

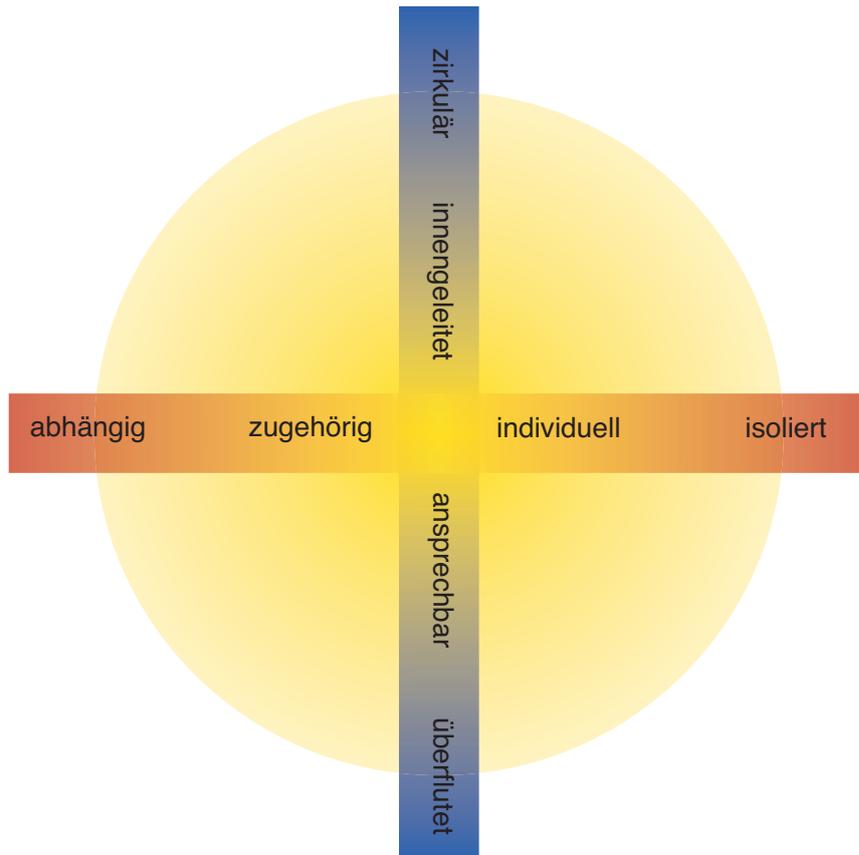
Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmer, ich freue mich, dass ich nach diesen zwei schönen Seminartagen noch etwas zum Thema Heilsein beitragen darf. Mein Thema lautet:

Stimmungen, Balancen, Grundkräfte – ein Modell des Heilseins

Psychotherapie funktioniert – immer wieder staunt man auch über schnelle und tiefgehende Änderungen. Ohne Zweifel wird hier etwas „verbessert“ oder „geheilt“. Ich habe versucht, die Faktoren, die mir am wichtigsten erscheinen, in eine Ordnung zu bringen. Ich möchte damit einen Vorschlag machen, wie man soetwas wie „Heilsein“ und Heilwerden verstehen könnte. Es ist ein dynamisches, psychologisch-philosophisches Modell.

In der Grafik Ihrer Tischvorlage sehen Sie eine Veranschaulichung. Die Elemente der Grafik bilden gleichzeitig die Gliederung der ersten Vortragshälfte.

Stimmungen: Zuversicht – Wertschätzung – Vertrauen



Grundkräfte: Leib – Sozialität, Kultur – Naturbindung

Über dem Kreuz finden Sie die drei Stimmungen Zuversicht, Wertschätzung, Vertrauen, die in jedem Therapieprozess und auch in unserem Leben eine herausragende Rolle spielen. Sie bilden sozusagen die Luft, in der allein Beziehung und Begegnung fruchtbar sein können.

Das große Kreuz, das „Heilkreuz“ könnte man sagen, zeigt zwei sich kreuzende Balancen aus polaren Kräften, die jeweils zusammen wirken und in allen Lebenssituationen neu austariert werden müssen.

Hier gibt es keine endgültigen Lösungen. In der roten Querachse, dem psychologischen Grundkonflikt, geht es um die Balance von Zugehörigkeit und Individualität.

In der blauen Senkrechten, dem philosophischen Grundkonflikt, ist die notwendige Balance unserer Sensibilität zwischen Ansprechbarkeit und Innengeleitetheit eingetragen. Ansprechbarkeit ist ein hohes Gut. Ein hohes Gut ist aber auch eine Vernünftigkeit, die sich nicht zu leicht von Eindrücken überfluten läßt. Auch hier gibt es wieder keine endgültige Lösung, sondern im guten Fall ein situationsadäquates Ausbalancieren.

Die goldene Mitte und das Heilsame liegt bei beiden Achsen im unscharf abgegrenzten gelben Bereich. Außerhalb des gelben Kreises beginnt allmählich das Ungesunde, wie wir es als psychisches Leid oder als „Störung“ kennen.

Unter dem Kreuz finden wir dann noch drei sozusagen „nachwachsende“ Grundkräfte.

Da ist einmal unser Leib, die Gesundheit und der Schlaf, dann

zweitens unsere Sozialität als Kultur und Begegnung und

drittens unsere Bindung an die Natur.

Die ersten beiden Punkte, Leib und Sozialität, werde ich nur kurz streifen, auf die dritte Grundkraft möchte ich dann ausführlicher eingehen und der Naturphilosophie die zweite Vortragshälfte widmen.

Zunächst also zur ersten, zur psychologischen Hälfte.

Ich habe mir nun überlegt, die weiteren Erläuterung des Heilkreuzes hier zu überspringen. In der Fußnote ihrer Tischvorlage finden Sie den Link zum Pdf des kompletten Vortrags.

1. Drei Stimmungen: Zuversicht, Wertschätzung, Vertrauen

Die Wirkung von Zuversicht auf den Heilerfolg ist Psychologen selbstverständlich und auch Medizinern vertraut. 1830, in St Petersburg, wurde der Placebo-Effekt wohl das erste mal wissenschaftlich untersucht. Man wollte die damals neue homöopathische Medizin auf ihre Wirksamkeit hin untersuchen. Es wurden mehrere Gruppen gebildet. Der Placebo-Gruppe ging es am Besten.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1484568/>

Der sogenannte „Placebo-Effekt“ bezeichnet ein Gefühl der Zuversicht, das Selbstheilungskräfte aktiviert und den Kranken beim Gesundwerden unterstützt.

Die Grundhaltungen des Gesprächspsychotherapeuten nach Carl Rogers aus den 50er Jahren klingen hier an: bedingungslose Wertschätzung, Empathie und Wahrhaftigkeit.

2. Balance im psychologischen Grundkonflikt: zugehörig und individuell

Menschen haben ihren Stolz und ihre Würde, d.h. anders gesagt, sie können verletzt und beleidigt werden.

Menschen wollen sich richtig benehmen und richtig leben. Sie wollen einerseits so sein wie die anderen in ihrer Gruppe und andererseits als unverwechselbares Individuum sichtbar zu werden. Der sogenannte psychologische Grundkonflikte

zwischen Zugehörigkeit und Individualität erfordert ein ständiges Ausbalancieren.

Gibt es hier überhaupt einen heilen Zustand, was kann Heil hier bedeuten? Heile soziale Verhältnisse sind jedenfalls keine fixen Zustände, allenfalls friedliche Phasen, in denen eine *Vertrauensbasis* stabil genug ist, um nach Streit und Missverständnis eine Balance im Grundkonflikt immer wieder neu auszutarieren.

– Vertrauen

„Vertrauen“, jetzt ist das Stichwort gefallen, das klingt vielversprechend. Zusammen mit dem bisher genannten haben wir nun schon drei Leitsterne gefunden: Vertrauen, Zuversicht und Wertschätzung.

Das kommt den theologischen Tugenden sehr nahe: Glaube, Hoffnung und Liebe.

[[πίστις, ἐλπίς, ἀγάπη – fides, spes, caritas. Luther: „Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; aber die Liebe ist die größte unter ihnen.“ (Paulus, 1 Kor 13,13)]]

Ist das das Heil oder der Weg dahin, können wir Therapeuten hier Schluß machen und an die Theologen übergeben? Ich denke nicht. Einer der großen Fortschritte dieser neuen Seelsorge liegt in der Würdigung und Wertschätzung der Ambivalenz der Gefühle. Am Beispiel des Vertrauens will ich das etwas verdeutlichen.

Menschen sind Beziehungswesen. Alle Gefühle und Werte müssen in ihrem Beziehungscharakter verstanden werden. Vertrauen ist nicht nur ein erhebendes, humanes Gefühl, sondern auch ein Ausschließungsvorgang. Es gibt Schieflagen des Vertrauens und der Wertschätzung, die so weit gehen können, dass die Ausgegrenzten in eine lebensbedrohliche Lage kommen.

[[Anhang 1 – Ein Fallbericht zur Verdeutlichung]]

Einseitige Wertschätzung kann z.B. ein Pendant narzistischer Missbrauchs sein. Er beruht auf dem Nicht-Wahrnehmen von Schattenseiten, sowie auf einer Selbstverleugung und Selbstabwertung des einen der Beteiligten. Vertrauen ist etwas lebensförderndes wenn es ausreichend wechselseitig ist und auf Selbstvertrauen aufbauen kann.

Ein ausbalanciertes System des Vertrauens und der Wertschätzung kann so etwas wie einen temporären heilen Zustand beschreiben. Es fühlt sich stabil an – und

erst im Nachhinein merkt man, dass das System der Wertschätzung nicht unbegrenzt sicher und immer wieder Herausforderungen ausgesetzt ist.

Wie funktioniert dieses System? Wieso nehmen wir manches nicht so recht wahr, obwohl uns das Nicht-wahrnehmen sehr schaden kann – was hat das für einen Sinn?

3. Balance im philosophischen Grundkonflikt: ansprechbar und innengeleitet
Die bisherigen Momente, die Heilung fördern waren Vertrauen, Zuversicht, Wertschätzung und ein ausbalanciertes System der Wertschätzungen.

In der senkrechten, blauen Achse der Ansprechbarkeit dreht es sich um die Balance von Sensibilität versus Verslossenheit. Wovon lassen wir uns ansprechen und bewegen und was nehmen wir bestenfalls zur Kenntnis.

[[Es ist die Senkrechte des Wahrnehmens zwischen einer Überflutung durch Eindrücke (phil.: Empirismus, Sensualismus) einerseits und stark selbstbezoglicher, zirkulärer (Selbst-)Wahrnehmung (phil.: Platonismus, Konstruktivismus) andererseits. Dem gelben Heilsamen im mittleren Bereich gelingt die Balance aus Ansprechbarkeit und Innengeleitetheit.]]

Dieses System des Wahrnehmens liefert die innerpsychischen Werkzeuge, um im psychologischen Grundkonflikt Lösungen oder echte Kompromisse bilden zu können.

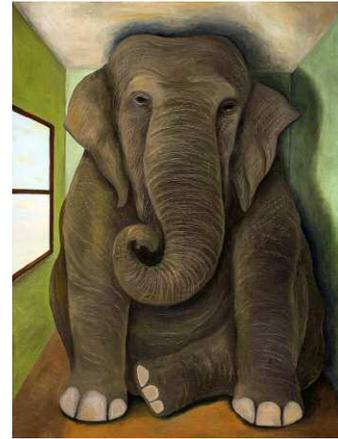
Ich möchte diese These nun genauer erläutern. Zum Gefühl der Zugehörigkeit gehört eine gewisse Atmosphäre an Vertrautheit und Übereinstimmung. Jedes Arbeitsumfeld und jede Familie atmet einen eigenen Geist, es existiert ein Betriebsklima oder ein Gruppengeist. Ein neues Gruppenmitglied ist erst dann in der Gruppe angekommen wenn es innerlich dabei ist und sich ein Stück anverwandelt und eingefügt hat.

Die entscheidende psychische Funktion, die diese Vereinigung ermöglicht, ist das abgetönte Wahrnehmen widerstrebender Phänomene. Menschen sind Meister des getönten Wahrnehmens. Sie sind in der Lage enthusiastische Wirgefühle zu erleben, aus denen sie am Ende wie aus einem Traum erwachen.

Getöntes und selektives Wahrnehmen ist ein Phänomen der Verliebtheit und der Massenpsychologie, aber auch ein normales Alltagsphänomen. Es ist die Voraussetzung für das Gefühl der Übereinstimmung mit anderen.

Menschen nehmen für diese Übereinstimmung ungeheuer viel in Kauf.

Im Englischen existiert dazu die humorige Metapher vom „elephant in the room“.



„Da ist ein Elefant im Zimmer“, soll heißen jeder nimmt das Problem überdeutlich wahr, alle werden von ihm erdrückt, aber niemand spricht darüber.

Ein Kind treibt dieses Ablenden gezwungenermaßen noch viel weiter. Negative Erfahrungen dürfen auf keinen Fall zu deutlich wahrgenommen werden.

[[Das Gefühl der Übereinstimmung darf nicht gefährdet werden. Problematisches und Traumatisierendes muss daher hinter Selbstbeschuldigung, Verständnis oder Parentifizierung verschleiert oder ganz abgespalten, dissoziiert werden.]]

Ein Kind hat keine andere Möglichkeit, es muss den Bezugspersonen um jeden Preis wohlgesonnen bleiben.

[[Die Methoden des Ablendens, die es erfindet, sind die damals für das Kind besten Lösungen.

Die Herausbildung einer getönten und geschönten Wahrnehmung ist also einerseits Voraussetzung aller sozialen Gruppen. Andererseits ist die Verfestigung der Tönung der Grund für viele Erstarrungen und schädliche Ausgrenzungen von Wahrheiten.]]

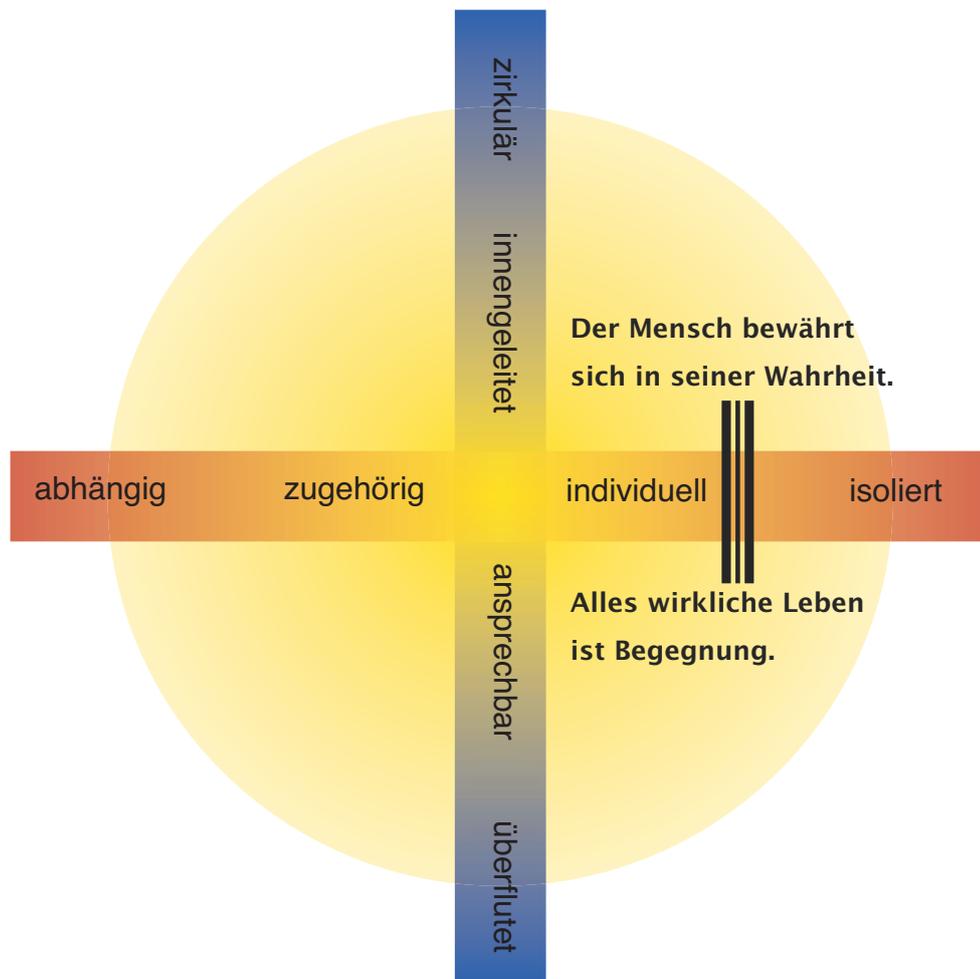
Die Frage, die sich hier nun stellt, ist die Frage nach den Ressourcen, die immer wieder dazu führen, dass Abgeschattetes dann doch wahrgenommen werden darf und der Elefant im Zimmer dann doch seine angemessene Berücksichtigung findet.

Ich möchte das Heilkreuz für Sie lieber am Denken Martin Bubers verdeutlichen. Jeder Mensch beantwortet die beiden Balancen ständig – und auch mit seinem Charakter, so auch Martin Buber.

Begegnung und Wahrheit, Bindung und Kosmos bei Martin Buber

Ich möchte versuchen, Kernaussagen Bubers im Heilkreuz einzuordnen. Das soll keine starre Schublade sein, sondern zeigen, in welchem Spannungsfeld wir uns hier im Denken Bubers befinden. Eine Einordnung ist auch eine Suchfunktion: sie kann zeigen, welche Lebensaspekte in diesen Aussagen eher abgeblendet sind und damit auch das Originäre dieses Denkens verdeutlichen.

Beginnen wir mit Bubers bekanntestem Zitat: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“. Hier geht es ganz deutlich um ein Angesprochenwerden; offen und bereit kann der Andere für mich ein Gegenüber werden, das mich erreicht und bewegt. Zum anderen betont der Satz deutlich das Individuelle, das Situative. Dieser konkrete Mensch begegnet hier in seiner unwiederbringlichen Einmaligkeit. Die Welt der Beziehung ruht auf einem Ich–Du–Verhältnis, in Bubers Worten: „Das Grundwort Ich–Du stiftet die Welt der Beziehung.“



Im Heilkreuz ordne ich dieses Thema daher in den Quadranten rechts unten ein.

Ein zweiter von Buber immer wieder formulierter Gedanke ist der der individuellen Wahrheit. Der Gedanke reicht ins Religiöse hinein – wir sind von Gott als dieses Individuum gemeint. Gott verfolgt mit diesem Individuum eine Intention, wenn uns diese auch nur als Ahnung bekannt ist. Der Mensch bewährt sich im Dienst am Ziel der Schöpfung wie es geoffenbart wurde. Der Mensch hat, von der Person her gedacht, seine Wahrheit zu finden und sich darin zu bewähren.

„Die menschliche Wahrheit ist eine Bewährung durch Wahrsein.“ (Bilder von Gut und Böse, S. 49 und S. 75)

Auch dieser Gedanke betont das Individuelle, den einzelnen Menschen. Zum anderen betont er aber nicht etwas situatives, sondern etwas substanzielles oder gar metaphysisches. Er ist nicht geleitet von konkreten, kontingenten Ereignissen wie sie eine Begegnung charakterisieren, sondern von einer tiefliegenden, inneren oder religiösen Idee: Die Einzigkeit des Menschen ist ihm zur Erfüllung seiner Wahrheit anvertraut.

Im Heilkreuz ordne ich diesen Gedanken daher in den Quadranten rechts oben ein. Dorthin schreibe ich: Der Mensch bewährt sich in seiner Wahrheit.

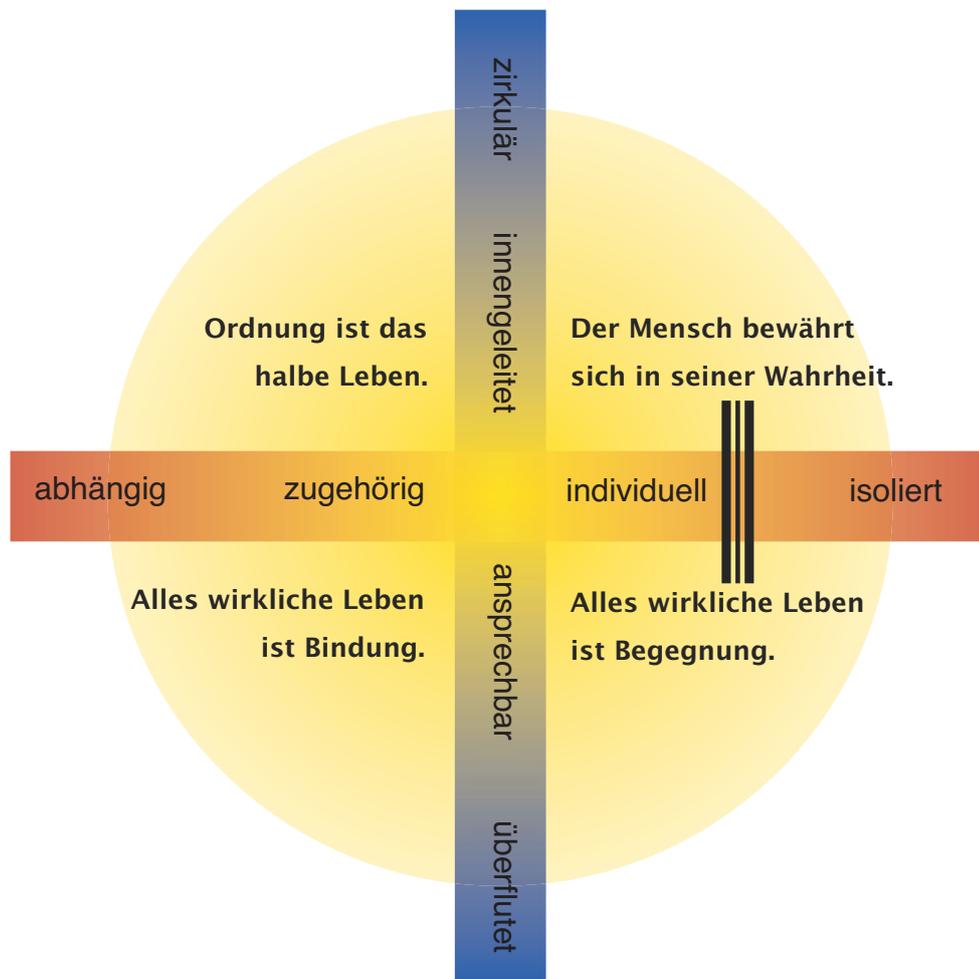
Begegnung und Wahrheit spielen in Bubers Denken eine zentrale Rolle. Buber stellt sie in ein gegenspanniges Verhältnis zueinander: die flüchtige und situative Begegnung wird eine tiefe und echte wenn sich in ihr – und sei es für einen Moment – zwei Wahrheiten begegnen, wenn die Dialogpartner mit der Wahrheit ihres ganzen Wesens gegenwärtig sind.

Die Verknüpfung von Wahrheit und Begegnung erlaubt es, zwei strukturell mögliche Übersteigerungen zu vermeiden:

einmal das Unheil des hysterischen Kontakts, der manischen Oberflächlichkeit und zum anderen die Erstarrung in einem überzeitlichen Wahrheitsbegriff, der vornehmlich um sich selbst kreist – wie etwa im religiösen Fanatismus.

Wahrheit und Situativität werden bei Buber jeweils von ihrem Gegenspieler eingefasst: Wahrheit geschieht in Situationen und in jeder Situation wiederum geht es darum, in seiner ganzen Wahrheit gegenwärtig zu sein. In seinen frühen Schriften spricht Buber auch vom verstreuten Funken Gottes (Schechina, die Wohnstatt Gottes verstreut im Exil für die Chassidim), der ganz allgemein im Alltag zu heben ist.

Wenn nun diese Polarität von Begegnung und Wahrheit Bubers Denken halbwegs treffend charakterisiert, dann sieht man, dass die linke Seite des Heilkreuzes damit noch nicht besetzt ist. Welche Aspekte des Lebens werden demnach bei Buber eher abgeblendet und geraten in den Hintergrund?



In den Quaranten links-unten passt z.B. eine erfüllende Zugehörigkeit, als würde Buber sagen „Alles wirkliche Leben ist Bindung“, ein freudiges Gefühl des „Wir gehören zusammen“.

Kinder z.B. sind froh in verschiedenen Zugehörigkeiten, Familie, Gang, Klasse. Das Verbindende ist das Dazugehören als solches, weniger die Begegnung.

Buber spricht zwar in „Ich und Du“ auch von der „wahren Gemeinde“, aber nach meinem Eindruck ist deren lebende Mitte auch um die Gegenwart eines Du herum gebildet. Das Du-Verhältnis hat den Vorrang vor dem Wir-Verhältnis.

Auch in Bubers Bindung an das Judentum scheint sich dieser Vorrang zu wiederholen. In der jüdischen Glaubensweise, so Buber, finde sich der Mensch im Glaubensverhältnis, während er sich in der christlichen dazu bekehre. Dieses Sich-finden beschreibt Buber mit diesen Worten: „Der Mensch, der sich darin findet, ist primär Glied einer Gemeinschaft, deren Bund mit dem Unbedingten ihn mit umgreift und determiniert“. (Zwei Glaubensweisen, S. 11)

Auch hier ist die Gemeinschaft nicht eigentlich als Wir-Bindung gefasst, sondern als ein Bund mit dem ewigen Du, der jeden Einzelnen mit umgreift.

Bindung erscheint bei Buber, meine ich, zugunsten von Begegnung in ihrer Bedeutung zurückgesetzt.

Und zu guter Letzt: In den Quadranten links-oben passt eine Zugehörigkeit nach klaren Regeln, etwa der Satz „Ordnung ist das halbe Leben“ — und zwar ohne die Fortführung „ich lebe in der anderen Hälfte“.

Freude an Harmonie, kosmischer Ordnung und Riten sind heutzutage in Deutschland zu Recht halbwegs verpönte Gefühle. Vor gut 200 Jahren konnte Friedrich Schiller einfach sagen:

„Heil'ge Ordnung, segenreiche, Himmelstochter,
die das Gleiche frei und leicht und freudig bindet,
die der Städte Bau gegründet,

die herein von den Gefilden rief den ungesell'gen Wilden, eintrat in der Menschen
Hütten, sie gewöhnt zu sanften Sitten

und das teuerste der Bande wob,
den Trieb zum Vaterlande.“ (Das Lied von der Glocke, 1799)

Man beachte, das Gleiche wird leicht und freudig verbunden, nicht das Individuelle in seiner Eigenart. „Gleich und Gleich gesellt sich gern“. Das Gleiche fügt sich freudig ein, wie es den Menschen in dieser Balance-Achse entspricht, dass sie Teil einer Gruppe sein wollen und in dieser Hinsicht keine Individuen.

Für Buber ist das wohl ein befremdlicher Gedanke. Er widerspricht seiner anarchistischen Grundtendenz.

In diesen Quadranten würde auch gut ein Satz von Goethe passen: „Alles Behagen am Leben ist auf eine regelmäßige Wiederkehr der äußeren Dinge gegründet.“

Buber würde hier schwerlich zustimmen wie er auch der rituellen Praxis des orthodoxen Judentums reserviert gegenüberstand. Gott sei ihm kein Gesetzgeber schreibt Buber, wie Thomas Reichert zitiert hat, sondern der Mensch nehme das Gesetz an wenn er es denn als zu ihm gesagt anerkennen muß.

Die Treue zu sich selbst steht bei Buber nicht in einem Spannungsverhältnis, sondern definitiv über dem Bedürfnis nach Zugehörigkeit.

Ich fasse zusammen.

Situative Begegnung und individuelle Wahrheit sind Leitsterne Bubers. Ihre Zuordnung in das Heilkreuz legt nahe, dass bei Buber andere Aspekte des Lebensmöglichen eher abgeblendet werden. Dazu gehören eine eher unpersönliche Zugehörigkeit zu Gruppen, eine Fügung in Rituale und eine freudige Einordnung in einen Kosmos ohne göttliche, personale Anrufung.

Diese Abblendung von Bindung und Kosmos ist aber nicht als Mangel zu verstehen, sondern, um es poetisch zu sagen, als abgeschatteter Hintergrund, vor dem Bubers ewige Hochzeit von Begegnung und Wahrheit um so heller leuchten kann.

Damit komme zu den Grundkräften, die unter dem Kreuz aufgeführt sind.

4. Drei Grundkräfte:

Leib, Sozialität, Naturbindung

Woher kommen eigentlich diese Kräfte, die eine neue Intergration von Wahrheit dann doch immer wieder versuchen?

Es gibt darauf eine große und eine kleine Antwort. Die große Antwort sieht die Welt von einer umfassenden Sinnhaftigkeit durchdrungen. Auch alles neue, kontingente und scheinbar zufällige ist sinnvoll und steht im Dienste einer großen Absicht. Martin Buber hat dieses große Vertrauen in schönen Worten so formuliert:

„Daß ein einmaliges Menschenwesen erschaffen ist, bedeutet, daß es nicht zu einem bloßen Dasein, sondern zur Erfüllung einer Seinsintention ins Sein gesetzt ist ... Denn Schöpfung ist zielhaft ... das menschlich Rechte ist ja der Dienst des Einzelnen, der die mit ihm schöpferisch gemeinte rechte Einzigkeit verwirklicht.“ (Bilder von Gut und Böse, 1964, 74f.)

In dieser Sicht ist jeder Einzelne in seiner Besonderheit als solcher gemeint, eine Intention Gottes mit der dieser ein, wenn auch nur zu ahnendes Ziel verfolgt.

Die kleine Antwort, die mir bleibt, bleibt näher bei den Phänomenen. Sie sucht ihr Gott- und Weltvertrauen in der Erfahrung, sie sucht nach einer naturnahen Religiösität. Die Quelle des Boden- und Haltbildenden, des in diesem Sinne „religiösen“, liegt in dem, was uns erhält und in dem, was uns anspricht.

Man kann drei Bereiche unterscheiden, die Vertrauen begründen können.

Erstens unser Leib. Wer sich abends Schlafen legt, vertraut darauf, dass er morgens erholt wieder aufwachen wird. Und meistens hat er Recht und die Seele ist am Morgen wieder wie geputzt. Schlaf und Träume sind unverzichtbare Selbstheilungskräfte. Unser Leib trägt uns, hält uns am Leben. Das sind Quellen des Vertrauens, die alle kennen, die nicht hypochondrisch sind.

Zweitens soziale Bindungen. Man denke an das psychologische Urvertrauen wie es durch Bonding, sichere Bindungen und verlässliche frühkindliche Erfahrungen entsteht und sich in Empathie- und Kontaktfähigkeit fortsetzt. Die Bindungsforschung und Resilienzforschung haben gezeigt, dass diese Erfahrungen ein mächtiges Reservoir an seelischer Kraft anlegen, um in kritischen Situationen zu bestehen.

[[und nicht von Angst, Lähmung und Aggression überflutet zu werden.]]

Drittens, Vertrauen in die Welt und in die Natur. Bindung an die Natur reduziert ein Fremdheits- und Kältegefühl in der Welt und stärkt Zugehörigkeit und Aufgehobensein. Ich denke, gerade im weiten Umfeld von sozialer Arbeit kommt unser Naturbezug häufig zu kurz, ich will deshalb darauf genauer eingehen und damit auch den Horizont des Themas „Heilsein“ weiter öffnen.

Unsere Bindung an die Natur hat sich im Laufe der Geschichte durch eine zunehmende Distanzierung stark verringert. Der moderne Mensch fühlt sich weniger als Teil der Natur – etwa als Mensch unter Tieren – sondern mehr als ihr Gegenüber. Ein direktes Angesprochenwerden durch Natur nimmt ab.

[[Naturerleben wird zu einer Randerscheinung in den Religionen und zu einer Privatsache im physikalisch geprägten Weltbild der Moderne. Das Weltverständnis lößt sich vom Naturerleben zunehmend ab; die Beschäftigung mit sich selbst nimmt zu; im Heilkreuz findet eine Verlagerung in der Senkrechten nach oben statt; so werden in den Hochreligionen Naturfeste zweitrangig und erstrangig Ereignisse der eigenen religiösen Geschichte gefeiert – Pessach, Ostern, Opferfest; die Zirkularität des Weltbezugs nimmt zu.]]

Ich möchte die folgenden Thesen vertreten und zur Diskussion stellen:

- Ein Gutteil unserer Menschheitsprobleme resultiert nicht aus politisch-ökonomischen Ursachen, sondern aus unserer *ungeheueren Naturdistanz*.
- Die Lösung des Problems bleibt unklar, aber ein Weiter in der bisherigen Richtung wird es nicht sein.

Es fällt schwer, diese „ungeheuere Naturdistanz“ klar zu fassen. Sie hat viele, verästelte Gründe. Zu drei Vorgängen möchte ich wenigstens ein paar Anmerkungen machen,

- (A) zur Distanzierung von den Phänomenen der Natur,
- (B) zur Aufladung des Alltäglichen und
- (C) zum modernen technischen Weltzugang.

(A) Distanzierung von den Phänomenen der Natur

Das Leben des Menschen hat sich in zunehmendem Maß von der Natur entfernt. Viele hundert tausend Jahre lebte er in kleinen Horden von 30 bis 100 Personen als Jäger und Sammler, nicht absolut „im Einklang mit der Natur“ – es gab auch damals in gewissem Umfang Umweltzerstörungen – aber in engem Kontakt mit ihren Phänomenen und Rhythmen.

Vor etwa zehn tausend Jahren begann mit der Seßhaftwerdung und einer zunächst langsam steigenden Technisierung ein Prozess der zunehmenden Kultivierung der Lebensumwelt.

Die Erde wurde aufgehakt und umgegraben, Getreide wurde gezüchtet, Wälder wurden gerodet, feste Häuser und immer größere Tempel und Städte wurden errichtet. Die Menschen bauten sich nach und nach ihre eigene Welt, die sich Stück für Stück von der Natur ablöste und nach eigenen Regeln und Gesetzen funktionierte oder funktionieren sollte. Das Naturgegebene wurde durch menschliches und menschengemachtes ersetzt.

Alle Naturphänomene wie Sonne, Mond, Sterne, Erde, Wasser, Luft, Tiere und Pflanzen verlieren allmählich ihre Eigenheit und büßen an erlebbarer Strahlkraft ein. Ich beschränke mich im folgenden auf die Sterne und die Sonne.

Beginnen wir bei den Sternen. Tausende Sterne sind bei sternenklarer Nacht in dunkler Gegend sichtbar. Selbst der nüchterne Immanuel Kant gerät hier vor gut 200 Jahren in seelische Bewegung, sein Gemüt wird erfüllt „mit immer neuer und zunehmender Bewunderung und Ehrfurcht“

(Kritik der praktischen Vernunft, 1788, S. 301).

Heute ist diese Nacht in und nahe der Städte und Ballungszentren zerstört, man sieht nur noch wenige Duzend oder hundert Sterne, die Milchstraße bleibt unsichtbar.

Seit einigen Jahren gibt es Bemühungen, das Fortschreiten der Lichtverschmutzung einzudämmen. Derzeit existieren weltweit etwa 50 ausgewiesene Lichtschutzgebiete. Im Naturpark Westhavelland z.B. westlich Berlin soll es genauso dunkel sein wie in Namibia. Deswegen ist es dort sogar möglich, nicht nur die Milchstraße, sondern sogar das Nachthimmelsleuchten zu sehen, die Resthelligkeit eines mondlosen Nachthimmels.

https://de.wikipedia.org/wiki/Naturpark_Westhavelland). Heute muß man schon besondere Orte aufsuchen, um das vordem Alltägliche zu erleben.

Die Sternennacht gibt es nicht mehr als normale, alltägliche Erfahrung für jedermann. Ich denke, das ist eine Verarmung, die unser unmittelbares Lebensgefühl des In-der-Welt-seins betrifft.

[[Der moderne Mensch lebt im Zimmer. Und gefragt, wie weit er sehen kann, denkt er an den Horizont und sagt 40 oder 80 km. Tatsächlich können wir viele, viele Milliarden Kilometer weit sehen. Der Andromedanebel kann bei guter Sicht normalerweise mit bloßem Auge gesehen werden. Er ist 2,5 Millionen Lichtjahre entfernt, das sind gut 20 Milliarden mal Milliarden km.]]

Nun skizzenhaft zur Sonne. Die Sonne war sicher in der gesamten Menschheitsgeschichte in allen Völkern eine Hauptgottheit. Ihre Größe, Kraft und lebensspendende Wärme ist für jeden erlebbar. Wir Menschen leben in umfänglicher Abhängigkeit und Angewiesenheit von ihr.

Auch in moderner quantitativer Betrachtung sieht man ihre Allmächtigkeit: Die Sonne gibt in jeder Sekunde mehr Energie ab als alle Atomkraftwerke der Erde zusammen in 700.000 Jahren.

In dieser astronomischen Sicht sind all unsere menschlichen Anstrengungen ein kaum wahrnehmbares Fünkchen. Unsere Sonne ist nach wie vor unser Zentralgestirn, um das sich unser ganzes Leben im wahrsten Sinne des Wortes dreht.

Aber dennoch hat sich etwa ab der Bronzezeit, 1000 v.Chr. und früher, in der Deutung unserer Sonnenbindung Grundlegendes verändert.

Am Anfang war die Sonne ein Wesen eigener Art von dem man angesprochen wurde. So ist bei den alten Ägyptern Re die Sonne selbst. Sie ist kein Gott, der als Sonne in Erscheinung tritt, sondern die Sonne als solche.



Dasselbe sehen wir beim nordischen Sonnenwagen von Trundholm, einer frühen Bronzeplastik um 1400 v.Chr.

Hier lenkt die Sonne noch selbst das Pferd und fährt so über das Firmament.

Auch im Alten Testament ist Gott das Wetter selbst, wie es tobt, donnert und Blitze schleudert. Gott ist die kalte Luft und der warme Wind:
„Durch Gottes Atem entsteht das Eis, und die weite Fläche des Wassers erstarrt. Er belädt die Wolken mit Wasser und schickt sie mit Blitzen umher.“

(Hiob 37)

Die Phänomene hier werden zwar anthropomorph aufgefasst – die kalte Luft wird als „Atem“ verstanden – aber dennoch bleibt die Wahrnehmung nahe am Phänomen. Der Mensch der alten Zeit lässt sich vom Phänomen selbst ansprechen. Diese Nähe zum Erlebten nimmt nun in der Folge nach und nach ab.

In späterer Zeit sind es dann z.B. menschengestaltige Götter, die den Sonnenwagen oder die Sonnenbarke mit der Sonne steuern.

Oder es ist der menschengestaltige Zeus, der die Blitze schleudert.

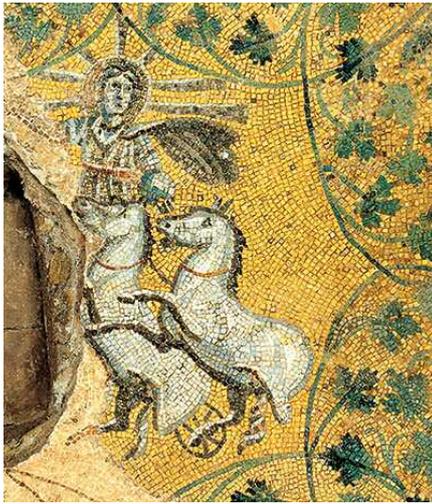
Helios, der Sonnengott der Griechen ist nicht mehr die Sonne selbst, sondern eine Menschenfigur mit einem siebenstrahligen Glorienschein.

Im nächsten Schritt der Distanzierung werden Phänomen und Schöpfer voneinander geschieden; der Gott Israels steht frei dem Kosmos gegenüber und ist nicht Teil des Kosmos. Über der kosmischen Ordnung wird eine zweite, moralische Ordnung errichtet, die Gott nun auch in der Geschichte der Welt und nicht nur in der Ordnung der Natur wirken läßt.

(Jürgen Moltmann, Sonne der Gerechtigkeit, <http://www.jungekirche.de/2007/207/moltmann.html>)

Kosmische und monotheistische Weltdeutung bestehen lange Zeit nebeneinander. Beispielsweise gibt es im Frühchristentum in der Auseinandersetzung mit den römischen Kulturen auch Christus-auffassungen als Sonnengott, wie das berühmte Bild Christus als Sol Invictus, als unbesiegter Sonnengott in der Vatikanischen Nekropole.

Sie sehen das Bild auf Ihrer Tischvorlage rechts unten.



Christus mit dem Strahlenkranz des Helios lenkt den pferdebespannten Sonnenwagen von Ost nach West. Auch viele christliche Elemente haben Bezüge zur paganen Sonnenreligion: der christliche Sonntag, Tag der Sonne, die Gebetsostung, die Auferstehung der "Sonne der Gerechtigkeit" an Ostern.

[[Es ist die lebenspendende, heilende Kraft der Sonne selbst, die in der "Sonne der Gerechtigkeit" noch verehrt wird; diese Gerechtigkeit ist geordnet wie der Sonnengang in der kosmischen Weltordnung; die Sonne führt auf dem rechten Weg. (vgl. Martin Wallraff, Christus Verus Sol, 2001,

<http://www.hsozkult.de/publicationreview/id/rezbuecher-805>)

Seit dieser Zeit etablieren sich allmählich zwei konkurrierende Gerechtigkeitsvorstellungen einmal die heilende und erneuernde Gerechtigkeit in der Art der wohlthuenden, unter- und aufgehenden Sonne und zum anderen eine feststellende, zornige und vergeltende Gerechtigkeit der Strafgerichte und des Jüngsten Gerichts.]]

Ich sehe in all diesen Veränderungen die generelle Linie einer Reduzierung des unmittelbaren Angesprochenwerdens durch die Phänomene der Natur. Natur, Kosmos und Logos sind die Stufen genannt worden, auf denen sich der Mensch über seine Naturgebundenheit erhebt.

Die Sonne verliert über diese Jahrhunderte ihre natürliche und kosmische Bedeutung und am Ende des Prozesses werden sogar die Sterne im Alltag weitgehend unsichtbar.

Die Sonne ergreift den empfänglichen Menschen seitdem weniger direkt in seinem Erleben, sondern vor und in das Erleben schieben sich Interpretationen und Deutungen.

Die konfessionelle Deutung oder später die physikalische Theorie der Sache schiebt sich in den Vordergrund. Das Angesprochenwerden nimmt ab. Im Heilkreuz bewegt sich das Weltverständnis in der Senkrechten nach oben.

Die unmittelbar erfahrbare Heilkraft der Sonne wird heute vornehmlich körperlich verstanden; für unser Seelenheil sind jetzt neue, transzendente Götter zuständig, Götter, die nicht mehr in der Natur vorgefunden werden.

„Wir haben“, so Jan Assmann „das symbiotische Verhältnis zur Gottheit «Welt» hinter uns gelassen.“ (Tod und Jenseits im Alten Ägypten, 2003, S. 526)

[[Die Verschiebung ist tiefgreifend, aber nicht ganz vollständig, die Sonne bleibt als alltäglich erfahrbare Spenderin von Licht und Wärme und als Urbild für Untergang und Erneuerung ein erlebbarer Lebensquell, der uns direkt ansprechen kann. Besonders bei den Dichtern und bei den Kindern hat sich die Sonne als

eigene Wesenheit noch in Resten erhalten. (Siehe Anhang 2 – die Sonne als Phänomen)]]

Zu diesem Prozess der Abwendung vom Erlebba-
ren gesellt sich ein zweiter Prozess, die Aufladung
des Alltäglichen.

(B) Aufladung des Alltäglichen

Naturphänomene erscheinen oft als immer gleiche
Wiederkehr – von Sonne, Mond und Sternen –, ein
langsameres Wachsen, ein Werden und Vergehen.
Das Erschütternde, das Außeralltägliche ist
mitreissender, sensationeller und findet in
manchen Religionen und Kulturauffassungen oft
mehr Beachtung.

Vieles scheint darauf abzuzielen, den Alltag als
solches und damit die *einfache Gegenwart* ins
Abseits zu drängen und stattdessen das
besonders Reizende und Intensive in den Vorder-
grund zu rücken. Ein paar Beispiele:

Bei den alten Ägyptern ist ab dem Mittleren Reich
jeder Sonnenaufgang nicht nur ein Sonnenauf-
gang, sondern ein Sieg des Sonnengottes Re über
die böse Schlange Apophis in der Unterwelt.
Das Geschehen wird dramatisiert und aufgeladen.

Bei den Katholiken ist kein Tag ein gewöhnlicher Tag, sondern jeder Tag ist einem Heiligen zugeordnet und damit einem Martyrium, Märtyrertod oder einem Wunder. Jeder vordem normale Tag wird überhöht und ins besonders Bedeutungsvolle gezogen.

Auch die von Rudolf Otto 1917 mit seinem Buch „Das Heilige“ initiierte Religionsphänomenologie konzentriert sich auf das „Numinose“, einer Melange aus Schauder und Faszination.

In dieser Auffassung des Religiösen mischt sich Ehrfucht mit religiösem Entzücken, letztlich Liebe mit Gewalt und Unterwerfung zu einer Art Heldenverehrung des Göttlichen.

Carl Schmitt schreibt in derselben Zeit, 1922: „Die Ausnahme ist interessanter als der Normalfall. ... In der Ausnahme durchbricht die Kraft des wirklichen Lebens die Kruste einer in der Wiederholung erstarrten Mechanik.“ (Politische Theologie, S. 21)

Warum flieht und entwertet man so gerne den Alltag und das Alltägliche?

Im Biedermeier, zwei Generationen vorher, stand das Kleine für kurze Zeit hoch im Kurs.

Adalbert Stifter schreibt um 1853:

„Weil wir aber schon einmal von dem Großen und Kleinen reden, so will ich meine Ansichten darlegen, die wahrscheinlich von denen vieler anderer Menschen abweichen. Das Wehen der Luft das Rieseln des Wassers das Wachsen der Getreide das Wogen des Meeres das Grünen der Erde das Glänzen des Himmels das Schimmern der Gestirne halte ich für groß: das prächtig einherziehende Gewitter, den Blitz, welcher Häuser spaltet, den Sturm, der die Brandung treibt, den feuerspeien- den Berg, das Erdbeben, welches Länder verschüt- tet, halte ich nicht für größer als obige Erscheinungen...“ (Bunte Steine. Bd. 1., S. 2)

Stifter fand viele Verehrer, auch so manche, von denen man es nicht sogleich erwarten würde, z.B. den 1919 ermordeten deutschen Anarchisten Gustav Landauer. In einem Brief an einen Freund schreibt er 1903 über ein Buch: „Wunderschön und an unsern größten Meister, Stifter, erinnernd ist das Vermeiden aller krassen Effekte, ist die stille Bewegtheit des Ganzen.“ (Hanna Delf von Wolzogen in: Geborgenheit und Gefährdung in der epischen und malerischen Welt Adalbert Stifters, hrsg. von Jattie Enklaar u.a., 2006, S. 133)

Es ist eine „anmutige Sanftheit und Gelassenheit“ in „Verbindung mit der Anschauung von der Natur“ (S. 138) von der Landauer angesprochen wird und durch die allein sich der Erfolg einer Revolution für ihn rechtfertigen kann.

Diese Revolution fand bis heute nicht statt. Die Natur scheint uns zwischen den Fingern zu zerinnen. Wir haben es verlernt, uns von den Phänomenen selbst in ausreichendem Maße ansprechen zu lassen. Stattdessen konzentrieren wir uns auf Kräfte „dahinter“ oder auf Außeralltägliches und auf „krasse Effekte“.

Der vorläufige Endpunkt dieser Geschichte der Abwendung und Abstumpfung gegenüber der erlebten Natur ist mit der modernen Naturwissenschaft erreicht.

(C) Naturbild der modernen Wissenschaft

Erlebte Kosmologie und erlebte Natur unterscheiden sich stark vom Naturbild der modernen Wissenschaft und Technik. Als harter Kontrast zum bisherigen, beliebig herausgegriffen, ein paar Anmerkungen zum Naturbegriff der sog. „Weißen Biotechnologie“.

In öffentlichen Verlautbarungen zur Biotechnologie erscheint „Natur“ als Material und neuerdings auch als ein Lieferant von Werkzeugen, mit dem sich Stoffe nach Wunsch produzieren lassen. Mikroorganismen werden dazu gentechnisch derart verändert oder umprogrammiert, dass sie Fermente, Lebensmittelzusätze, Waschmittel, Kosmetikbestandteile, Medikamente und dgl. produzieren. Das ist keine Zukunftsmusik, sondern längst industrieller Alltag. Jährlich werden tausende Tonnen an Zitronensäure, Penicillin, Vitamin C, Enzymen usw. biotechnologisch produziert.

[[Das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) nennt 27 Stoffe, die im Tonnenmaßstab auf diese Weise industriell hergestellt werden (Stand 2012). Der Umsatz der industriellen Biotechnologie wird für 2012 allein in den USA auf 115 Milliarden US-Dollar geschätzt.]]

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung schreibt

[[unter Federführung der Bundesministerin Anette Schawan]]

in einer Informationsbröschüre zur weißen Biotechnologie mit dem Untertitel „Chancen für eine bio-basierte Wirtschaft“ 2012:

„Ob im Waschmittel oder in der Hautcreme – in einer Vielzahl von industriellen Produkten steckt Biotechnologie. Der Griff in die Werkzeugkiste der Natur hilft der Industrie, ressourcenschonender und umweltfreundlicher zu arbeiten.

Aus nachwachsenden Rohstoffe lassen sich mithilfe von Enzymen und Mikroorganismen wertveredelte Chemieprodukte herstellen – ein Schlüssel auf dem Weg zur bio-basierten Wirtschaft.“ (http://www.bmbf.de/pub/weisse_biotechnologie.pdf)

Die „Natur als Werkzeugkiste“, das wird hier ganz harmlos, ohne erkennbares Schamgefühl, mehrfach geäußert. Das Ziel der Wissenschaftler sei es, so fasst es die ZEIT zusammen „Lebewesen gentechnisch so zu basteln, dass sie den Job machen, für den man sie braucht.“

(<http://www.zeit.de/wissen/2014-03/bier-hefe-erbgut-biologie-synthetisch>)

In spielerischer Manier wird hier die Natur unter der Hand zum Legoland erklärt, in dem sich jeder bedienen kann.

Ein großer Fortschritt der letzten Jahre war in dieser Sicht die künstliche Synthese von Erbsubstanz. „Das hat“, so das Ministerium, „die Ära der Synthetischen Biologie eingeläutet, mit der sich Zellen schneller und komplexer als bisher umprogrammieren lassen.“ (S. 47) (Seit Feb. 2014 ist Frau Schawan deutsche Botschafterin beim Heiligen Stuhl in Rom.)

In diesem toten Denken gibt es kein „Leben“, alles ist Materie, System, Funktion.

Schluß: unsere gespaltene Welt

Das ist ein Beispiel von vielen. Wir wissen es im Prinzip alle. Wir leben in einer gespaltenen Welt. In „meiner kleinen Welt“ werden die Haustiere geliebt und versorgt, gleichzeitig werden die Nutztiere effizient benutzt und misshandelt. In „meiner kleinen Welt“ wird Natur noch manchmal erlebt, die Kinder besingen die liebe Sonne und wir singen für sie verträumt „La Le Lu, nur der Mann im Mond schaut zu, [[Wenn die kleinen Babys schlafen, Drum schlaf auch du.]]“. In der großen Welt hingegen fliegen wir mit einer Rakete dorthin und stellen eine Fahne auf.

Wie soll man schließen?

Ohne Bindung an die Natur und an unseren Leib gibt es keine Heilung, andererseits werden wir diesen Spalt und die vielfältige Entfremdung von unseren Wurzeln auch nicht so schnell heilen können.

Aber wenn ich mir etwas wünschen darf dann folgendes. Die Erfolge der Geschichte der Psychotherapie haben uns gezeigt, dass die Vergegenwärtigung unserer biografischen Kindheit zwei heilende Wirkungen besitzt: einmal die Auflösung von Verdrängtem, von Verzerrtem und Unwahren und zum zweiten die Wiedererinnerung an die große Lebendigkeit und Empfindsamkeit der Kindheit.

Nun kann man sagen unsere lange prähistorische Zeit als Jäger und Sammler ist soetwas wie die Kindheit unserer Menschheitsgeschichte. Und ich würde mir wünschen, dass man sich ihr ebenso annähert und versucht, etwas von diesem Schatz an unendlicher Lebendigkeit für unser armes technisches Zeitalter zu vergegenwärtigen.

Anhang 1 – Fallbericht

Es gibt Schief lagen des Vertrauens und der Wertschätzung, die so weit gehen können, dass die Ausgegrenzten in lebensbedrohliche Lage kommen.

Zur Verdeutlichung möchte ich Ihnen den Fall eines Patienten schildern, dem zu einseitiges Vertrauen und Wertschätzung beinahe das Leben gekostet hätte. Ich konzentriere mich auf die schrittweise Entidealisierung seiner Eltern, hauptsächlich der Mutter. Ihre hundertprozentige Wertschätzung wurde mit schweren eigenen Schuldgefühlen erkauf t. Er hatte ihr über die Maßen vertraut und an sich über die Maßen gezweifelt.

Herr H. war Ende 20, kam wegen Ängsten, Kontrollzwängen, tiefen Selbstzweifeln und einem schwerem Alkoholproblem zu mir in die Praxis. Die Alkoholproblematik bestand schon seit vielen Jahren und hatte im letzten Jahr zu Exzessen geführt, die ihn dem Tod sehr nahe gebracht hatten.

Im Erstgespräch ist die Verklärung seiner Herkunftsfamilie noch vollständig: er sagt er komme aus „behüteten Verhältnissen“.

In der 4. Sitzung nimmt die Idealisierung der Familie etwas ab: der Vater sei ein Phasentrinker gewesen, er hatte Angst vor ihm gehabt und es hatte immer wieder Prügel gegeben. Das ist aber wohl normal und er hatte es sicher verdient. Seine Kindheit hält er jetzt für „mittel gut“.

Etwa ab der 13. Sitzung kommen auch negative Bewertungen bezüglich der Mutter. Wenn sie ihn schimpfte hieß es, er ist „wie der Vater!“ Und „so einen Sohn habe ich nicht groß gezogen“.

Dann, nach etwa einem Jahr kommt wieder das Thema seiner Abhängigkeit von seiner Mutter zur Sprache. Er wird wohl für immer Sohn bleiben müssen sagt er resigniert. Diesesmal war es ihm aber plötzlich möglich zu sehen, dass er auch seiner Mutter gegenüber ambivalente Gefühle empfindet. Sie war nicht nur fürsorglich und wohlwollend, sondern auch verletzend und sie benutzte ihn gerne, um sich ein gutes Gefühl zu machen.

„Dann bin ja nicht nur ich schuld“ Das war eine entscheidende, empfundene Einsicht.

Das Übermaß an Wertschätzung der Mutter wurde mit einem Schuld–Sucht–Zirkel erkauf t. Ihre destruktive Fürsorglichkeit konnte nicht erkannt werden solange Selbstzweifel und Selbsbeschuldigung übermächtig waren.

Die überzogene Wertschätzung wurde nach unten korrigiert; seine Schuldgefühle nahmen ab, seine Selbstachtung stieg. Die Angst– und Zwangsstörungen lösten

sich allmählich auf.

Sehen wir uns eine symptomatische Schlüsselstelle nochmal genauer an. Er telefonierte mehrmals pro Woche mit seiner Mutter, was ihm zwar lästig war, was er aber nie in Frage stellte. Das lästige Telefonieren mit seiner Mutter sieht aus wie eine Lappalie, aber in Wahrheit demonstriert es ein destruktives Muster an Selbstabwertung und behinderter Autonomieentwicklung.

Wenn das Telefon klingelt steigt zunächst für einen Moment, oft kaum spürbar, kaum wahrnehmbar ein Gefühl auf wie „Nein, nicht schon wieder!“. Fast gleichzeitig entsteht nun aber das Gegengefühl wie „Das Gefühl belästigt zu werden ist falsch, ich sollte dankbar sein, ich bin schuldig, ich sollte mich bemühen, ich habe nicht das Recht, Gegenseitigkeit oder mehr Distanz zu fordern, es ist gut, der Mutter einen Gefallen zu tun, ich habe ihr schon genug Kummer gemacht und es ist vernünftig, sonst gibt es wieder Theater!“ Es ist eine Mischung aus selbstabwertenden und berechnenden Empfindungen, die das ursprüngliche „Nein“ und seinen selbstwertschätzenden Impuls beiseite wischt. Die Selbstabwertung hat, wieder einmal gewonnen.

Es sind diese kleinen Mikroentscheidungen, die unser Alltagshandeln bestimmen, wie es unserem aktuellen Charakter entspricht. Ein sich selbst abwertender Charakter verfolgt das Muster „Wertschätzung anderer auf Kosten der eigenen Empfindungen und der eigenen Entwicklung“. Ein „Nein“ oder auch positive Eigenimpulse können sehr weit und sehr eingeübt ignoriert werden, sodass ihr Empfinden sogar ganz ausbleiben kann. Die Empfindung ist dann getilgt, aber der Preis der psychischen Unwahrheit bleibt bestehen. Der Preis besteht in einem gewohnten Ignorieren, Übergehen und Abwerten eigener Impulse und Bedürfnisse. Die Balance im Grundkonflikt ist hier aus dem Lot.

Der kurze Fallbericht sollte veranschaulichen, dass Vertrauen und Wertschätzung nur dann etwas positives sind wenn sie angemessen sind. Einseitige Wertschätzung kann eine Form narzistischer Missbrauchs sein, die auf der Selbstverleugung und Selbstabwertung des einen der Beteiligten beruht. Vertrauen ist etwas lebensförderndes wenn es ausreichend wechselseitig ist und auf Wertschätzung aufbauen kann.

Anhang 2 – die Sonne als Phänomen

Es folgen sozusagen archäologische Fundstücke eines phänomenorientierten Sonnenerlebens.

Goethe hat einige Gedichte der Sonne gewidmet und sich meistens auf ihre Macht und ihre Zeugenschaft für die schöpferische Kraft Gottes konzentriert. Aber im Gedicht „Wanderlied“ erscheint sie noch konkret, weniger majestätisch und vielleicht gerade deshalb ansprechender. Ich zitiere vier Zeilen:

Wo wir uns der Sonne freuen,
Sind wir jede Sorge los;
Daß wir uns in ihr zerstreuen,
Darum ist die Welt so groß.

Das atmet die Fröhlichkeit und Unbeschwertheit eines Kinderliedes. Die Sonne können wir vielerorts selbst und in vielen Gedichten in dieser Atmosphäre erfahren. Hier ein modernes Kinderlied, das auch die ganz natürliche kosmologische Harmonie der irdischen und himmlischen Rhythmen unvermittelt zum Ausdruck bringt:

Guten Morgen Sonne,
wo warst Du die ganze Nacht?
Hast du auch geschlafen?
Bist du auch erst aufgewacht?

[[Hallo liebe Sonne,
du bist groß und rund und gelb,
du hast viele Strahlen,
du machst die Erde warm und hell.

Meine liebe Sonne,
du bist immer für uns da,
Oh du liebe Sonne,
ich freu mich jeden Tag.

Hallo liebe Sonne,
der Tag ist jetzt schon bald vorbei,
es wird Zeit zu schlafen,
Mama macht das Bett bereit.

Oh du liebe Sonne,

morgen wird neu aufgewacht
der Mond ist schon zur Stelle,
und wünscht eine gute Nacht.]]

Die Kinder und die Erwachsenen mit Kinderohren fügen sich hier leicht ein in ein Aufgehobensein in der großen Ordnung des Kosmos.

[[Das ist eine andere Harmonie als ein Vertrauen in einen Schöpfergott, der über allem schwebt und den Blick durch die Phänomene hindurch auf ihn hinlenkt.]]

Das Kind erfährt die Sonne hier anhand der eigenen Erfahrungen des Tagesrhythmus in einer harmonischen Passung. Die Sonne geht unter, sie legt sich schlafen, so wie auch ich es jeden Tag tue. Sie ist ein eigenes Wesen, aber wir leben beide in derselben Ordnung.

[[Begegnung steht dabei nicht im Vordergrund. Die Sonne wird zwar direkt angedet und begrüßt. Dann aber wird sogleich zur Gleichheit des Erlebten gewechselt „Hast du auch geschlafen?“. Dieser Wechsel ist kein Defizit – hinsichtlich einer Begegnung der jeweiligen Individualität – sondern ein freudiges Harmonisieren.]]

Gleichzeitig bleibt diese Wahrnehmung nahe am Phänomen ohne zu den Gründen dahinter überzuwechseln.

Ein schönes, wenn auch mir teils fremdes, direktes Angesprochenwerden habe ich in einem Gedicht einer Schweizer Lyrikerin gefunden.

[[Gedichtanfang von 1788 von Anna Barbara Urner (geb. Welti (1760 –1840), Schweizer Lyrikerin), einer Verehrerin Caspar Lavaters.]]

Ich zitiere vier Zeilen:

Goldne Abendsonne,
O wie bist du schön!
Nie kann ohne Wonne
Deinen Blick ich sehn.

Die Wonne ist also unvermeidbar, eine Art unwillkürlicher Lebenserfahrung, der sie sich nicht entziehen kann. Sie fühlt sich vom Phänomen, vom Blick der Sonne direkt ergriffen. Ich persönlich kenne die Wonne, jedoch nicht so Recht den Blick

der Sonne. Aber schon die alten Ägypter haben die Sonne als Auge gesehen (Auge des Re, Horusauge auch als Amulett gegen den bösen Blick).

Ganz ähnlich, wenn auch dunkel gestimmt, äußert sich Friedrich Nietzsche über den ergreifenden Blick der Sonne. Ich zitiere vier Zeilen aus dem Abschiedsgedicht „Die Sonne sinkt“ aus dem Jahr 1888, ein paar Wochen vor Ausbruch seiner geistigen Umnachtung:

Siebente Einsamkeit!

Nie empfand ich
näher mir süsse Sicherheit,
wärmer der Sonne Blick.

[[– Glüht nicht das Eis meiner Gipfel noch?
Silbern, leicht, ein Fisch
schwimmt nun mein Nachen hinaus ...]]

In starkem Kontrast zu seiner inneren Einsamkeit und Erfrorenheit spendet ihm der Sonne Blick unmittelbar „süsse Sicherheit und Wärme“. Es ist eine Wärme noch im Untergang der sinkenden Sonne.

Es gibt viele Beispiele, in denen wir von Natur direkt angesprochen werden können. Aber im Vergleich mit den Früheren ist unsere Verbindung zu ihr ein arg dünnes Fädchen. Die Erde ist nicht mehr unsere Mutter, es fällt uns leicht, sie umzugraben und zu verunreinigen. Wir sind nicht mehr verwandt mit den Tieren, es fällt uns leicht, sie auszugrenzen und sie wie Dinge zu misshandeln.