben sich verwandelt, einen neuen Aggregatzustand angenommen. Kurz zuvor, als ich durch meinen Kopf drang, breitet sich dort ein leichtes Flimmern aus. Das Navigationsverhalten des Achtsamkeitsgefährtes hatte bereits begonnen sich zu verändern, als würde es von einer neuen Strömung erfasst und mitgerissen. Es hatte die Flimmerqualität der Umgebung aufgenommen, und ohne „mein Zutun“ drehte es in raschen engen Spiralbewegungen den Kopf hinab - als würde es sich in seinem Bewegungsverhalten an die neue Umgebung anpassen. Wie ein Boot, das der Willkür des Wassers unterliegt, verhält sich bisweilen das Organ des aufmerksamen Fühlens. Unterhalb des Kinns blieb die Achtsamkeit stecken - wie in einem Sumpf - zunächst nicht in der Lage, die Umgebungsqualität zu erkennen. Erst durch Aufmerken - Bündeln und Vergegenwärtigen des Willens - am Ort der verselbständigten Wahrnehmungsbewegung, gelang es, in den Hals einzudringen. Die Empfindungsqualität dort war zäh und dicht und weniger elektrisiert als im Kopf. Als ich schließlich in die Schultern, Arme und den Oberkörper eingetaucht war, bemerkte ich, dass sich das schwere, erdähnliche Gefühl in ein flaumig leichtes verwandelt hatte. Wie durch Wasser tauchte die Aufmerksamkeit durch die Arme, um schließlich in den Fingern - speziell im kleinen - erneut festzusitzen. „Gleichmut“ prüft eine Instanz erneut wie im Reflex und bemerkt Bewertung der dichteren Empfindung. „Es soll weiter fließen. Es nervt.“ Schnell gewöhnt sich der Geist an Genuss und erschwerte Verhältnisse werden als anstrengend empfunden. Oft schon hatte ich erkennen können, was ich fast gleich oft wieder vergaß: Es macht keinen Sinn herbeizuwünschen oder abzulehnen. Der effektivste Umgang mit den Situationen ist, sie wahrzunehmen, ihre Vergänglichkeit zu akzeptieren und weiterzugehen. So nehme ich

¹⁷⁶ *anicca*, Pali: Vergänglichkeit; *sampajanna*, Pali: gleichmütige Präsenz in den Empfindungen

Abschied vom kleinen Finger und nehme an, dass er beim Wiederspüren nicht mehr der Gleiche sein wird. Den Oberkörper durchwandere ich mühelos wie Gas, etwas dichter ist das Becken, wieder leichter der Oberschenkel. Vor dem Knie beginnt der Eindruck einer Gegenströmung aus Hitzewellen, durchzogen von kleinen Blitzen. Schmerzvolles Aufflackern und Druckwellen. Unangenehm. Wie kann das sein, als sich eben noch mein Körper in luftiges Wohlgefallen aufzulösen schien? Die Erfahrung meldet sich warnend. Gelingt es meiner Einsicht nicht den Gleichmut zu stabilisieren, sondern versucht der Widerstand mittels Willen und Konzentration die Empfindung aufzulösen, was - vorübergehend - gelingen kann, so kann sich die *adhithana*-Situation noch zu einer ausgewachsenen Hölle entwickeln. Das Besondere an einer Schmerzeskalation ist die damit verbundene Zeitexplosion. Vernunft und Abwehr beginnen den trainierten Plan: *atapi, annicca, sampjanna*.¹⁷⁷

Erfahrungsgenährtes Vertrauen stabilisiert den Gleichmut des Geistes, der sanft in das unwirtliche Gebiet eindringt um - möglichst wertfrei - zu erkunden. Es ist heißer und dichter, wie in einer Gegenstromanlage aus einem Gemisch unterschiedlich temperierter Gase und Flüssigkeiten. Ein um Objektivität bemühter Geist enttarnt die Bewertung "Schmerz", worauf der Eindruck Schmerz überraschend schnell verschwindet und das Umfeld augenblicklich den feindlichen Charakter verliert. Es ist gleich wie vorher und doch ganz anders. Die Aufmerksamkeit hat die Gelegenheit, sich an die Umgebung anzupassen und sie so neu fühlen zu lernen. Neu adaptiert wirkt sie warm, ist leicht zu durchdringen, ein gelegentliches Pochen, vormals Blitze, wird nicht als gefährlich eingestuft. Wie eine zunächst schmerzhaft heiße Badewanne kurz nach dem Eintauchen sich oft als angenehm warm erweist.

Goenkas Gesang: „Anicca vata sankhara, uppada vaya-dhammino. Uppajjitva nirujjhanti, tesam vupasamo sukho“, leitet die letzten Minuten der *adhittana*-Sitzung ein. Ein paarmal tauche ich noch etwas beschleunigt durch den gesamten Körper und nehme zur Kenntnis, wie

¹⁷⁷ Pali: Wille, Vergänglichkeit, Gleichmut in Verbindung mit den Empfindungen

sich die Aggregate an den verschiedenen Körperstellen bereits etwas verändert haben. Dann der Gong.¹⁷⁸

Am Nachmittag des 8. Tages während einer Gruppenmeditation (mit "fester Entschlossenheit") intensivieren sich die "groben" Empfindungen ungewöhnlich rasch, bis ich meinen gesamten Körper nur noch als verfestigten, starren Schmerzklumpen wahrnehme. So zur Allegorie von Duhkha geworden, zweifle ich einmal mehr an der vergänglichen Natur aller Erscheinungen und Empfindungen, frage mich, ob dies nicht doch eher eine als Befreiungsweg getarnte subtile Masochismusschule sei und dürfte mit diesen Spekulationen wohl die "Grobheit" meiner Empfindungen zusätzlich verstärkt haben. Während ich so die Schattierungen des Superlativs von "grob" auslote, mein Fleisch zu Stein erstarrt, tauchen Erinnerungen an eine "ausgewachsene" (eingefleischte?) Depression zu Beginn meiner Studienzzeit in Wien auf. Plötzlich bin ich in dieser Welt. Bilder an die kleine Wohnung im I. Stock mit Fenstern zum Innenhof, in die sich nur selten ein direkter Sonnenstrahl verirrt, stehen vor meinem inneren Auge. Eingeschlossen in dieser Agonie erlebe ich die Zeit als unendlich gedehnt, der imaginäre Minutenzeiger scheint die 360 Grad seiner vorgegebenen Winkelbahn zu durchmessen, wie der Pfeil die infinitesimal kleinen Halbstrecken der Zenon'schen Aporie: bewegt und doch sein Ziel nie erreichend. Auch der Atem zwingt sich nur mühsam durch den starren Körper. Ich lasse es darauf ankommen, mühe meine Aufmerksamkeit durch die solide Masse meines Körpers, versuche mich nicht mit den gerade passierenden (durchgängigen?) Empfindungsqualitäten zu identifizieren, und - womit ich nicht mehr gerechnet hatte - findet tatsächlich statt: Zuerst beinahe unmerklich, dann immer überzeugender schmilzt der verhärtete Klumpen und ein Gefühl der Gelöstheit macht sich breit. Was zuvor dumpfe Lähmung war, wird jetzt leicht und beweglich. Die Frequenz der empfundenen Schwingung steigert sich, und ich fühle mit meiner Aufmerksamkeit durch ein Meer an Licht. Und es geschieht, was - zugegeben - normalerweise nur

¹⁷⁸ Kurstagebuch David Marek (2004)

Hollywoods Rührseligkeitsspezialisten als Sentiment-Verstärker in solchen Situationen einzusetzen pflegen: Es beginnt zu regnen (zum ersten Mal während der vergangenen 8 Tage). Als die Stunde dann vorüber ist, gehe ich hinaus und empfinde eine ungeheure Freude und Leichtigkeit in mir, spüre ein Bedürfnis, diesen inneren Frieden an andere weitergeben zu wollen.¹⁷⁹

Etwa am siebten Tag erreichte ich beim fühlenden Wandern durch meinen Körper eine sehr hohe Konzentration. Ich nahm mir relativ lange Zeit, die jeweilige lokale Empfindung genau zu fühlen, mit meiner Wahrnehmung möglichst vollkommen in ihr aufzugehen. Ich meinte zu beobachten, wie sich mein gesamtes Wesen immer stärker an dem Ort meiner Wahrnehmung verdichtete, wie sich gleichsam ein zweites „Ich“ am Orte meiner Wahrnehmung bildete, wie „ich“ immer mehr dort - im kleinen Finger - saß. (Überhaupt hatte ich schon oft die Gelegenheit, in meinen Fingern ein hohes Maß an Konzentration zu erreichen: Der beschränkte Raum bietet dazu „hervorragende“ Voraussetzungen. Es macht sich auch hier bemerkbar, wie ein reduziertes Beobachtungsareal einerseits Konzentrationserhöhung und andererseits - oder auch dadurch - eine verfeinerte Empfindungswahrnehmung begünstigt.) Ein kleines existierendes, fühlendes Volumen in meinem eigenen Körper also. Weiters meinte ich zu beobachten, wie eine fast magnetische Verbindung dieses Separés zu meinem Kopf bestand. Als ob meine Gedanken mich an meinen Kopf fesselten - eine Art unsichtbare, aber energetisch klar wahrnehmbare Verbindung zwischen meinem Dasein im kleinen Finger und einem Dortdenken in meinem Kopf. In dieser Phase konnte ich das langsame Versiegen der Gedanken beobachten, bis ich schließlich den Eindruck hatte, dass die Gedanken - und damit auch die Verbindung zum Kopf - erloschen waren. Als würde das Band zum Kopf sich auflösen und das Dasein freisetzen. Von diesem Moment an konnte „ich mich“ mit außergewöhnlicher Leichtigkeit und erfreulich wendig durch meinen Körper bewegen. Das zu durchdringende Medium verlor zunehmend an Dichte. Schließlich erlangte ich das Gefühl, durch Luft oder durch Raum

¹⁷⁹ Zehetner (2003: 60f.)

zu gleiten. Es war so weit gekommen, dass ich meinen eigenen Körper nicht mehr finden konnte. Als schwebte ich, nicht in der Lage zu entscheiden, wo mein Körper anfang oder aufhörte. Er war einfach weg. Es machte sich der beklemmende Eindruck breit, als könnte ich - unabhängig vom Körper - jeden Platz im Raum bereisen. Endlich bemerkte ich meine Nasenlöcher und das fast verloschene subtile Strömen der Atemempfindung dort. Kaum noch Atem. Auch eine mulmige Empfindung hatte sich einzustellen begonnen: Wo ist dieses Ich, das beobachtet? Wer ist dieses Ich?¹⁸⁰

Das Ziel: Nirvana

Es liegt in der Eigenart des Buddhas der Pali-Schriften (*tipitaka*), dass er sich bezüglich des zu erlangenden Zieles und der damit verbundenen erkenntnistheoretischen Implikation in schweigender Zurückhaltung übt. Wir erfahren, dass *nirvana* (Pali: *nibbana*) Freiheit von Leid und unbegrenztes Glück impliziert, wir wissen jedoch wenig über die Bedingungen der Möglichkeiten, dieses Glück zu erleben. Wer erlebt dieses Glück, wer wird vom Leid befreit, wenn nicht ich? Stattdessen erfahren wir gute und logische Gründe, warum es nichts zur Sache tut, über das Ziel zu diskutieren. Dies ist das sprachliche Klima des Theravada-Buddhismus. In vielen Textpassagen wird luzide dargelegt, worin die Problematik der Reflexion über Inhalte liegt, die der Reflexion per se nicht zugänglich sind. Was wir im Kontext der Pali-Sutren erfahren, ist, mittels welcher Methoden und Lebensführung wir das Ziel erreichen. Weiters erfahren wir in der systematischen Darstellung der Konzepte und Begriffe der Lehrreden im dritten Teil des *tipitaka*, in den Abhidhamma-Schriften, über die Bedingungen und Möglichkeiten des menschlichen Leides und auf Basis dieser Analyse auch die Bedingungen und Möglichkeiten des Weges, der aus der Begrenztheit der samsarischen

¹⁸⁰ Kurstagebuch David Marek (2000)

Wahrnehmungs- und Erkenntnisdimension herausführt. Wir erhalten im Abhidhamma des Theravada und den betreffenden philosophischen Schulen, Vaibashika und Sautrantika, zwar eine detaillierte Analyse von der bedingten Welt und dem Weg heraus, allerdings erfahren wir wenig über die Bedingungen, die uns jenseits der samsarischen Sphäre erwarten. Mehr über Nirvana lesen wir allerdings bei Kornfield:

Nirvana also refers to a state that can be experienced by meditators. The first taste of this state is called stream entry and is a momentary experience of a state of complete cessation, beyond this mind-body process altogether. This is absolute stillness and peace, beyond any movement, any knowing, cessation beyond this world. In some meditation practices, and even in some places in the texts, this particular state is seen as the final goal - even wisdom itself and insight are seen as only stepping stones to this state. However, over and over again, the Buddha spoke of the practice being that of the recognition of suffering and the end of suffering. Experiencing this state beyond the mind-body, beyond samsara, is only the temporary end of suffering. It is extremely profound. It allows one to see the illusory nature of what we call "self" it profoundly affects attachments, it can uproot fetters and defilement. yet you cannot cling to it once it passes. Until one has attained the full liberated state of an arahat, in which there are no more attachments or desires, one must simply continue to practice. The experience of this realm beyond movement, of total peace, will deepen your practice and is a sign that practice is going properly, but in itself it is not the end of practice and cannot be clung to. The end of practice is beyond any attachment, beyond any selfishness; total freedom and compassion for all beings.¹⁸¹

Dzogchen wiederum ist eine Disziplin, die primär den Bereich des Befreiten zum Inhalt hat: die Natur des Geistes, reines Gewahrsein, nonduale Erkenntnis: Dies ist das Feld der Lehre der „großen Vollkommenheit“. Bevor wir wieder zur Praxis kommen, möge auch hier

¹⁸¹ Kornfield (1977/1996: 291f.)

ein kleiner Steckbrief der Gastgeber dieser Übung einen Eindruck der kulturellen Rahmenbedingungen vermitteln.



Abb. 2

„Looks like me“ - Statue des Begründers des tibetischen Buddhismus, Padmasambhava, aus dem 8. Jhdt., der als herausragender Dzogchen-Meister gilt. Als er die Statue sah, bemerkte er: „Sieht aus wie ich“, segnete sie, und ergänzte: „Nun ist sie mir gleich.“ Ausdruck und Blick veranschaulichen die Praxis und den Zustand des Dzogchen. Die Statue wurde nach der chinesischen Anektion zerstört. Es handelt sich hier um ein koloriertes Foto.

3.3. Selbstversuch 2: Dzogchen

3.3.1 Dzogchen und die Tibetische Kultur

Ähnlich trist wie in Burma sind die politischen Rahmenbedingungen der tibetischen Kultur. Grotesk, dass die politische Diaspora der Tibeter dafür verantwortlich zeichnet, dass die Methoden, die selbst in Tibet lange Zeit nur Eliten zugänglich waren, nun eine weltweite Verbreitung erfahren.

Als Lehrgebäude und realisierte Bewusstseins erfahrung - als Können, wenn man so will - wurde Dzogchen vermutlich um das Jahr 500 im heutigen Pakistan (damals Indien) in der Gegend des Swat-Tals entwickelt, und zwar von dem historisch verbürgten, später allerdings mythologisierten Garab Dorje. Im achten Jahrhundert brachten die indischen Lehrer Vimalamitra und Padmasambhava Dzogchen nach Tibet; und hier entwickelte sich diese Praxis - in relativer Isolation - zur zentralen Übungsform in der Tradition der Nyingma-Schule. Die westliche Welt hat erst in unseren Tagen - und in sehr begrenztem Umfang - Erkenntnisse über Dzogchen erlangt.¹⁸²

Wie bereits in der Einleitung erwähnt, zeichnet sich Dzogchen durch das stufenloses Eintreten in das nonduale Gewahrsein aus. Außer im japanischen Zen und chinesischen Ch'an ist dieses Vorgehen im Buddhismus eher ein Randphänomen. In der Konzeption der Tibetischen Nyingma Linie stellt Dzogchen das höchste und letzte von neun Fahrzeugen (*yanas*) dar. In diesem Kontext ist der Zugang zu den damit verbundenen Lehren und Methoden nur speziell vorbereiteten oder begabten Aspiranten möglich gewesen. Es handelt sich also um eine initiatische Geheimlehre, die ein außerordentlich vertrauensvolles Lehrer-Schüler-Verhältnis voraussetzt (*samaya*).

¹⁸² Bertelsen (2006: 11)

Unter den spirituellen Formen der Übung gehört Dzogchen zu den steilen Wegen; und es wurde stets geschützt oder sogar geheim gehalten. Nicht etwa aus Gründen der Machterhaltung; man wollte vielmehr die Tradition vor dem Verwässern bewahren und unvorbereitete Schüler, die ohne fachkundige Wegweisung waren, vor der Radikalität dieser Technik schützen. Heute reisen tibetische Lamas in den Westen und unterrichten hier, und viele bisher geheim gehaltene Dzogchentexte werden freigegeben und übersetzt;¹⁸³

Die essentiellen Übertragungen der Lehren erfolgen nicht nur in sprachlicher und symbolisch-gestischer Weise, sondern direkt vom Geist des Lehrers zu dem des Schülers, also nonverbal bzw. *energetisch*. Namkhai Norbu betont, dass Dzogchen auch jenseits dieser Systematiken und jenseits der monastischen Traditionen eine eigenständige Laien-Praxislinie repräsentiert. Die hier vorgestellte Methode ist hauptsächlich durch diese Linie inspiriert. Auch wenn Dzogchen auf dem Substrat tibetischer und buddhistischer Philosophie gelehrt wird, liegt der Kern der Praxis in der Integration der nondualen Erfahrungsweise, wodurch seine Essenz auch jenseits von Konzepten und damit auch jenseits kultureller Prägungen liegt. In Namkhai Norbus Worten klingt dies folgendermaßen:

Kultur kann sehr wertvoll sein, weil sie als Mittel dient, die Botschaft einer Lehre aufzunehmen, aber sie ist nicht die Lehre selbst.¹⁸⁴ Dies ändert jedoch nichts an dem Umstand, der kulturellen Umgebung der traditionellen Überlieferungssituation, wodurch es zweckmäßig erscheint auch diesem Hintergrund nähere Aufmerksamkeit zu schenken. Es ist [...]schwierig, die wesentliche Botschaft einer Lehre zu verstehen, wenn keine Kenntnisse über die Kultur, die ihr zur Übermittlung dient, vorhanden sind. Darin liegt der Wert der Kultur. [...] Die Lehre aber ist ein inneres Wissen und darf nicht mit der Kultur, den Gewohnheiten, den

¹⁸³ Ebd.

¹⁸⁴ Norbu (1993:14). Es liegt auf der Hand, dass zahlreiche - insbesondere sozialkonstruktivistische - Ansätze diese Sichtweise nicht teilen würden.

Traditionen, den politischen und sozialen Systemen und ähnlichem verwechselt werden.¹⁸⁵

Einer der zentralsten Lehrsätze des Dzogchen stammt von *Garab Dorje*, der zumeist als erster Dzogchen Lehrer der Tibetischen Linie aufgefasst wird. Sie werden „tsik tsum nedek“ genannt, die „Drei Sätze, die die zentralen Punkte treffen“. Garab Dorje soll sie kurz vor dem Verlassen dieser Welt auf Bitten seiner Schüler als sein „Vermächtnis“ hinterlassen haben. Sie repräsentieren gleichermaßen die Essenz der gesamten Dzogchen Lehren. Alle Dzogchen Schriften (*Semde*, *Longde* und *upadeshas*) orientieren sich strukturell an diesen drei Sätzen.¹⁸⁶ Sie lauten:

Erkenne Deine wahre Natur.

Befreie Dich von jedem Zweifel.

Vollständiges Vertrauen in die Selbstbefreiung von allem was entsteht.

Diese „drei Sätze“ sind Beispiel einer sprachlichen Übertragung. Oft bedeuten sie nur fortgeschrittenen Schülern etwas, stellen für sie mitunter entscheidende Hinweise dar. Der große Fundus an Dzogchen Lehren ist in den „Drei Sätze“ repräsentiert. *Semde* Texte beziehen sich (in erster Linie) auf den ersten Satz, die Schriften der *Longde* auf den zweiten, und jene der *Mengade* (auch *upadesha*) auf den dritten. Diese Einteilung gilt nur als Grundstruktur, da alle drei Teile letztlich immer auch die anderen Sätze umfassen. Sie sind nicht eigentlich voneinander zu trennen, sondern entsprechen einer pädagogischen Figur. Demnach sind die 4 Kontemplationen der *Semde* dem ersten Teil der Dzogchen Lehren zuzurechnen, dienen also dazu, die Natur des Geistes offen zu legen. Es

¹⁸⁵ Norbu (1993:15f.)

¹⁸⁶ Vgl. Reynolds (1996: 31f.)

sei noch einmal wiederholt, dass sie dennoch den gesamten Dzogchen Pfad, also auch den 2. und 3. Satz beinhalten.

3.3.2 Die Vier Kontemplationen der Semde

Die Didaktik der Semde-Kontemplation ist sehr raffiniert. Sie erwächst nicht der Ambition, einen stufenweisen Weg zu gehen, der irgendwann in ferner Zukunft seine Frucht offenbaren wird. Sie vertritt vielmehr den Anspruch, eine Erkenntnis aufzuzeigen, die zeigt, dass dieser Weg nicht zu gehen, dass er bereits jetzt und hier zu seiner Vollendung gekommen ist. Es ist also eine Einsicht, die den Weg zu Vollendung bringt - in jedem Augenblick. Es mag nach diesem Satz umso paradoxer klingen, dass auch in Dzogchen die Unterscheidung von Weg, Pfad und Frucht getroffen wird. Und es kann nicht ausdrücklich genug betont werden, dass diese Unterscheidung aus einer bestimmten Perspektive entscheidend ist, um Sicht und Frucht nicht zu verwechseln.¹⁸⁷

Hier kommt der Aspekt des nichtgraduellen Ansatzes zum Ausdruck, dass tatsächlich kein Weg zu gehen ist, und dennoch hat es aus einer gewissen Perspektive den Anschein, als ob er gegangen würde. Aus dieser Warte gilt es zunächst die eigene Natur zu erkennen, und es wäre irreführend nun zu unterstellen, dass dies schon erlangt ist. Einsicht in die eigene - „wahre“ - Natur wird im Dzogchen die *Sicht* genannt. Deren Basis der *Grund* - die *Natur des Geistes*. Sodann gilt es alle Zweifel zu eliminieren, es wird dies auch als die Integration aller Phänomene in die Natur des Geistes bezeichnet und repräsentiert den *Pfad* des Dzogchen. Hier liegt der Begriff des Pfades eben an der Grenze zum Paradoxen, da dieser Pfad in seiner Essenz im Verweilen, nicht im Gehen besteht.

¹⁸⁷ Vgl. Kap. 3.4

Verweilen ist dann auch die *Frucht* des Pfades, der nun durch kein Gegenüber mehr unterschieden ist. Es ist nur noch der Pfad geblieben, keine Differenz trennt ihn vom Ziel.

Struktur der Übung

Ich werde mich in den folgenden Darstellungen ausschließlich auf die Quellen meiner eigenen Erfahrung beziehen. Mir ist nicht bekannt, dass im Augenblick eine Instruktion in diese Technik publiziert ist, die von einem Lehrer für die Öffentlichkeit freigegeben ist. Da ich selbst nicht autorisiert bin, diese Methode zu lehren, können folgende Darstellungen nicht als Meditationsanweisungen dieser Linie gelten.

Der didaktische Aufbau der Übung unterscheidet sich bedeutend von jenem der Vipassana. Es geht nicht darum, in Marathon-Sitzungen konstant seine Aufmerksamkeit zu schulen und durchgehend auf ein Objekt zu richten. Vielmehr sind die Übungseinheiten zunächst auf äußerst kurze Zeiteinheiten reduziert. Eine Minute, vielleicht zwei. Es kommt nicht so sehr auf Quantität an, dafür umso mehr auf Qualität. Die Dzogchendidaktik setzt in den meisten Schulen das Absolvieren vorbereitender Übungen voraus, die in der Nyingma Schule bereits den Geschmack von Dzogchen in sich tragen.¹⁸⁸

Letztlich ist es allerdings möglich, Semde auch ohne diese Vorbereitungen zu praktizieren, da das Erkennen von *rigpa*, der *Natur des Geistes*, auch als die höchste Form von Reinigung angesehen wird. Das Verweilen in

¹⁸⁸ Es sind dies Reinigungsübungen und stellen ein sehr aufwendiges Prozedere dar. Dazu zählen in der Regel die Rezitation von 100 000 Vajrasattva Mantras im Kontext tantrischer Visualisationsmeditationen, 100 000 symbolische Opferungen (Mandalaopfer) und 100 000 Niederwerfungen, die ebenfalls in Form einer inneren Meditation praktiziert werden. Dies sind die traditionellen Voraussetzungen, um den inneren Dzogchenweg zu beschreiten. Kaum ein traditioneller Lehrer – zumindest in monastischem Umfeld - würde einem Schüler höhere Dzogchenlehren übermitteln, bevor sie/er diese vorbereitenden Übungen abgeschlossen hat.

rigpa, im Pfad des Dzogchen, entspricht einem permanenten geistigen Vollwaschgang, der letztlich in der Frucht mündet.

Vor den eigentlichen Meditationsübungen wird noch eine Vorübung instruiert, in welcher man über einige Tage hinweg versucht, seine Gedanken zu stoppen und durch Willensanstrengungen anzuhalten. Sodann wird man dazu angeregt, über einen längeren Zeitraum hinweg bewusst und unentwegt Gedanken hervorzubringen. Dies soll dazu dienen, zunächst das zu lernen, was die Übung *nicht* ist. Es ist ein sehr hilfreicher Schritt, da man während der eigentlichen Übung die klassischen Fehler sehr leicht wieder erkennt und selbst korrigiert. Dies ist eine jener didaktischen Maßnahmen, die Dzogchen zu Perfektion entwickelt hat. Sie zeigen systematisch jenes auf, das *rigpa* nicht ist.

Nach diesem nicht unwesentlichen Intro beginnen die eigentlichen Sitzungen. Auch hier gilt: Das Dazwischen ist genauso wichtig wie die Übung selbst, eigentlich noch wichtiger, da wir nicht gewohnt sind, darauf zu achten. So ist nach jeder Sitzung eine Minute Pause vorgesehen. Dies ist die Zeit, explizit zu *verweilen*. Nach 3 bis 5 Einheiten ist eine etwas längere Pause, vielleicht 5 Minuten sinnvoll, der die gleiche Bedeutung zukommt. Oft sind es die Pausen, die entscheidende Erkenntnisse offenbaren. Wie generell im Dzogchen gilt auch hier: Es gibt keine allgemein festgelegten Regeln. Dies betrifft auch die Zeitstruktur der Übung: Die Regeln sind stets und immer an die Gegebenheiten und Bedürfnisse der Situation und der Praktizierenden auszurichten. Dzogchen ist auch in diesem Punkt in keiner Weise dogmatisch. Nur der Rhythmus bleibt zentral. Dieser setzt sich zusammen aus zwei Bewegungen: Konzentration und Dezentrierung. Wir nennen diese Methode auch *Triangulieren*.

Was also praktiziert wird, ist seine Aufmerksamkeit – zunächst – auf ein Objekt zu richten. Diese Phase wird *Kontemplation mit Konzept* genannt. Wie schon der Name klarstellt, kann es sich bei einem Objekt nur um ein

Konzept handeln. Dieses wird jedoch die Übung kaum lange überdauern. Die Konzentration hat in einer vollkommenen Ausrichtung stattzufinden. Es existiert nur noch das Objekt, auf das die Aufmerksamkeit gerichtet ist: Mit allen Sinnen dringt die Aufmerksamkeit in das Objekt ein. Dies nur für einige Augenblicke, um sich im nächsten vollkommen zu öffnen und an die Grenzenlosigkeit hinzugeben: völliges Loslassen. In dieser pulsierenden Form findet die Praxis von shine (samatha) statt: focus - release.

Die Metapher des Dreiecks wird verwendet: Man selbst ist die Basis, dringt in die Spitze, wird zur Spitze und öffnet sodann den Focus wieder. So entwickelt sich der Geist zu einem Laser, dem kein Gedanke zu widerstehen im Stande ist, sodann wird er zur Offenheit, die alles umfasst. Gedanken werden so zunächst aus dem Wahrnehmungsfeld verdrängt, wodurch für den nächsten Augenblick ein Raum von Stille und Offenheit geschaffen wird. In diesen gleitet man hinein. Lässt los. Fällt. So verlässt die Übung immer mehr das *Triangulieren*. Konzentration ist nur ein Mittel um an einen bestimmten Punkt zu gelangen, in welchem Gedanken langsam zum Versiegen kommen. Manche wurden verdrängt, andere regelrecht verbrannt. Ziel war es einen Raum zu erschaffen, der nicht von den üblichen geistigen Gewohnheiten geprägt ist.¹⁸⁹ Gedanken finden in diesem Raum nun kaum noch Zugang. Stille: Wir haben *nepa* erreicht.

Dies ist ein wichtiger Schritt in der Praxis. Konzentration auf eine raumzeitliche Struktur hat ihre Funktion verloren. Die Arbeit mit einem Objekt, also Konzept, wird abgelöst vom Verweilen in der Offenheit. Ich hatte bisher versäumt zu erwähnen, dass Dzogchen mit offenen Augen praktiziert wird. Das stundenlange Starren auf ein Objekt - zumeist ein tighle, ein tibetisches A als Repräsentant von *rigpa* – kann für manche zunächst recht unangenehme Nebenwirkungen haben, wenn sie nicht

¹⁸⁹ Dies ist eine zentrale Bedeutung des Begriffes Karma. Man könnte es auch einen Habitus nennen.

gewohnt sind, ohne Zwinkern zu schauen. Je offener der Blick durch die Übung wird und je tiefer die Entspannung des gesamten Systems, desto leichter wird dieser Aspekt. Die Augen werden eins mit dem Gesehenen, so schwinden die inneren Widerstände auch im Sehen. Eigenartig zu erleben, wie das Sehen immer mehr zu einem optischen Fühlen wird. Die Sinne verschmelzen und das Fühlen entpuppt sich zunehmend als deren fundamentalste Form.

Es ist nun an der Zeit, das Gewahrsein auf einen neuen Aspekt zu richten: *gyuwa* – die Bewegung. Der Blick verweilt im Raum, starrt auf einen Punkt im Nirgendwo, während das Gewahrsein jede Bewegung zur Kenntnis nimmt. Es sind Gedanken, die wie Fische plötzlich im Wasser auftauchen, kleine Wellen schlagen. Die Bewegung wird in sich selbst zurückreflektiert und löst sich im selben Moment schon wieder auf. Nicht lange gelingt es der Bewegung, sich als solche zu präsentieren. So wird die Bewegung zur Stille und die Stille zur Bewegung. Kein Unterschied, der bleibt. Immer wieder taucht ein Gedanke auf aus der Einheit, um im nächsten Moment in sich selbst hinein zu schmelzen. Er befreit sich selbst. Dies ist der Raum der Simultanität, der Selbstbefreiung: *rigpa*. Somit wären die drei Stufen der ersten Kontemplation der Semde kurz nachgezeichnet:

nepa, der Zustand der Stille,
gyuwa, die Bewegung, gleich einer Welle und
rigpa, die selbsterkennende Präsenz des Gewahrseins in Stille und Bewegung.

Wir sind am Ende der ersten Kontemplation von Semde angelangt.

Die zweite Kontemplation befasst sich nun mit der in sich unterschiedenen Einheit von Bewegung, Stille und Gewahrsein: *negyurigsu* worauf diese in sich zusammenfällt.

In Kontemplation 3 untersucht Gewahrsein den Unterschied zwischen Objekten eines „Innen und Außen“ und erkennt den einen Geschmack – „One Taste“. Innen und Außen fallen ineinander.

In der 4. Kontemplation untersucht sich das Gewahrsein selbst. Nun fällt auch die implizite Selbstdifferenz des Gewahrseins in sich zusammen. Hier bleibt nichts zu suchen und nichts zu finden. Die große Vollkommenheit – *dzogchen* - zeigt sich in unwiderlegbarer Evidenz.

3.4 Erkenntnis in buddhistischer Praxis

Sprechen wir über den Begriff Erkenntnis im Kontext des Buddhismus, so ist es unerlässlich, sich seine zentrale Bedeutung als das Mittel zur Befreiung vom menschlichen Leidpotential vor Augen zu halten. Gleichermaßen fundamental ist eine Unterscheidung in eine duale konzeptuelle Erkenntnis - *vijnana* - und eine *nonduale* konzeptfreie Erkenntnis - *prajna*. Letztere Unterscheidung ist jedoch nicht eindeutig, d.h., dass *prajna* auch Elemente konzeptueller Erkenntnis beinhalten kann.

Bereits in der ersten Rede in Sarnath legt Buddha in den vier edlen Wahrheiten die Bedeutung von Erkenntnis als Grundlage zur Befreiung von menschlichem Leid dar.¹⁹⁰ Die Erkenntnis, von der er spricht, ist eben jene, die er im Zuge seines Erwachens erlangte und in den „vier edlen Wahrheiten“ darstellte. Etwas später, in einer differenzierteren und dynamischen Form, finden wir Erkenntnis in Form von Wissen um das *Entstehen in Abhängigkeit* (Skt. *pratityasamutpada* / Tib. *tendrel*) wieder. Bei Heraufdämmern des Mahayanabuddhismus schließlich gewinnt die

¹⁹⁰ Der zu Grunde liegende Begriff – *duhkha* – meist als Leid übersetzt, hat in diesem Kontext eine spezifische Konnotation. Einige Autoren empfehlen die Übersetzung mit Begrenzt- oder Beschränktheit. Schlieter (2001: 28) betont, dass die zentrale Bedeutung des Begriffes in der Fremdbestimmung - sei es in der Unkontrollierbarkeit des Körpers oder des Bewusstseinstromes - liegt.

fundamentale Einsicht in die Leerheit aller Dinge (*sunyata*) an Bedeutung und wird zunehmend synonym für Erkenntnis verwendet.¹⁹¹ Besagte Elemente buddhistischer Erkenntnis erlangen chronologisch in dieser Reihenfolge Gewicht und werden jeweils als subtilere und raffinierter konzeptuelle Ausformungen von *prajna* interpretiert, als deren Vorläufer.¹⁹² Die Erkenntnis, die Buddha hatte und dadurch *nirvana* erlangte, ist *prajna*. Sie alleine bringt die Freiheit des Erwachens mit sich. Jede konzeptuelle Verständnis - *vijnana* - mag dabei helfen *prajna* zu erlangen, kann es jedoch niemals ersetzen.

Dieser Unterscheidung zwischen Konzept und Erkenntnis wird in der Paliliteratur auch durch die Begriffe *sutamaya*, *cintamaya* und *bhavanamaya panna* (Skt.: *prajna*) entsprochen,¹⁹³ was etwa Erkenntnis(mittel) durch Hören der Sutren, durch Reflexion und Meditation bedeutet. Die ersten beiden betreffen also Erkenntnisse, die über konzeptuelle Kanäle gewonnen werden können, letztere ausschließlich durch direkte Einsicht (*vipassana*). Ein fehlendes Beachten dieser Unterscheidung führt unweigerlich zu Widersprüchen und Verwirrung, sobald man sich mit den Konzepten „des Buddhismus“ befasst.¹⁹⁴ Wie schon angedeutet, wird „im Buddhismus“ nur die nichtkonzeptuelle Erkenntnis als eigentliche - weil befreiende - Erkenntnis gewertet. Dennoch wird auch dem konzeptuellen Verständnis Bedeutung zuerkannt,

¹⁹¹ Vgl. Schlieter (2001: 89ff.)

¹⁹² Diese Sichtweise ist zumindest dem Tibetischen Buddhismus eigen, der die vier philosophischen Hauptschulen hinsichtlich ihrer Elaboriertheit in der konzeptuellen Darstellung von *prajna* rangreicht. Mehr dazu weiter unten im Text. Keineswegs wird diese Auffassung von Theravada-Schulen geteilt, die sich an den Pali-Texten (und mitunter Kommentaren) als einzige Quellen orientieren.

¹⁹³ Vgl. Hart (1987: 162)

¹⁹⁴ Vgl. Schlieter (2001: 30f.): Hier wird diskutiert, dass durch die unterschiedliche Gewichtung von *trsnā* (Durst, Interesse) und *avidyā* (Nicht-Wissen) in ihrer Bedeutung für das Entstehen von Leiden, es zur Ausformung zweier Pfade kommt: dem der Versenkung, um den Durst zu überwinden und dem der „unterscheidenden“ (also konzeptuellen) Erkenntnis, um das Nicht-Wissen zu überwinden. Ziel dieser Arbeit ist es unter anderem, darzulegen, dass diese beiden Wege gerade im buddhistischen Verständnis nicht voneinander zu trennen sind, mehr noch, in der Praxis von Vipassana eine Einheit bilden. Dazu ist es erforderlich den dialektischen Charakter konzeptueller und meditativer Erkenntnis zu erhellen.

da nur jenes gewährleistet, dass die Praxisanweisung richtig verstanden, umgesetzt und integriert wird. Somit findet sich der an Erkenntnis Interessierte in der paradoxen Situation, sich zunächst auf rein konzeptuell vermittelte Meinungen - *drstis* - verlassen zu müssen, um - methodisch inspiriert - durch eigene Forschungen selbst zur unmittelbaren Erkenntnis zu gelangen.¹⁹⁵

Erkennen im Buddhismus impliziert letztlich, sich auf einen Erkenntnisweg zu begeben, der durch Methoden des Buddha *Shakyamuni* inspiriert ist. Damit betritt man die Spirale konzeptuellen Verständnisses, direkter Erfahrungen und daraus resultierender Handlungen. Wie das Bild der Spirale nahe legt, handelt es sich dabei um einen Prozess, der weder linear ist, noch sich mit dem dialektischen Prinzip des hermeneutischen Zirkels¹⁹⁶ vollkommen zur Deckung bringen lässt - obwohl ihn einige Aspekte damit verbinden. Der entscheidende Unterschied zum rationellen Verstehenskreis der europäischen Philosophie liegt darin, dass Verständnis ein Mittel, jedoch nicht das zentrale Ziel des buddhistischen Weges darstellt und dass in den Kreis Erkenntnis und Handlung als integraler und unverzichtbarer Bestandteil mit eingebunden sind. Wie sehr sich diese Sichtweise in das Selbstverständnis buddhistischer Kulturen eingeschrieben hat, zeigt das bekannte tibetische Sprichwort:

Verwechsele Verständnis nicht mit Erkenntnis und verwechsele Erkenntnis nicht mit Befreiung.¹⁹⁷

Das Ziel - Befreiung von den leidhaften Bedingungen des menschlichen Daseins - setzt Erkenntnis voraus und diese wiederum Verständnis. Im

¹⁹⁵ Dies erinnert an die Grundproblematik des hermeneutischen Verstehens, wie es im hermeneutischen Zirkel zum Ausdruck gebracht wird (vgl. Gadamer, 1960). Wahrheit und Methode: Verstehen beruht immer auf einem Vorverständnis (Vorurteilsstruktur), auf einer Geschichtlichkeit (Faktizität).

¹⁹⁶ Der Begriff wurde von Gadamer geprägt, um zum Ausdruck zu bringen, dass jeder Verstehensprozess selbstreferentiell verläuft und auf bereits bestehende Vorannahmen zurückgreift.

¹⁹⁷ Zit. nach Sögyal Rimpoche (2005: IX). Anmerkung: Dieser Text ist nur für Schüler von Sögyal Rimpoche zugänglich.

Kontext der Sutren-Traditionen¹⁹⁸ wird Verständnis als *Sicht* bezeichnet und gilt neben Meditation und Handlung als ein integrales Mittel des buddhistischen Weges. *Sicht* meint in diesem Kontext also *vijnana*.¹⁹⁹ Die spiralförmige Bezogenheit der einzelnen Mittel - *Sicht, Meditation und Handlung* - aufeinander, spiegelt sich auch in der Vielschichtigkeit der Bedeutungen von *prajna* wider. Spricht man von *prajna* als Erkenntnismittel, so findet man in der Pali-Literatur die Unterscheidung von Erkenntnis durch Hören, Erkenntnis durch Reflexion und durch Meditation.

„Je mehr und mehr Du zuhörst, desto mehr und mehr wirst Du hören;
je mehr und mehr Du hörst, desto tiefer und tiefer wird Dein
Verständnis.“²⁰⁰

In dieser Bemerkung des tibetischen Dzogchenmeisters Dilgo Khyentse Rinpoche kommt die Bedeutung des wiederholten Zuhörens zum Ausdruck, um immer tiefer in die eigentlichen Botschaft des zu Hörenden einzudringen. Interessant ist in diesem Kontext, dass in der buddhistischen Tradition dem Hören ein höherer Stellenwert zukommt als dem Lesen. Demnach ist das geschriebene Wort nicht in der Lage, die Komplexität und Nuancierungen der gesprochenen Lehrrede zu erreichen, die etwa durch Klang, Betonung und Gestus eine weit breitere Botschaft vermitteln kann. Im Dzogchen kommt neben der sprachlichen Darstellung und symbolisch-gestischen der direkten Geistübertragung eine zentrale Bedeutung zu. Den Lehrreden des Buddhas oder des Meditationslehrers immer wieder zuzuhören, um sie letztlich auch *zu hören*, ist somit ein erster, aber wichtiger Schritt auf dem Weg zum Verstehen.

¹⁹⁸ Im tantrischen Buddhismus bezeichnet dies sowohl Hinayana als auch Mahayana.

¹⁹⁹ Im Dzogchen allerdings bedeutet Sicht das Erkennen der nondualen Natur des eigenen Geistes.

²⁰⁰ Zit. nach Sögyal Rinpoche (2005: VII)

Hören und Reflexion ergeben somit zwei Pfeiler des in sich selbstbezüglichen buddhistischen Erkenntnisbegriffs. Zusammen entsprechen sie auch dem Begriff *vijnana* - Verständnis.²⁰¹ Fasst man *prajna* - Erkenntnis - in seiner Gesamtheit auf, so beinhaltet es Aspekte des Weges (des *Pfades*) und des Zieles (der *Frucht*), eben in Form der Zirkularität von konzeptuellem Verständnis und der Erkenntnis, die durch Meditation und praktische Lebensführung erlangt wird. Somit setzt nonduale Erkenntnis Verständnis voraus und beinhaltet es gleichzeitig - obwohl *vijnana* in einer gewissen Weise *prajna* diametral entgegengesetzt ist, da es unterscheidet und *prajna* ununterschieden ist. Jenseits des evolutionären Charakters beinhaltet *prajna* also einen Aspekt, der sich nicht durch dualistische oder dialektische Momente auszeichnet, sondern jenseits von Raum und Zeit, Subjekt und Objekt, in der *Nichtdualität* liegt.

Im graduellen Weg des Hinayana entspricht das Eintreten in den nondualen Bereich des Erkennens bereits dem Ziel des Weges - *nirvana*. Dies, weil er eben graduell verlaufen ist und beim Eintreten in den *nondualen* Bereich bereits (fast) alle bindenden Aspekte des *samsara* integriert wurden. Im Kontext des Mahayana wird er neben Mitgefühl (*bodhicitta*) wiederum zentrales Mittel des Weges und im Dzogchen sogar zum gesamten Weg; zu dessen Voraussetzung (*Grund*), dessen Ausgangspunkt (*Sicht*), dessen Mittel (*Pfad*) und dessen Ziel (der *Frucht*).

Es sollte klar geworden sein, dass, will man wissen, was Erkenntnis im Buddhismus bedeutet, dies niemals nur auf Basis von konzeptuellem Verständnis möglich ist. *Prajna* ist jedoch durchaus auch im Begriff lebendig. Es trägt sich gewissermaßen durch den Begriff zum Empfänger, indem es in eine Form verpackt, einen Verweis liefert, der auf jenes zeigt, das durch die Form nicht dargestellt werden kann. Dies hat den Effekt,

²⁰¹ In anderem Kontext wird *vijnana* auch als „Bewusstsein“ übersetzt, wie wir weiter unten noch sehen werden.

dass der so Angesprochene sich auf den Weg macht, das Angesprochene zu finden. Welcher Weg? Vipassana: Anhalten und Schauen - in der „richtigen Form zu sehen“. Was ich im Verlauf dieses Kapitels darzustellen versucht habe, ist, von welchen Grundlagen die hier diskutierten Methoden - *vipassana* und *Dzogchen-Semde-Kontemplation* - ausgehen, und welche Formen der Schau sie entwickelt haben. Das Wissen, das durch diese Schau erlangt wird, findet nun Wege sich zu artikulieren. Es wird zum Wort lebendiger Weisheit.

3.5 Viele Wege, ein Ziel?

Wer eine Theorie ablehnt, verkündet schon eine andere; er verbleibt in der Welt der Diskussionen und Streitereien. Deshalb beansprucht Buddha nicht, seine Weisheiten erdacht und erfunden zu haben. Das wahre Wissen kann nur jeder selbst finden. Buddha sagt: »Wovon die Weisen erklären: ›Es ist nicht in der Welt‹, davon sage auch ich: ›Es ist nicht‹. Wovon die Weisen erklären: ›Es ist in der Welt‹, davon sage auch ich: ›Es ist‹.«. Dies ist vielleicht das Geheimnis, weshalb der Buddhismus in allen Kulturen, in denen er bislang verbreitet ist, deren eigenes Erbe aufgenommen, umgestaltet und weiterentwickelt hat, ohne es zu zerstören.²⁰²

Dies ist eine weit verbreitete Ansicht über den Buddhismus und trifft wohl auf Buddha und auch zahlreiche weitere Lehrer zu. Dass buddhistische Kulturen nur Frieden hervorgebracht und keine größeren Kriege verursachen, kann zumindest seit dem Regime in Burma nicht mehr gelten, auch wenn hier kolonialistische Einflüsse eine wesentliche Rolle spielten. Jedenfalls ist es u.a. bemerkenswert, dass jene Menschen, die einander geistig nahe stehen, sich offenbar gerade dadurch ihrer Differenzen besonders bewusst sind. So kann die Situation eintreten, dass

²⁰² Brodbeck (1987: 5)

bei internationalen buddhistischen Veranstaltungen Mönche unterschiedlicher Linien sich weigern, unter demselben Dach aus dem Kanon zu rezitieren. Seit den frühen Konzilen entwickelten sich unterschiedliche buddhistische Praxislinien. Darunter 18 Hinayana-Schulen. Eine davon wurde Theravada genannt - Weg der Älteren.²⁰³ Sie gehört in Burma und Sri Lanka nach wie vor zu den prominentesten Linien. Mahayana-Schulen sind geprägt von einer liberalisierten Auffassung der Ethikrichtlinien, da sie nicht so sehr die formale Ausübung der Mönchsregeln, sondern die Geisteshaltung als primäres Kriterium erachten. Nicht selten halten die verschiedenen Schulen wenig voneinander - empfinden einander als Interpreten oder Verfälscher der Lehre. Auch der Tibetische Buddhismus wird zum Mahayana gezählt, wobei Tibeter sich insbesondere durch zusätzliche Textquellen – Tantras - von den anderen Schulen unterscheiden.²⁰⁴

In seiner Selbsteinschätzung hebt sich der Vajrayana jedenfalls von den anderen Schulen ab, indem er sich als die höchste Lehre im buddhistischen Kanon begreift. Das Argument: Dieser Weg ermöglicht Erwachen in einem Leben, wohingegen im Theravada von äonenlangen Bemühungen die Rede ist. Tatsächlich herrscht in Burma bis heute die Überzeugung vor, dass nur zur Gegenwart eines Buddha auf Erden vollkommene Erlösung möglich sei. Allerdings beginnt gleichzeitig mit dem Schwinden des Einflusses monastischer Strukturen, zugunsten der Etablierung weit reichender Laienpraktiken, dieser Dogmatismus zu schwinden.²⁰⁵ Glaubt man dem Mahasatipatthana-Sutta, so kann Erwachen viel schneller geschehen - in Jahren, Monaten oder Tagen.²⁰⁶

²⁰³ Was auch lange Zeit zu der Ansicht beitrug, dass es sich dabei um eine ursprünglichere Form „des Buddhismus“ handelt. Eine durchaus bezweifelbare Auslegung, zumal alle Schulen auf die gleichen Wurzeln zurück gehen, jedoch unterschiedliche Formen ausbildeten.

²⁰⁴ Vgl. Sögyal Rimpoche (2004: 472)

²⁰⁵ Informationen eines Gespräches mit der Burmaforscherin Futterknecht am 30.07.2008

²⁰⁶ Vgl. Mahasatipatthana Suttam (1993: 65) Igatpuri: Vipassana Research Publications. Freilich könnte man sich die Mühe machen, diese Stellen im Kontext des gesamten

Neben der weit verbreiteten Ansicht, insbesondere unter Tibetern, dass eine klare Hierarchie bzgl. Effektivität und Elaboriertheit unter den Schulen herrscht, vernimmt man auch leise Stimmen, dass es nur einen Buddha-Weg gibt, dieser jedoch über gewisse Entwicklungsschritte hinweg, in den Schulen Hinayana, Mahayana und Vajrayana, seine Analogie findet. Eine dieser Stimmen repräsentiert Jack Kornfield:

When one truly understands Buddhism, it becomes clear that all three vehicles are present in each tradition, and that the essence of all Buddhist practice is the same everywhere. The real meaning of the yanas is seen as a description of the natural evolution of practice for each individual, regardless of school or culture. [...] Practice begins because we want something for ourselves. [...] Later, as understanding deepens through practice, the truth of emptiness of self becomes clear. No longer bound by the illusion of a separate self, practice becomes Mahayana. There arises automatically great compassion and practice becomes based on the unselfish intent to save all beings because one no longer makes the distinction between self and other. [...] Continuing, practice naturally evolves into the supreme, non-dualistic vehicle, when even the distinctions between practice and no practice break down. As understanding of emptiness deepens, there is the increasing ability to transmute all situations and energy into forces for liberation. Finally, any desire to be liberated or any illusion of other beings to liberate disappears.²⁰⁷

Für Kornfield entspricht der Weg des Buddha Schritten aus der Perspektive intentionaler Verhaftetheit in ein geöffnetes Dasein. Dieser Weg führt ganz natürlich aus einer egoistischen Perspektive in eine, die sich dem Wohl des Lebendigen verpflichtet fühlt, bis sie in weiterer Entwicklung die Vollkommenheit in allem erblickt. Aus der Sicht der tibetischen Nyingma-Klassifikation entsprechen diese Schritte den

Palikanons auszulegen, doch soll das nicht Ziel dieser Arbeit sein. Die Praxisanleitung der Vipassana stammt letztlich aus diesem Sutra.

²⁰⁷ Kornfield (1977/1996: 312 f.)

Fahrzeugen der Enthaltung (Hinayana), des Mitgefühls (Mahayana), des Tantra (Vajrayana) und Atiyoga (Dzogchen).

[...] Finally, we must transcend the yantras completely. They are but another artificial distinction on the path. As it is said traditionally, Buddhism is like a raft used to cross the stream to the shore beyond selfishness, beyond desires. After crossing, there is no need to carry the raft any further. Or, as was written by a modern Buddhist poet, Tom Savage, "Greater vehicle, lesser vehicle; all vehicles will be towed away at owner's expense."²⁰⁸

Ich möchte Kornfields Sichtweise, die ich durchgängig teile, hinzufügen, dass nun, da sich Traditionen weltweit finden, sich neue Möglichkeiten synergetischer Begegnungen eröffnen können. Dazu gehört etwa jene von Vipassana und Dzogchen. Auch Bertelsen ist der Auffassung, dass die Praxis von Dzogchen durch Übungen des bipolaren Bewusstseins vorzubereiten sind²⁰⁹, wozu auch die hier vorgestellte Form von Vipassana zu zählen ist. Bipolar ist gleichbedeutend mit intentional, d.h. gerichtet in Zeit. Ich bin der Ansicht, dass Vipassana Dzogchen gleichermaßen ergänzt und vorbereitet. Dzogchen wiederum bereichert Vipassana um den Aspekt der Offenheit des Geistes. Allerdings kann man auch diese in den Körperempfindungen finden. Selbst sie sind ein Torweg zur Offenheit, wie aus den Kurstagebüchern zu entnehmen ist. Zur Vorbereitung auf Dzogchen ist Vipassana insofern sinnvoll, als es lehrt, alle Empfindungen - angenehme wie unangenehme - wahrzunehmen und willkommen zu heißen. Hier stellt Vipassana ein einzigartiges Instrument dar und liefert eine hervorragende Basis. Durch die Konfrontation mit sämtlichen Formkräften (*samskaras*) des Körpergeistsystems (*namarupa*) - den Schichten von Begehrtem und Befürchtetem - ist es möglich, jene geistige

²⁰⁸ Ebd.

²⁰⁹ Vgl Bertelsen (2006)

Ruhe zu entfalten, die für die Praxis von Dzogchen erforderlich ist.²¹⁰ Das bedeutet keineswegs, dass Vipassana für sich kein vollständiges Werkzeug darstellt. Allerdings kann Dzogchen die Hilfestellung von Vipassana brauchen, um in diesem Kulturkreis Fuß zu fassen. Ich habe Zweifel, dass die traditionellen vorbereitenden Übungen des Dzogchen diese Leistung erbringen können. Dies soll als vorsichtiger Vorschlag gewertet werden, da das pädagogische Erbe des Dzogchen noch in den schützenden Händen der traditionellen Übermittlung zu ruhen pflegt. Auch Bertelsen spricht die Problematik an:

Man mag behaupten, dass Dzogchen - auf gewissen einleitenden Stufen - ein Ziel anstrebt, das nicht-sprachlich und unveränderlich ist. Eine Kartographie und Beschreibung des Wegs dorthin muss aber formuliert - und heute, da Dzogchen den Weg in den Westen gefunden hat, neu formuliert - werden. [...] Dies ist kein simpler Prozess - und heute ist er vielleicht sogar komplexer als je zuvor. [...] Ist ein Mensch in einem intensiven spirituellen Übungsprozess begriffen, so durchläuft er in kurzer Zeit eine beträchtliche Menge an existenzieller Fülle. [...] Das bedeutet aber auch Wachheit und Aufmerksamkeit für das eigene erkannte oder unerkannte Leiden wie auch das anderer.²¹¹

Was damit angedeutet werden soll, ist, dass mit der Übermittlung dieser Methoden auch ein gewisses Maß an Verantwortung einhergeht, da sie Menschen mitunter an schmerzvolle Erfahrungen heranführen und starke Veränderungen im Leben bewirken. Dies kann durchaus ernste Lebenskrisen auslösen, und nicht selten finden sich die Betroffenen auf psychiatrischen Kliniken wieder. Die psychologischen Begrifflichkeiten beziehen sich auf Phänomene, die sich auf europäischem Boden kulturell herausformten. Hier besteht also ein doppelter Handlungsbedarf, der sich

²¹⁰ Nicht ganz unerheblich könnte hier allerdings der Einwand S.N. Goenkas sein, der - zumindest im Kontext der 10-Tages-Kurse - sehr von einer Kombination von Techniken abrät. Ich behaupte allerdings, dass die beiden Techniken letztlich in ihrer Essenz vollkommen gleich sind.

²¹¹ Bertelsen (2006: 12f.)

sowohl auf den Bereich der Lehre und dadurch auch auf den Bereich der sozialen Einbettung erstreckt. Diese Situation kultureller Interferenzen könnte von vornherein antizipiert werden. Dieses Thema wird in Kapitel 4 wieder aufgegriffen werden. Es ist nun an der Zeit, die Fäden dieser Arbeit zusammenlaufen zu lassen.

4. Erkenntnisse im Dialog

Wir haben den Begriff Erkenntnis in unterschiedlichen Kontexten untersucht und können eine Zusammenfassung der vorliegenden Ergebnisse beginnen. Ich werde in diesem Kapitel potentielle Spannungs- und Begegnungsfelder zwischen buddhistischen und psychologischen Erkenntnisformen skizzieren. Schließlich möchte ich Überlegungen anstellen, welche Anwendungsmöglichkeiten sich durch die Begegnung von Psychologie und buddhistischer Praxis eröffnen könnten.

Wir ziehen dazu die Schlüsselbegriffe dieser Arbeit - Dualität und Nondualität bzw. konzeptuelle und nonkonzeptuelle Erkenntnis heran. Ausgangslage meiner Untersuchung war die Annahme, dass konzeptuelle und duale bzw. nonkonzeptuelle und nonduale Erkenntnis als analoge Begriffe aufzufassen sind. Dabei ging ich von Beobachtungen aus, die sich mir durch buddhistische Praxis gezeigt hatten: dass nonduale Erkenntnis nur durch Verlassen der konzeptuellen Verstandestätigkeit zu erreichen ist. Der Umstand dieser Erfahrungsmöglichkeit ließ mich nach analogen Figuren im Kontext abendländischer Philosophie und Psychologie Ausschau halten, um die Möglichkeit eines Dialogs mit buddhistischen Traditionen auszumachen. Ein solches Konzept meinte ich in Kants transzendentaler Apperzeption gefunden zu haben. Die Untersuchungsergebnisse dazu sollen im Kapitel 4.2 zur Sprache kommen.

4.1 Spannungsfelder

4.1.1 Psychologie und Religion

Betrachtet man die Themen, Zielsetzungen und Methoden von Psychologie und buddhistischer bzw. meditativer Praxis, so springen offensichtliche Verwandtschaften ins Auge. Offensichtlich sind jedoch auch die Differenzen nicht nur zwischen den Kulturen, sondern insbesondere auch innerhalb von Psychologie und Buddhismus. Es wäre grob vereinfachend, gleichermaßen von "der Psychologie" oder "dem Buddhismus" zu sprechen. Es ist daher wichtig, im Falle eines Vergleiches auf einzelne Schulen innerhalb der Psychologie und des Buddhismus zu verweisen. Daneben ist es auch möglich, einige schulenübergreifende Analogien und Unterschiede darzustellen.

Blicken wir auf die Wurzeln der Psychologie als Einzelwissenschaft, so ist deren Herausbildung geprägt vom Geiste der Religions skepsis und Aufklärung. Die Naturwissenschaften, insbesondere die Physik und die Mathematik als deren Basis, haben die Funktion von Leitwissenschaften übernommen. Sie repräsentieren das Ideal des Sieges der menschlichen Vernunft über die Gefahren von Glauben, Ideologie und unhaltbarem Wissen. Trotz der im Kapitel 2 dargestellten erkenntnistheoretischen Probleme stellt sich die Psychologie oft als eine am physikalischen Vorbild angelehnte Wissenschaft dar. Gipfelpunkte dieser Entwicklung sehen wir in Psychophysik, Behaviorismus und Neuropsychologie. Gemein sind diesen Entwicklungen das Primat der objektiven Wissenschaft und eine ausgeprägte Skepsis gegenüber subjektivistischen Tendenzen in Ideologie und Forschung. Allerdings hat sich erwiesen, dass diese Forschungsparadigmen und Denkstile gleichermaßen auf Vorannahmen aufbauen, die idealerweise als solche zu deklarieren wären, um einer wissenschaftlichen Wertigkeit gerecht zu werden. Hier sei etwa Wilhelm Wundt als Beispiel genannt, der die Annahme seines psychophysischen

Parallelismus stets als Annahme deklarierte, sich jedoch darüber im Klaren war, dass sie kaum wissenschaftlich zu beweisen ist.²¹²

Doch auch in psychologischen Disziplinen geisteswissenschaftlicher und phänomenologischer Färbung leben der säkularisierte Geist der Aufklärung und das Vertrauen in die menschliche Vernunft. Ein gutes Beispiel der zweiten Kategorie liefert die Psychoanalyse, die allerdings mittlerweile aus dem Kanon der akademischen Psychologie vollkommen verdrängt ist. Nicht so in ihrer Einflussnahme auf Psychotherapie und Psychiatrie. Dem Selbstverständnis der Psychoanalyse zufolge ist es für die Menschheit eine Überlebensfrage, verborgene psychische Strukturen aufzudecken und krankhafte intrapsychische Konflikte zu entschärfen. Religion wird als gesellschaftliche Entsprechung neurotischer Konflikte betrachtet und stellt somit ein Symptom kollektiver Neurose dar. Irrationale kulturelle Symbolsysteme bilden sich in der psychischen Struktur des Menschen ab und diese Strukturen tragen wiederum die Symbolsysteme über die Generationen hinweg. Religion wird als Symptom einer Gesellschaftskrankheit gedeutet, mit dem Zweck, die individuelle und kollektive Triebökonomie (mehr schlecht als recht) zu verwalten. Dem Psychoanalytiker kommt somit die Funktion des gesellschaftlichen Therapeuten zu: Der Scientist nimmt dem erfolglos gewordenen Priester die Heilsarbeit ab und bringt neben der entmystifizierenden Enttäuschung die moderne Heilung durch gedeutete Selbsterkenntnis. Wie sehr diese Sichtweise die aktuelle Psychiatrie noch prägt, sehen wir in klingenden Diagnosen wie *religiöser Wahn* oder *Erleuchtungswahn*. Dies bringt nur einen Aspekt des gespannten Verhältnisses zum Ausdruck, das sich seit dem Übergang vom Mythos zum Logos zwischen diesen beiden Sinnmedien in verschiedenen Formen zeigt.

²¹² Vgl. Fahrenberg (2008: 20)

4.1.2 Buddhismus und Konzept

Im Kontext buddhistischer Tradition zielt Forschung kaum darauf ab Erfahrungen zu suchen, die es nötig hätten, in Konzepte übersetzt zu werden. Es entspricht vielmehr dem Gestus dieser Methoden, Inhalte, die sich dem Bewusstsein darstellen, unvermittelt aufzufassen und im Begegnen ihrer Verwandlung beizuwohnen. So eröffnen sich wie von selbst weitere Ebenen ihres Erscheinens. Diese Form der Betrachtung zielt auf eine erleichterte und befreite Daseinsweise ab, die wiederum den Blick verfeinert und so - durch immer tieferes Eintauchen - der Erfahrung neue Formen des Seins offenbart - zunehmend den Unterschied von Schau und Geschautem überwindend. Obwohl – und gerade weil – sich der Praktizierende nicht Erkenntnis im konzeptuellen Sinne zum Ziel macht und ganz bewusst den Drang nach Verständnis loslässt, eröffnet sich ihm eine Form des Erkennens jenseits begrifflicher Unterscheidung. Dies bleibt dem verstehenden Geist fremd.

Die Suche nach den Fundamenten des abendländischen Erkennens bringen wiederum zum Vorschein, dass hier gerade dem konzeptuellen Erkennen die Funktion zukommen soll, die Vielfalt der Sinnesdaten einer sprachlich vermittelten Synthese zukommen zu lassen und sie so zu einen. Aus buddhistischem Blickwinkel sind Konzepte allerdings verdächtig, die direkt erfahrbare sinnliche Verschmolzenheit in eine Vielfalt zunehmend unbewusst erschaffener und erschaffender Differenzen aufzuspalten. Die vollkommene Evidenz der ungetrennten Selbstgegebenheit würde sich so in einem Spiegelkabinett von Projektionen verlieren, in einer Schleife von Tod und Wiedergeburt, Freud und Leid: *samsara* - das Reich der Friedlosigkeit.

4.1.3 Interferenzen

Es zeigen sich hier potentielle Felder kultureller Spannung, die auch Meditierende betreffen können, insbesondere wenn sie sehr intensive meditative Erfahrungen machen, welche Krisen auslösen. Mir sind des Öfteren Praktizierende begegnet, die während klassischer spiritueller Krisen - mitunter durch Intervention ihrer Verwandten - unter psychiatrische Behandlung gestellt wurden. Doch auch der Psychiatrie sind letztlich nur Kategorien verfügbar, die sich auf europäischem Boden herausformten. Hier zeigen sich Herausforderungen für die Humanwissenschaften, die einen interkulturellen Austausch und die Erforschung der Erfahrungsstrukturen meditativer Praxis erfordern.

Einer gewissen Skepsis wäre der Buddhismus ausgesetzt, wenn es darum ginge, ihn als Ideenlieferanten für eine Wissenschaft zu befragen. Hier jedoch macht sich das angestrebte Prinzip der Verfremdung nützlich, nämlich sich nicht einfach eklektizistisch aus dem Pool anderer Systeme, Methoden oder Theorien zu bedienen, sondern durch Beziehen unterschiedlicher Perspektiven, eine neue Sicht auf das eigene Wissenschaftssystem und dessen blinde Flecken und Möglichkeiten zu erlangen. In diesem Sinne soll nun bei der Untersuchung Kantscher Begrifflichkeiten verfahren werden.

4.2 Begegnungsfelder

4.2.1 Kant und der Buddhismus

Wir interessieren uns für die transzendente Apperzeption, da sie ein Konzept zu sein schien, das Parallelen zu buddhistischen Figuren aufweist. In einigen Textstellen bezeichnet sie Kant als Offenheit bzw. als stets gleich bleibenden Aspekt des Bewusstseins.²¹³ Dies erinnert an die Metapher „Natur des Geistes“ im Kontext des tibetischen Buddhismus. Diese beschreibt die Bedingung der Möglichkeit („Grund“) des Verweilens in reinem Gewahrsein, wie es in Dzogchen praktiziert wird. Eine genauere Untersuchung des Kantschen Apperzeptionsbegriffs konnte jedoch die Annahme nicht erhärten, dass es sich um analoge Denkfiguren handelt. Allerdings trat in der Untersuchung ein fundamentaler Unterschied zwischen buddhistischen Erfahrungsformen und dem Erfahrungsbegriff bei Kant hervor, ohne zunächst einen plausiblen Anknüpfungspunkt von transzendentaler Apperzeption und dem nondualen Gewahrsein im Dzogchen – *rigpa*²¹⁴ - nahe zu legen. Allerdings bietet sich Kants Erfahrungsbegriff umso mehr an, eine Verfremdung²¹⁵ zu wagen:

Erinnern wir uns an die Grundproblematik, die Kant anhand dieses Begriffs zu lösen versuchte: Es ging ihm in erster Linie darum zu ermitteln, inwiefern gesichertes Erkenntnis auf Grundlage apriorischer Kategorien möglich ist, also zu untersuchen, ob unser Erkenntnisapparat uns dafür hinreichende Bedingung bereitstellt. Kant kam zu dem Schluss, dass Erfahrung stets eine Form von Synthese der Sinnesdaten auf Basis apriorischer Verstandeskategorien sei. So sei zwar keine gesicherte Erkenntnis in Form über die Sinneswahrnehmungen hinausgehender Aussagen möglich, sehr wohl aber im Kontext der Welt der

²¹³ Vgl. Kapitel 2.3.3 „An der Schwelle der Erkenntnis“

²¹⁴ Vgl. Kapitel 3.3

²¹⁵ Vgl. Kapitel 1.3

Erscheinungen, was etwa eine exakte Naturwissenschaft wie die Physik begründen könne.²¹⁶

Sein Erkenntnisbegriff setzt die Annahme voraus, dass nur gegenständliche und begriffliche Erkenntnisse als solche zu bezeichnen sind, wodurch er sie auf ein Subjekt-Objekt-Feld beschränkt. Hierbei spielt sein Erfahrungskonzept eine entscheidende Rolle: Die Synthese von Sinnesdaten und apriorischen Verstandeskategorien machen Erfahrung erst möglich. Sinnesempfindungen wiederum setzten für Kant Raum und Zeit voraus. Um der Fragestellung dieser Arbeit zu entsprechen, werden diese Kantschen Festlegungen nun genauer betrachtet werden.

Wenn Kant argumentiert, Erfahrung setze Raum und Zeit voraus, so mag dies für unser alltägliches Wachbewusstsein plausibel sein. Allerdings lässt sich hier unterstellen, dass Kants Aprioris letztlich doch nur auf bestimmte – kulturell kodierte - Erfahrungen zurückzuführen sind, und nicht umgekehrt. Hier erweist sich für mich Humes Induktionskritik als plausiblere Position²¹⁷. Allerdings auch nur bis zu einem bestimmten Punkt: Denn es muss gleichermaßen fraglich sein, ob das, was bisher unseren Geist über die Sinne formte, als einzige Quelle von Erkenntnis gelten kann. Was, wenn sich noch viele Möglichkeiten verbergen, die sich, aufgrund bisheriger (Wahrnehmungs-) Gewohnheiten, noch nicht zeigten oder nicht zeigen konnten (etwa weil sie subtiler als das Offensichtliche sind)? Könnte es nicht sein, dass sich unseren Sinnen durch systematisches Training völlig Neues und Unerwartetes zeigen kann?

²¹⁶ Vgl. Kapitel 2.3.3 „Kants Wissenschaftskonzeption“

²¹⁷ Vgl. Kapitel 2.3.2 „Erfahrung“ Um Kant und dessen Bewusstseinskonzept letztlich vollkommen gerecht werden zu können, müsste sich allerdings eine Arbeit im Umfang einer Dissertation ausschließlich mit der Frage der Apperzeption beschäftigen, um eine integrative Sicht der Kantschen Standpunkte infolge einer Analyse seines Gesamtwerks zu vollziehen. Denn wie Wunderlich (2005: 1ff., 133) feststellt, kann man nicht von einer einheitlichen Bewusstseinstheorie bei Kant ausgehen

Ich behaupte, dass - wollen wir die Möglichkeiten des Erkennens erforschen - es uns nicht erspart bleibt, deren Bedingungen weiteren Prüfungen zu unterziehen. Hier ist Kant nichts entgegenzusetzen. Dennoch gilt es die Haltbarkeit seiner Kategorien auch aus Perspektiven zu reflektieren, die nicht unseren bereits gesammelten Erfahrungen und Vorurteilen unterliegen, welche - laut Hume - Resultate von (Wahrnehmungs-) Gewohnheiten darstellen. Husserls Projekt der Freien Variation, d.h., das Beziehen neuer Perspektiven und Möglichkeiten, könnte sich hier als nützlich erweisen. Ich meine, dass dies, wie auch Husserls Methode der epoché und „Einklammerung“²¹⁸, nur durch systematisches Entleerung von Vorstellungen und Grundannahmen zu üben ist. Es gilt einen Blick möglichst großer Vorurteilsfreiheit zu erlangen.

Dazu bietet sich in besonderer Weise Dzogchen und Vipassana an. Diese wenden eine spezifische Technik an, die konzeptuelle Einflussnahme ausklammert, indem sie einen begriffsfreien Erfahrungsraum erschaffen. Dies durch den völlig gerichteten Fokus (*samadhi*) der Aufmerksamkeit rein auf den Empfindungsaspekt von Erfahrungen. Wir könnten also mittels dieser Methoden Zeit und Raum - als der Erfahrung notwendig zuvor gehende Größen - einer Prüfung unterziehen:

Dies ist beispielsweise durch die Anwendung der 3. Kontemplation der Semde möglich, in der geöffnetes Gewahrsein²¹⁹ die Beschaffenheit von inneren und äußeren Objekten erforscht. Als Ergebnis erfährt Gewahrsein schließlich die Einheit mit allen Objekten. Es erlebt sie als „einen Geschmack“ der gesamten Welt. So wird Zeit nicht länger als Abfolge von Augenblicken erfahren, sondern als Präsenz in der Gegenwart. Als solche ist Zeit jedoch nicht mehr linear zu denken, sondern als Gleichzeitigkeit²²⁰.

²¹⁸ Vgl. Prechtel u. Burkard (1999: 141)

²¹⁹ Tib.: *rigpa*

²²⁰ Hier sind im Kontext gradueller Systeme durchaus Stufen und Nuancen möglich, die unterschiedlichste Bewusstseinsphänomene bedingen können, die recht amüsierlich oder

Sie erstirbt in einer reinen Räumlichkeit, die keinerlei Bewegung kennt, da sie unbegrenzt und doch alles umfassend ist. Als solches ist Raum nicht notwendig Raumzeit. Jedoch liegt hier auch eine Schwelle, in der die Asymmetrie des Seins/Seienden in eine Symmetrie fällt - wo das Seiende vollends ins Sein zurückstürzen kann.²²¹ Hier löst sich die Erfahrung von Substanz, Objekt, Subjekt und Welt völlig auf: jegliche Differenz erlischt.²²² So wird selbst Raum zum Nichtraum. Dennoch verschwindet nach einer Erlöschung von Zeit und Raum nicht die Evidenz des Seins. Ganz im Gegenteil stellt sie sich in reiner Nacktheit dar: form-, raum-, zeit- und inhaltslos und doch Sein und doch Gewährsein; jedoch nicht in Zeit, ohne Gerichtetheit, ohne Spannung, und daher ungegrenzt. Hier könnte man von „Präingularität“ sprechen.

Kants Behauptung, dass Erfahrungen nur in Raum und Zeit möglich sind, stellt sich nun als kulturimmanenter Standpunkt dar, der durch Methoden anderer Psychologien nicht mehr exklusiv bleibt. Auch die Auslegung, dass der innere Sinn, den er mit Zeit gleichsetzt, uns nur serielle Informationen liefert²²³, lässt sich aus dieser Perspektive keinesfalls halten, wodurch Schlüsse, die er in Hinblick auf den psychologischen Forschungsgegenstand zieht - zumindest hinsichtlich dieser Erfahrungsdimension -, gleichermaßen bedeutungslos werden. Ein Kreis mag aus seiner Perspektive - jener der 2. Dimension - seine Form nicht vom Quadrat zu unterscheiden: Beide erscheinen aus dieser Perspektive als Linien. Das heißt aber nicht, dass die Perspektive der dritten Dimension nicht möglich ist. Meine Argumentation ist zwar aus einer räumlichen Perspektive nicht nachzuvollziehen, ich behaupte aber, dass

beängstigend sein können. Bertelsen sprach in diesem Zusammenhang von „Phantasie“. Vgl. Bertelsen (2006: 78) sowie Kapitel 2.3.3 „An der Schwelle der Erkenntnis“.

²²¹ Nachdem es eine Schwelle ist, kann dies jedoch auch ausbleiben.

²²² Diese Erfahrung sollte nicht mit den *jhanas* verwechselt werden, die durch samatha Methoden erreicht werden. Dies beschreibt eine Erfahrung, die durch *vipassana* – gleichermaßen im Kontext des Dzogchen (etwa durch die Kontemplationen der Semde) sowie im Hinayana-*vipassana* zugänglich ist.

²²³ Vgl. Kapitel 2.3.4

sich diese Erfahrungsform durch Anwendung bestimmter Übungen stets anbietet. Sie ist ohne weiteres zugänglich und keineswegs einem bestimmten *konzeptuellen Rahmen* angehörig: Sie ist durch *Praxis* erlernbar, und daher als wissenschaftlicher Gegenstand erforschbar.

Dies ist allerdings nur introspektiv möglich, wobei dieser Begriff gerade hier sinnlos wird, da durch die 3. Kontemplation von Semde das Konzept „Innen und Außen“ fällt. Ich unterstelle, dass Dzogchen und verwandte Methoden insbesondere dazu geeignet sind, die Beschaffenheit des psychologischen Gegenstandes hinsichtlich seiner Möglichkeiten und Freiräume zu erforschen, und ich denke, dass sich auf dieser Basis völlig neue Psychologien entwickeln lassen.

Nach dem Zurückgehen zu den Wurzeln des europäischen Denkens und im Begegnen mit der Praxis des Buddhismus bietet sich der Schluss an, dass der Begriff der Erkenntnis sich um einen Aspekt zu erweitern hat: Erkenntnis durch Versenkung in die eigene Innerlichkeit eröffnet eine Form von Schau, welche die Unmittelbarkeit von Vergehen, von Entstehen bezeugt. Diese Form des Sehens führt an eine Schwelle, an der die dahinschreitende Zeit erlischt und damit die Wirkungen von Bedingungen. Dem Gang der Sprache, wie Plato ihn vielleicht noch gewünscht hätte – wir erinnern uns an seine Ausführungen im 7. Brief²²⁴ –, könnten sich durch die Entdeckung der anwesenden Abwesenheit neue Möglichkeiten eröffnen. Worten kann hier die Funktion zukommen, Wahrheit nicht abzubilden, sondern sie im Sprechen zu formen.

Schau und Sprechen werden so Ursachen einer zweifachen Verwandlung, die das werdende sowohl in dessen Annahme als auch durch die Aussprache zu einer neuen Form befördern. Für den Praktizierenden

²²⁴ Vgl. Kapitel 2.3.1

eröffnet sich völlig überraschend ein Weg, durch den sich *logos*²²⁵ eine neue Bedeutung zu geben vermag. Er ist nicht mehr jenes, das durch Begreifen des Lebendigen dem Greifen verfällt, sondern im Sprechen selbst ein Ausdruck des schöpferischen Lebens wird. So wird Sprechen ein Akt, der eine Welt hervorbringt, die nicht zu dem geworden ist, was der Fall ist.

4.2.2 Buddhismus, Geschichte und Psychologie

Verschiedene Perspektivenwechsel liegen dieser Arbeit zugrunde. Der erste Wechsel ging der Arbeit voraus und resultierte aus dem Schock des Verlustes einer zentralen Ich-Instanz durch meditative Praxis. Der so eingefärbte Blick suchte nach verwandten Konzepten in der abendländischen Denktradition und konnte in dem Begriff *noesis* eine Analogie zum buddhistischen Konzept *prajna* ausmachen. Zum anderen war die Suche daran orientiert, Methoden zu finden, die mit Vipassana oder Dzogchen vergleichbar sind. Die Ergebnisse dieser Suche sollen nun dargelegt werden.

Es treten 2 historische Bezugspunkte ins Zentrum der Aufmerksamkeit: zum einen jene Episode, in welcher vermutlich der spirituell-praktische Aspekt des philosophischen Forschens aus dem Fokus der europäischen Tradition verschwand; als Inspirationsquellen wie Mysterienkulte und Platons Akademie die Geschichtsbühne verließen und Unterscheidungen wie *nous pathetikos*²²⁶ - die hinnehmenden Kraft der Erkenntnis - und *nous poietikos* – deren aktive Kraft - zunehmend ihre wissenschaftliche Relevanz verloren. Insbesondere *nous patheticus* könnte eine analoge Figur zu jener Erkenntnis darstellen, die der hinnehmenden Form von *prajna* in *vipassana* und Dzogchen sehr nahe kommt und sich vor allem

²²⁵ Griechisch: das Wort

²²⁶ Vgl. Pechtl und Burkard (1999: 408)

durch ihre psychohygienischen Eigenschaften ausgezeichnet. Viele buddhistische Kulturen stellen lebendige Weisheitstraditionen dar, deren Fokus seit jeher auf einer authentischen Vermittlung von Praktiken liegt, die eine hinnehmende Form von Erkenntnis vermitteln. Sie ist eine Erkenntnis durch Vereinigung - also *nondual*. Man könnte die Ergebnisse des Kapitels 3 so zusammenfassen, dass der zentrale Aspekt von *vipassana* und *Dzogchen* in genau dieser Erkenntnisweise liegt. Darin unterscheiden sich diese buddhistischen Techniken von klassischen Versenkungsmeditationen, die primär *jhanas* - Versenkungsstufen - als Ziel haben.²²⁷ Solche lebendige Praxislinien bieten sich der Psychologie als Quelle von Ideen und Erfahrungen an. Ich meine, dass sich der Wert dieser sehr spezifischen Erkenntnisweise uns nur durch eine aufrichtige - d.h. übende - Auseinandersetzung zeigen kann, sich uns dadurch allerdings auch jene Mechanismen wissenschaftlich erschließen können, die der Wirkungsweise dieser Techniken zugrunde liegen. Darin sehe ich eine Aufgabe für eine wissenschaftliche Psychologie.

Die zweite historische Phase, die durch den Perspektivenwechsel auffällig wurde, ist jene, in der die introspektive Erforschung als psychologisches Forschungsmittel verloren ging, da ihr der wissenschaftliche Status aberkannt wurde. Hier, so meine ich, lassen sich mittlerweile vollkommen unterschiedliche Ansichten vertreten, die z.T. in der Diskussion über die transzendente Apperzeption angeschnitten wurden. Jedoch findet sich noch ein weiterer Aspekt, der eine Wiederaufnahme introspektiver Forschung nicht nur nahe legt, sondern höchst wünschenswert macht. Wir können hier auch auf das Argument Kants Bezug nehmen, dass das Betrachten des psychologischen Gegenstandes immer auch schon dessen Manipulation und Veränderung impliziert. Dies lässt sich nun keinesfalls von der Hand weisen. Allerdings kommt diesem Aspekt im Rahmen meditativer Praxis eine vollkommen neue Bedeutung zu, da er

²²⁷ Vgl. Kapitel 3.2.2

ausdrücklich erwünscht ist, zumal er die Voraussetzung dieser Erkenntnisform sowie ihrer psychohygienischen Qualitäten darstellt.

So wird der zunächst erkenntnistheoretisch problematische autopoietische Charakter des psychologischen Gegenstands zum eigentlichen Glückstreffer, da er dem Praktizierenden einen Schlüssel zu Einsicht, Autonomie, Glück und Selbstverantwortung liefert. So kann die Erforschung von Meditation als Quelle innerer Freiheit zum Gegenstand psychologischer Untersuchungen werden. Auf Basis weiterer Forschungen ist es denkbar Anwendungen zu entwickeln, die an die Bedürfnisse dieser Kultur und Zeit angepasst sind, und auf die wechselnden Situationen des Alltags abgestimmt werden können. Hier sehe ich ein großes Betätigungsfeld für eine pragmatisch ausgelegte Psychologie, wobei neue technische Errungenschaften - etwa verschiedene bildgebende Verfahren, die Biofeedbacksysteme ermöglichen - zusätzliche und viel versprechende Optionen darstellen. Die Bedeutung, die noch Wundt der experimentellen Psychologie beimaß, könnte so zu einer Renaissance finden: Er verstand psychologische Experimente als solche, die die Methode der Selbstbeobachtung mit jener des experimentellen Settings verband. So könnten in dialektischem Zusammenspiel von Innenschau und neuen technischen Möglichkeiten Erkenntnisse über außergewöhnliche Bewusstseinszustände und deren Bezüge zu physiologischen Parametern erlangt werden. Dies nur als eine Skizze unter vielen möglichen Forschungsszenarios in diesem Feld.

4.2.3 Vipassana und Dzogchen

Ein weiteres Begegnungsfeld liegt innerhalb buddhistischer Praxis-systeme. Es handelt sich jedoch auch gleichermaßen um ein Spannungsfeld. Einige Spannungsmomente zwischen buddhistischen Schulen wurden bereits in Kapitel 3.5 dargestellt. Dort vertrat ich die Ansicht, dass graduelle Methoden, insbesondere die hier vorgestellte Form von *vipassana*, sich hervorragend als Vorbereitung für nonduale und nongraduelle Methoden wie Dzogchen eignen würden. Dies muss allerdings nicht notwendig mit den Ansichten jener Systeme übereinstimmen.

So legt etwa S.N. Goenka großen Wert darauf, Methoden nicht zu mischen, auch nicht unterschiedliche Formen von *vipassana*²²⁸. Meine Erfahrung ist, dass sich *vipassana* in Goenkas Tradition und in der Form der Semde-Kontemplationen geradezu hervorragend ergänzen und gegenseitig stützen, wobei sich auch stichhaltige Gründe für Goenkas Position anführen lassen.

Explizit weist er in den Kurslektionen darauf hin, dass es keinen Sinn mache, Methoden zu wechseln, und so an vielen Stellen Löcher zu graben, die letztlich alle nicht sehr tief reichen würden²²⁹. Dieses Argument ist insofern besonders gewichtig, als Praktizierende durch Methoden wie *vipassana* auch mit unangenehmen Empfindungs- und Erlebensformen konfrontiert werden.²³⁰ Ein Wechsel könnte eine Flucht vor unangenehmen Hindernissen sein, die sich so aber kaum überwinden lassen.

Ein zweites Argument ist etwas anders gelagert. So könnte man prinzipiell Vipassana mit anderen Methoden kombinieren, etwa Versenkungs-

²²⁸ Auch die Kontemplationen der Semde sind eine Variante von *vipassana*

²²⁹ Vgl. Goenka (1991) 10-day course, 6th edition, California. Audio-Cassettes

²³⁰ Ebd.

techniken, die Visualisierung oder Mantras nutzen. Diese Methoden führen oft um einiges schneller in Versenkungszustände - *jhanas* - als die hier verwendete Technik der Atemachtsamkeit - *anapana*. Davon rät Goenka mit Nachdruck ab, und dies zumindest aus zwei Gründen: Erstens geht es bei *vipassana* nicht darum, *jhanas* zu erreichen, tiefe Versenkungszustände, die sehr glücklich und friedvoll sein können. Diese können von Praktizierenden bereits als Ziel des Weges erachtet werden, da sie Glücksempfinden, das dem herkömmlichen Bewusstsein zugänglich ist, übertreffen. So bergen sie ein nicht unbedeutendes Suchtpotential und führen im Kontext buddhistischer Auffassung letztlich auf einen Irrweg.

Sie stellen also ein Hindernis auf dem Weg dar, das den Praktizierenden in relativ hermetischen Bewusstseinsformen gefangen halten kann. Ein anderer Punkt liegt darin begründet, dass durch eine Kombination von Mantren- und Visualisierungstechniken und der Vipassana von S.N. Goenka auch Effekte eintreten können, die selbst Lehrer überfordern. Dieses Risiko würde ein verantwortungsbewusster Coach nie eingehen. Dies sind wohl nur einige Gründe, wodurch sich die strikte Haltung Goenkas nachvollziehen lässt. So wird man beispielsweise nicht zu Kursen für Fortgeschrittene zugelassen, wenn man andere Techniken zwischen den Kursen praktiziert hatte oder regelmäßige Übungszeiten nicht einhalten konnte.

Völlig konträr ist die Position in Dzogchen, wobei es hier allerdings zu Variationen zwischen unterschiedlichen Lehrern kommen kann.

Namkai Norbu vertritt die Ansicht, dass Dzogchenpraktizierende sich jeglicher Methoden bedienen können. Dies ist insofern plausibel, als die Praxis von Dzogchen immer bedeutet, jegliches Phänomen in die Natur des Geistes integrieren zu lassen. Dazu zählen natürlich auch alle Phänomene, die im Kontext von Übungen anderer Traditionen entstehen können. Wir haben es also mit einem höchst inklusiven Instrument zu tun.

Aus der Perspektive des Dzogchen lässt sich auch die burmesische *vipassana* hervorragend integrieren. Auch im Buddhismus ist also manches eine Frage der Perspektive.

Die Semde Kontemplation bedient sich übrigens, wie Vipassana, keiner Hilfsmittel wie Klang oder Visualisation. Es ist eine Methode, die sich im Studium der Natur der Phänomene und der Natur des Geistes erschöpft. Hier liegt eine der vielen Verwandtschaften zur *vipassana* S.N. Goenkas.

Ich möchte noch einen Aspekt hervorheben, der Dzogchen zu einer eigenständigen Technik macht: Dies ist die Methode des Triangulierens. Hier kommt jener Aspekt zum Ausdruck, der als zentraler des Dzogchen gelten kann: die Betonung des Loslassens und Verweilens als ein Hauptbestandteil der Methodik (bereits in der Praxis der *shine/samatha*). So kommt dem Üben von Konzentration hauptsächlich zu Beginn der Zweck zu, in den Zustand von Stille (*nepa*) zu gelangen. Ab hier jedoch kommt bereits der weite und rezeptive Aspekt des offenen Gewahrseins zum Tragen, der sich auch als Gewahrsein in Bewegung (*gyuwa*) und als Selbstgewahrsein (*rigpa*) zeigen wird. Der Dzogchenpraktizierende verschließt niemals seine Sinne - auch nicht die Augen. Jede Empfindung, sämtliche Sinnesmodalitäten öffnen sich zur Welt, die nicht von ihnen zu trennen ist. So ist alles Teil der Praxis, alles ist Teil der großen Hingabe - der großen Vollkommenheit. Tag und Nacht.

4.3 Anwendungsfelder

4.3.1 Psychohygiene und Coaching

Aus den vorläufigen Ergebnissen der hier vollzogenen Perspektivenwechsel lassen sich bereits Anwendungsvorschläge ableiten.

Das bemerkenswerteste Resultat der Selbstversuche stellt definitiv der Freiheitsgewinn dar, der mir durch diese Übungen zuteil wurde. So stellte sich Gewissheit ein, dass die Basis von Glück in mir liegt und jederzeit verfügbar ist. Bisher konnte ich auch noch kein Ende dieser Erfahrungsform entdecken, außer dort, wo die Gefühle von Erfüllung durch deren Intensität beinahe unerträglich werden. Diese Einsicht stellt eine bemerkenswerte Basis innerer Stabilität dar, da sie jederzeit verfügbar ist und kaum von externen Faktoren abhängt. Hieraus lassen sich zahlreiche Implikationen im Bereich der Psychohygiene und der menschlichen Glücksfähigkeit ziehen. Es ist denkbar, auf Basis buddhistischer Meditation zentrale Wirkmechanismen psychohygienischer Funktionen aus einer neuen Perspektive zu betrachten. Ich unterstelle sogar, dass sich auf Basis meditativer Einsichten darstellen ließe, wie alle Methoden auf nonkonzeptueller Ebene - mehr als weniger - auf denselben Prinzipien aufbauen: zunächst auf einer Willensorientierung, die wir *Interesse*, *aktive* Kraft oder Motivation²³¹ nennen können. Damit ist neben der üblichen Bedeutung dieses Begriffs die Bereitschaft zur Präsenz *in* jeder Erfahrung gemeint, das heißt hier: Präsenz *in* Empfindungen, *in* Empfindungen von Widerständen gegen bestimmte Empfindungen und wiederum *in* Empfindungen der Widerstände gegen diese Widerstände.

Diesen mitunter „komplexen“ Empfindungsformen gilt es Interesse darzubringen mit einem gebündelten, nicht-reaktiven und damit letztlich sich immer mehr öffnenden Geist. Dieses Interesse zeichnet sich durch

²³¹ Ich beziehe mich hier nicht auf ein bestimmtes Modell von Motivation, sondern auf dessen umgangssprachliche Bedeutung.

eine weitere, weniger offensichtliche Komponente aus, die dem westlichen Geist etwas fremd anmuten könnte: die *Passion*, als hinnehmendes und hingebendes Element, das das Vorhandene aufnimmt, transformiert, hingibt und so Glück hervorbringt. Das stetige Auflösen von „Empfindungskomplexen“ erschafft innerer Ruhe und Glücksgefühle. Willenskräfte zur wunschgemäßen Strukturierung des psychophysischen Apparates können vor allem dann zu Anwendung kommen, wenn *Widerstandsbündel*²³², sich zuvor - oder gleichzeitig - durch das eben dargestellte Verfahren aufgelöst haben.

Der Unterschied zwischen verschiedenen Methoden liegt, meines Erachtens nach, in erster Linie im kulturellen Kontext und den Werkzeugen²³³, mittels welcher die oben dargestellten Vermögen geübt werden sowie mit welchem Maß an Konzentration und/oder „Hingabe“²³⁴ praktiziert wird: also in Ausrichtung und Intensität. Ein Ziel der vorliegenden Arbeit war darzustellen, dass Prinzipien psychischer Umstrukturierung und Reorganisation in der Klarheit meditativer Schau beobachtbar sind. Dies ist ein Aspekt von *prajna*, der oft mit Weisheit übersetzt wird. Ich meine, dass die Basis jeglicher Lösung von Fixierungen (an bestimmten Empfindungsstrukturen - also Erlebnisweisen) die Bereitschaft zu offener Präsenz und Annahme ist. So kann letztlich jede/r *Interessierte* - eventuell bei dezenter Begleitung durch Coaches - sein/ihre eigene/r PsychohygienikerIn sein.

²³² *Willensbündel* und *Widerstandsbündel* wird hier gleichbedeutend verwendet, da ich behaupte, dass sich Willensbündel nur durch Widerstände stabilisieren bzw. Willen immer auch schon Widerstand impliziert.

²³³ Etwa durch Veranschaulichungs- und Strukturierungshilfen wie Gestalt-, Rollen- und Aufstellungsarbeit.

²³⁴ Hingabe – Skt. *bhakti* – wird in vielen yogischen Disziplinen als notwendige Voraussetzung für spirituelle Praxis aufgefasst (vgl. Yogananda, 1946/1991: 161) und entspricht dem, was ich zuvor *Passion* oder hinnehmendes Erkennen (*nous patheticus*) genannt habe.

Coaching

Für das Coaching eröffnen sich spezifische Anwendungen meditativer Praxis. Ich konnte bereits einige Experimente der Übertragung meditativen Gewahrseins im intersubjektiven Raum anstellen. Hier zeigte sich, dass die Haltung völliger Unvoreingenommenheit in der Offenheit *rigpas* sich in Coachingsituationen in ganz besonderer Weise auswirkt. *Ripa* in diese Situation zu bringen bedeutet, Nondualität in die Situation zu bringen. Der Coach erlebt sich nicht als vom Klienten getrennt und holt ihn gewissermaßen in das Feld eigenschaftslosen Gewahrseins. Es gibt Anlass zur Vermutung, dass dadurch Klärungsprozesse in besonderer Weise gefördert werden können. Diese Forschungen liegen jedoch noch in ihren Anfängen. Ich beschränke mich an dieser Stelle auf den Hinweis, dass sich hier ein weiteres hochinteressantes Untersuchungsfeld abzeichnet.

4.3.2 Forschung und Ethik

Wissenschaft und Buddhismus verbindet die Intention, unhaltbares Wissen zu vermeiden. Diese Basis einerseits sowie offensichtliche Differenzen in den Umsetzungen andererseits versprechen ein Feld fruchtbaren Austausches zu werden. Wir haben gesehen, dass die Ausformungen gegenwärtiger Wissensproduktion je nach Perspektive, Intention, Fragestellung oder Gegenstand variieren können. Dies trifft in ganz besonderer Form auf die Psychologie zu, die - nach Vorschlag Schüleins²³⁵ - auf Basis konnotativer, also flexibler Theoriegebäude zu errichten sei, um dem autopoietischen Charakter des Gegenstandes gerecht zu werden. Die höchst vielfältigen Wissensausformungen lassen sich nur schwer in einem konsistenten Modell zusammenführen und stellen einen hohen Flexibilitätsanspruch an Wissenschaftler. Die buddhistische Praxis kann hier mittels introspektiver und konzentrativer

²³⁵ Schüleins (2002)

Methodiken einen interessanten Kontrast bieten. Der Blick nach „innen“ eröffnet analytische Einsichten in recht einfache und grundlegende Wirkmechanismen des autopoietischen Geist-Körper-Systems, die vor allem in ihren direkten Effekten verblüffen, und Erfahrungen mit Evidenzcharakter ermöglichen. Dies könnte Forschern eine wertvolle Stütze sein, Forschungsergebnisse effektiver bewältigen zu können.

Neben der Erfahrung von Freiheit und Glück stellte sich im Laufe der Selbstversuche auch die klare Evidenz der Selbstverantwortung für die eigene Befindlichkeit ein. Es wurde schlicht unmöglich, andere Menschen dafür verantwortlich zu machen. Dies nicht auf Basis ethischer oder moralischer Maximen und Glaubenssätze, sondern aus der Einsicht, dass sich Befindlichkeit in komplexen psychophysischen Interaktionen, in jedem Augenblick durch geistige Reaktionsmuster aufbaut. Der offene Blick von Vipassana führt jedoch zu deren Auflösung, wodurch sich unangenehme Gefühle rasch umwandeln. Ich denke, dass dies auch für wissenschaftliche Kooperation eine gute Basis darstellen kann. Die Frage nach Zusammenhängen von Vipassana-Praxis und Integrität könnte einer empirischen Untersuchung unterzogen werden.

Noch fruchtbarer scheint mir hingegen die Idee, die Erforschung der zentralen Wirkmechanismen von Glücks-, Freiheits- und Integritätserleben im Rahmen von Supervisions- und Coachingeinrichtungen durchzuführen. Forscher könnten sich hinsichtlich ihrer spezifischen Bedürfnisse gegenseitig betreuen und Strategien für ihr Freiheits-, Glücks-, und Integritätserleben entwickeln. Dies selbst als Forschungsprojekt angelegt, könnte eine zeitgemäße Umsetzung der buddhistischen Praxis von Mitgefühl im Kontext akademischer Psychologie darstellen. Ein offener Zugang zu spontanen Glückserleben könnte eine solide Basis für kreative und konstruktive Zusammenarbeit zwischen Wissenschaftlern darstellen. Es ist denkbar, dass dadurch die Motivation von Forschern steigt, ihre Errungenschaften dem Wohle der Allgemeinheit zu widmen, und kreative

Wege und Lösungen für lebenspraktische Problem- und Fragestellungen zu entwickeln. Es könnte ein lohnenswertes Unterfangen zu sein, diese These einer empirischen Prüfung zu unterziehen. Ethik könnte so auf wissenschaftlichen und pragmatischen Grundlagen begründet werden. Ich möchte dieses Konzept „contemplating community“ nennen.

4.4 Zusammenfassung

Die Arbeit stellte konzeptuelles Erkennen in der Psychologie, nonkonzeptuellem Erkennen durch buddhistische Praxis gegenüber. Im Kapitel 2 ging es darum, die Komplexität konzeptueller Erkenntnis kurz nachzuzeichnen, insofern sie direkt mit dem psychologischen Fach und dessen Schwierigkeiten verknüpft ist. Der Psychologie stellt sich das Problem, dass "das Psychische" mit allen Ebenen des Seins - also der Mikro-, Meso- und Makroebene - verknüpft ist und daher wissenschaftlich zunächst nur ein perspektivischer Zugang möglich scheint. Der Ansatz dieser Arbeit ist jedoch zunächst nicht, einen bestimmten Theorietypus zu befürworten, sondern die Vielzahl der Perspektiven darzustellen und um eine weitere zu ergänzen: die der Innenschau. Ich meine, dass sie der Wissenschaft - zumindest als Methode - verloren gegangen ist. Hierfür war unter anderem Kants Behauptung der Unmöglichkeit von Introspektion als legitimem Forschungsmittel interessant - und deren wirkmächtige Rezeption durch die Psychologie des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts. Daher wurde diese Spur verfolgt.

Aus den Selbstversuchen in Kapitel 3 lässt sich schließen, dass die Förderung der Innenperspektive bei Forschern das Potenzial erhöhen könnte, die Komplexität der einzelwissenschaftlichen Wissensproduktion dieser Gesellschaft in einer integrierteren Form zugute kommen zu lassen, indem Wissenschaftler ihre Eingebundenheit in das Gesamtsystem erkennen (dies ist offenbar paradoxerweise gerade durch die

Innenperspektive möglich). Dahingehend ist der Appell an eine Rückbindung an die Erfahrung gerichtet - und zwar an jeden Wissenschafter für sich und an die scientific community als gesellschaftliches Subsystem: Wissenschaft nicht als Konkurrenzunternehmen aufzufassen, sondern als Gemeinschaftswerk, und ich denke, dass das für manche Spezialisten - und durch die Marktgewohnheiten - leicht vergessen werden kann.

Ziel ist die Komplexität der konzeptuellen Welt durch die Erfahrung von Einfachheit zu balancieren. Ich denke, dass Dzogchen und Vipassana dazu in der Lage sind. Es zeigt sich zwar, dass traditionelle Praxissysteme mitunter in bestimmte kulturelle Korsetts gezwängt und mystifiziert sind, allerdings sind sie heute besser zugänglich denn je und könnten durch gezielte Forschung an die Bedürfnisse dieser Gesellschaft adaptiert werden. So könnten sie der logozentrischen Gesellschaft mit ihren Methoden einen Ausgleich bieten, den sie - zumindest meiner Wahrnehmung zufolge - gut brauchen kann. Dies durch gezielte „Revitalisierung“ des kinästhetischen Sinnes, also eine Rückbinden an die Empfindungsebene, welche - wie uns die buddhistische Praxis zeigt - eine natürlich psychohygienische Funktion übernimmt, indem sie von inneren Gespanntheiten (samskaras) befreit. Dies ermöglicht wiederum eine intuitive, intersubjektive Kommunikation, wodurch eine neue Möglichkeit gegeben wird, die starke Strukturierung unserer Lebenswelt durch begriffliche Schematisierungen auszubalancieren.

Hier nehme ich eine Aufgabe für die Psychologie wahr: dieses alte Wissen zu öffnen und in einer klaren und einfachen Form allen Interessierten zugänglich zu machen. Darauf sollte die Auseinandersetzung mit den europäischen Erkenntnisgrundlagen hinauslaufen: einen Nexus zu finden, wie das buddhistische Wissen sinnvoll für uns zugänglich werden kann,

ohne dessen dogmatische Färbungen mit zu importieren.²³⁶ Dies ist die Botschaft dieser Arbeit, durch die ich die einzelnen Kapitel verbunden wissen möchte.

²³⁶ Auch bei einigen buddhistischen Schulen schwingt noch sehr viel Tradition und mitunter leider Vorurteile gegenüber anderen Schulen mit; dies wurde im Kapitel "Viele Wege, ein Ziel?" kurz angesprochen.

5 Resümee und Ausblick

Ich denke, dass die zu Beginn gestellte Forschungsfrage, inwiefern *introspektive und nonkonzeptuelle Erkenntnisweisen buddhistischer Meditationstechniken in den Kontext der westlichen Psychologie transferiert werden können und welche Vorteile der Mensch durch eine Anwendung dieses Erkenntniszugangs im Kontext westlicher Wissenschaften gewinnen könne*, zu interessanten und zukunftsweisenden Antworten gelangen konnte.

Nach einem kurzen Überblick über einige zentrale Problemstellungen der westlichen Psychologie und Erkenntnistheorie und einem Exkurs in die buddhistische Phänomenologie ziehe ich den Schluss, dass eine multiperspektivische, transkulturelle und methodenpluralistische Erforschung der Meditation - als Gegenstand, Methode und Lebenspraxis - dieser gerecht werden könnte, ohne deren reduktionistische Verformung durch den wissenschaftlichen Blick zu erzwingen.

Ein erfahrungsorientierter Zugang einer „Gemeinschaft praktizierender Wissenschaftler“ würde keineswegs andere Perspektiven ausschließen, etwa solche, die psychologische Fragen nomologisch auffassen - etwa die Neurowissenschaften. Diese sowie klassische introspektionistische Differenzierungen - etwa buddhistische Meditationsstufen (*jhanas*) - und viele weitere wissenschaftliche Perspektiven können zu einem integralen Bild der Meditation beitragen, das letztlich immer neue Facetten erlangen kann. Es ist absehbar, dass die Psychologie im Dialog mit kontemplativen Praktiken in der Lage ist, Methoden zu entwickeln, die den Menschen Anregungen und Hilfestellung für ein selbstbestimmtes und selbstverantwortliches Leben bieten können. Es könnten sich weitere Anwendungen für Übungen eröffnen, die in der Lage sind, die Erfahrung von Freiheit - dies ist schließlich der traditionelle Anspruch buddhistischer Praxis - auch

in beschleunigten, vielgestaltigen und ineinander verschlungenen (post)modernen Lebens- und Wissenschaftswelten zu gewährleisten.

Weiters scheint sich durch meditative Praxis eine kommunikative Ebene zu öffnen, welche ohne klassische sprachliche Hilfsmittel, also Zeichen, auskommt, und ein Resultat der Anwendung nondualer Erkenntnis im intersubjektiven Raum darstellt. So vertieft sich die Kommunikation zu allem Lebendigen, dessen Gegenwart einen steten Aufforderungscharakter zur Anteilnahme trägt. Dies entspricht dem „erwachten Geist“ des Mahayana Buddhismus „bodhicitta“, der zumeist mit Mitgefühl übersetzt wird. Dies ist eine intrinsische ethische Komponente, die sich durch die Praxis der Meditation ganz natürlich freilegt: Durch die erhöhte Selbstaufmerksamkeit, die Wahrnehmung von Vergänglichkeit, Leerheit und die stetige Verfeinerung des kinästhetischen Sinnes stellt sich Mitgefühl ein.

Die „Befreiung des Individuums“ entbindet also keineswegs von einem Kontext, sondern stellt den systemischen Vernetztheitscharakter (tib: *tendrel*) als Basis der „empirischen Wirklichkeit“ in den Vordergrund, womit sich der Imperativ zu mitfühlendem Handeln ohne Handelnden, spontan offen legt. Vor diesem Hintergrund ist zu hoffen, dass selbst vielgestaltige sprachliche Differenzierungen der Einzelwissenschaften nicht einen grundsätzlichen Dialog auf einer allgemeinmenschlichen Ebene beeinträchtigen müssen, sollten Wissenschaftler bereit sein, bspw. als „contemplating community“, die hier vorgeschlagenen Fragestellungen und Möglichkeiten durch experimentelle Introspektion zu erforschen. Dies könnte ein Ort der integralen Praxis sein, wie er in den buddhistischen Traditionen, vor allem im Mahayana, vorgeschlagen und geübt wird. Die strikte Trennung von Samsara und Nirvana kann so überwunden und zur Kenntnis der Ungetrenntheit von allem Leben werden.

Diese Arbeit konnte natürlich nur einige Aspekte der hier aufgeworfenen Forschungsfrage anklingen lassen und zur Diskussion anbieten. Da es sich um eine Diplomarbeit handelt, konnten die Thematik nur marginal ausgearbeitet und wenig umfassend reflektiert werden, wofür ich hier um Nachsicht bitte. Die vorliegende Studie fasst sich als ein erster Schritt auf, dieses Feld zu erforschen, und sieht sich primär als Impulsgeber für weitere Forschungen.

Zudem soll erneut hervorgehoben werden, dass die zentrale Botschaft dieses Textes nicht in den Worten, sondern in der Erfahrung liegt, auf die sie verweisen. Allen voran hebt sie die Bedeutung der Praxis zu diesem Zweck in den Vordergrund.

So hoffe ich, dass die eine oder andere Anregung noch Kreise ziehen kann und beschließe mit einem Wort Nietzsches, das zugleich eine Anregung für die Psychologie trägt, wenn sie bereit ist, sich auf das Unbekannte und Mögliche einzulassen.

Niemals noch hat sich verwegenen Reisenden und Abenteurern eine *tieferer Welt* der Einsicht eröffnet: [...] Denn Psychologie ist nunmehr wieder der Weg zu den Grundproblemen.²³⁷

²³⁷ Nietzsche, *Jenseits von Gut und Böse*

Quellen

1. Bildquellen

Abb. 1: Foto: Futterknecht, V. (2006) Buddhastatue, Goldenes Dreieck, Nord-Thailand

Abb.2: Foto: koloriert, Urheber und Jahr unbekannt. „Looks like me“ – Statue des Padmasambhava aus Samye, Tibet. des 8. Jhdt.

Ich habe mich bemüht, sämtliche Inhaber der Bildrechte ausfindig zu machen und ihre Zustimmung zur Verwendung der Bilder in dieser Arbeit eingeholt. Sollte dennoch eine Urheberrechtsverletzung bekannt werden, ersuche ich um Meldung bei mir.

2. Lexika

PRECHTL, P. / BURKARD, F.-P. (1999) Metzler Philosophielexikon, 2. Auflage. Stuttgart: J.B. Metzler

3. Literatur

BECHERT, H./GOMBRICH, R. (Hg.) (2000) Der Buddhismus. Geschichte und Gegenwart. München: Beck

BECKER, BARBARA (1998) Leiblichkeit und Kognition. Anmerkungen zum Programm der Kognitionswissenschaften. Online unter

sammelpunkt.philo.at:8080/783/ [10.08.2008]

BERTELSEN, J. (2006) Das Innerste des Bewusstseins. Dzogchen. Opus Verlag

BONET, E. M. (1992) Bewußtseinsentwicklung und magisches Denken. In:GUTTMANN, G./LANGER, G.(Hg.) (1992) Das Bewusstsein. Multidimensionale Entwürfe. Wien: Springer, S. 330 - 351

- BRODBECK, K.-H. (1987) Erkenntnis und Meditation. Gröbenzell-Würzburg: Eigenverlag
- COLLIN, F. (2008) Konstruktivismus für Einsteiger. Paderborn: W. Fink
- CONZE, E. (1988) Buddhistisches Denken. Drei Phasen buddhistischer Philosophie in Indien. Frankfurt: Insel
- DALAI LAMA XIV (2001) Dzogchen: Die Herz-Essenz der großen Vollkommenheit. Berlin: Theseus
- DAMASIO, Antonio R. (1994) Descartes Irrtum. Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn. München: List
- DANZER, G. (1995) Psychosomatische Medizin. Konzepte und Modelle. Frankfurt: Fischer
- DENNET, C.D. (1993) Review of F. Varela, E. Thompson and E. Rosch, The Embodied Mind. In: American Journal of Psychology 106, 121-6
- DERRIDA, Jacques (1992) Das andere Kap. Die vertagte Demokratie. Zwei Essays zu Europa. Frankfurt: Suhrkamp
- DEVEREUX, G. (1966) Angst und Methode in den Verhaltenswissenschaften. Frankfurt: Suhrkamp
- DÖRNER, D./SELG, H. (Hg.) (1996) Psychologie. Eine Einführung in ihre Grundlagen und Handlungsfelder. 2. Auflage. Stuttgart u.a.: W. Kohlhammer
- DREYFUS, Georges B.J. (1997) Recognising Reality: Dharmakrti's philosophy and its Tibetan interpretations. Albany, NY: State University of New York Press
- EHRENMÜLLER, Josef (2005) Wilhelm Diltheys Philosophie der Philosophie. In: e-Journal Philosophie der Psychologie Nr.1, 03/2005. Online unter <http://www.jp.philo.at/texte/EhrenmuellerJ1.pdf> [10.08.2008]
- ELIADE, M. (1985) Yoga. Unsterblichkeit und Freiheit. Frankfurt: Suhrkamp
- FAHRENBERG, Jochen (2008) Die Wissenschaftskonzeption der Psychologie bei Kant und Wundt. In: e-Journal Philosophie der Psychologie Nr.10, 03/2008. Online unter <http://www.jp.philo.at/texte/FahrenbergJ2.pdf> [10.08.2008]
- FEYERABEND, P. (1976/1995) Wider den Methodenzwang. Frankfurt: Suhrkamp
- FEYERABEND, P. (1997) Zeitverschwendung. Frankfurt: Suhrkamp

FLECK, L. (1935/1980) Entstehung und Entwicklung einer wissenschaftlichen Tatsache. Einführung in die Lehre von Denkstil und Denkkollektiv. Frankfurt: Suhrkamp

FLEISCHMANN, P. R. (1986) The Therapeutic Action of Vipassana. Why I sit. Kandy: The Buddhist Publication Society

FLEISCHMANN, P. R. (2001) Vipassana Meditation: Healing the Healer. The Experience of Impermanence. Igatpuri: Vipassana Research Institute

FIGAL, G. (1999) Martin Heidegger. Hamburg: Junius

FOERSTER, Heinz v. (1985) Entdecken oder Erfinden. Wie läßt sich Verstehen verstehen? In: GUMIN, H. / MOHLER, A. (1985) Einführung in den Konstruktivismus. München: R. Oldenburg

FOERSTER, Heinz v. (1997) Wissen und Gewissen. Frankfurt: Suhrkamp

FOERSTER, Heinz v. (1999) Sicht und Einsicht. Versuche zu einer operativen Erkenntnistheorie. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme

FOERSTER, Heinz v./PÖRKSEN, B. (1999) Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme

FRAUWALLNER, Erich (1994) Die Philosophie des Buddhismus, 4. Auflage. Berlin: Akademie

FUCHS, P. (1993) Niklas Luhmann – beobachtet. Opladen: Westdeutscher Verlag

FUCHS, P. (1998) Das Unbewusste in Psychoanalyse und Systemtheorie. Frankfurt: Suhrkamp

GADAMER, H.-G. (1975) Wahrheit und Methode. Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik. Tübingen: Mohr

GOENKA, S.N. (2001) Discourses on Sattipathana Sutta: Igatpuri: Vipassana Research Institute

GOLDSTEIN, J. (1978) Vipassana Meditation. Berlin: Schickler

GOLEMAN, D. (1990) Meditation. Wege nach Innen. Weinheim/Basel: Beltz

GRIMM, Oliver (2007) Probleme der Introspektion an der Schnittstelle zwischen Analytischer Philosophie und Neurophilosophie. In: e-Journal Philosophie der Psychologie Nr.9, 11/2007. Online unter

<http://www.jp.philo.at/texte/GrimmO2.pdf> [10.08.2008]

- GUMIN, H. / MOHLER, A. (Hg.) (1985) Einführung in den Konstruktivismus. München: R. Oldenburg
- GUTTMANN, G. / BESTENREINER, F. (1991) Ich - sehe, denke, träume, sterbe. München: Ehrenwirth
- GUTTMANN, G. / LANGER, G. (Hg.) (1992) Das Bewusstsein. Multidimensionale Entwürfe. Wien: Springer
- GUENTHER, Herbert v. (1989) From Reductionism to Creativity. rDzogs-chen and the new sciences of mind. Boston: Shambhala
- GUENTHER, Herbert v. (1989) Tantra als Lebensanschauung. Seinserfahrung durch die Einheit von Körper und Geist. Düsseldorf: Econ
- HABECKER, M. (2007) Ken Wilber - die integrale (R)EVOLUTION. Frankfurt: Info3
- HACKER, P. M. (1975) Insight and Illusion. Oxford: Oxford University
- HART, W. (1987) The Art of Living. Vipassana Meditation. Igatpuri: Vipassana Research Institute
- HEIDEGGER, M. (1950/1994) Holzwege. Frankfurt: Klostermann
- HESCHL, A. (1992) Das Erwachen des Bewusstseins beim Kinde. Plädoyer für einen operationalisierbaren Bewußtseinsbegriff. In: GUTTMANN, G./LANGER, G.(Hg.) (1992) Das Bewusstsein. Multidimensionale Entwürfe. Wien: Springer, S. 352 - 374.
- HEMPL, H.-P. (1992) Heidegger und Zen. Frankfurt: Anthenäums
- HERRMANN, F.-W. v. (1990) Weg und Methode: Zur hermeneutischen Philosophie des seinsgeschichtlichen Denkens. Frankfurt: Klostermann
- HOPKINS, J. / SOPA, Lhundup (1976) Practice and Theory of Tibetan Buddhism. London: Rider
- HORKHEIMER, M. / ADORNO, Th. W (1944/2003) Dialektik der Aufklärung. Frankfurt: Fischer
- HUSSERL, E. (1998) Die phänomenologische Methode. Ausgewählte Texte 1. Stuttgart: Reclam
- HUSSERL, E. (2002) Phänomenologie der Lebenswelt. Ausgewählte Texte 2. Stuttgart: Reclam
- JAMES, W. (1997) Die Vielfalt religiöser Erfahrungen Frankfurt: Insel
- JAYAKAR, P. (1988) Krishnamurti - Leben und Lehre. Freiburg: Bauer Hermann

JINAMURTI Bhikkhu (ed.) (1968) The Dhammapadam. An English Translation by Bhagwat N.K Taipei: The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation

KALUPAHANA, D.J. (1992) The Principles of Buddhist Psychology. Delhi: Sri Satguru

KASTNER-KOLLER P. / DEIMANN, P. (Hg.) (2006) Psychologie als Wissenschaft. Wien: WUV

KORNFELD, J. (1996) Living Dharma. Teachings of Twelve Buddhist Masters. Boston: Shambhala

KANT, I. (1781/1983) Kritik der reinen Vernunft. Immanuel Kant Werkausgabe in 6 Bänden. Band 2. (hrsg. von Wilhelm Weischedel). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

KANT, I. (1784/1983) Was ist Aufklärung? Schriften zur Anthropologie, Geschichtsphilosophie, Politik und Pädagogik. Immanuel Kant Werkausgabe in 6 Bänden. Band 6 (S. 53-61). (hrsg. von Wilhelm Weischedel). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

KANT, I. (1786/1983) Metaphysische Anfangsgründe der Naturwissenschaft. Schriften zur Naturphilosophie. Immanuel Kant Werkausgabe in 6 Bänden. Band 5. (hrsg. von Wilhelm Weischedel). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

KANT, I. (1798/1983) Anthropologie in pragmatischer Hinsicht. Schriften zur Anthropologie, Geschichtsphilosophie, Politik und Pädagogik. Immanuel Kant Werkausgabe in 6 Bänden. Band 6 (S. 395 - 690). (hrsg. von Wilhelm Weischedel). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

KANT, I. (1800/1983) Schriften zur Metaphysik und Logik. Immanuel Kant Werkausgabe in 6 Bänden. Band 3 (S. 471-582). (hrsg. von Wilhelm Weischedel). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

KRIZ, J. u.a. (1996) Wissenschafts- und Erkenntnistheorie. Opladen: Leske&Budrich

KRIZ, J. (2003) Artefaktprobleme experimenteller Ökonomik. In: Kubon-Gilke, G. u.a. (Hg): Jahrbuch Ökonomie. Marburg: Metropolis, 269 - 292

KUHN, Th. S. (1967/1997) Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen. Frankfurt: Suhrkamp

KUPKE, Christian (2007) Subjekt und Individuum. Zur Bedeutsamkeit ihres Philosophischen Unterschieds. In: e-Journal Philosophie der Psychologie Nr. 8,

06/2007. Online unter <http://www.jp.philo.at/texte/KupkeC2.pdf> [10.08.2008]

- LA VALLÉ POUSSIN, L. de (1988) Abhidharmakosabhasyam. English Translation by Leo M. Pruden. Berkley: Asian Humanities
- LEOPOLD, D. (1995) Wissenschaft, Psychologie und Zen. Wien: WUV
- LIEDLOFF, J. (1991) Die Suche nach dem verlorenen Glück. Gegen die Zerstörung unserer Glücksfähigkeit in der frühen Kindheit. München: Beck
- LOHMANN, H.-M. (1999) Sigmund Freud. Zur Einführung. Hamburg: Junius
- LOW, J. (2005) Hier und Jetzt Sein. Ein Kommentar zu „Don Sal Melong“ von Nuden Dorje Gutenstein: Sequoyah
- LOY, D. (1988) Nondualität. Über die Natur der Wirklichkeit. Frankfurt: Wolfgang Krüger
- LUCKMANN, Th. (1996) Die unsichtbare Religion. Frankfurt: Suhrkamp
- LUCKMANN, Th./BERGER, P. L. (1969/1997) Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Frankfurt: Fischer
- LUHMANN, N./FUCHS, P. (1989) Reden und Schweigen. Frankfurt: Suhrkamp
- MACH, Ernst (1917) Erkenntnis und Irrtum. Digitale Bibliothek Band 2: Philosophie
- MADERTHANER, R. (2004) Wissenschaftsgrundlagen der Psychologie. Wien: Facultas
- MADERTHANER, R. (2006) Einführung in die Psychologie. In: KASTNER-KOLLER P. / DEIMANN, P. (Hg.) (2006) Psychologie als Wissenschaft. Wien: WUV
- MANJUSRIMITRA (1986) Primordial Experience. An introduction to rDzogs-chen Meditation. Translated by Namkhai Norbu and Kennard Lipman. Boston: Shambhala
- MICHALON, Max (2001) "Selflessness" in the Service of the Ego: Contributions, Limitations and Dangers of Buddhist Psychology for Western Psychotherapy. In: American Journal of Psychotherapy, (2001) Vol. 55, No. 2, 202 - 218
- MIKUNDA, Ch. (1996) Der verbotene Ort oder die inszenierte Verführung. Unwiderstehliches Marketing durch strategische Dramaturgie. Düsseldorf: Econ
- MOORE, Charles A. (ed.) (1968) The Japanese Mind. Essentials of Japanese Philosophy and Culture. Honolulu: University of Hawaii Press
- NAGL, L. (1998) Pragmatismus. Frankfurt: Campus

- NARANJO, C. / ORNSTEIN, R. E. (1980) Psychologie der Meditation. Frankfurt: Fischer
- NORBU, N. (1993) Dzogchen: Der ursprüngliche Zustand. Frankfurt: Oddiyana
- NORBU, N. (1998) Der Zyklus von Tag und Nacht: Die praktischen Übungen des Ati-Yoga. München: Diederichs
- NORBU, N. (1999) Der Spiegel des Bewusstseins. München: Diederichs
- NORBU, N. (2002) Dream Yoga and the Practice of Natural Light. Ithaca/NY: Snow Lion
- NORBU, N. (2002) The Essence of the three Statements of Garab Dorje. Arcidosso: Shang Shung
- NORBU, N. (2002) An Introduction to the Practice of Contemplation. Arcidosso: Shang Shung
- NORBU, N. (2002) The Four Contemplations of Semde. Arcidosso: Shang Shung
- NORBU, N. (2003) The Cycle of Day and Night and its Relation to the Upadesha of Vajrasattva. Arcidosso: Shang Shung
- NORBU, N. (2004) Die Kostbare Vase. Landshut: Oddiyana
- NORBU, N. (2004) Zwei Aufsätze zur Geschichte und Kultur Tibets. Elmshorn: Tashi
- NORBU, N. (2005) Macht wie ihr es wollt. Düsseldorf: Oddiyana
- NORBU, N./CLEMENTE, A. (1999) The Supreme Source. Kunjed Gyalpo. The Fundamental Tantra of Dzogchen Semde. Ithaca/NY: Snow Lion
- OTTMER, E. (2003) Finger, die auf den Mond zeigen. Eine Gegenüberstellung europäischer und buddhistischer Sprachtheorien am Beispiel Ferdinand de Saussures und Sakya Panditas. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- PLATON (1951/1998) Der siebente Brief. Übersetzt von Ernst Howald. Stuttgart: Reclam
- PRECHTL, P. (1998) Edmund Husserl. Hamburg: Junius Verlag
- PRECHTL, P. / BURKARD, F.-P. (1999) Metzler Philosophielexikon, 2. Auflage. Stuttgart: J.B. Metzler
- REYNOLDS, J.M. (1996) The Golden Letters: The three Statements of Garab Dorje. Ithaca/NY: Snow Lion

RYAN, Richard M. (2003) *Why We Don't Need Self-Esteem: On fundamental Needs, Contingent Love, and Mindfulness*. In: *Psychological Inquiry* (2003) Vol. 14, No. 1, 27–82

SCHLIETER, J. (2001) *Buddhismus zur Einführung*. Hamburg: Junius

SCHOENPFLUG, W. (2000) *Geschichte und Systematik der Psychologie*. Ein Lehrbuch für das Grundstudium. Weinheim: Psychologie Verlags Union

SCHÖENPFLUG, W. (2006) *Einführung in die Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union

SCRUTON, R. (keine Jahresangabe) *Kant*. Freiburg: Herder

SCHÜLEIN, J. A. / REITZE, S. (2005) *Wissenschaftstheorie für Einsteiger*. Wien: WUV

SLOTERDIJK, P. (1988) *Zur Welt kommen - zur Sprache kommen*. Frankfurt: Suhrkamp

SLOTERDIJK, P. (1993) *Weltfremdheit*. Frankfurt: Suhrkamp

SLOTERDIJK, P. (1999) *Sphären 1 - Blasen*. Frankfurt: Suhrkamp

SLOTERDIJK, P. (2001) *Über die Verbesserung der guten Nachricht. Nietzsches fünftes „Evangelium“*. Frankfurt: Suhrkamp

SLUNECKO, Th. (1996) *Wissenschaftstheorie und Psychotherapie*. Wien: WUV

SLUNECKO, Th. (1998) *Systeme der Psychologie II - Wissenschaftstheorie*. In: *Institut für Psychologie der Universität Wien* (1998) (Hg.) *Psychologie als Wissenschaft*. 2.Auflage. Wien: WUV

SLUNECKO, Th. (2002) *Von der Konstruktion zur dynamischen Konstitution*. Wien: WUV

SLUNECKO, Th. (2007) *Aufzeichnungen aus dem Gefieder*. In: M. Jongen & C. Werntgen (Hg.) *Festschrift für Peter Sloterdijk zum 26. Juni 2007*. Frankfurt: Siegfried Unseld Stiftung, 169-173

SLUNECKO, Th. u.a. (Hg.) (1999) *Psychologie des Bewusstseins. Bewusstsein der Psychologie*. Wien: WUV

SOLE-LÉRIS, A. (1986) *Tranquillity and Insight: An Introduction into the oldest Form of Buddhist Meditation*. Boston: Shambhala

SOGYAL RINPOCHE (2004) *Das Tibetisch Buch vom Leben und vom Sterben*. Frankfurt: Fischer

- SOGYAL RINPOCHE (2005) Schätze des Dharma. Lerabling. Tertön Sogyal Trust. (Anm.: Dieser Text ist nur Schülern von Sögyal Rimpoche zugänglich.)
- SOMMER, M. (1996) Evidenz im Augenblick. Eine Phänomenologie der reinen Empfindung. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- SORELL, T. (keine Jahresangabe) Descartes. Freiburg: Herder
- SPENCER BROWN, G. (1969) Laws of Form. London: George Allen and Unwin Ltd.
- STÖERIG, H. J. (1998) Kleine Weltgeschichte der Philosophie. Frankfurt: Fischer
- THOLEY, P. / UTECHT, K. (1997) Schöpferisch Träumen. Wie sie im Schlaf das Leben meistern - Der Klartraum als Lebenshilfe. Frankfurt: Klotz
- SCHÜLEIN, J. A. (2002) Autopoietische Realität und konnotative Theorie. Über Balanceprobleme sozialwissenschaftlichen Erkennens. Weilerswist: Velbrück
- SUZUKI, D. T. (1968) Reason and Intuition in Buddhist Philosophy. In MOORE, Charles A. (ed.) The Japanese Mind. Essentials of Japanese Philosophy and Culture. Honolulu: University of Hawaii Press, 66-109
- TARAB TULKU(Hg.) (2005) Einheit in der Vielfalt: Moderne Wissenschaft und östliche Weisheit im Dialog. Berlin: Theseus
- TARTHANG TULKU (1983) Raum, Zeit und Erkenntnis. Bern: Scherz
- THICH NHATH HANH (2005) Transformation and Healing. Sutra on the Four Establishments of Mindfulness. Delhi: Full Circle
- THOLEN, G. Ch. (2002) Der Ort des Abwesenden. Konturen des Differenz-Denkens bei Derrida, Lacan und Levinas. Basel: Institut für Medienwissenschaft.
- THRANGU, Khenchen (1993) The Practice of Tranquillity and Insight. A Guide to Tibetan Buddhist Meditation. Ithaca/NY: Snow Lion
- THRANGU, Khenchen (2001) Looking Directly at Mind: The Moonlight of Mahamudra. Delhi: Sri Satguru
- THRANGU, Khenchen (2001) Transcending Ego: Distinguishing Consciousness from Wisdom of Rangjung Dorje, The Third Karmapa. Delhi: Sri Satguru
- TRUNGPA, Chögyam (2002) Glimpses of Abhidharma. Boston: Shambhala
- VARELA, F. J./MATURANA, H. R. (1987) Der Baum der Erkenntnis. Bern: Scherz

VARELA, F. J. (1998) Traum, Schlaf, Tod. Grenzbereiche des Bewusstseins. München: Diederichs

VARELA, F. J./THOMPSON, E./ROSCH, E. (1995) Der mittlere Weg der Erkenntnis. Der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung. München: Goldmann

WALDENFELS, B. (1992) Einführung in die Phänomenologie. München: Wilhelm Fink

WATZLAWICK, P. (1978) Wie Wirklich ist die Wirklichkeit. München: R.Pieper&Co

WALLNER, F. (1992) Acht Vorlesungen über den Konstruktiven Realismus. Wien: WUV

WEBER, M. (1991) Schriften zur Wissenschaftslehre. Stuttgart: Reclam

WENZEL, Harald (1990) George Herbert MEAD. Hamburg: Junius

WILBER, K. (1984) Wege zum Selbst. München: Goldmann

WILBER, K. (1988) Psychologie der Befreiung. Bern, München, Wien: Scherz

WILBER, K. (2000) Integral Psychology. Boston: Shambhala

WILBER, K. (2007) Integrale Spiritualität. München: Kösel

WILLIAMS, Paul (1998) The Reflexive Nature of Awareness. A Tibetan Madhyamaka Defence. Delhi: Motilal Banarsidass

WINDELBAND, W. (1904) Der Kampf um die Seele in: Lehrbuch der Geschichte der Philosophie. Digitale Bibliothek

WIT, Han F. de (1993) Kontemplative Psychologie. Gütersloher Verlagshaus

WUNDERLICH, F. (2005) Kant und die Bewußtseinstheorien des 18. Jahrhunderts. Berlin: de Gruyter

YOGANANDA, P. (1950/1991) Autobiographie eines Yogi. Otto Wilhelm Barth

ZAHAVI, D. (2003) Husserl's Phenomenology. Stanford: Stanford University Press

ZEHETNER, B. (2003) Leiblichkeit und Buddhismus. Versuch eines Dialogs. Diplomarbeit, eingereicht an der Fakultät für Human- und Sozialwissenschaften der Universität Wien.

Abstract

Der vorliegende Text befasst sich mit Erkenntnis im Kontext westlicher Psychologie sowie mit Erkennen, das durch das Üben der buddhistischen Meditationen, Vipassana und Dzogchen, erwachsen kann. Er stellt die Frage, inwiefern introspektive und nonkonzeptuelle Erkenntnisweisen buddhistischer Meditationstechniken in den Kontext der westlichen Psychologie transferiert werden könnten und welche Vorteile der Mensch durch die Anwendung dieses Erkenntniszugangs gewinnen kann.

Der Psychologie stellt sich das Problem, dass "das Psychische" mit allen Ebenen des Seins - also der Mikro-, Meso- und Makroebene - verknüpft ist, und daher wissenschaftlich zunächst nur ein perspektivischer Zugang möglich scheint. Der Ansatz dieser Arbeit ist jedoch zunächst nicht, einen bestimmten Theorietypus zu befürworten, sondern die Vielzahl der Perspektiven darzustellen und um eine weitere zu ergänzen: die der Innenschau. Der Autor meint, dass diese Perspektive der Wissenschaft - zumindest als Methode - verloren gegangen ist. Diesbezüglich wurde unter anderem Kants Behauptung der Unmöglichkeit von Introspektion als legitimem Forschungsmittel interessant - und deren wirkmächtige Rezeption durch die Psychologie des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts. Dieser historischen Spur wird in der Arbeit nachgegangen.

Nach einem kurzen Überblick über einige zentrale Problemstellungen westlicher Erkenntnistheorie und Psychologie sowie ausführlichen meditativen „Selbstversuchen“ zieht der Autor den Schluss, dass eine multiperspektivische, interkulturelle und methodenpluralistische Erforschung der Meditation - als Gegenstand, Methode und Lebenspraxis - dieser gerecht werden kann, ohne ihre Verformung durch einen reduktionistischen Blick zu erzwingen.

Der Autor sieht ein großes Potential für die Psychologie darin, dieses alte Wissen für die moderne Gesellschaft zu öffnen und in einer klaren und einfachen Form zugänglich zu machen. Durch einen Dialog der Psychologie mit kontemplativen Praktiken könnten so neue Methoden entwickelt werden, die Menschen Anregungen und Hilfestellung für ein selbstbestimmtes und glückvolles Leben bieten. Davon könnte insbesondere die *scientific community* selbst profitieren, indem sie einen auf Selbsterforschung ausgelegten Methodenpool entwickelt, der einer erfüllten und glücklichen Lebensweise Vorschub leistet, ohne auf moralische oder religiöse Annahmen aufzubauen. Der direkte Zugang zu spontanem Glückserleben könnte eine kreative und konstruktive Zusammenarbeit zwischen Wissenschaftlern fördern. Es ist denkbar, dass dadurch die Motivation von Forschern steigt, ihre Errungenschaften dem Wohle der Allgemeinheit zu widmen und neue Wege und Lösungen für lebenspraktische Problem- und Fragestellungen zu entwickeln. Es könnte ein lohnenswertes Unterfangen sein, diese These einer empirischen Prüfung zu unterziehen.

Lebenslauf

David M. Marek

GEBOREN

Am 09.12.1974 in Amstetten, NÖ

AUSBILDUNG

- 1993 Matura am BG/BRG-Wieselburg
- seit 1993 Universität Wien, Studium der Psychologie und Philosophie,
Studienschwerpunkt: Wissenschafts- und Erkenntnistheorie,
Religionspsychologie, consciousness studies.
- 2003 Erlebnis- und Freizeitpädagogik
Training für Soziale Kompetenz
- 2005/06 Ausbildung zum Outdoor-Trainer
- seit 2005 Ausbildung in Indien: Tibetische Psychotherapie
nach Tarab Tulku Rimpoche

AUSLANDS- UND STUDIENAUFENTHALTE

- 1995/96 Indienaufenthalt, Praxis hinduistischer Meditation
- 1999/2000 Indienaufenthalt, Vipassana Retreats
- 2000-2004 Vipassana Retreats in Deutschland, Schweiz und Österreich
- 2005 Begegnung mit der Dzogchen Tradition; Retreats in
Frankreich, Italien, Indien, Deutschland und Österreich
- 2005/06/07 Studienreisen nach Sarnath, Dehradun und Bodhgaya

BERUFSERFAHRUNG

- 2002-2003 Freecard Media GmbH: Mitarbeiter des Magazins „daya“
- 2003-2004 Firma Freiraum: Freizeitpädagogik und Training
- 2003-2004 Firma Zeitraum und Verein Kiddy&Co:
Aufsuchende Kinder- und Jugendarbeit
- 2004-2007 BFI-Wien u. Wifi-Wien: Persönlichkeitstraining und Coaching