

## Leseprobe:



### Seelenhunger

Vom Sinn der Gefühle

(stark gekürzte, überarbeitete Taschenbuchausgabe des 2003 im Verlag Huber erschienen Buchs „Seelenhunger - Der fühlende Mensch und die Wissenschaften vom Leben“) (Erstauflage: 2007)

Freiburg i. B.: Herder; 2. Auflage, 2009

(S. 11–16, **Einführung**)

Wer ein psychologisches oder medizinisches Fachbuch aufschlägt, wird selten auf das Wort „Seele“ stossen. Umso häufiger ist vom „Gehirn“ die Rede. Dieses Zentralorgan lässt sich ausmessen und in seinen Funktionen studieren. Anders die Seele. Sie entzieht sich einem analytischen Zugang und ist naturwissenschaftlich nicht verwendbar. Deshalb wird sie auch gemieden. In einer naturwissenschaftlich- technischen Welt scheint die Seele keinen Platz zu haben. Auch Psychologie und Psychiatrie, die ihren Namen von der griechischen Bezeichnung für Seele (Psyche) herleiten, sind weitgehend „seelenlose“ Wissenschaften geworden. Sie werden nicht mehr im wörtlichen Sinne als Seelenlehre und Seelenheilkunde verstanden, sondern immer häufiger als angewandte Neurowissenschaften definiert.

Die Abkehr von der Seele ist zum einen darin begründet, dass der Begriff historisch vielfach missbraucht worden ist und heute unter Ideologieverdacht steht. Zum anderen ist die moderne, wissenschaftlich geprägte Welt um Versachlichung und Objektivierung bemüht. Dadurch wendet sie sich vor allem dem beobachtbaren Körper und seinem Verhalten zu.

Trotzdem wünschen sich viele moderne Menschen im Alltag nichts dringlicher, als sich „mit Leib und Seele“ zu erfahren. Sie suchen Events, die ein intensives Selbsterleben vermitteln oder ihrem Leben für kurze Zeit ein Sinngefühl verschaffen. Selbsterleben und Sinngefühl sind seelischer Art. Sie stellen kein organisches oder materielles Objekt dar. Auch der Wunsch nach Seelischem ist physiologisch nicht bestimm- und messbar.

Hier setzt mein Buch ein. Es nimmt den Gegensatz von alltäglichem Seelenhunger und seelenloser Wissenschaft zum Ausgangspunkt, um zu fragen, wie Menschen seelisches Erleben und wissenschaftliche Erkenntnisse verbinden können, ohne am einen oder anderen

irre zu werden. Diese Fragestellung ist nicht harmlos. An ihr entscheidet sich z.B., ob Psychotherapie zur angewandten Neurowissenschaft werden muss – wie der Psychiater Eric Kendall, Nobelpreisträger für Medizin, fordert -, oder ob neurowissenschaftliche Fortschritte in eine primär seelisch orientierte Therapie integriert werden können. Für Menschen mit psychischen Problemen stellt sich die Frage anders, aber ähnlich grundlegend: Sind sie gezwungen, zu einem Objekt von Experten zu werden und von allgemeinen Erkenntnissen bzw. einer Theorie abhängig zu sein, in der sie als Einzelne nicht vorkommen? Oder finden sie ein Verständnis, das primär sie selber meint, die sach- und situationsbezogenen wissenschaftlichen Erkenntnisse aber einbezieht?

Der Mensch ist nicht nur ein Vernunftwesen, ein „homo sapiens“. Er ist auch ein fühlendes Lebewesen, ein „homo sentiens“. Je mehr die Spätmoderne den Menschen in Zahlen zu fassen sucht, ihn mit physiologischen und molekularbiologischen Daten verrechnet und mit elektromagnetischen Methoden durchsichtig macht – Stichwort: der gläserne Mensch -, desto deutlicher zeigt sich, dass diese objektivierende Perspektive einseitig ist und zu kurz greift. Der Erlebnishunger des modernen Menschen, sein Versuch, das eigene Leben als Selbstexperiment zu inszenieren, ist nicht nur Symptom einer Wohlfühlgesellschaft. Der intensive Wunsch nach seelischem Erleben ist auch als Gegenreaktion auf die Technisierung und Rationalisierung unserer Gesellschaft zu verstehen. Statt wie eine Maschine zu funktionieren, möchten sich moderne Menschen leib-seelisch erfahren, sei es im Thrill einer sportlichen Extremleistung oder in der Ruhe einer meditativen Übung.

Rationale Wissenschaft und emotionaler Seelenhunger ergänzen sich. Kopf und Herz, Körper und Seele schliessen sich nicht aus. Ihre Komplementarität ist aber nur zu erfassen, wenn man die unterschiedlichen Perspektiven zulässt, die zu ihrem Verständnis nötig sind. Die körperliche Untersuchung bedingt eine Sicht von aussen, das seelische Erleben, ein Innewerden an sich selber, eine Erfahrung „aus erster Hand“. Wenn eine Person sich auf ihr Fühlen und Empfinden konzentriert, erfährt sie sich aus einer anderen Perspektive, als wenn sie die dabei auftretenden Hirnvorgänge am Monitor betrachtet. Die Abbildungen ihrer Hirnströme besitzt keine seelische Qualität. Sie gibt nur quantitativ elektrophysiologische Veränderungen wieder. (Das Titelbild dieses Buches von René Magritte kann als originelle Illustration dieses Gegensatzes von „materieller“ Abbildung und „luftigem“ Erleben verstanden werden.)

[...] Die wissenschaftliche Analyse hinkt dem primären Erleben stets hinterher. Sie kann nur Warum-Fragen beantworten, aber den Sinn eines Erlebens nicht erfassen.

Trotzdem können Menschen, die ihr Seelenleben entfalten wollen, auf einen selbstkritischen Blick und auf wissenschaftliche Erkenntnisse nicht verzichten. Die seelische Reifung eines Menschen bedingt ein stetes Vor und Zurück, nämlich ein Zurück zum primären seelischen Erleben und ein Vor mit Hilfe distanzierender Beobachtung und analytischem Verstand. Wo die wissenschaftliche Wahrheitssuche sich mit dieser Rolle begnügt und um ihre methodisch bedingten Grenzen weiss, stellt sie eine grosse Hilfe dar. Wo sie sich übernimmt und das seelische Erleben über seine neuronalen und situativen Voraussetzungen hinaus zu erklären vorgibt, wird sie zur Gefahr. Wie ein Kunstwerk nicht auf die chemische Zusammensetzung seiner Farben zu reduzieren ist, so lässt sich auch die Lebenskunst nicht wissenschaftlich herleiten. Wissenschaftliche Beurteilungen schaffen Menschen dann Probleme, wenn sie ihr leibseelisches Erleben zu ersticken drohen, statt es zu fördern. [...]

[...] Das deutsche Wort „Seele“ enthält den Wortstamm „See“ und erinnert an die alte germanische Auffassung, dass die Seelen der Ungeborenen und der Toten im Wasser wohnen. Auch andere Kulturen haben Seelisches mit der Vorstellung von Wasser verbunden. Im Spiegel eines ruhenden Gewässers, aber auch in der unerforschlichen Tiefe eines Sees wurden seelische Eigenschaften wiedererkannt. Schon in einer frühen philosophischen Schrift des griechischen Altertums findet sich die Aussage, dass die Seele zu tief sei, als dass sie je ausgelotet werden könne. In freier Übersetzung heisst es bei Heraklit aus Ephesos, der auch der dunkle oder weinende Philosoph genannt wird: „Die Grenzen der Seele, so weit du auch gehst, wirst du wohl nicht herausfinden, und ob du jegliche Strasse abschnittest – so einen tiefen Sinn hat sie.“ Für Platon war die Seele das Ursprüngliche, die Bewegung, die sich selber bewegt. Auch für seinen Schüler Aristoteles war die Seele Symbol des Lebendigen, gleichsam sein Organisationsprinzip. Diese Auffassung hat das philosophische und religiöse Verständnis des Abendlandes geprägt.

Begriffe haben ihre eigene Geschichte. Sie sind nicht wie Kleidungsstücke auswechselbar. Das Anstössige am Wort „seelisch“ ist zugleich das, was diesen Begriff auszeichnet. Er betont wie kein anderer die Einmaligkeit und Besonderheit des menschlichen Er-Lebens (ohne übrigens dieses Erleben auf eine Innenschau zu beschränken). Der Begriff der Seele ist weiter und tiefer als moderne Ersatzbegriffe wie „subjektive Erfahrung“, „Ich-Bewusstsein“ oder „mentaler Zustand“. Diesen rationalen Begriffen fehlt gleichsam „das Fleisch am Knochen“. Indem sie das Erleben weitgehend auf Erkenntnisaspekte reduzieren, verpassen sie das zentrale Element des Seelischen, das im Primat des unmittelbaren Empfindens, Fühlens und Wollens liegt. Deshalb halte ich an der „Seele“ fest. Das Seelische ist zu kostbar, als dass es sich lohnt, es dem Zeitgeist zu opfern. Gerade das Sperrige des Seelenbegriffs verweist darauf, dass der Mensch unhintergebar ist und sich nicht in ein System auflösen lässt.