



# Wie die Sprache das Denken verführt

Vom Mythos des kosmischen Geistes zum Mythos Erleuchtung.

Das traditionelle und orthodoxe Yoga-Weltbild geht – wie viele Lehren, die Welt und Mensch erklären – von einem Dualismus von Körper und Geist aus. Wobei der Geist als etwas Eigenständiges, unveränderlich Ewiges, jenseits aller Materie Meta-Physisches, das Physische also Überraschendes angenommen wird, sich aber dann doch mit der Materie, insbesondere dem menschlichen Gehirn vermählt, samyoga, um Bewusstsein zu erzeugen. Dieses ist dann in der Lage, sich selbst zu erkennen, beziehungsweise seine geistige Herkunft, um sich – und das sei seine wahre Bestimmung – seinerseits wieder aus der Materie zu befreien. Was dann als samādhi oder Erleuchtung bezeichnet wird.

Eine solche dualistische Anschauung samt ihrer mythischen Ausformungen wie Karma, Wiedergeburt oder eben Erleuchtung, lässt sich nur in ihrem kulturhistorischen Zusammenhang angemessen würdigen. Sie unreflektiert zu übernehmen, ihr als »uralte« Lehre unangreifbare Autorität zu verleihen, macht sie zur Ideologie. Und das führt immer wieder zu bizarren Behauptungen. Wie die in einem im Deutschen Yoga-Forum erschienenen Artikel geäußerte Behauptung, Individualität bedeute »unteilbare Zweiheit«, weil vermeintlich im Wort Individualität das Wort Dualität enthalten sei. Damit – so wird argumentiert – wäre bereits sprachlich bewiesen, dass wir in Geist und Körper geteilte Zwei-Welten-Wesen sind (DYF 3/08, S. 9). Die korrekte

Wortbildungsanalyse von Individualität widerlegt eine solche Behauptung. Individualität hat mit Dualität nichts zu tun und heißt nun mal »Unteilbarkeit« (siehe Leserbrief in DYF 1/09).

Aber weder mit falscher noch mit richtiger Wortbildungsanalyse kann hier irgend etwas bewiesen werden. Denn das sprachliche Medium ist Ordnung stiftend und dient der Verständigung, ist aber vielfach unzulänglich. Und weil das so ist, könnte es hilfreich sein, sich das Medium Sprache in diesem Zusammenhang ein wenig genauer anzuschauen. Vielleicht erleuchtet ein solcher Exkurs manches Missverständnis, macht klar, dass »das Denken von den Mitteln und Möglichkeiten einer Sprache geführt, – oder eventuell auch verführt werden«





kann, wie Wolfgang Marx, Psychologe und Kognitionsforscher, sagt.

### Die Rolle der Sprache

Sprache als die Gesamtheit von Wortbildungen und Wortstrukturen ist ein gehirnfabriziertes »Werkzeug«, das sich schon im Mutterleib zu entwickeln beginnt. Wir nutzen und benutzen unsere evolutionär erworbene Sprachfähigkeit, um mit dem Geschehen in uns und außerhalb von uns umzugehen, uns im Rahmen sozialer Kollektive (Gruppen, Clans, Ethnien, Nationen) zu ordnen, uns auf Bedeutungszuweisungen zu einigen und diese gemeinsam anzuwenden. Wir legen sozusagen über die Realität wie sie uns erscheint eine sprachliche Matrix, um in der Lage zu sein, uns über sie zu verständigen (was Unverständnisse und Missverständnisse immer einschließt).

So ist es auch, um beim oben genannten Beispiel zu bleiben, mit »Individualität«. Es ist eine begriffliche Metapher, derer wir uns in einem bestimmten Sprachraum bedienen, um uns auf die Bedeutung eines Phänomens festzulegen. Hier: Die uns Menschen an uns selbst auffällige Besonderheit unseres reflexiven Ich-Bezugs, bei dem wir den

Eindruck eines Identitäts-Kontinuums haben von »ich selbst war, bin, bleibe ich selbst«. Wir vermuten hinter diesem Eindruck einer sich gleichbleibenden Ich-bin-heit eine unteilbare und essentielle Wesens-Instanz, die wir auch gern Selbst nennen. Ein Phänomen, zu dessen neuronalem Ursprung und seiner hirnhysiologischen »Entstehungs-Wahrheit« wir aus der Perspektive der ersten Person aber keinen direkten Zugang haben. Das heißt: Wir können nicht zuschauen, wie sich in unserem Gehirn dieser kontinuierliche Ich-bindieselbe-Eindruck bildet, und wir können darüber hinaus einfach nicht unmittelbar wissen, ob hier etwas Teilbares oder Unteilbares vorliegt. Das herauszufinden ist seit einiger Zeit Gegenstand der Hirn-Forschung, die uns diese Vorgänge zugänglich zu machen versucht und uns damit, auch über uns selbst, Wissen vermittelt. Wissen, das wir, um es noch einmal zu wiederholen, unmittelbar aus der Ersten-Person-Perspektive nicht in der Lage sind, zu erwerben.

Metaphern sind Sprachbilder, Redensarten. Oft als Nomen zu einem Objekt gemacht, das es gar nicht gibt, das wir aber in unseren Verständnisrahmen einbauen. Sie beschreiben etwas, was auf

anderen Zugangswegen zur Realität – sofern wir solche kennen – auch anders beschreibbar ist, mit empirischen Erhebungen, Formeln oder Strukturmodellen, bildgebenden Verfahren, Zahlen und vielem mehr. Solange dieses Wissen um solche anderen Zugänge und Ebenen nicht da ist – hier spielt natürlich die Entwicklungsgeschichte des Wissens eine große Rolle – bleiben unsere Sprachbilder oft die einzige Umgangs- und Interpretationsform. Und aus Gründen der Kommunikation stehen sprachmetaphorische Beschreibungsweisen ohnehin im Vordergrund: »der Mond geht auf«; »die Sonne geht unter«; sagen wir – wir würden uns sonst untereinander einfach nicht verstehen. Sie sind aber eine »illusionistische« Ebene, eine Wahrnehmungsebene, deren selbstverständlicher Gebrauch uns zu allermeist darüber hinwegtäuscht, dass sie nicht zwingend Realität sein müssen. Darüber hinaus hindert uns dieser gewohnte Sprachgebrauch daran, andere Beschreibungsebenen als adäquate und äquivalente Beschreibungen der Realität anzuerkennen. Im Fall von Sonne und Mond wäre das die astronomische oder astrophysikalische Beschreibung, sowie wir heute ganz selbstverständlich eine astronomische Tatsache zum Ausdruck



bringen, wenn wir sagen, die Erde sei rund, obwohl wir das nicht so ohne weiteres »intuitiv« wahrnehmen können.

Ähnlich wie mit Individualität verhält es sich mit Begriffen wie Kreativität, Intuition und Inspiration. Menschliche mentale Qualitäten, die man gern mit übernatürlichen Einflüssen in Verbindung bringt und die deshalb häufig für den Einstieg des Göttlichen oder kosmischen Geistes in die menschliche Sinnenwelt gehalten werden. Sofern man, so behaupten die Apologeten dieser Auffassung, sich dafür zu öffnen vermag. Aber auch diese Begriffe sind Kommunikations-Übereinkünfte, um Vorgängen unseres Gehirns einen Namen zu geben. Deren genaue Abläufe können wir aus der Ersten-Person-Perspektive ebensowenig unmittelbar beobachten, wie das, was wir für ein Identitätskontinuum halten. Und weil wir das nicht können, uns dieses Unvermögen aber kaum bewusst machen, haben wir Schwierigkeiten, andersgeartete Beschreibungen dieser Phänomene aus der Dritten Person-Perspektive (unter anderem eben der Forschungsebene) gleichwertig gelten zu lassen.

Akzeptieren wir aber diese Dritte-Person-Erkenntnis-Perspektive, so lässt sich auch hier geltend machen, dass das, was wir Kreativität, Intuition, Inspiration nennen, und vieles andere (das Yoga Sūtra fasst es unvollständig und vereinfachend als eine Gruppe von fünf vritti zusammen), vom Gehirn im Gehirn, und eben für das Gehirn als dem essentiellen Potenzial »Mensch«, kreierte wird. Egal ob wir nun in der Badewanne sitzen wie Archimedes, am Computer oder auf dem Kissen. Wozu es allerdings des permanenten Austauschs, von äußeren und inneren Anregungen und Signalen bedarf. Und selbst Gedanken-Stille, das vermeintliche »Abschalten aller Denktivitäten« (yogashcittavrttinirodha, Yoga Sūtra 1,2), ist eine solche hirnerrelevante Anregung.

Einen bedeutsamen Teil dieses kreativen Gehirn-Geschehens bezeichnen wir pauschal mit einer ebensolchen Begriffs-Metapher gewöhnlich als Geist. Und dazu gehört Bewusstsein, jene uns noch immer rätselhafte Fähigkeit, die Aus-Wirkungen dieses Geistes erleben zu können, was eben keine »höhere Sache« jenseits von Materie, sondern ein im Kopf ablaufender, unaufhörlicher kognitiver Austausch ist. Aber

auch Geist und Bewusstsein – desgleichen Psyche oder Unterbewusstsein – sind nur abstrakt begriffliche Bezeichnungen, eine inzwischen mit vielen Vorstellungsbildern und Projektionen angereicherte Sprach-Symbolik für die komplexe Dynamik unserer Gehirn-Aktivitäten und deren fortwährende Veränderungen. Und weder Geist noch Bewusstsein noch Psyche sind bereits und jemals als ein dinghaftes Etwas vorhanden, nicht als heiliger Odem noch als installierte Etagen, mit oben und höher, innen, tiefer, darunter und unten, als Behälter gar, als wilder Affe oder als magisches Auge (obwohl wir uns all dieser Metaphern bedienen). Fortgesetzt wird Gehörtes, Gesehenes, Gefühltes zu Mustern verknüpft, in den Vordergrund geschoben und wieder zurückgedrängt. Als schöbe man es ins Licht, um es genauer anschauen zu können, dann verliert es sich wieder im Schatten. Was auch wiederum nur eine behelfsmäßige Bild-Metaphorik ist und nicht als die objektive Existenz eines Bewusstseinslichtes missverstanden werden darf.

So wie wir uns in Bewegung wahrnehmen und erleben können, aber nicht unmittelbar zuschauen können, wie un-

sere Lungen, Blutgefäße, Muskeln die Energien produzieren, in gleicher Weise können wir – aus der Ich-Perspektive wohl gemerkt – nicht wahrnehmen, wie unser Gehirn jeden Augenblick und unentwegt Bewusstsein schafft. Dessen bedienen wir uns jedoch, wie wir uns der Bewegungsfähigkeit unseres Körpers bedienen, Bewegung gibt es als »reine« Bewegung nicht, sie existiert nicht unabhängig, jenseits des Körpers und seiner energetischen Potenz. Zwar sind Bewegung und Körper im abstrakten Denkprozess nicht dasselbe, dennoch ist Bewegung dem bereitgestellten körperlichen Bewegungs-Potenzial äquivalent, sie ist dessen Aus-Wirkung, dessen Verhaltensweise unter bestimmten Bedingungen und Anstößen. Genauso, wie Regen die Auswirkung der in der Luft vorhandenen Feuchtigkeit ist, auf einer anderen Beschreibungsebene aber sind beide identisch beschreibbar, nämlich als H<sub>2</sub>O. Menschliche Bewegung kommt jedenfalls so wenig als metaphysisch-kosmische Heim-Suchung in den Körper um sich seiner als Instrument zu bedienen, wie der kosmische Geist ins Gehirn. Eher umgekehrt: Der Körper schafft sich – dank seines Gehirns – Bewegung als optionales Instrument, so wie sich das Gehirn den Geist, seinen Geist schafft.

Dieser Geist ist also kein Ableger eines außerirdischen kosmischen Inspirators, nicht die Kreation eines »Intelligent Designers«, wie sehr wir ihn auch immer zu einer Erlösungszuflucht zu machen versuchen. Gleichwohl setzt er sich aus kosmischen wie irdischen, aus materiellen wie immateriellen Aspekten und Elementen zusammen, denn er bedarf der Sonne sowie des Sauerstoffs, der Sinneseindrücke, Signale, Anregungen, Bewegungen oder auch der Stille.

#### Wir sind unser Gehirn

Und als Gehirn sind wir unsere physisch-mentale Existenz. Warum nur fällt es uns so schwer, uns als dieses Natur- und Evolutions-Wunder staunend zu akzeptieren, uns damit ganz und eins zu fühlen, so dass »kein Haar mehr dazwi-

schen passt«, wie die Zen-Leute sagen? Wäre das nicht die einleuchtendste aller möglichen Erleuchtungen? Denn aus Natur und Evolution gehen unsere Ressourcen und Potenziale hervor, Böses wie Gutes, Zerstörendes wie Schaffendes. Darin enthalten sind unsere besten Fähigkeiten, nämlich zu denken, zu fühlen, zu entscheiden, zu schaffen, zu erkennen, einander zu verstehen, zu lieben, uns selbst zu reflektieren, zu irren und Irrtümer zu erkennen und so fort. Es sind unsere bestmöglichen Optionen, Mensch zu sein. Wir schaffen uns dafür Begriffsmetaphern und vieles mehr, um diese Fähigkeiten einzusetzen, obwohl diese Metaphern unzulänglich sind und die Wirklichkeit und wie wir sie uns aneignen, nicht »wahrheitsgemäß« abbilden. Wir entwerfen sie aber und haben sie seit Jahrtausenden entworfen, um uns miteinander darüber zu verständigen. Und daraus Lebensvorteile zu entwickeln – Leben behahende, ebenso Leben verneinende. Jede Epoche gelangt hier zu ihrer eigenen Erkenntnis- und Irrtumswelt. Sie werden überholt von neuen Erkenntnissen und neueren Einsichten. Darum müssen wir unsere Entwürfe fortgesetzt überprüfen und erneuern, auch wenn wir zumeist bei hergebrachten Sprach-Übereinkünften bleiben.

Und all das ist kein Kopf- und Körper-Käfig, aus dem wir uns zu befreien hätten, sondern unsere außerordentlich elastische, phantastisch innovative und kreative, jedoch notwendig begrenzte und zu jedem Zeitpunkt unvollendete und nicht vollendbare Ganzheit – wie begehrlieh wir auch immer, im Osten wie im Westen, Mythen von erleuchteter Vollkommenheit des Menschen, von seiner Befreiung in mystische Unbegrenztheit konstruieren. Das Paradox, dass wir Befreiung und gleichzeitig Unterwerfung unter eine kosmische Zauber- und »Schutzmacht« Geist mit letztgültiger Entscheidungs- und Wahrheitsbefugnis suchen, scheint uns dabei nicht aufzufallen.

Innerhalb unserer begrenzten Ganzheit aber können wir durchaus ein begrenztes Gefühl von Freiheit erzeugen.

#### Mythos Erleuchtung

Dass wir Menschen den Kosmos brauchen, Sonne und Regen, Erde und Luft, ist unbestritten. Der Kosmos hingegen braucht den Menschen nicht, weil der Kosmos nämlich gar nichts »braucht«, auch wenn es im wunderbar poetischen Zen-Bild heißt, dass der Bambus wächst, damit der Wind ihn berühren und das Wasser ihn spiegeln kann.

Ähnlich sieht sich der Mensch seit etlichen tausend Jahren auch gern als jene Schöpfungskrone, der für den Kosmos und den auf ihn projizierten Geist die bedeutsame Rolle zugeordnet sei, sich von diesem Geist berühren und bewegen zu lassen, diesen Geist ebenbildlich zu spiegeln. Eine heilige Funktion. An sie zu glauben und in mythisch-mystischer Selbst-Überhöhung Berührung und Spiegelung zu realisieren, schuf sich der Mensch – neben der spirituell genannten Kommunikation mit diesem Geist in Gestalt vieler Religionen – als deren Höhepunkt die Einbildung »Erleuchtung« oder »das Erwachen«. Damit meint er, unter bestimmten Voraussetzungen in dieses kosmische Jenseits aller menschlichen Erfahrung einzugehen, ja sich mit ihm vereinigen zu können – wie der Tropfen im Ozean, »rückstandslos«.

Oft auch als gänzlich undifferenzierte, blendende Helligkeit vorgestellt und/oder erlebt (was gewiss nicht selten aus ritueller Drogen- oder Entbehrens-Erfahrung hervorgegangen ist), suchte der Mensch diese Einbildung, als sei dort eine »heimatliche« nur-geistlichhaft existierende Existenz ohne Lebens- und Körper-Leid möglich. Er schuf sich den Mythos einer Befreiung, den man auch eine psycho-physische Verneinung nennen könnte, eine Art Tod im Leben. Darum wird es auch häufig mit sogenannten Nah-Tod-Erfahrungen in Verbindung gebracht. Dass aber auch Nah-Tod-Erfahrungen halluzinative Er-

scheinungen sind, wird dabei unterschlagen.

Erleuchtung – auch das eine Sprach-Metapher – schließt im allgemeinen Verständnis die Verheißung einer inneren, wie äußeren Total-Ausleuchtung ein, der schlechthin nichts verborgen bleibt. Allwissenheit also, absolute Erkenntnis. Sie meint darüber hinaus All-Eins-Sein, Ich-Auflösung, transpersonale transzendente Weisheit, Allmacht und mehr; enlightenment im Englischen, was hier zugleich schlicht das Wort für Aufklärung ist, also eine weitaus pragmatischere, auch intellektuelle Komponente hat.

Sieht man von durch Drogen, Schmerzen, Fasten oder andere radikal-asketische Entbehrungen (stundenlanges Sitzen vor leerer Wand über Wochen, Monate zum Beispiel) induzierten halluzinativen Bewusstseinszuständen ab, die alle diese genannten Eindrücke hervorrufen können, sind die meisten, gern als mystisch bekannt gemachten »Erleuchtungserfahrungen« weniger spektakulär. Man könnte sie mit einer Formulierung von Wolfgang Marx auf die Füße stellen und dann kommt etwas durchaus reelles dabei heraus: Es sei die Erfahrung eines »leergeräumten Ich«. Eine Erfahrung, die sich – nicht nur, aber als Übung verstanden – durchaus in einer Meditation machen lässt: Weder bin ich Frau, noch bin ich Nicht-Frau, weder Deutsche noch Nicht-Deutsche, weder alt noch nicht-alt, weder Yoginī noch nicht, weder muss ich entspannen noch nicht entspannen, und so weiter. Eine befristete, sich in der Schwebelage haltende Null-Erfahrung, Leerheit, Unbestimmtheit und Anhaftungslosigkeit eines von allen Prädikaten befreiten Ich-bin. Was zugleich als Folge maximaler Unabgelenktheit ein Gefühl von gesteigertem Wachsein hervorrufen kann. Das Bewusstsein ist dabei keineswegs ausgeschaltet, »es zeigt sich vielmehr weniger möbliert« – um in der Bild-Sprache von Wolfgang Marx zu bleiben. Beenden wir die Meditation, kehren wir in die gewohnte »Möblierung« zurück,

sind wieder Frau oder Mann, alt oder jung, haben diese und jene Eigenschaften, wählen zwischen diesem und jenem, oder machen die Augen zu und versinken in den erholsamen Abwesenheitszustand des Schlafes (die vṛtti des Yoga-Sūtra). Aber: Wir sind, sofern uns diese Null-Erfahrung als echtes Erleben (nicht vorsätzliche Einbildung) wahrhaftig gelingt – wie nach jeder eindrücklichen Erfahrung – andere als vorher. Wir wissen nun um dieses einleuchtende Innehalten, das uns beglückend und befreiend erscheint, das unsere »Möblierungen« relativiert und uns vorübergehend aus aller Sorge entlässt und zugleich das Gefühl eines ich-gewissen, bewussten Da-Seins hinterlässt, gar einen »ich-bin-alles«-Narzissmus. Und da kann es durchaus passieren, dass uns plötzlich, als ginge das Licht noch etwas heller an, eine zündende Idee kommt, oder wir erkennen etwas, was oder wie wir es zuvor so noch nicht gesehen haben (wie Archimedes in der Badewanne).

Nur, auch das sind Leistung und Aktivität unseres Gehirns und dessen, was da im Verborgenen, in scheinbarer Leere an schier unvorstellbaren Prozessen ab- und weiterläuft – mit allen darin auch reichlich enthaltenen Täuschungen, manchmal gar Wirrnissen. Und nicht etwa die Heim-Suchung eines höheren metaphysisch-kosmischen Bewusstseins, das sich von außen durch ein »geistiges Auge« hindurch meines Gehirns intuitiv inspirativ (oder auch konspirativ) bemächtigt.

Dass wir bei all dem die Erste-Person-Perspektive nicht verlassen, ein gewahrendes Ich bleiben, das in diesen »leeren« Augenblicken die Welt ausschließt oder in sich aufzulösen scheint und sich als Leere und Fülle zugleich mit sich identisch (śvanāsana) fühlt, fällt dem Mythos zum Opfer, wir befreien uns vom Ich, von der Perspektive der Ersten Person. Ohne ein Ich aber gibt es keine Verifizierung unserer Meditations- und »Erleuchtungs«-Erfahrung, ohne ein Ich lässt sich davon nicht be-

richten, denn wir wüssten schlicht nichts mehr davon. Wolfgang Marx vergleicht diese Erfahrung daher eher mit Urlaub, »... nein nicht vom Ich,« sagt er, »wohl aber von der Welt und ihren Sorgen und dem Leib und seinen Nöten«.

Wie wäre es also, wenn wir Meditation einfach als solcherart Urlaub, preiswert obendrein, erleben, und die wache, bewusste, erholsame Freude darüber als windstillen Seelenfrieden, mit Gelassenheit, als Aufheiterung und Aufhellung, eben als »Erleuchtung« genießen könnten?

Empfohlen sei jedoch, sich eines Zenspruchs zu erinnern und das Vorher und Nachher nicht völlig »aus dem Auge« zu verlieren: Vor der Erleuchtung (war) Holzhacken und Wasser tragen. Nach der Erleuchtung? (Auch – jetzt aber bitte fröhlich:) Holzhacken und Wasser tragen!

*Anna Boskamp*

#### Literatur

Pauen, Michael (Prof. für Philosophie Universität Magdeburg); Grundprobleme der Philosophie des Geistes, Frankfurt a.M. 2002

Das Rätsel des Bewusstseins. Eine Erklärungsstrategie, Frankfurt a.M. 1999

Tugenhat, Ernst (emerit. Prof für Philosophie, FU Berlin; Sprachphilosophie) Egozentrität und Mystizismus. München 2003

Marx, Wolfgang (Prof., Leiter des Psychologischen Instituts der Universität Zürich; Kognitionsforschung), Das leergeräumte Ich, Merkur, Heft 708, Mai 2008, S. 452-454

Siehe auch Leserbrief »Yoga-Mythen« im DYF 1/09 zum Artikel »Befreiung vom Kopfkäfig« (DYF 3/08).