

Die Erfahrung des Selbst in Ausnahmezuständen - Trance, Ekstase, mystisches Erleben

An dieser Stelle muss ich der hochgeschätzten Leserin, dem Leser für die aufgebrachte Geduld danken, denn sicher drängte sich eine Frage immer mehr auf: Wann wird sie endlich beantwortet, diese Frage, wie es denn möglich sein kann, dass der im Alltag leidvoll erlebte und frustriert hingegenommene Tran überführen soll in eine ach so sehnlichst erwartete Ekstase, die das ganze Leben transformieren soll. Hier nun möchte ich ausführlich darauf eingehen.

Nun, gleich vorab: Manchmal gelingt der Sprung vom Tran in die Ekstase ganz spontan und ohne unangenehme Zwischenaufenthalte. Religiöse motivierte und inspirierte Menschen haben dabei die besten Chancen. Das Narrativ erzählt: der jähe Wandel erfolgte auf Gottes Einladung, manchmal sanft und geradezu zärtlich, manchmal auch eher ruppig. Da es von Gott kam, wurde es so wie es kam akzeptiert und als mystisches Erlebnis verbucht.

Bestrebungen, diesen Transformationsprozess selbst zu moderieren, wurden immer wieder versucht und waren oft auch von Erfolg gekrönt, worin auch immer der Erfolg bestanden haben mag. Ob der Tran als Modus einer weltlichen und damit von Vergänglichkeit gezeichneten Daseinsweise hingegenommen, oder ob der als unwirklich und entfremdend empfundene Zustand des Trans als Vorbereitung auf eine bewusstseinsweiternde Trance verstanden, oder ob der Tran überhaupt nicht weiter auffiel, weil er der Wahrnehmung so sehr seine Konditionen aufgedrängt hatte, so dass sich alle weiteren Schritte, inklusive derer, die den Sprung in die Transformation schaffen sollten, erübrigten – das mag jeder für sich beurteilen.

Für mich hat es sich gezeigt, dass es eine Sequenz gibt, die vom Tran zur Trance und schließlich zur Ekstase führt. Ob diese Ekstase dann in ein mystisches Erlebnis mündet, sei dahingestellt.

Was verbindet Tran mit Trance? Tran, lautmalerisch im Französischen nagend nörgelnd als ein Zustand von *gnagnang* bezeichnet und im Italienischen durch eine Wiederholung *trantran* ausgewiesen, hat wohl kaum direkt etwas mit dem Tran zu tun, der aus dem Fett des Wals gewonnen wird, auch wenn die Zähflüssigkeit sich mit dem Tran des Alltagsrotts vergleichen lässt. Der Tran äußert sich als Benommenheit, als Geistesabwesenheit, als Mangel an Bewusstsein, er fühlt sich an wie eine Wolke oder Watte, in die die Person gehüllt sich von der Außenwelt abgeschottet fühlt.

Tran als Massenphänomen kann durch eine gemeinsam geteilte Alltagsroutine bedingt auftreten, und hier nähert sich der Tran als Phänomen dem Phänomen der Trance.

Keiner hat das Phänomen der Masse besser beschrieben als Elias Canetti. Canettis Zugang zu Massenphänomenen waren die eigenen, prägenden Massenerlebnisse, nach denen er ergründen wollte, was die Masse ist. Anhand persönlicher Erfahrungen kam Canetti der Gedanke, dass es im Menschen einen Massentrieb gibt, der im Widerstreit zum Persönlichkeitstrieb steht. Rückblickend erinnert er sich in seiner Lebensgeschichte: *„Daß etwas die Menschen dazu zwingt, zu Masse zu werden, schien mir offenkundig und unwiderlegbar, daß die Masse zu Einzelnen zerfiel, hatte nicht weniger Evidenz, ebenso daß diese Einzelnen wieder Masse werden wollten. [...] Was die Masse aber selbst wirklich war, das wußte ich nicht, es war ein Rätsel, das zu lösen ich mir vornahm.“*

Die Entstehungsgeschichte von *Masse und Macht* beginnt 1922 zu Anfangszeiten der Weimarer Republik. Anlässlich eines Demonstrationsmarsches nach der Ermordung des deutschen Außenministers Walther Rathenau hat der junge Elias Canetti sein erstes Massenerlebnis. Noch prägender sind ein Jahr später die erniedrigenden Erfahrungen der Inflation, von denen er

rückblickend in *Masse und Macht* schreibt: „Die Inflation ist ein Massenphänomen im eigentlichsten und engsten Sinne des Wortes. [...] In diesem Vorgang findet sich jene Eigenschaft wieder, die ich als besonders wichtig und auffallend bezeichnet habe: die Lust am rapiden und unbegrenzten Wachstum. Aber dieses Wachstum ist ins Negative gewendet.“ Gegen den eigenen Willen von einer Entwicklung mitgerissen zu werden, dieses Gefühl kehrte vier Jahre später in Wien leibhaftig zu Canetti zurück. Während des Arbeiteraufstandes am 15. Juli 1927 (Wiener Justizpalastbrand) wird er als eigentlich Unbeteiligter vom Strom der Demonstranten mitgerissen. Jahrzehnte später erinnerte er sich wie folgt an diesen Aufstand: „Es sind 53 Jahre her, und die Erregung dieses Tages liegt mir noch heute in den Knochen. Ich wurde zu einem Teil der Masse, ich ging vollkommen in ihr auf, ich spürte nicht den leisesten Widerstand gegen das, was sie unternahm.“

Das Massentrancephänomen als Bewegungsphänomen wird in dem 1942 gedrehten Film *Paracelsus* von G.W. Pabst wunderbar vorgeführt: Die Masse ist abergläubisch und lässt sich nicht aufklären, wie im Traum folgt sie Paracelsus, dem es gelungen ist, den Ausbruch der Pest in der Stadt zu verhüten, gleich einem Erlöser. Der Gaukler Fliegenbein, der zu den erfolgreich geheilten Patienten des Paracelsus gehört und diesen aus dem Gefängnis rettet, in das ihn seine Neider, sowohl die Ärzteschaft ebenso wie die Zunft der Kurpfuscher, haben werfen lassen, wird von dem berühmtesten Vertreter des deutschen Ausdruckstanzes, Harald Kreuzberg gespielt.

Die choreographische Gestaltung des Auftritts der Masse, die sich in Trance durch die Straßen wälzend vorwärts schiebt, zeigt exemplarisch, dass und wie sich das menschliche Verhalten in Ausnahmezuständen des Bewusstseins überzeugend darstellen lässt, so überzeugend, dass durch die künstlerische Gestaltung etwas von der phänomenalen Qualität des Außerordentlichen auf den Betrachter überspringt.

(Harald Kreuzberg im Film Paracelsus 1943, zu sehen auf Youtube, *Fliegenbein's "Dance of Death"/ Totentanz/ Die willenlose Masse.*

Anmerkung: Diese Art von Fremdbestimmung durch den Ausnahmezustand der Trance wird auch in der Popkultur des Tanzes gefeiert, siehe *Robot-Dance, Zombie-Dance* etc. (Kay Hoffman, *Das tanzende Ich: Ich-Zustände + Tanzgestalten zu Fragen der Identität, Präsenz und Performanz*)

Der Reiz der Fremdbestimmung liegt vielleicht darin, dass sich der Mensch niemals sich selbst so nah ist und sich so direkt und unverblümt, so „roh“ erlebt als wenn ihm Gewalt angetan und sein Wille gebrochen wird. Diese Lust am Schmerz wird gesteigert durch die Fähigkeit, sich selbst dabei beobachten zu können. Gäbe es keinen Zeugen, gäbe es kein Bewusstsein, und gäbe es kein Bewusstsein, gäbe es keine bewusste Befriedigung eines Reizes, der bislang unbewusst geblieben ist. Das jedoch ist Spekulation.

Schon der Titel hat es mir angetan: *Masse und Macht*. Meine eigenen Fantasien zum Thema verselbstständigen sich. Sie nehmen den Faden zum Thema Fressen und Gefressenwerden wieder auf und spinnen ein undurchsichtiges Gewebe des existentiellen Bedingtseins, als gäbe es keine Freiheit des Willens außer der Freiheit, die Unfreiheit nicht nur erleben sondern auch bezeugen und reflektieren zu wollen. Es ergibt sich eine erstaunliche Verbindung zu dem Thema *Trance und Ekstase*: Hier werden zwei Ausnahmezustände des Bewusstseins zusammengespannt, als wären sie von einander verschieden und doch aufs Engste mit einander verwandt.

Masse und Macht
Trance und Ekstase

Masse: Das ist Material in ungeordneter Anhäufung, später vielleicht ein Potential, aber noch nicht. Erst wenn es in Bewegung kommt, dieses Potential, dann wird es zur Macht.

Macht: das ist nicht nur die fremde Macht sondern die eigene, das eigene Vermögen, das in der Masse anwächst, wenn es unter einem Motto, einem Motiv, einer Idee zusammenwachsend sich ordnet, ausrichtet, Gestalt annimmt und sich in einer Vision offenbart, die wiederum eine eigene Dynamik auslöst und eine Entwicklung in Gang setzt.

Ekstase: In der Ekstase setzt sich die Energie um, die in der Trance ungestüm als Ungetüm ohne Gestalt freigesetzt wurde. Dieser Prozess der Umsetzung ist ein energetisches Phänomen, das jedoch an ein Bewusstsein gebunden ist, in dem das Phänomenale (das Aufleuchten der Energie) als Phänomen (der Selbstwirksamkeit) bewusst werden kann.

Die Umsetzung von Energie, die in der Trance sich gesammelt und intensiviert hat, kulminiert im Übergang zur Ekstase, die in der Vision eine innere Gestalt hervorruft und zugleich sich ihrer bewusst wird, so dass diese später erinnert werden kann. Ebenso wird es im Bewusstsein gespeichert sein, wie es zu diesem erweiterten Bewusstsein gekommen ist: der Bewusstseinsprung hinein in eine veränderte, erhöhte Qualität wird als Teil des Umsetzungsprozesses erinnert und zugleich die Erinnerung an die eigene Kreativität wachhalten, auch wenn diese Zeugenschaft als Erzeugerfähigkeit einem Gott zugeschrieben werden muss, weil das Neue zu groß ist für den alten Rahmen des eigenen Selbstverständnisses.

Für Canetti geht es um die Gefahr der Entfesselung im Menschen. Entfesselung: ein fesselnder Begriff, da er doppeldeutig verstanden werden kann und entsprechende

Ängste oder Hoffnungen weckt. Was genau geht da vor, wenn die alten Fesseln fallen? Hier greift die phänomenologische Methode der Selbstreflexion: anhand der eigenen Erfahrung lässt sich erkunden, was geschieht und wie es geschieht, bzw. was geschehen und wie es geschehen ist, denn die Reflexion basiert immer auf der Rückschau des vergangenen Erlebten. Das Erlebnis muss durch Vergegenwärtigung wieder in die Gegenwart gebracht und neu durchlebt werden, um nachvollziehend zu erfassen, um was es ging und um was es jetzt in der Reflexion geht. So entstehen Narrative, die davon erzählen, ohne etwas beweisen zu müssen. Sie basieren nicht auf objektiven Messungen und Messwerten, sondern auf subjektiven Beurteilungen und Wertungen, die letztlich dazu beitragen, das Geschehene in das subjektive Kontinuum der jeweils erzählten Geschichte einordnen zu können. Wird die Geschichte intersubjektiv mit vielen geteilt, so entstehen gemeinsame Märchenwelten und Mythologien. Doch jedes Märchen, jeder Mythos muss subjektiv neu erlebt werden, um sich in seiner Essenz zu verwirklichen.

Meine Erzählung beginnt im Magischen Theater.

War es ein Traum? Niemand den ich fragte kann sich daran erinnern, dort gewesen zu sein, konnte also nicht wissen, um was es da ging und was dort geschah. Ich war dort.

Aus Sehnsucht nach Selbsterkenntnis – denn nur so glaubte ich zu finden, was ich suchte: mich selbst – aus Sehnsucht also, und vielleicht auch aus einem Moment der Langeweile heraus, da fand ich mich, wie Dante in der Mitte seines Leben mitten in einem dunklen Wald verloren, da fand ich mich in diesem Theater wieder, das ich das magische nenne, im Anklang an den *Steppenwolf* von Herrmann Hesse. War es ein magisches Theater oder das Theater nur ein Ort, für einen Nachmittag gemietet? Ich werde es nie erfahren, denn alle, die dabei hätten sein können und die ich danach fragte,

verneinten davon zu wissen. Nun muss ich davon ausgehen, dass es wohl ein Traum war. Und so bleibe ich alleine mit meiner Erinnerung.

Wenn ich dies alles geträumt habe, war der Traum wirklicher als jene Wirklichkeit, in der ich mich damals befand, als ich mich verloren hatte.

Ich betrete das Theater, das uns für einen spätsommerlichen Nachmittag zur Verfügung steht. Viele meine ich zu kennen. Wir nicken uns zu. Wir alle wissen, um was es geht. Wir strömen in den Saal und nehmen Platz in den roten Polstersesseln, wir richten uns ein auf ein vertrautes Wiedersehen, das dem Andenken unserer Lehrerin gewidmet ist. Wir alle hatten wichtige Erlebnisse zu verbuchen, wir alle hatten teilgenommen an dem Großen Tanz der Masken.

Jemand tritt auf die Bühne und hält eine Ansprache, eine junge Frau. Sie muss die alte Dame, die Grande Dame der Trance, besser gekannt, ihr nähergestanden haben als wir alle. Sie hat eine Rede vorbereitet, sie räuspert sich und hebt an zu sprechen: *Wir haben uns hier versammelt, um die Große Göttin, die Große Bärin* (hier herrscht Verwirrung und kurzes Innehalten der Rednerin, als wäre ihr der eigentliche Anlass der Rede entfallen) *die Wissenschaftlerin und Zauberin in einem, die Grande Dame der Trance und Ekstase zu ehren...* ungeduldige Bewegungen in den Stuhlreihen....raschelnde Nebengeräusche, die den Redefluss unterbrechen, sabotieren...die Rednerin fängt sich wieder und findet nun zum eigentlichen Sinn des Zusammenkommens, dem Experiment, das zeigen soll: das Hirn steht unter Strom.

Und da ist er schon, der Proband, der wie ein Märchenprinz aussieht mit seinem perlenbestickten Käppchen, das sich als EEG- Haube entpuppen wird, kaum dass das Experiment begonnen hat.



Die **Elektroenzephalografie (EEG)** ist eine Methode der medizinischen Diagnostik und der neurologischen Forschung zur Messung der summierten elektrischen Aktivität des Gehirns durch Aufzeichnung der Spannungsschwankungen an der Kopfoberfläche. (Wikipedia)

Wer ist dieser Proband, der die ekstatischen Hirnströme produziert, also das Pensum erfüllt hat? Ein Eingeweihter? Er wird von uns bestürmt, man fragt ihn: Was hast du erlebt? Und er antwortet nur: Ich erinnere mich nicht. Das ist natürlich enttäuschend für die, die es genau wissen wollen. Und so muss ich es dabei belassen.

Was heißt hier magisches Theater? Ich will weder beginnen noch enden wie der Steppenwolf (nach dem gleichnamigen Roman von Hermann Hesse), der zum Spielball seiner eigenen Emotionen wird. Hier wird vorgeführt, wie der Mensch sich verirren kann. Und doch: wie könnte Magie anders als von den Ausnahmen des Normalen ausgehen, um neue Regeln zu etablieren? Im magischen Theater nach Hermann Hesse geht es darum, die vielen Facetten der Persönlichkeit zu erkunden.

Ich selbst definiere mich lieber über die Ausnahmen meines Verhaltens als über dessen Regelmäßigkeit. Auf diese Weise möchte ich mir selbst auf einer tieferen Ebene begegnen: ich möchte eine Ausnahme machen von der Selbstverständlichkeit meines Selbstverständnisses und möchte sehen, wohin mich es führt, wenn ich die Muster meiner Regelmäßigkeit unterbreche und mich davon überraschen lasse, was als nächstes kommt.

Das magische Theater besteht aus vielen Räumen.

Jener Nachmittag an dem ich es betrat, war spätsommerlich warm. Die modrige Kühle die mich im Theater empfing, erlebte ich als ein abruptes Abschalten der natürlichen Wärme. Ein opakes Schwarz überfiel mich, bis sich meine Augen daran gewöhnten. Das Ausblenden des Tageslichts als schuf eine künstlich hervorgerufene Dunkelheit. Wozu? Sollte es eine Einstimmung sein auf das, was bevorstand? Was war es? „Wo bin ich?“ Die Frage wandelt sich sofort um in die Frage: „Was bin ich?“

Ich könnte alles und nichts sein.

Dann erkenne ich Gänge und flache Treppen und überlasse mich ihnen, von einer traumwandlerischen Sicherheit getragen, so komme ich gerade rechtzeitig zum Anfang der Rede, und hier schlägt die Erzählung wieder ins Traumhafte um: Ich höre diese feierliche Stimme der Rednerin, und weiß, dass ich träume:

Wir sind heute zusammengekommen, um der Grande Dame der allgegenwärtigen Trance des Lebens Tribut zu zollen, der Großen Göttin, der Großen Bärin, der Mutter Gottes, als die sie sich den anwesenden Nonnen zeigte (Applaus!) die, die für alles Verständnis hatte, so sehr es ihr auch im Wesentlichen fremd bleiben musste. Das nämlich sei am Rande bemerkt: Nicht nur dass die Große Bärin als Mutter Gottes erschien hielt sie für möglich, sondern schloss die Möglichkeit nicht aus, dass die Mutter Gottes sich als Große Bärin gezeigt hatte, als die Zeiten damals noch danach verlangten, in der Tiernatur die wahre, göttliche, übermächtige und ewige zu erleben, damals, als Mensch und Tier geistig noch nah beieinander waren, so wie das Unsichtbare gleich an das Sichtbare angrenzte, und es nur ein paar Schritte in den dunklen Wald brauchte, um dem Geheimnisvollen zu begegnen.

Die Große Bärin ist unter uns, die wir ihr Andenken wahren. Wir werden uns den Experimenten unterziehen, die sie angeregt hatte. Das menschliche Gehirn ist das Heiligtum, dem wir uns nähern und dessen Geheimnis wir zu entdecken trachten.

Oben auf der Bühne steht ein Tischchen und darauf befindet sich gleich einem aufgeschlagenen Buch ein aufgeklapptes Messgerät. Der Bildschirm flackert bläulich geheimnisvoll. Dort wird es also geschehen. Dort wird es zu sehen sein, sich niederschlagen auf Papier, im Zickzackkurs die Zuckungen aufzeichnen die im Gehirn entstehen, wenn es entsprechend stimuliert wird. Welcher Stimulus wird die Ausschlagkraft haben, es mit der Schwerkraft der Erde aufzunehmen? Trance aus wissenschaftlicher Sicht betrachtet zeigt zunächst: Das Hirn steht nicht nur unter Strom, sondern wird durch Trance und Ekstase buchstäblich elektrisiert... Das ist kein Traum.

EEG Untersuchungen des Gehirns während der Trancehaltungen, die Prof. Dr. J. Kugler an der Psychiatrischen Klinik und Poliklinik München 1983 durchführte, brachten folgende Ergebnisse zu Tage: Es entstehen eindrucksvolle Thetawellen von vier bis sieben Hertz, die normalerweise im Erwachsenenengehirn während tiefer Schlafstadien oder bei geübten Zen-Meditierenden abzuleiten sind und tiefe Entspannung anzeigen, hier aber an Stellen gemessen wurden, an denen größtes visuelles Erleben stattfindet. Und Prof. Dr. Giselher Guttman, Psychologisches Institut der Universität Wien, bestätigte dies 1990: Während der Trance treten phasenhaft langsame Gehirnwellenzustände (Thetawellen) auf, die sonst nur bei extremer Desaktivierung, also bei „Nichterleben“, zu finden sind – normalerweise ein Hinweis auf einen mitteltiefen Schlafzustand. Die Personen gaben jedoch später an, in diesen Phasen besonders eindrucksvolle Szenen gesehen zu haben. Gegensätzlich dazu fand er: Das Gleichstrompotential des Gehirns (oder die Gehirnelektrizität) erhöht sich mit Beginn der Tranceinduktion, in eben gegensätzlicher Richtung, in der es sich beim Schlaf erniedrigt. Nichts was wir im alltäglichen Leben erleben,

bringt derartig hohe Veränderungen des Gleichstrompotentials im Gehirn hervor. Bei normaler Konzentration liegt das Gleichstrompotential bei 100 Mikrovolt, während der Trance bei 1000 bis 2500. Professor Guttman sprach bei diesen Geschehnissen im Gehirn während der Trance von einem „paradoxial Arousel“: Einer entspannten Hochspannung. Bei Münchner Untersuchungen von Dr. Ingrid Müller 1983 stellte sich heraus, dass sich das Blutserum während der Tranceisen verändert, Adrenalin, Noradrenalin und Hydrocortison, also die Stresshormone, verringern sich, der Pulsschlag erhöht sich, während der Blutdruck abfällt – sehr ungewöhnlich, da dies normalerweise im Körper nur bei Notfallsituationen geschieht. Gleichzeitig – und vermutlich genau dadurch – wird das Opiat Beta-Endorphin ausgeschüttet, ein schmerzstillende Substanz, die als Ursache für die Gefühle von Wohlbefinden, Freude und Ekstase nach der Trance angesehen wird. Weitere Untersuchungen über die Körperphänomene während der Trance: Unter den Trancehaltungen stellt sich ein hohes Maß an Synchronisation zwischen den beiden Gehirnhälften ein und die Zusammenarbeit zwischen Kortex (Reptiliengehirn), dem limbischen System („Gefühlszentrum“) und dem Neokortex (Großhirn) wird verbessert. Sehzentrum und rechte Gehirnhälfte werden besonders angeregt. Keine andere uns bekannte Körpertechnik, Meditation, Yoga, Holotropes Atmen, hypnotische Trance oder anderes führt zu diesen dramatischen und spezifischen Veränderungen im Körper, die nur mittels der speziellen Körperhaltungen und der rhythmischen Anregung durch Rassel oder Trommel bei ca. 210 bpm herbeigeführt werden und von Dr. Goodman als religiöse Trance bezeichnet wurde. Und sie postulierte: „Trance ist gesund!“, ja sprach bei modernen westlichen Menschen sogar von einer Trancedeprivation, die sie anfällig werden ließen für Suchterkrankungen oder psychische Erkrankungen. (© Silvia Eichner auf <http://trancehaltungen.net/Wissenschaftlich.html>)

Sie hat es immer schon gesagt, und jetzt wird es endlich wissenschaftlich bewiesen werden können: *„Der Zustand der Trance ist eine im Menschen angelegte biologische Erfahrungsmöglichkeit. Trance ist die biologische Tür zur*

anderen, heiligen Wirklichkeit.“ (Felicitas Goodman)

Das ist kein Traum. Das ist Fakt. Aber war ich anwesend?

Nun setzen die Trommeln ein, auch die Rasseln, und anderes schabendes Gerät, das uns das Bewusstsein rauben soll. Das alles hat seine Regeln und dauert nicht lange aber lang genug um dem Bewusstsein die Chance zu geben, sich neu zu konstellieren.

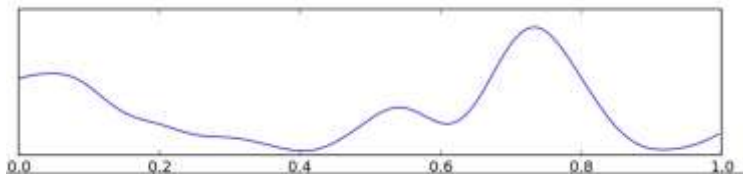
Diese unendliche Müdigkeit, ich kenne sie, diese uralte Müdigkeit in den Knochen. Sie will aufgeben, noch bevor irgendetwas angefangen hat Wirkung zu zeigen, und ich weiß, dass sie mich gleich verschlingen wird, diese abgrundtiefe Müdigkeit, dieser Tran, aus dem der Lebenslauf gemacht ist, dieses schleppende schlingende Vorwärts, das auf einer Fläche ohne Erhebungen in sich kreist und wälzend sich weiter schiebt. Was bleibt mir übrig als mich dem zu überantworten, was mich in Bewegung gebracht hat? Ich habe keine Wahl. Mitzugehen ist die beste, nein, die einzige Möglichkeit zu entkommen, selbst auf die Gefahr hin, die Ekstase wieder einmal zu verschlafen.

Erst in der Erinnerung (und welche Erinnerung wird das sein?) setzt sich das Ganze zu einem Ganzen zusammen.

Ja, da war ein Höhepunkt.

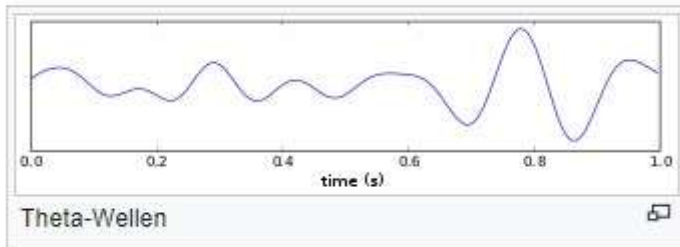
Fiel er mit dem Endpunkt zusammen?

Erst in der Erinnerung wird der Eindruck einer Vollendung eintreten.

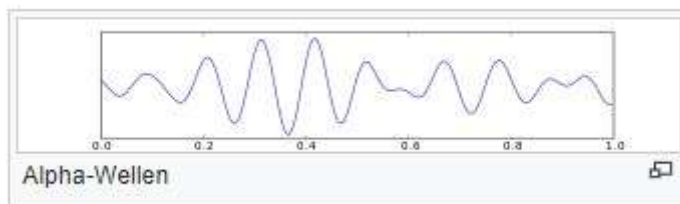


Delta Wellen: große träge Bewegungen des Meeres, das ganze Kontinente versetzt und verschlingt und doch nicht

weiter ins Gewicht fällt in der unendlichen Nacht des Unbewussten. Hintergrundrauschen. Tiefschlaf, Trance



Theta: Zeit zerfließt im Licht, Farbenwolken jagen über den Himmel, Großes Theater ohne Kontur und Grenzen, ein Ineinander der Formen, Mischzustände, Übergänge, flüchtige Visionen, Wachträumen, Hypnagogisches Bewusstsein, Einschlafen, Hypnose, Erhöhte Erinnerungs- und Lernfähigkeit, Kreativität, Konzentration, Vorstellungskraft, erleichtert Zugang zu einem Zustand der meditativen Betrachtung

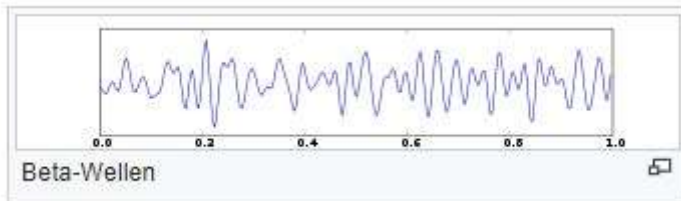


Von Alpha nach Beta: Zunehmende Aktivität.

Alpha-Wellen:

Leichte Entspannung, *Super Learning* (Unbewusstes Lernen, „Lernen im Schlaf“), nach innen gerichtete Aufmerksamkeit,

geschlossene Augen Erhöhte Erinnerungs- und Lernfähigkeit.



Beta-Wellen:

Entspannte nach außen gerichtete Aufmerksamkeit.

Gute Aufnahmefähigkeit und Aufmerksamkeit.

Anstieg der Frequenzen auf 13–15 Hz: Hellwach.

Normale bis erhöhte, nach Außen gerichtete Aufmerksamkeit und Konzentration. Gute Intelligenzleistung

Bei Anstieg der Frequenzen auf 21–38 Hz:

Hektik, Stress, Angst oder Überaktivierung.

Sprunghafte Gedankenführung

Ich meine, mich mittels der Schaubilder in die entsprechenden Zustände hineinversetzen zu können. Ich meine den Übergang von einem nach Innen gerichteten zu einem nach Außen gerichteten Bewusstsein bis hin zur Übersteigerung einer Überwachheit als nervöse, misstrauische Überwachsamkeit nachvollziehen zu können. Alles ist jetzt auf „Reaktion“ geschaltet. So beginnt die Fremdbestimmung im Kopf. So fühlt sich für mich das „Funktionieren“ an, bis es zum Zusammenbruch kommt.

Und dann kommt die große Umpolung. Die Transformation.
Trance-Formation.



Gamma Wellen wurden erst seit neuestem entdeckt: sie sind die Überflieger, auf einem EEG-Streifen mit bloßem Auge nicht zu sehen. Als Gamma-Welle wird ein Signal im Frequenzbereich über 30 Hz bezeichnet. Sie tritt zum Beispiel bei starker Konzentration, Lernprozessen oder dem Meditieren auf. Bei Mönchen mit langjähriger Meditationspraxis werden über 30-fach erhöhte Amplituden gemessen. Neuere Forschungen zeigten das Auftreten des Gammabandes bei der sogenannten Top-Down-Regulierung und der Synchronisation von verschiedenen Hirnarealen zur Integration verschiedener Qualitäten eines Stimulus.

Im Gamma-Wellen-Zustand:
Anspruchsvolle Tätigkeiten mit hohem Informationsfluss leicht bewältigen können. Drüber hinaus: Transformation oder neuronale Reorganisation

Hier muss es heißen: Transformation UND neuronale Reorganisation. Transformation ist die Neuorganisation, die sie bewirkt. Ist hier der Umschlag von einem schlafenden, einem träumenden, einem logisch denkenden, von einem übererregten in ein sich neu organisierendes Bewusstsein erreicht? Ist das die ultimative Ekstase, die Einbruch, Zusammenbruch und Aufbruch, die einen wesentlichen Durchbruch bedeuten könnte?

Die Gehirnwellen lassen sich messen. Die Messwerte lassen sich darstellen und können gelesen werden. Aber der fulminante Übergang zur ekstatischen Neuorganisation kann nur subjektiv vollzogen und intersubjektiv als Erzählung geteilt werden.

Lässt sich davon erzählen, vom Ewigen Tran der Wiederholung, in dem verharret wird, als gäbe es nichts anderes? Das Ich ist noch nicht geboren, also siegt die Wiederholung über den Sinn, nichts ist anders und wird anders und doch geht die Zeit vorbei, als wäre nichts geschehen. Das ist unerträglich.

Und genau die Unerträglichkeit, die macht den Unterschied aus, die führt die Entscheidung herbei: etwas, das anders ist, baut sich im Leibe selbst auf.

Ich bin es, halb drinnen noch, halb draußen schon, mit dem Kopf schon in der Welt und ihren eigenen Geräuschen, die das eigene Rauschen übertönen werden, mit diesem überhellen Licht der künstlichen Ausleuchtung, ich bin es, hineingeworfen in ein Draußen, das ist die halbe Geburt. Ein unerträglicher Zustand: nicht vorwärts nicht rückwärts weiterkommen, und dann dieser Schrei wie aus einer Kehle, das ist das Zeichen, das ist die Wende der Zeiten, die Große Notwendigkeit, Voraussetzung für die Große Freiheit, die Befreiung, aber noch ist es nicht so weit und weitere Tausend Jahre vergehen wie im Märchen.

So viel Stoff!

Könnte ich doch nur den Wellenformen ablesen, was Gedanken bewegen können noch bevor sie gedacht werden!

Gedanken, zwischengeschaltet: Der Sohn geht aus dem Vater hervor, richtig. Aber davor ist die Mutter aus der Tochter hervorgegangen, denn die Tochter erkannte, was die Mutter nicht sehen konnte: das Hervortreten des Sichtbaren aus dem Unsichtbaren. Und so konnte es gesehen werden: sich der Materie als Matrix bewusstwerdend, und auf die Weltenformel gebracht ergab sich die Reihenfolge: Mater Materia Matrix. Alles war sich selbst zur Mutter geworden. Der ersten Bewusstwerdung geht eine Umkehrung voraus: aus der Zukunft ergibt sich die Vergangenheit, aus dem Rückblick die Zuversicht, die den Rückblick nährt und verwandelt, und weiter ergibt sich daraus eine Kette von Sichtweisen, eine vielfache Verkettung, die nicht zurückverfolgt werden kann. Vielerlei, Allerlei, Einerlei. Es gibt keine Übersicht, weil es keinen Ort gibt, der eine Aussicht gewähren könnte. Überall das Gleiche. Immer wieder. Bis es zu einer Kopfgeburt kommt.

Mit Gebrüll in die Welt:
Das bin ich.

Das bin ich.
Ich wollte nicht weitere tausend Jahre warten.

Meine erste Erfahrung mit dem Begriff Bewusstsein und der Geschichte, die sich damit verbindet, ist die Lektüre Erich Neumanns *Ursprungsgeschichte des Bewusstseins*. Es beginnt mit dem *Ouroboros*, und das ist kein Beginn, sondern eine Annäherung an den Ursprung.



Zeichnung von Theodoros Pelecanos aus Synosius, einem alchemistischen Traktat(1648)

Der Ouroboros (wörtlich „Schwanzverzehrender“; von griechisch *ourá*, deutsch ‚Schwanz‘ und *bóros*, ‚verzehrend‘) ist das Bildsymbol einer Schlange, die sich in den eigenen Schwanz beißt und so mit ihrem Körper einen geschlossenen Kreis bildet. Sie wird auch als Schlange der Ewigkeit bezeichnet.

Dieser Ouroboros hat schon vier Beine ausgebildet und ein Auge offen. Er ist nicht ganz blind. Er sieht was geschieht. Er bezeugt das Fressen, das als Gefressenwerden unmittelbar ihn selbst betrifft. Endlich spricht jemand davon!

Erich Neumann setzt hier an, wo nur das Symbol und das mythische Wissen Auskunft gibt: er geht von einem Ursprung aus, die von unserem Bewusstsein gerade noch wahrgenommen wird. Er geht von einer unbewussten Vollkommenheit aus, die danach strebt sich dem Bewusstsein zu zeigen und auf diese Weise unvollkommen werden muss, da die Geschichte nur auf diese Weise erzählt werden kann.

Die Schlange, die sich in den Schwanz beißt, symbolisiert unser kollektives Unbewusstsein im dynamischen und statischen Aspekt seiner Ganzheit: Diese Ambivalenz kommt darin zum Ausdruck, dass sich die Kreisschlange sich selber auffrisst, aber auch gefressen wird. Sie gebiert sich und wird gleichzeitig geboren.

Die Kreisschlange symbolisiert den Zustand vor dem Ursprung des Bewusstseins. Sie ist ewig und unendlich, hat also weder Zeit noch Raum. Der vorbewusste Bereich, den der Ouroboros versinnbildlicht, hat weder ein Außen noch ein Innen, weder ein Oben noch ein Unten, Raum und Zeit fallen in eins zusammen, ebenso äußere und innere Welt. Es gibt keinen Unterschied zwischen Welt und Gott. Tod und Leben sind eins, ebenso weiblich und männlich, gut und böse, Geist und Materie. Weiter sind Finsternis und Licht noch nicht geschieden und Nichts und Alles fallen in eins zusammen.

Der Ouroboros steht auch für den ersten Kreis des Bewusstseins und ist gleichzeitig eine Abgrenzung gegen etwas, das dem menschlichen Bewusstsein nicht mehr zugänglich ist, eben die unbewusste Ganzheit.

In der Trance ist es möglich, sich dieser Ganzheit zu nähern, die im Tran sich zerstreut hat. In Trance ereignet sich ein Prozess der Konzentrierung, man kann es körperlich spüren. Alles deutet auf etwas hin, aber was es ist, bleibt verborgen und unbewusst, zweideutig, mehrdeutig. Es kommt zu einem Zustand der Konzentration, aber es kommt zu keiner Deutung. Wie kann es zu einer Entwicklung kommen?

Zwei Abbildungen aus der Antike lassen vermuten, dass der Austritt aus dem ouroborischen Kreisen als mythische Vision vor dem Auge eines Bewusstseins stand, das sich durch Initiationen (z.B. in die Orphischen Mysterien, in denen Phanes, der Lichtgott, verehrt wurde) in sich selbst zu einem Spiralweg führt – in beiden Fällen ist es die Schlange, die aufgrund ihrer Geschmeidigkeit mit ihrem Körper die Spirale bilden kann. Sie umschlingt das Ei, aus dem Phanes hervortreten wird, und sie umschlingt die mythische Gestalt des Aion, der für die zyklisch endlose Zeit und in sich ruhende Ewigkeit steht. Die Schlange wird zum Symbol einer Dynamik, die dieses ruhende Kreisen kreisendes Ruhen unterbricht und den Austritt ermöglicht, also hineinführt in die Spirale.

Die Spirale wiederum ist Symbol der Evolution: das Kreisen setzt sich jeweils auf einer höheren Ebene fort.



OPHIS ET OVUM
Die Schlange und das Ei



AION als Herr des Zodiak,
des Tierkreises in der
Astrologie

Selbsterfahrung: Der Suche nach Ganzheit geht das Ringen um Einheit voraus. Ja, es ist ein Ringen. Jedes Mal von Neuem erlebe ich dieses Ziehen und Zerren in mir selbst, einem Selbst, das ein anderes werden möchte.

Vollendet ist nur, was zu einer letzten Einheit findet, die durch Vereinigung der verschiedensten Einflüsse sich ereignen konnte, und es ist ein Ereignis mehr denn ein Ergebnis, und, ja, es braucht eine Ewigkeit.

Dass es so viel Stoff braucht um einen Funken zu gebären!
Sich selbst zu gebären!

Mater, Matrix, Materia: Materie, das ist die Substanz, aus der alle Dinge der Welt hervorgehen und bestehen, unabhängig von ihrer Erscheinungsform. Die Mater, die zur Matrix wird, die Matrix, die die Materie gebiert.

Subjekt, das sich zum Objekt wird: es sieht sich selbst wie es sich selbst objektivierend ansieht, mit anderen Augen an, als wenn es in die Welt sieht.

So schließt sich ein Kreis und öffnet sich gerade dadurch.
Das sich öffnende Auge erkennt die Grenzen, die sich seinem Blick entgegenstellen.

Dieses Subjekt, das ich bin, hat seine Grenzen, und weil es seine Grenzen hat und diese erkennt, kann es nur so seine Grenzen überschreiten, das macht es aus, das Transzendente im Subjekt, das sich in der Ekstase gebiert und zugleich bezeugt. Das ist die einzig wahre Ekstase: Sie enthebt und erhebt zugleich, sie hebt ab, im doppelten Sinne, hebt sich ab vom tranig verhangenen Alltagserleben und hebt ab im zügigen Durchstarten der Zeit, die sich rafft und strafft, auf einen Höhepunkt zueilt...dass all das der Biochemie im Körper zu verdanken ist, mag ernüchternd klingen. Ekstase ist so viel mehr als nur ein beliebiger Zustand.

Für den ekstatischen Bewusstseinszustand sind biochemische Prozesse grundlegend: Gehirnwellen werden angeregt und Endorphine ausgeschüttet. Ekstase wird körperlich induziert, bleibenden Eindruck hinterlassen jedoch die verspürten Gefühle. Hier treffen die Ausnahmezustände Rausch und Ekstase zusammen, denn bei beiden handelt es sich um radikale Verdichtungen von Emotionen, deren Empfinden maßgeblich von der Bereitwilligkeit des Einzelnen abhängt. Begrifflich werden Rausch und Ekstase sowohl im Allgemeinen als auch im wissenschaftlichen Diskurs selten differenziert, da sie im Erleben meist ineinander übergehen.

Gerade in der lebensweltlichen Nutzung unterliegt der Ekstasebegriff einer definitorischen Unschärfe, in der Rausch, Trance und Ekstase in einem gemeinsamen Bedeutungsfeld aufgehen.
(www.kunstmuseum-stuttgart.de/ausstellungen/ekstase)

Radikale Verdichtungen von Emotionen. Ekstase. Skandieren: Ek-Stase. Übersetzt: Aus-sich-heraus-stehen. Ein unmöglicher Zustand, der kein Zustand ist. Die Verbindung von extremer Bewegung mit extremer Ruhe – alles ist extrem an der Ekstase. Das Innerste nach Außen kehren, sich die Seele aus dem Leib speien (verewigen sich all diese sich selbst veräußernden Seelen in den Wasserspeiern an den Kirchenfassaden?) All diese Seelen, *all these lost souls*, – ein Lied im Rhythmus des Soul, letztlich eine Klage um den Verlust seiner selbst, verloren gegangen...Ekstase: Extrem und radikal, bis in die tiefsten Wurzeln zu spüren und sich mit ihnen neu zu verbinden, das bewirkt Ekstase und damit ein neues Lebensgefühl, das in Kulte und Kulturen verankert wird.

Das Extreme lädt nicht ein zum Verweilen, zum Betrachten. Es will das Mittelmäßige austreiben. Es will an die Grenzen gehen, über die Grenzen gehen. Dem Außer-sich-Sein der Ekstase steht das Bei-sich-Sein der En-Stase gegenüber. Das

Radikale trägt dazu bei, dass das Selbst, das bei sich selbst ist, kein gewöhnliches, persönliches Selbst ist. Es bezieht sich auf eine äußerst ungewöhnliche, eine außerordentliche Einheits-Erfahrung. Dieses Selbst wächst mit jeder Erfahrung, die in Bezug auf das große Ganze zustande kommt. Tief verwurzelt und zugleich hoch aufsteigend versetzt es das Bewusstsein in einen Zustand der Gewissheit. Was bleibt, ist der Geschmack für „Wirklichkeit“, die Berührung mit etwas, was wirkt und weiterwirkt. Oft fällt der Wahrnehmung erst im Nachhinein auf, wie sehr sich dieser Zustand von allen anderen unterscheidet, so sehr scheint er das Natürlichste der Welt, was er ja auch ist. Gerade das Einfache zeichnet ihn aus.

Für einen Moment steht alles still, alles ist zur Ruhe gekommen. Ich gehe in der Erinnerung zurück und versetze mich wieder in diesen Zustand: es ist schwer ihn zu beschreiben, so wenig hebt er sich von anderen Momenten in meinem Leben ab, und doch hat er ein bestimmtes Niveau, als wäre alles leichter und lichter geworden und hätte die begrenzenden Wände in ihrer pastösen Materialität durchdrungen.

Eine Vision ist mehr als ein Bild. Es ist mehr ein Gefühl, das im Körper nachschwingt, es ist eine Vibration. Es lässt das Ich ein neues Gefühl für sich selbst entdecken. Das Selbst lernt diese Vibration in sich zu speichern. Ich entdecke es immer wieder neu, so oft ich mich daran zu erinnern versuche, und selbst der Versuch schon löst erneut etwas in mir aus, was in mir schlummert, eine Art Freiheit, wie ich sie im Leben nicht verwirklicht habe. Da ist die körperliche Wahrnehmung einer spontan sich einstellenden Weite, einer unmittelbaren Ausdehnung, die über die Körpergrenzen hinausgeht. Eine Entspannung tritt ein: extrem und radikal, als würde von nun an alles anders werden, aber das sind nur die Gedanken, die das körperliche Erleben kommentieren. Es lässt sich nicht willentlich herstellen, dieses Erleben, es kann nicht geplant oder beabsichtigt,

nur erinnert und in der Erinnerung vergegenwärtigt werden, dann ist wieder da, und wenn nur für einen Moment.

Wie zeigt sich Ekstase? In der Kunst ist das Thema immer wieder aufgegriffen und variiert worden. Eine Ausstellung fixiert das Thema, in dem sie auf einem Plakat das Wort Ekstase zusammen mit einer Skulptur mit dem Titel *Arch of Hysteria* zeigt. Das löst bei mir eine Kette der Assoziationen aus.



Louise Bourgeois nennt ihre hängende Bronzefigur *Arch of Hysteria* (Ausstellung Stuttgart)

Ich versuche mich in die Körperhaltung dieses Bogens zu versetzen: der Rücken ist weit nach hinten gebogen und so überdehnt, dass ich daran zweifle, wie dies möglich sein kann. Ich fühle mich völlig ausgeliefert, entäußert; ich kann mir aber auch vorstellen, dass ich mich selbst ausliefere, mich selbst entäußere, so dass diese Haltung zu einem Ausdruck einer übersteigerten Hingabe wird (unabhängig davon, ob sie physisch ausgeführt werden kann). Die gleißende, fließende Körperlichkeit, die die Skulptur ausstrahlt, überträgt sich auf mich und wirkt sich aus als eine tiefe Entspannung, als wäre jetzt alles gelöst. Ich frage mich, was Ekstase mit Hysterie zu tun hat.

Der Titel *Arch of Hysteria* bezieht sich auf den *Arc de Cercle*, eine extreme Überdehnung des Rückens, der sich nach hinten biegt und so einen Bogen bildet – im späten 19. Jahrhundert galt er als Symptom der Hysterie. Themen der Künstlerin Louise Bourgeois sind das Verhältnis von Geborgenheit und Abhängigkeit, das Unbewusste und der Tod. Spinnen, Zellen und Phalli treten als wiederkehrende Motive in ihrem Werk auf. Die Spinne ist bei Bourgeois positiv besetzt und steht für ihre eigene Mutter, die mit Fäden an den Wandteppichen arbeitete und für das Kind beschützend wirkte. In der zweiten Hälfte der 1990er Jahre schuf Bourgeois ihre *Mamans*, gigantische Spinnenfiguren.



Der Kreis schließt sich, aber nicht ganz, der Eindruck der Offenheit überwiegt. Es entsteht, je nach Öffnung, das Bild eines Bogens (einer Brücke, eines Schirms) oder einer Schale.



In der Ouroboros-Figur schließt sich der Kreis: Anfang und Ende schließen nahtlos an einander an. Der *Schwanzfresser* wird zum Symbol einer ausweglosen Symbiose, in der das

Fressen und Gefressen-werden als endloses Schlingen und Verschlingen miteinander verbunden sind, für Erich Neumann ein Symbol für das Unbewusste, das einen unwiderstehlichen Sog auf das Bewusstsein ausübt.

Ekstase kann sich als Rückkehr des Ichbewusstseins in den dunklen Schoß der Unbewusstheit auswirken. In seiner *Phänomenologie der weiblichen Gestaltung des Unbewussten* beschreibt Erich Neumann dieses Phänomen in seinem Werk über die *Große Mutter*. Gibt es in diesem Zusammenhang eine Ekstase, die sich in eine Hysterie hineinsteigert?

Von der Hysterie erzählte man sich grausige Dinge: Das Wort Gebärmutter (hystere) stammt ursprünglich aus der griechischen Mythologie. Dort wurde eine Sau (hys) der griechischen Göttin Demeter als Opfer gebracht, die sie verschlang. Platon schrieb dazu: „Die hystera sei ein Tier, das glühend nach Kindern verlangt.“ In der antiken Vorstellung ging man davon aus, dass die Bestie (Gebärmutter bzw. hystera) damit beschäftigt werden muss, Schwangerschaften auszutragen. Die Frau muss also Kinder bekommen, ansonsten wird sie verrückt. Antike Mediziner glaubten, dass die Hysterie nach der Pubertät einsetzt. Falls die Frau lange unbefruchtet bleibt, durchzieht die Gebärmutter den Körper und sucht nach Sperma. Sie greift zuerst das Herz an. Deshalb litten Hysterikerinnen auch an körperlichen Beschwerden, wie Atemnot oder Lähmungen. Da das Herz aber kein Sperma ist, welches die Gebärmutter nun einmal verlangt, lässt diese schnell davon ab. Sie zieht dann weiter zum Gehirn und frisst dieses, da die weiße Masse an Sperma erinnert. Psychosen und Geisteskrankheiten bei Frauen waren demnach zurückzuführen auf zu wenig Beischlaf. (sciodoo.de/freuds-hysterie-forschung-als-ursprung-der-psychoanalyse)

Leicht wird Ekstase als Ausnahmezustand pathologisiert, wenn auch das Etikett „Hysterie“ dafür nicht mehr in Gebrauch ist. Die Ekstase, die ich jedoch meine, zeichnet sich

hingegen durch eben jene Stille aus, die entsteht, wenn alle Regungen und Strebungen gestillt sind und eine Einheit sich eingestellt hat, die auf einer Vereinigung mit dem Großen Einem beruht. Alles kommt hier und jetzt zur Ruhe.



Die Körperhaltung des meditierenden Buddha vermittelt mir den Eindruck eines Herausragens, das in einer „Einspitzigkeit“ (Sanskrit *Ekagrata*, d.h. ausschließliches Auf-Eins-Gerichtetsein des Geistes) gipfelt und sich zugleich auf eine breite Basis gründet.

In Abgrenzung zur pathologisierten, zur archaisch als schamanische Technik praktizierten, zur sexuell induzierten oder auch zur religiös definierten Ekstase lässt sich hier von einer Ekstase sprechen, die eine Erweiterung des Bewusstseins bewirkt und in eine phänomenologische Selbstreflexion mündet. Damit erhält das Phänomen Ekstase einen philosophischen bzw. die Philosophie, insbesondere die Phänomenologie einen ekstatischen Aspekt.

Der Erkenntnisaufstieg der Seele bei Plotin verläuft vom Sinnenfälligen, von dem es sich abzuwenden gilt, über die Seele und den *nous* zum *Einen*. Der Aufstiegsweg setzt eine Wendung nach innen voraus, um dann vom Rückstieg ins eigene Innere zum inneren Überstieg zu gelangen. Plotin unternimmt den Versuch, sich dem jedwede Denkbareit überschreitenden vielheitsenthobenen Urgrund in denkendem Aufstieg soweit als möglich denkend anzunähern und so das Denken selbst noch *durch* Denken zu „hintersteigen“ auf das die Einheitlichkeit des Denkens begründende, selbst undenkbar Prinzip hin. Dieser Versuch, das Denken durch Denken noch über sich zum Denken und alle Vielheit Begründenden hinauszuführen, ist für ihn die notwendige Möglichkeitsbedingung der mystischen Erfahrung der ekstatischen Einung als augenblickshaft-erfahrungshafte Ergreifung des absoluten Prinzips. Dies aber ist nur als *Scheitern* des Denkens und des philosophisch-rationalen Aufstiegs möglich.

Treffender – und doch wiederum unzulänglich – kann es als das „Über-Eine“ indiziert werden. (Gabriela Bara, *Die Wirklichkeit und ihre Hypostasen in der Metaphysik Plotins*)

Durch die Schilderung dieses Denkens kam ich erst auf den Gedanken, dass es so etwas, d.h. so eine allumfassende Einheit als höchste Einheit geben müsse, der ich mich hingeben könnte, ohne mich zu verlieren, durch die ich im Gegenteil sogar gewinnen könnte, einfach deshalb, weil sich dies denken ließ, es andere Menschen vor mir gedacht hatten, und weil ich es, allerdings mit großer Mühe, mir denken konnte. Das wiederum brachte mich auf den Gedanken, in meiner Erinnerung nachzuforschen, ob ich unbewusst diesen Erfahrungsbereich schon gestreift hatte ohne zu wissen, was mir widerfahren war. Die Antwort lautete Ja und die Spur führte weit zurück in eine fließende Vergangenheit bevor sie zu einer Vergangenheit des Unwiederbringlichen erstarrt war.

Damals:

In der Mitte des Erlebens gab es keine Mitte des Lebens.

In der Mitte des Lebens gab es keine Mitte des Erlebens.

Und selbst wenn es eine Mitte gegeben hätte, so hätte es keinen Unterschied gemacht.

Das war es: Nichts machte einen Unterschied.

Und jetzt kann ich plötzlich das denken, was lange undenkbar schien: Je mehr ich in die Fülle des Nebeneinanders eintauche, desto mehr wächst das Bedürfnis aufzutauchen aus der Illusion, dies könnte schon alles gewesen sein. Als wäre die Fülle nur dazu da gewesen, um sich ihrer zu enthalten lernen.

Ich erlebte die Enthaltung als Zugang zu einer Fülle, die mich erfüllte. Ich erlebte „mehr Anwesenheit“ als zuvor. Mit diesem Erlebnis war ein Feld geschaffen worden, in dem sich das Erleben verdichten und als Selbsterfahrung einer besonderen, einer höchsten Art dem Bewusstsein einschreiben und im Leben verwirklichen konnte.

Hier ist eine Verbindung zu Husserls *Epoché* gegeben.

Der Begriff Epoché leitet sich ab von griech. *epechein*: innehalten, sich einer Sache oder Tätigkeit enthalten. Als philosophischer Begriff bezeichnet er nach Sextus Empiricus' Definition »*ein Stillstehen des Verstandes, durch das wir weder etwas aufheben noch setzen*«. Diese Art der Enthaltung wurde in der Antike als wesentliches Kennzeichen des Skeptizismus betrachtet, so dass man dessen Vertreter »*sich des Urteils über alles Enthaltende*« nannte. (Metzler Lexikon der Philosophie: Die skeptische Epoché)

In der Stoa war das Zurückhalten des Urteils ein fester Grundbegriff, der bereits durch die griechische Tugend der Besonnenheit geprägt war. Die Phänomenologie kann als subjektives Gegenstück zur objektiven Ideengeschichte angesehen werden. Nach Anaxagoras, einem Vorsokratiker, sind die Erscheinungen eine flüchtige Sicht auf das Unsichtbare. Das, was an den Erscheinungen unsichtbar ist, sind

die subjektiven (inneren) Vorgänge, die durch die Erscheinungen ausgelöst werden. Die Phänomenologie nach Husserl berücksichtigt die von der stoischen Tradition begründete Zurückhaltung. Indem man durch die Methode der Epoché alle im Laufe der Geschichte an einen Gegenstand des Denkens herangetragenen Meinungen auf sich beruhen lässt, kann man leichter zum Wesen eines Gegenstandes vordringen bzw. es durch eine *Wesensschau* näher ergründen. Nach dieser „historischen Epoche“ soll die eidetische Reduktion als weitere Stufe der Enthaltung vor eigenem Urteilen erfolgen, indem von allen individuellen Gegebenheiten, so wie sie die natürliche Einstellung vermittelt, abgesehen wird. Als Methode kennzeichnet „Epoché“ bei Husserl die phänomenologische Reduktion, durch die zunächst den vorgefassten Urteilen über die äußere Welt die Geltung entzogen wird, um anschließend – unter Beiseitelassen der tatsächlichen Existenz – zu Erkenntnissen über das Wesen des betrachteten Gegenstandes zu gelangen.

Sollte, im Gegensatz zu geläufigen Vorstellungen, das ekstatische Erleben etwa mit einer Enthaltung beginnen statt mit dem Genuss einer sinnlich gegebenen Fülle?

Selbsterfahrung:

Bis vor kurzem noch hatte ich *visio intellectualis* als Königsweg zur philosophischen Ekstase im Denken nicht nachvollziehen können, weil die gewohnte Disziplin eines integrativen Vorgehens auf einem Vergleich beruhen, so etwa in den vergleichenden Religionswissenschaften, die nicht umsonst so heißen. Die Enge, die ich unbewusst wahrnahm, wird mir jetzt als eine Enge bewusst, die im System selbst verankert ist, nämlich in einem System der Vergleiche, das keinen Raum für das Unvergleichliche zulässt.

Das überhaupt denken zu können, macht einen Unterschied.

Wenn ich nun die Originaltexte von Husserl in Bezug auf das

Transzendente Ich lese, verstehe ich ihren Sinn, der mich unmittelbar anspricht als wäre er der meinige, der sich mir eben im Lesen erschlossen hätte. Auch ich kenne dieses Ich, auch ich habe diese Erfahrung gemacht. Und der Weg dorthin kann als ein Weg des Bewusstseins beschrieben werden, sich die eigenen Ausnahmezustände bewusst zu erschließen.

Exkurs: Husserls Phänomenologie war gegen den Psychologismus gerichtet und wollte „zu den Sachen selbst“ gelangen. Zunächst befand sich Husserl in Distanz zu Kant. Je mehr er sich jedoch mit der Frage des Selbst auseinandersetzte, umso stärker näherte er sich der Fragestellung Kants an. Dessen Begriff der *Transzendentalphilosophie* umfasst philosophische Systeme und Ansätze, die die Grundstrukturen des Seins nicht durch eine Ontologie, also eine Theorie des Seienden beschreiben, die Bedingungen der Erkenntnis untersuchen, die vor jeder Erfahrung (a priori) im Subjekt liegen. Somit wird der Metaphysik als universelle Grundlagentheorie eine Erkenntniskritik vorgeschaltet, die als Kritik der herkömmlichen Metaphysik zu verstehen ist. Es war Kant, der zuerst mit seiner Transzendentalphilosophie den Anspruch verband, eine völlig neue Grundlage der Philosophie geschaffen zu haben.

Bei Husserl spricht man etwa ab 1907 von einer „transzendentalen Wende“, die jedoch von einem wesentlichen Teil seiner Schüler nicht mit vollzogen wurde, doch Husserl bezeichnete die transzendente Phänomenologie als die „Endform der Transzendentalphilosophie“.

„Ich selbst gebrauche das Wort ‚transzendental‘ im weitesten Sinne für das originale Motiv, das durch Descartes in allen neuzeitlichen Philosophien das sinngebende ist und in ihnen allen sozusagen zu sich selbst kommen, die echte und reine Aufgabengestalt und systematische Auswirkung gewinnen will. Es ist die Rückfrage nach der letzten Quelle aller Erkenntnisbildungen, des Sichbesinnens des Erkennenden auf sich selbst, und sein erkennendes Leben, in welchem alle ihm geltenden wissenschaftlichen Gebilde zweckmäßig geschehen, als Erwerbe aufbewahrt und frei verfügbar geworden

sind und werden. Radikal sich auswirkend, ist es das Motiv einer rein aus dieser Quelle begründeten, also letztbegründeten Universalphilosophie. Diese Quelle hat den Titel ICH-SELBST mit meinem gesamten wirklichen und vermöglichen Erkenntnisleben, schließlich mein konkretes Leben überhaupt. Die ganze transzendente Problematik kreist um DIESES meines ICH – das ‚ego‘ – zu dem, was zunächst selbstverständlich dafür gesetzt wird: meine SEELE und dann wieder um das Verhältnis dieses Ich und meines Bewusstseinslebens zur WELT, deren ich bewusst bin und deren wahres Sein ich in meinen eigenen Erkenntnisgebilden erkenne.“ HUSSERL: Krisis der europäischen Wissenschaften

Husserl spricht vom „ego“. Doch das Ego hat einen schlechten Ruf bekommen, siehe Egoismus. Ist es denn überhaupt transzendenzfähig? Und was hat es mit einem Ich auf sich, das sich vom Ego unterscheidet? Dazu schreibt Andreas Mascha, Verleger, Herausgeber, und Autor eines Grundlagenwerks aus dem Jahr 2012 mit dem Titel *Ichologie*:

Die Ichologie ist die Forschung zum und Lehre vom Ich (lat. / griech.: ego). Obwohl durch die Arbeiten des Philosophen und Begründers der Phänomenologie Edmund Husserl (1859-1938) dieses Forschungsfeld mit dem lateinisch-griechischen Begriff der „Egologie“ bezeichnet wurde, möchte ich hier doch den vielleicht noch etwas gewöhnungsbedürftigen, aber nichtsdestotrotz sinnvollen deutschen Begriff der Ichologie einführen und verwenden. Das Ich – in seinem innersten Wesen sowie all seinen Aspekten, Ebenen, Dimensionen – ist das Forschungsobjekt und steht im Zentrum des Erkenntnisinteresses des Ichologen, d.h. eines Forschergeistes, der sich der tiefstmöglichen Erforschung dieses „Dings“, Wesens oder Phänomens verschrieben hat. Im Spektrum der Wissenschaftsdisziplinen könnte man diese „neue“ und gleichzeitig doch auch uralte Forschungsrichtung ...folgenden Teilbereichen zuordnen: Der Philosophie – speziell der Philosophie des Geistes, der Transzendentalphilosophie, der Phänomenologie und Metaphysik, den Kognitionswissenschaften – speziell der kognitiven Neurologie –, der Psychologie – speziell der Persönlichkeitspsychologie, der

kognitiven Psychologie, der rationalen, humanistischen, transpersonalen und integralen Psychologie sowie der „Höhenpsychologie“ (Max Scheler, Viktor Frankl) –, den Bewusstseinswissenschaften, einschließlich der empirischen Bewusstseinsforschung wie Meditation und Kontemplation...Ein wesentliches Kriterium der bewusstseinswissenschaftlichen Ichologie wird die wissenschaftsmethodisch intelligente und transzendentalphilosophisch aufgeklärte Integration des Forschersubjekts sein, oder anders ausgedrückt: der subjektive Zugang des Ichologen zu ‚seinem‘ Ich; oder in der Ersten-Person-Perspektive des Forschenden formuliert: zu ‚meinem‘ Ich. Ein im Objektivitätsfundamentalismus gefangenes Wissenschaftsverständnis, das Husserl so klar wie kein anderer in seiner Krisis-Arbeit geisteswissenschaftlich kritisiert und unhintergebar transzendentallogisch falsifiziert hat, wird sich zwar anfänglich noch zu zieren versuchen, aber letztlich wird doch die Einsicht siegen, dass gerade höchste Objektivität letztlich nur durch die bewusste Integration des Subjekts erreicht werden kann. Die unmittelbare Bewusstheit des ICH-BIN (SUM) ist eben keine mentale Reflexion über die Frage, ob ich bin, sondern ein direktes, denkfrees bzw. „ichfrees“ (Jean Gebser) Selbstgewahrsein, dass ich bin, ja mehr noch, dass ICH gar nicht nicht-sein kann, d.h. dass die ‚Information‘ des Nichtseins bzw. der ultimativen Selbstausslöschung nicht wahrer Inhalt meines (reinen) Bewusstseins sein kann. Ich kann mir das Nichtsein nicht vorstellen, denn jede Vorstellung bedarf eines Vorstellenden, den es ja aber aufgrund der vorgeblichen (inhaltlichen) Nichtexistenz nun eben gar nicht mehr geben dürfte. Selbst die totale Nacht bedarf eines Zeugen, der dieser absoluten Schwärze bewusst ist. Das wesenhafte Subjektsein bzw. das reine ICH kann letztlich nicht ausgelöscht werden – es ist unsterblich, das „Ewige im Menschen“ (Scheler), ein „Residuum jenseits aller Weltvernichtung“ (Husserl).

www.andreasmascha.de/Verlag/Leseprobe-Ichologie1.pdf

Damals – und es ist noch gar nicht so lange her – wurde mir erst klar, dass ich unverzüglich mich auf die Suche nach diesem *Residuum* machen müsste. Was war die

Voraussetzung dafür, dass meine Suche Erfolg haben könnte? Was, wenn nicht das Aufspüren jenes Ich, das all meine Wahrnehmungen, die empirisch sinnlichen ebenso wie die vorgestellten, auf sich bezog und damit bündelte, zentrierte, so dass Integration möglich war. Das Zauberwort ist INTEGRATION, mit Sinn aufgeladen durch die Einsicht, *dass gerade höchste Objektivität letztlich nur durch die bewusste Integration des Subjekts erreicht werden kann*. Die menschliche Fähigkeit Bezug zu nehmen ist Voraussetzung für die mentale Aktivität nicht nur etwas zu erkennen, sondern sich dieser Erkenntnis zu erinnern und sich dieser mentalen Fähigkeit bewusst zu sein, indem sie, an das Ich und damit an das Selbst gebunden, zur Voraussetzung für Selbsterkenntnis wird.

Husserl sprach von einem korrelativen Verhältnis von erkennendem Bewusstsein und objektiv weltlichem Gegenstand.

INTENTIONALITÄT wurde zu einem zentralen Konzept der Phänomenologie Husserls. Der Begriff bezeichnet die Fähigkeit des Menschen, sich auf etwas zu beziehen (etwa auf reale oder nur vorgestellte Gegenstände, Eigenschaften oder Sachverhalte). Intentionalität wird in erster Linie mentalen Zuständen wie Wahrnehmungen, Glaubenshaltungen oder Begierden zugeschrieben. Franz Brentano, bei dem Husserl studierte, hatte den Begriff in seiner Arbeit *Psychologie vom empirischen Standpunkt* eingeführt.

Ein Verhältnis ist keine Beziehung.

Mathematische Verhältnisse erwecken keine Gefühle, es sei denn die eines philosophischen Staunens ob der Klarheit, die sich in Folge eines abstrakten Denkens einstellt und durch ihre Logik den Logos (Geist) offenbart.

Beziehungen hingegen werden durch Gefühle genährt und können aufgrund von Projektionen entstehen, die der „Wirklichkeit“ nicht entsprechen, aber ein Abbild von der inneren Wirklichkeit der Seele geben. Die Mutterprojektionen

der Künstlerin Louise Bourgeois durchziehen prägend die Welt ihrer Werke. Die Mutter, Maman, dargestellt als Spinne, sie wird zur Schöpferin einer Welt, die Schutz bietet.

Exkurs: Die Spinne (mhd. spinne, ahd. spinna, die Spinnende, Fadenziehende), griechisch Arachne, war im Mythos eine lydische Teppichweberin. Als Schülerin der Athene übertraf sie diese, indem sie einen vollendeten Teppich mit Liebesszenen zwischen Göttern und Sterblichen wob, woraufhin sie von Athene, der Göttin der Vernunft, aus dem Kopf ihres Vaters Zeus geboren, zur Strafe in eine Spinne verwandelt wurde. Die Produktivität der Spinnen gemahnt auch an die Parzen und Moiren, die den unabänderlich schicksalsbestimmenden Lebensfaden spinnen. In Indien ist das Spinnennetz Symbol kosmischer Ordnung. Spinnen gelten aufgrund dieser Fähigkeiten auch als lunare Kräfte, die dem Spinnen und Weben zugeordnet sind. Bei afrikanischen Völkern erzählen Mythen von der schöpferischen Kraft der Spinnen, Sonne, Mond und Sterne damit die Voraussetzung für menschliches Leben geschaffen haben; oder die Spinne ist direkt als Urgottheit die Schöpferin des Lebens. Oft lässt sich eine Spinne an einem Spinnenfaden vom Himmel herunter und erschafft die Welt durch ihr Spinnen. Verwandte Vorstellungen finden sich in Mikronesien und bei den Pueblo-Indianern.

Diesen Erzählungen liegt ein anderes „Denken“ zugrunde. „Denken“ hängt mit dem „Spinnen“ zusammen, das umgangssprachlich ein verwirrtes Denken bezeichnet. Obwohl ich die zahlreichen Mythen, die von den schöpferischen Spinnen erzählen, aus meinen kulturanthropologischen Recherchen kenne und in meinen Tanzseminaren immer wieder erzähle, um die Bewegungen des Spinnens als Tanzmotiv vorzuführen – wobei ich mich selbst auch als Weberin eine gewisse Zeit lang versucht habe, wollte ich mich nicht mit dieser Art von Schöpferkraft identifizieren. Sobald sich die Gelegenheit ergab und ich innerlich für den Absprung bereit war, kehrte ich meinem alternativen Leben in der

Fremde den Rücken und kehrte heim, an die Universität München, wo ich mein Philosophiestudium wieder aufnahm.

Die hellen Augen der Athene, von denen Homer schwärmt, die haben es mir angetan. Das Lichte im Blick, das die Wirklichkeit erleuchtet, mehr noch als ausleuchtet, das zog mich an. Das Aufatmen in Folge einer tiefen Erleichterung, das war es, was mein Leben gestalten sollte, so hatte ich mich entschieden. Hier, im Übergang von der Trance zur Ekstase, hier finde ich den Knackpunkt, einen archimedischen Punkt, von dem Descartes in seiner zweiten Meditation spricht, und will daran anknüpfen.

Der archimedische Punkt ist ein theoretischer „absoluter Punkt“ außerhalb eines Versuchsaufbaus. Dieser sei insbesondere unbeweglich und könnte daher fest verankert als Angelpunkt dienen. Der archimedische Punkt hat seinen Namen von der Aussage Archimedes', er könne ganz alleine die Erde anheben, wenn er nur einen festen Punkt und einen ausreichend langen Hebel hätte. Im übertragenen Sinne wird dieser Begriff in der Philosophie verwendet, um eine vollkommen evidente (unbezweifelbare) Wahrheit oder Tatsache zu bezeichnen. Für René Descartes und die, die ihm folgen, bildet die Aussage „Ich denke, also bin ich“ (*cogito, ergo sum*) einen solchen archimedischen Punkt, denn auch wenn ich denke „Ich bin nicht“, sei da zweifellos ein Ich, das denkt.

Während ich in München meine Beschäftigung mit Trance (sowohl der hypnotherapeutischen als auch der archaisch-neo-schamanischen) weiter ausbaute und ein System der tanztherapeutischen Praxis entwickelte, das ich in Seminaren vermittelte, befasste ich mich zunehmend mit jener Philosophie der *visio intellectualis*, wie sie, von Nikolaus von Kues thematisiert, im deutschen Idealismus aufgegriffen wurde und in der Phänomenologie Husserls zu einem neuen Verständnis des Transzendentalen führte. Dass diese

philosophische Auseinandersetzung etwas mit Ekstase zu tun haben könnte, hätte ich nie gedacht, bis ich in Heideggers *Sein und Zeit* jene Stelle fand, in der Existenz als Ek-sistenz buchstabiert wird:

„Das Wort »Existenz« wird dabei nach »Sein und Zeit« ekstatisch und damit wesentlich anders begriffen als in der scholastischen Erklärung der ex-sistentia. Gemeint ist nicht das Herausgesetztsein eines beliebigen Wirklichen aus der vormaligen Unwirklichkeit (dem Nichts) in seine Wirklichkeit,...“ Heidegger verwendet den Begriff Existenz genau umgekehrt: er bedeutet ein Hinaustreten in das Nicht-Wirkliche im Sinne des Möglichen, also des Denkbaren, des Vorstellbaren, wobei dieses Hinaustreten eine Freiheit gewährt, die dem Menschen vorbehalten ist.

Nur der Mensch kann sich verwirklichen, indem er seine eigene Wirklichkeit schafft – dieses existentialistische Credo hat meine Jugend bestimmt. Dass allerdings diese Freiheit zur Verwirklichung philosophisch gesehen nicht nur die Existenz als Ek-sistenz in einen Modus der Ekstase versetzt, sondern dem Ich als *res cogitans* eine besondere Rolle zumisst, insofern das Denken sich nicht auf mentale Aktivität beschränkt, sondern im weiteren Sinne ein Bewusstwerden, Sich-bewusstwerden beinhaltet, all das war mir neu. Ohne mich jetzt in Heideggers Texte vertiefen zum müssen, reicht mir dieser Hinweis, Existenz als Ek-sistenz zu buchstabieren. Sogleich erhält das *Ek* eine lautmalerische Antriebs- und Auftriebskraft. Ich muss mich nicht in Heideggers Text vertiefen, um diesen Effekt ganzkörperlich an mir selbst zu erleben.

Zurück zu Descartes, der den Archimedischen Punkt gefunden hat, von dem er fordert, dass fest, unbeweglich und gewiss sei und sei er auch nur „*dies Eine, dass es nichts Gewisses gibt.*“ Und er findet diesen unbezweifelbaren Punkt im Ich: „*Nachdem ich so alles genug und übergenug erwogen habe, muss ich schließlich festhalten, dass*

der Satz ‚Ich bin, Ich existiere‘ (Ego sum, ego existo) sooft ich ihn ausspreche oder im Geist auffasse, notwendig wahr sei.“

Was aber ist dieses Ich? Auch wenn ich unzweifelhaft erkannt haben mag, dass ich bin, bleibt doch die Frage, was ich bin. Descartes bestimmt dieses Ich als „denkendes Ding“ (res cogitans), d.h. Geist (mens), bzw. Seele (animus), bzw. Verstand (intellectus) bzw. Vernunft (ratio). All diese Bestimmungen sind Aspekte des Ich, aber all diese Bestimmungen beschränken das Ich in seinen Möglichkeiten und vor allem in seiner Möglichkeit, mehr als nur das zu sein. Ein mentales Verstandes-Ich ist nicht gleichzusetzen mit einem Seelen-Ich, und selbst das intelligente Verstandes-Ich kommt an seine Grenzen, die es davon abhalten, über diese Grenzen hinauszugehen und sich mit etwas Größerem zu identifizieren.

Das cogitare des Cogito ergo sum wird meist und fälschlich mit „Ich denke, also bin ich“ übersetzt. Viel einleuchtender ist die Übersetzung, die schon Fichte vorgeschlagen hat, wenn er meinte, dass Descartes sein cogito, ergo sum „sehr wohl als unmittelbare Thatsache des Bewusstseyns betrachtet haben kann. Dann hiesse es soviel, als cogitans sum, ergo sum (wie wir sagen würden, sum, ergo sum). Aber dann ist der Zusatz cogitans völlig überflüssig; man denkt nicht nothwendig, wenn man ist, aber man ist nothwendig, wenn man denkt. Das Denken ist gar nicht das Wesen, sondern nur eine besondere Bestimmung des Seyns; und es giebt ausser jener noch manche andere Bestimmungen unseres Seyns.“ (Fichte, Wissenschaftslehre von 1794/95)

Nicht die mentale Aktivität des Denkens (im üblichen Sinne) hebt ekstatisch aus dem Existieren heraus in die Ek-Sistenz Heideggers hinein, sondern das Bewusstsein in seiner

besonderen Bestimmung des Seins ist es (nach Fichte), das diesen geistigen Sprung vollziehen kann.

Ekstase als geistiges Geschehen schafft jene Erhebung aus dem Selbstverständlichen und schafft damit ein Selbstbewusstsein auf einer höheren Ebene.

Was aber ist die höhere Ebene wenn nicht die Ebene, von der aus sich ein Bezug auf etwas ergibt, das in der empirisch zugänglichen Wirklichkeit nicht im normalen Sinne existiert, aber im Zustand der Ekstase gesichtet werden kann.

Das Jenseitige erhält ein Gesicht –

Gesicht (von mittelhochdeutsch *gesiht* „Sehen, Augen, Gesicht, Aussehen“) steht nicht nur für: Gesicht, das Angesicht eines Lebewesens, sondern für ein umfassendes Gesamtbild, das durch diese Sichtweise lebendig wird. Das poetische Wort für Gesicht, Antlitz, leitet sich ab vom gotischen Verb *wleitôn* „umherschauen“, das Antlitz ist somit „das, was einem entgegenschaut“, also das Andere, das dem sichtenden Auge in der Ekstase als Vision begegnet.

Und was heißt „transzendental“, wenn nicht „bezogen auf die Transzendenz“, also auf das Jenseitige, das Andere? (Ich merke mir den Unterschied zwischen transzendent und transzendental so : Generell bedeutet das Suffix "...-al" so etwas wie "sich beziehend auf / im Hinblick auf": Etwas, das transzendent ist, ist jenseitig/übersinnlich. Etwas, das transzendental ist, bezieht sich auf etwas Jenseitiges.) Der Begriff Transzendenz (von lateinisch *transcendentia* „das Übersteigen“) bezeichnet in Philosophie, Theologie und Religionswissenschaft ein Verhältnis von Gegenständen zu einem bestimmten Bereich möglicher Erfahrung oder den Inbegriff dieses Verhältnisses.

Was ist das transzendente Ich nach Kant? Kant nannte es die synthetische Einheit der transzendentalen Apperzeption als bloß logisch formale Identitätsbestimmung der Vernunft, ohne das für

Kant ein Denkvorgang nicht vorstellbar ist. So Kant.

Das *transzendente Ich* – wenn es so etwas gäbe, weil es sich denken ließe, wer wollte darauf verzichten, dies im eigenen Erleben des Lebens zu vollziehen und sein Bewusstsein darauf auszurichten? Zumindest war meine Neugier geweckt, seit ich davon hörte. Dabei interessierte mich weniger das Reich der Geister, sondern der Geist, der im Menschen wirkt, eigentlich das Göttliche.

Die Transzendentalphilosophie des deutschen Idealismus geht einen Schritt weiter, über Kant hinaus, auf den sie sich bezieht: Fichte und Schelling lehnen die prinzipielle Unerkennbarkeit des „Ding an sich“, die Kant behauptet hatte, ab. Sie gehen von einem Konzept des transzendentalen Ich aus, das den Unterschied zwischen den zwei „Stämmen der Erkenntnis“ Kants aufhebt. Fichte und Schelling setzten das „Ich“ als ein absolutes, in dem die Innenwelt und die Außenwelt zur Einheit werden. Die Transzendentalphilosophie wird nun aus der Sicht des reinen Subjekts betrachtet.

Bislang war das Wort „objektiv“ für mich das Wahrzeichen eines rationalen Umgangs mit der Welt. Ich ahnte zwar, dass das nicht alles sein könnte, was sich mir an Möglichkeiten im Leben bot, aber nie hätte ich mich selbst als Subjekt bezeichnet, denn dieses Wort hatte einen schlechten, geradezu abfälligen Beiklang. Dieses ganze Gerede von subjektiven Erfahrungen, verbunden mit einer modisch ideologisch verstandenen Selbstverwirklichung, das nervte mich. Ich war auf der Suche nach einer erweiterten Wirklichkeit, aber die Vorstellung, diese sei „nur“ subjektiv, vergraute mir die Aussicht. Das sollte sich ändern, als ich die Intersubjektivität für mich entdeckte. Doch bis dahin ist es ein langer Weg gewesen.

Weiter: In Abgrenzung zur philosophischen Ekstase muss das geklärt werden, was der Rausch sei.

Ekstase wurde früher auch oft der Rausch der Sinne genannt. Heute nennt sich eine Droge, die auf dem illegalen Markt in Pillenform oder in Kapseln angeboten wird, ecstasy (MDMA, Methylenedioxyamphetamin).

Das Wort „Rausch“ (von niederdeutsch rüsch, belegt 1563) stammt aus dem Mittelhochdeutschen (riuschen) und bedeutete ursprünglich „ungestüme Bewegung“, „ungestüm beim Angriff“, „anstürmen“, „Anlauf“. Der Bezug zur Trunkenheit allgemein, nicht nur substanzbezogen, entstand im 16. Jahrhundert.

Dem Rausch wird eine Dynamik zugeordnet, die sich im Unbewussten vollzieht. Das ekstatische Denken ist ebenfalls dynamisch, insofern es an die Grenzen des Denkbaren geht und gegen diese anstürmt, und sie mit einem geistigen Schwung zu überwinden versucht. Kierkegaard spricht von einem Sprung, allerdings ist es bei diesem Philosophen ein Sprung in den Glauben. Ich erlebe die geistige Bewegung, die der philosophischen Ekstase innewohnt, mehr als ein leidenschaftliches Drängen, das Kontinuität schafft indem es darauf drängt dabei zu bleiben. Das Beharren auf dem Pfad einer transzendentalen Annäherung fordert zu einer Konzentration heraus, die allen Ablenkungen aus dem Wege geht. Die innerliche Ausrichtung ist körperlich spürbar, manchmal aufsteigend wie Feuer, manchmal im Fluss wie Wasser, oft luftig, aber nicht flüchtig, wie etwas, das Räume erschließt, und zuletzt ist es das Erleben der Erdhaften, das dem Drängen Festigkeit und Bestand gibt. Das Göttliche fordert zu einem konzentrierten Sich-Beziehen heraus, auf etwas, das nicht objektiviert, nicht verdinglicht werden kann, etwas, das sich immer wieder entzieht, und dann, in bestimmten Momenten, eindeutig und klar vor dem inneren Auge steht.

Die philosophische Ekstase ist ein spiritueller Weg und zugleich eine Meditation. Es gibt verschiedene Meditationen.

Allgemein lässt sich sagen: Meditationen sind Geistessübungen, die oft in verschiedenen Traditionen seit Jahrtausenden überliefert sind, ein wesentliches Element meditativer Techniken ist das bewusste Steuern der Aufmerksamkeit. Das Wort Meditation stammt von lateinisch *meditatio* zu *meditari* „nachdenken, nachsinnen, überlegen, Mitte finden“ vom altgriechisch Verb *medomai* „denken, sinnen“, verwandt mit der lateinischen Deklination und Steigerung des Adjektivs *medius*, „mittlerer, sich in der Mitte befindend“. Meditationen werden auch Texte genannt, die Ergebnisse eines in die Tiefe gehenden Nachdenkens darstellen, so etwa Marc Aurels *Selbstbetrachtungen* oder Descartes' *Meditationen über die Grundlagen der Philosophie*.

Spiritueller Weg und Meditation können einander ergänzen, sie können aber auch in einen Gegensatz gebracht werden: Dies gilt vor allem für Meditationen, die ein non-duales Bewusstsein als Zustand zu erreichen suchen und darin eine Endstation geistiger Entwicklung, also einen Zustand sehen, der in seiner Bewusstheit Geistigkeit nicht mehr zu überbieten ist.

Spiritualität ist ein Weg, non-duales Bewusstsein ist das Ende aller Wege. Spiritualität spricht von (wichtigen) Erfahrung(en), non-duales Bewusstsein ist vor jeder Erfahrung und nimmt sie daher nur wahr, wie auch immer sie ist. Spiritualität muss loslassen und sich hingeben, non-duales Bewusstsein kennt keinen, der loslassen oder sich hingeben könnte. Spiritualität ist ein Spiel, wie jedes andere auch, non-duales Bewusstsein ist der raumlose Raum, in dem alle Spiele (scheinbar) stattfinden. Spiritualität bewegt sich auf der Linie der Zeit, non-duales Bewusstsein kennt keine Zeit. Spiritualität setzt auf Evolution und Transformation, non-duales Bewusstsein setzt auf überhaupt nix – es sitzt. NICHT-DUALES BEWUSSTSEIN UND SPIRITUALITÄT, Elias Satyānanda 2018

Das Denken vollzieht sich in der Zeit, es gibt ein Nachdenken und ein Vordenken, es gibt ein Davor und ein Danach, ein *a priori* und ein *a posteriori* im Denken, je nachdem, ob es nach der Erfahrung (Empirie) zu seinen Folgerungen kommt oder ob es versucht, im Denken noch vor jeder Erfahrung anzusetzen.

In den traditionellen Erkenntnistheorien der europäischen Neuzeit (Rationalismus und Empirismus) wurde generell angenommen, dass zumindest im Bereich der Mathematik und der Logik Wissen *a priori* möglich ist. Ein Teilprojekt der Aufklärung untersuchte die Frage, ob es solche unhintergehbaren Gesetze auch im Bereich der Naturwissenschaft und der Ethik geben könne, um mit dem Geltungsanspruch religiöser Offenbarung konkurrieren zu können. Nur Urteile *a priori* konnten den Anspruch erheben notwendigerweise und nicht nur zufällig, aufgrund der augenblicklichen Situation, wahr zu sein. Rationalisten wie René Descartes oder Gottfried Leibniz beharrten darauf, dass Menschen epistemischen Zugang zu solchen Wahrheiten auch ohne Empirie (sinnliche Erfahrung) haben, während Empiristen wie John Locke oder David Hume nur Urteilen über die Tätigkeit des eigenen Geistes den Status von Urteilen *a priori* zubilligten. In der Philosophie Kants, die eine Synthese von Rationalismus und Empirismus bilden soll, sind strukturelle Bedingungen der erfahrbaren Welt – wie die Kategorien oder die Strukturen von Raum und Zeit, die Kant „Formen der sinnlichen Anschauung“ nennt – *a priori*, da sie transzendente Bedingungen der Erfahrung überhaupt sind. Er verwendet den Ausdruck – zunächst noch im Sinn der rationalistischen Tradition – für Erkenntnisse, die auf keiner konkreten empirischen Erfahrung beruhen und daher die Form allgemeiner und notwendiger Urteile annehmen können. Eine Untersuchung, die sich auf die im Erkennen selbst liegenden Voraussetzungen und Bedingungen jeder Erkenntnis bezieht, nennt Kant transzendental. Diesen methodischen Ansatz bezeichnet er auch als Transzendentalphilosophie.

Die philosophische Ekstase als ein Herausstehen aus dem Existieren und Hineinragen in die Ek-Sistenz (siehe Heidegger, *Sein und Zeit*) wird erst durch die phänomenologische Methode möglich, wie Husserl, der Lehrer Heideggers, sie entwickelt hat. Die Routine des Existierens auf einem niederbewussten Niveau des Funktionierens wird unterbrochen durch das Aufscheinen der Existenz als Ek-Sistenz. In einem Moment der Klarheit erscheint dem Bewusstsein das Sein als Phänomen, ungetrübt durch das dumpfe Vielerlei, Allerlei und Einerlei des Alltags. In solchen Momenten stellt sich ein neues Daseinsgefühl, ein neues Körpergefühl ein.

Der französische Psychiater Eugène Minkowski führte den Begriff ‚*moi ici maintenant*‘ ein.

Dem Hier und Jetzt ist das *moi*, das Ich, hinzugefügt, besser: voran- und vorausgesetzt. Das Ich ist eingebettet in Raum und Zeit, *ici*, hier, ist der Ort, *maintenant*, jetzt, das ist der Zeitpunkt. Sowohl das Hier als auch das Jetzt stehen nicht fest, sondern gehen mit, sie begleiten das Ich auf der Wanderung seines bewussten Lebensvollzugs. Aber nur manchmal wird das Hier und das Jetzt zur Rahmung einer Wahrnehmung, die Sinn für das Phänomenale hat. Es sind diese seltenen Momente, in denen das Bewusstsein wahrnimmt, wie es eingebettet ist, und dass diese Einbettung Voraussetzung ist für ein Ich, dass sich bewusst wird, dass es sowohl in der Zeit lebt als auch eine Zeitlosigkeit erleben kann; dass es nicht nur zwischen Orten, sondern auch zwischen Räumen wechseln kann, und dass es durch eine ekstatische Erweiterung des Raumgefühls mit dem Unendlichen verbunden ist, das alle Räume und Zeiten umfasst.

Husserl beanspruchte für die Phänomenologie eine universelle Gültigkeit, wenn auch das Erreichen universell gültiger Aussagen ein

im Unendlichen liegendes Ziel“ ist.

Ort der Letztbegründung ist das transzendente Ich, das man in der Reflexion gewinnt.

Das ego ist die letzterreichbare Instanz für jede Form von Sinn. Seine Existenz ist zweifelsfrei (apodiktisch evident).

Die Bewusstseinsinhalte hingegen fließen in der Zeit und ihre Evidenz kann nur adäquat sein.

Aufgabe der Phänomenologie ist es, nicht die Existenz, sondern den Seinsinhalt dieses ego in einer reflexiven Analyse näher zu bestimmen.

Dieser Akt ist eine Form „transzendentaler Selbsterfahrung“.

Die transzendente Selbstkritik ist die auf Letztbegründung abzielende erste Erkenntniskritik an sich.

„Das transzendente Ich ist rein in sich; es vollzieht aber in sich eine Selbstobjektivation, gibt sich selbst die Sinnesgestalt ‚menschliche Seele‘ und ‚objektive Realität‘.“

Husserl betont die „Identität von transzendentelem Ich und empirischen Ich.“, weist aber zugleich auf die Differenz hin, die in sich einen paradoxen Charakter hat.

„Unvermeidlich bleibt die Differenz zwischen der empirischen und transzendentalen Subjektivität, und doch auch unvermeidlich, aber auch unverständlich ihre Identität.“

Das Paradox fordert dazu heraus, im Denken die Struktur des *Entweder-Oder* zu verflüssigen und zu einem *Sowohl-als auch* zu gelangen, nicht nur im Denken, sondern im Erleben, im phänomenologischen Vollzug, meditativ dieses Erleben sich als Phänomen erschließend.

*Ich selbst als transzendentales Ich ‚konstituiere‘ die Welt und bin zugleich als Seele menschliches Ich in der Welt.
Der Verstand, der der Welt sein Gesetz vorschreibt, ist mein transzendentaler Verstand, und dieser formt mich selbst nach diesen Gesetzen, er, der doch mein, des Philosophen, seelisches Vermögen ist. – HUSSERL: Krisis der europäischen Wissenschaften.*

Das Ich der Ichologie ist nicht das empirische, sondern das transzendente Ich. Der erste Band der *Ichologie* (2012) wird eingeleitet mit einem Satz von Sri Aurobindo:

Das Ego zu überschreiten und unser wahres Selbst zu sein, uns unseres wirklichen Wesens bewusst zu sein, es zu besitzen, die wirkliche Seinswonne zu besitzen, ist daher der Letzt-Sinn unseres Lebens hier; es ist der verborgene Sinn unserer individuellen und irdischen Existenz.“ Sri Aurobindo, Das Göttliche Leben

Hier wird das empirische Ich Ego genannt und soll nicht im Zuge einer spirituellen Entwicklung aufgelöst werden oder sterben müssen, sondern dient dazu, überschritten zu werden.

Wie mit allen Grenzen ist es auch hier so: Ohne Grenze keine Grenzüberschreitung. Ohne Grenzüberschreitung keine Transzendentes Ich das sich seiner selbst bewusst wird.

Das phänomenologische Denken ist mehr als ein rein rationales Denken: es durchstößt durch die Überschreitung der Grenzen des rationalen Denkens die Trennung, die sich im Denken aufgebaut hat und gelangt zu einer Einheitsschau, wie sie Nikolaus von Kues in seinem Konzept der *coincidentia oppositorum* beschrieben hat.

Exkurs: Nikolaus unterscheidet zwischen Vernunft (*intellectus*, Intellekt) und Verstand (*ratio*). Mit „Verstand“ meint er die Kraft, welche die Sinneseindrücke ordnet, indem sie zwischen ihnen unterscheidet und somit einschließt und ausschließt, also auch negiert, wozu die Sinne nicht in der Lage sind. Alles verstandesmäßige Wissen ist auf Relatives bezogen, da es auf Vergleichen beruht. Der Verstand grenzt etwas ab und bestimmt

(definiert) es damit. Seine Objekte sind dadurch gekennzeichnet, dass sie ein Mehr oder Weniger aufweisen können. Etwas Absolutes oder Unendliches kann der Verstand nicht erfassen, denn für ihn besteht zwischen dem Endlichen und dem Unendlichen keine Proportion. Er versagt dort, wo die Vergleichserfahrung fehlt. Dennoch kann der Mensch den Begriff der Unendlichkeit entwickeln und sich dem Unendlichen geistig annähern. Dazu verhilft ihm eine besondere Fähigkeit, die Vernunft, die nach Nikolaus' Überzeugung weit über dem Verstand steht. Indem die Vernunft das unterscheidende Negieren des Verstandes, der Gegensätze nur getrennt denken kann, negiert, gelangt sie zum Begriff der Unendlichkeit und der unendlichen Einheit, in der die Gegensätze in eins zusammenfallen (koinzidieren). Dieser Koinzidenzbegriff ist als Vernunftinhalt der Verstandestätigkeit unzugänglich; für den Verstand ist er paradox. Nikolaus hat sich zeitlebens darum bemüht, die „einfache Einheit“ Gottes, in der alle Gegensätze zusammenfallen, geistig zu erreichen. Im Verständnis der Koinzidenz sieht er eine unbedingt erforderliche Voraussetzung für die Gotteserkenntnis. In seiner 1440 entstandenen Schrift *De docta ignorantia* („Über die belehrte Unwissenheit“) vertritt er die Ansicht, die Vernunft sei endlich und könne daher ebenso wie der Verstand die Widersprüche nicht übersteigen und die Koinzidenz nicht erreichen. Später, in *De coniecturis* (um 1442) und den im Zeitraum 1445–1447 verfassten kleinen Schriften, schätzt Nikolaus die Möglichkeiten der Vernunft höher ein. Nun meint er, sie könne gegen den Widerstand des Verstandes die Widersprüche überwinden und damit paradoxe Einsichten erlangen, etwa das Größte mit dem Kleinsten gleichsetzen. Darüber hinaus schreibt er nun dem Menschen die Fähigkeit zu einem „göttlichen“ Denken zu, das auch den Gegensatz von Affirmation und Negation im Sinne der Koinzidenz transzendiert. Er behauptet, dieses göttliche Denken lasse auch die Vernunft und deren Verständnis der widersprüchlichen Gegensätze hinter sich, um sich der absoluten Einheit und Unendlichkeit zuzuwenden. Gott sei nicht die Koinzidenz der Gegensätze, sondern das Koinzidenzdenken sei nur die der menschlichen Vernunft angemessene Art, sich ihm zu nähern. Daher bezeichnet Nikolaus 1453 in *De visione dei* die Koinzidenz als „Mauer“ zwischen dem Gottsuchenden und Gott. Er

sieht jedoch in dieser Mauer kein unüberwindliches Hindernis.

Das Einheitsbewusstsein, das durch Einheitserfahrungen aufgebaut wird, nährt sich von einem ekstatischen Erleben einer Einheit, die die Trennung in der Welt überwindet, jedoch nicht aufhebt. Das Getrennte besteht weiterhin und wird wahrgenommen als solches, nur so ist Unterscheidung möglich. Aber das energetische Erleben der Einheit löst das Entweder - Oder auf. Die beiden Pole verbinden sich auf energetischer Ebene zu einer Dreiheit, die als verbindendes Band, als vereinigender Energiefluss, subjektiv erlebt als Strom der Liebe das Getrennte durchfließt und vereint. Dieses Erlebnis ist kein Objekt. Subjektivität zeichnet sich aus durch eben diesen energetischen Aspekt, der in der abendländischen Denktradition vernachlässigt wurde: subjektive Wirklichkeit konstituiert sich energetisch, und durch das Fließen von Energie ereignet sich Verbindung und Verbundenheit, Einigung durch Vereinigung.

Es ist ein Moment im Bewusstsein, das ekstatisch ein höheres Bewusstsein anpeilt, es ist ein Phänomen, das das Bewusstsein erhellt, durchlichtet und erleuchtet.

Ekstase wird oft als Überwältigung beschrieben. Aber diese Beschreibung geschieht aus der Wahrnehmung des empirischen Ichs, das überall Getrenntes sieht und diese Sichtweise als einzig mögliche sich zu eigen gemacht hat. Das spontane Zusammenschauen der zusammenfallenden Gegensätze wird oft als Zusammenbruch des Gewohnten erlebt, es erschüttert, ent-setzt, ent-zückt zugleich. Die Erregungen verkörpern sich durch Zuckungen, das Entsetzen wird beschrieben als eine Ekstase des *Außer-sich-seins*. Doch das Setzen im Entsetzen verweist auf eine andere ekstatische Befindlichkeit, philosophisch auch als Enstase bezeichnet, also

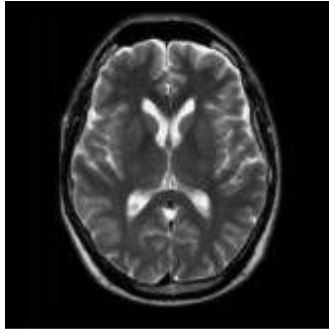
als ein inniges *Bei-sich-sein*, als ein gesteigertes *In-sich-sein* beschrieben.

Und so habe ich es erlebt: Die Gleichzeitigkeit, die Getrenntes, Vereinzelt mit der Schau einer übergeordneten Einheit im Bewusstsein (als Idee, als Ideal, aber auch und vor allem als Phänomen, das sich im Bewusstsein ereignet) koexistieren lässt, lässt auch koinzidieren, koitieren. (Koitus wörtlich: das Zusammengehen, von *co* = zusammen und *itus* =gehen)
Ohne den dynamischen Aspekt des Zusammengehens kommt kein Zusammensein zustande, auch nicht im Bewusstsein.

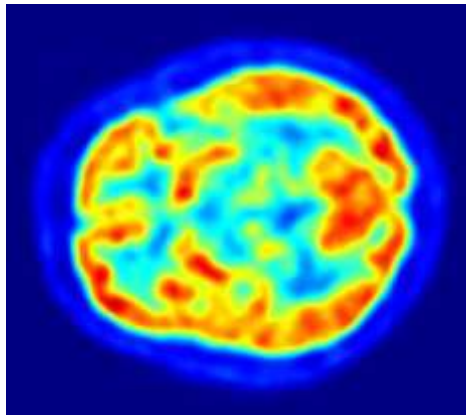
Das Stehen im Wort Ekstase/ Entstase beschreibt den Zustand als einen besonderen, als einen Zustand des Heraus-Stehens oder Ein-stehens. Wie auch immer -
Ich erlebte spontan eine nicht-alltägliche Standfestigkeit: Die Wände, die das Magische Theater umgeben und das Tageslicht ausgeschlossen hatten, verflüssigten sich, lösten sich, fielen weg, als wären sie überflüssig geworden, und das waren sie auch, denn das Experiment war zu Ende, auch das Denk-Gehäuse, das als Rahmung gedient hatte, diese verrückte Realitätskonstruktion, die auf Messungen von Gehirnwellen basierte, das war nun passé.

Oder doch nicht ganz. Denn in der nächsten Nacht träumte ich, dass „wir alle“ zu einer Konferenz einfanden, und ich erinnere nur dieses Strömen der Menschen auf ein Ziel hin. Das Sich-Einfinden war schon ein Teilergebnis der Suche, aber was suchten wir? Die Hände an die Schläfen gelegt, so versanken wir im gemeinsamen Grübeln, aber es war kein Grübeln, sondern eine neuartige Form der Massage, mit der wir Areale unseres Gehirns aktivieren und synchronisieren konnten, und während wir das taten, erschien ein großes Schaubild auf einer Tafel, das uns „unser Hirn“ in einem bildgebenden Verfahren der Nuklearmedizin in leuchtenden Farben der Positronen-Emissions-Tomographie zeigte. Und

die Farben wurden immer leuchtender, je länger wir uns sanft massierten und eins wurden, und all dies nur für einen Moment, in dem Augenblick, als ich erwachte. Das war der Traum von der Neuroplastik. Das war eindeutig ein Traum, also wirklich wirksam.



Die Nussschale des Gehirns.



Würde sich die transzendente Erfahrung der Gotteserkenntnis in den bildgebenden Verfahren der Hirntomographie niederschlagen? Würde sie sich, was ihre Intensität betrifft, messen lassen? Könnte man auf die Art des Gottesbildes rückschließen?

Wie wirkt sich Gott im Hirn aus?

Gibt es einen *God spot*? Scientists have speculated that the human brain features a “God spot,” one distinct area of the brain responsible for spirituality. Now, University of Missouri researchers have completed research that indicates spirituality is a complex phenomenon, and multiple areas of the brain are responsible for the many aspects of spiritual experiences.

Worauf beruht die Komplexität des Phänomens „Spiritualität“? Spiritualität (von lateinisch spiritus ‚Geist, Hauch‘ bzw. spiro ‚ich atme‘ - wie altgriechisch ψύχω bzw. ψυχή, siehe Psyche) ist Suche und Hinwendung, ist Bezugnahme, Beziehung – so entsteht die Dynamik, die eine Entwicklung in der Spiritualität zur Folge hat. Nur so kann das subjektive Erleben einer sinnlich nicht fassbaren und rational nicht erklärbaren transzendenten Wirklichkeit in eine unmittelbare Anschauung münden. Nur so kann es zu einem Dialog zwischen Gott und Mensch kommen, der das non-duale Bewusstsein voraussetzt und zugleich überschreitet.

„Ich bin wie Gott, und Gott wie ich Ich bin so groß als Gott, er ist als ich so klein; Er kann nicht über mich, ich unter ihm nicht sein.“
Angelus Silesius, *Cherubinischer Wandersmann* 1657

Durch die Identifikation des Menschen mit Gott erfährt Gott eine wesentliche Belebung, ohne die er nicht sein, nicht erfunden oder gefunden werden könnte. Wird das menschliche Ich vernichtet (d.h. bleibt sich seiner selbst unbewusst), muss Gott den Geist aufgeben, d.h. muss aufhören zu sein.

„Ich weiß, daß ohne mich Gott nicht ein Nu kann leben, Werd' ich selbst zunicht, Er muß vor Not den Geist aufgeben.“
—Angelus Silesius

Durch die lyrische Gestaltung dieser Zeilen wird die Ungeheuerlichkeit ihrer Aussage vielleicht ein wenig abgeschwächt, so als käme sie nur aufgrund des Reimes zustande. Doch der Gedanke der INTERDEPENDENZ (der wechselseitigen Abhängigkeit) findet hier zu einem Ausdruck, der nicht missverstanden werden kann.

Gott und Ich sind vom Gesetz der Interdependenz nicht ausgeschlossen. Interdependenz ist die Voraussetzung für INTERSUBJEKTIVITÄT. Das menschliche Ich als transzendentes Subjekt begegnet Gott Subjekt auf gleicher Ebene, nämlich der Ebene eines höchstmöglich erweiterten Bewusstseins. Der Mensch begegnet seiner eigenen Göttlichkeit und macht sie sich bewusst. Husserl bahnt durch seine Phänomenologie einen Weg des Denkens, der sich erst nach und nach erschließt. Erkenntnis wird zur Wissenschaft und schließt Selbsterkenntnis auf höchster Ebene mit ein.

In solcher(phänomenologischer) Forschung wird die vorwissenschaftlich und wissenschaftlich erkennende Subjektivität thematisch, also selbst zur erfahrenen, bedachten, und sie wird zum Feld einer auf wahres Sein, wahre Urteile, Theorien über sie abzielenden Erkenntnistätigkeit der hierbei erkenntniswissenschaftlich tätigen wissenschaftlichen Personen.“
– HUSSERL: *Erste Philosophie*

Für Husserl wird das transzendente Ich, das die Epoché und die Reflexion vollzieht, zur absoluten Begründungsinstanz für alles was außer ihm selbst liegt. Der Gefahr eines idealistischen Subjektivismus begegnete Husserl ähnlich wie Fichte durch das Konzept der Intersubjektivität.

„Aber wie steht es dann mit anderen ego's, die doch nicht nur bloße Vorstellung und Vorgestelltes in mir sind, synthetische Einheiten möglicher Bewährung in mir, sondern sinngemäß eben A n d e r e?“
– HUSSERL: *Cartesianische Meditationen*

Husserls Antwort lautet: Wenn das transzendente Ich für sich in Anspruch nimmt, dass es konstitutiv für alle Erkenntnis ist, dann wird auch jedes andere transzendente Ich diesen Anspruch erheben. Jedes transzendente ego hat eine eigene *Primordialsphäre*, die in einer wechselseitigen Beziehung zu einer Erlebnisgemeinschaft wird. Das reine Ich kann sich als Person nur aus einer Fremdsicht auffassen. Ohne den Anderen ist eine Selbstobjektivierung nicht möglich. Husserl bezeichnet so den Bereich der Sphäre des Subjekts, der diesem in originaler Erfahrung zugänglich ist. Diese Eigenheitssphäre wird von ihm bestimmt als *das Erfahrungsfeld des transzendentalen Ego*: Dazu ist der jeweilig eigene Leib eines solchen Ego als Orientierungszentrum zu rechnen, ebenso sein personales Ich in Raum und Zeit. Die Primordialsphäre stellt für Husserl die grundlegende Erfahrungsschicht dar, von der aus geklärt werden soll, wie die Konstitution eines anderen Ego und damit der Intersubjektivität zu denken ist. Auszugehen ist von meinem kinästhetischen Bewusstsein, d.h. einem Bewusstsein von meinem Körper als Wahrnehmungsorgan. Indem ich einen anderen Körper wahrnehme, appräsentiere ich ihm ein ebensolches Leibbewusstsein wie das meinige. Da der wahrgenommene Körper dem meinen gleicht, verstehe ich dessen Körper in gleicher Weise als kinästhetisches System, wie es mir durch mein Leibbewusstsein gegeben ist. Somit unterschiebe ich diesem ein eigenständiges transzendentes Ego.

Der Schritt zur Intersubjektivität wird durch zwei Momente vollzogen: (a) Aufgrund der Appräsentation stellt der andere für mich ein eigenes intentionales Bewusstsein mit eigenen Sinnkonstitutionen dar; (b) aufgrund der Appräsentation weiß sich das Ich gleichzeitig von diesem Bewusstsein apperzipiert und als anderes Ego appräsentiert. Das Ich weiß sich in derselben Weise konstituiert, wie es das andere konstituiert.

Das Leibbewusstsein als Erfahrungsfeld *des transzendentalen Ego* (Husserl): Wie nehme ich mich wahr, wenn ich meine eigene Göttlichkeit wahrnehme und diese auf den anderen Körper, den ich als eben ein solches Erfahrungsfeld wahrnehme, übertrage?

ICH

Das Ichgefühl: ein Selbstversuch der Beschreibung ICH, großgeschrieben, das entwirft gefühlsmäßig eine andere Gestalt als das kleingeschriebene. Schon das Schriftbild drückt für mich Größe aus, gepaart mit Leuchtkraft und Geschmeidigkeit in der Anpassung an die jeweiligen Verhältnisse in denen das Phänomen auftritt. ICH: das I wie ein Leuchtturm, das C ein halber Kreis, der Offenheit und Zugänglichkeit signalisiert, und dann das H, ein Haus, das feststeht und nicht festhält. Mache ich mir da was vor? Zu dieser Frage kommt es erst gar nicht, denn meine Vorstellung äußert sich poetisch und entwirft Bilder, die für sich stehen.

Das Ichgefühl: Langsam hebt tritt es aus dem Hintergrundrauschen heraus und nimmt Gestalt an, so dass ich es mit den Händen nicht zu fassen meine, aber zu umrunden möchte. Ich zeichne das Unsichtbare im Raum mit den Händen nach. Es gewinnt an Kontur – das Wort trifft die kinästhetische Wahrnehmung einer ichhaften Leiblichkeit:

*Kontur = Umriss, Umrisslinie, aus frz. contourner „im Umriss zeichnen, umgeben“, eigtl. „herumgehen, –fahren (um etwas)“, aus ital. contornare „umsäumen, umgeben“, aus *contornare „im Kreis drehen“, aus lat. con– (in Zus. für cum) „mit, zusammen“ und lat. tornare „runden, dreheln“ –*

Es ist also eine Bewegung, die die Gestalt schafft: Das Dreheln ist eine Handwerksarbeit an der Drehbank, Quelle ist ein Verb mit der Bedeutung „drehen, wenden“, auch in altengl *præstan* „drehen, drücken“ und lat. *torquere* „drehen, wirbeln“.

Sigmund Freud beschreibt in seinem Werk *Das Unbehagen in der Kultur* (1921) das Ichgefühl als eines, das Störungen unterworfen unbeständige Ichgrenzen hat.

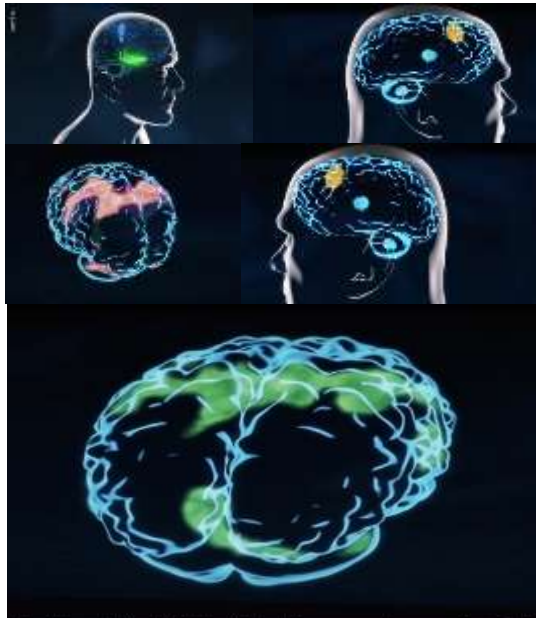
Thema ist bei Freud der Gegensatz zwischen der Kultur und den Triebregungen. Die Kultur sei bestrebt, immer größere soziale Einheiten zu bilden. Hierzu schränke sie die Befriedigung sexueller und aggressiver Triebe ein; einen Teil der Aggression verwandle sie in Schuldgefühl. Auf diese Weise sei die Kultur eine Quelle des Leidens; ihre Entwicklung führe zu einem wachsenden Unbehagen... In wieweit ist das Thema des transzendentalen Ichs, wie es bei Husserl beschrieben wird? Sowohl Husserl als auch Freud hörten bei dem Philosophen Franz Brentano, Philosoph und Psychologe, Begründer der Aktphilosophie: Alle psychologischen Ansätze des 19. und 20. Jahrhunderts, die vom Primat des Bewusstseins und damit von einer Bewusstseinspsychologie ausgehen und auch das Psychische durch den Bezug von „Akten“ als prozessbezogene Gegebenheiten auf ihre Gegenstände hin als hinreichend gekennzeichnet ansehen, können als Aktpsychologie verstanden werden. Ihr Hauptbegriff ist die *Intentionalität*, (von lat. intentio = Absicht, Anspannung, Anstrengung, Aufmerksamkeit, Sorge, Vorhaben) nach der psychische Phänomene *Akte* darstellen, die auf Objekte *gerichtet* sind, aber mit ihnen nicht übereinstimmen („intentionale Inexistenz der Gegenstände“). Der psychische Akt als intentionale Gerichtetheit des Bewusstseins wird nach Brentano von den psychischen Inhalten, d. h. den Gegenständen, auf die das Bewusstsein des Menschen gerichtet ist, unterschieden. Von hier aus sind Freud und Husserl verschiedene Wege gegangen.

Fazit meines Selbstversuchs:

Das Ich ist offen. Das Selbst schließt sich im Selbstbezug.
Ich trete in den vorgezeichneten Raum der transzendentalen Selbsterfahrung ein und erfahre mich als Gestalt, als ICH.
Der Selbstversuch beginnt hier statt hier zu enden.

Noch wirkt in mir der Traum nach, mehr als alle Experimente.

Ich träumte, dass die Wirklichkeit der neuroplastischen Selbstversuche im kollektiven Rahmen einer Konferenz auf ihre Wirksamkeit geprüft und für geeignet befunden wurde.



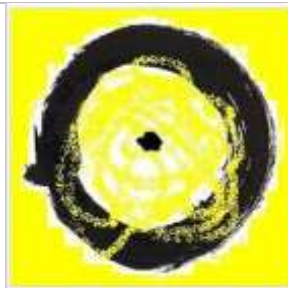
Wir massierten die leuchtende Masse die unter unseren Händen Gestalt annahm...in einer synchronen kreisenden Bewegung, die in die Materie eindrang und sie verwandelte...unter unseren Fingerspitzen, ein Teil der Materie, aber in den Spitzen der Ausstrahlung...geistig ausstrahlend...wirkten...

Und während ich dies träumte, „wusste“ ich im Traum, dass dies die eigentliche Wirklichkeit war, die ich gesucht hatte. Ich konnte sie wahrnehmen mit neuen Sinnen, die mir nur im Traum gegeben waren als neue Natur.

Am Anfang war der Unterschied. Im Nachwirken des Traums verstehe ich den Satz, den ich zufällig hörte, in einem neuen Sinn.



En Sof
(hebr. „es hat kein Ende“)
bezeichnet
das Unendliche,
die äußerste Wirklichkeit
von Gott ,
der Gott jenseits von
Gott.



Aus der
Zusammenziehung
(heb. *Tzimtzum*) des
undefinierbaren und
unbestimmten Urlichts
des En Sof entsteht
nach Isaak Luria die
Schöpfung. Es handelt
sich dabei um eine
Selbstoffenbarung, die
durch Selbstentäußerung
zur Selbstschöpfung wird.

Gott macht den Unterschied.

Die Schöpfung basiert auf dem ekstatischen
Heraustreten Gottes aus sich selbst.
Das gibt mir die Kraft und die Vision, ekstatisch zu leben.