

Zusammenfassung

Die Beziehung des Menschen zu sich selbst

Einleitung

Diese Zusammenfassung eines während eines Treffens der Pro Scientia Gruppe Leoben im Frühjahr 2017 gehaltenen Referats handelt vom Menschen und seiner Beziehung zu sich selbst. Sie beinhaltet einen Vergleich verschiedener Auffassungen des Selbst (der Seele). Weiters sind subjektive Gedankengänge des Autors enthalten.

Eine Beziehung des Menschen zu sich selbst wird schon im allgemeinen Sprachgebrauch impliziert. Phrasen wie „mit sich selbst im Reinen sein“ oder „sich selbst finden“ deuten auf eine Relation zwischen Jemandem und seinem Selbst hin. Eine Definition dieses Selbst und dem, der damit in Beziehung steht, beschäftigt die Menschheit schon zumindest seit der Antike. Bezeichnungen wie „das Ego“ (Freud), „die Seele“ oder „der Verstand“ entstanden, die alle einen Teil oder Aspekt des Selbst bezeichnen, aber dennoch unterschiedliche Bedeutungen haben.

So wird die Seele vorrangig als etwas Spirituelles verstanden. Sie ist es auch, die nach dem körperlichen Tod weiterleben soll. Der Verstand oder Intellekt (lat. intellego: erkennen, wahrnehmen) wird eher mit Gedanken assoziiert, die mehr oder weniger logisch strukturiert sind. Das Ego hingegen bezeichnet meist jenen Teil des Menschen, der sich als Individuum wahrnimmt und persönliche Ziele verfolgt. Diese Bezeichnungen sind wie alles Sprachliche (und letztendlich auch alles andere) subjektiv und ihre Bedeutung ist einem steten Wandel unterworfen.

Definition des Selbst in verschiedenen Kulturkreisen

Im von den großen griechischen Denkern der Antike geprägten Europa wird das Selbst oft als identisch mit der Seele verstanden. Diese wird von Platon als individuell, unsterblich und eins mit der Person beschrieben. Sie ist vom Körper grundsätzlich unabhängig, macht mit und in ihm aber Erfahrungen. Emotionen und Triebe sind Teil der Seele (Gliederung in begehrenden, mutigen und vernünftigen Teil).

Aristoteles hingegen sah Körper und Seele als untrennbar an. Der Körper ist ein Instrument, das das Potenzial zu leben hat. Die Seele stellt die Triebkraft dar, die dieses Potenzial nutzbar macht. Er gliedert Lebewesen wie folgt: Während Pflanzen lediglich existieren (lat. vegetus: belebt), leben Tiere empfindungsorientiert. Menschen verfügen darüber hinaus noch über die Vernunft. *Anm.: Die Altersdemenz (lat. demens; ohne Verstand, wahnsinnig) bezeichnet eine Degeneration sowohl des Verstandes als auch des Egos, der Menschen immer mehr in den vegetativen Zustand zu versetzen scheint. Bei der Meditation kann bewusst ein Zustand von Gedankenlosigkeit herbeigeführt werden. Mit tiefer Meditation scheint man also zu beabsichtigen, dem Zustand einer Pflanze bewusst nah zu kommen und die Tätigkeit des Verstands und die damit verbundenen Gefühlsregungen zu reduzieren. Natürlich ist es auch möglich, lediglich als Beobachter zu fungieren, sodass Verstand und Emotionen weiterhin zugelassen werden, ohne sich in ihnen zu verlieren.*

Im Buddhismus wird keine definierte Aussage über Existenz und Beschaffenheit des Selbst getroffen. Die Wahrnehmung als von anderen getrennten Individuums ist Ursprung allen Übels und führt zu Leid. Die Existenz eines Selbst wird jedoch nicht verneint. Generell ist der Buddhismus durch wenig starre Regeln geprägt.

Auch der indische Guru Ramana Maharshi definiert weder Selbst noch Seele. Er formuliert Fragen, die jeder für sich selbst beantworten muss. So soll zum Selbst geleitet werden. Dessen Erkenntnis ist Grundlage zum Glück eines Menschen.

Anm: Hier ist die westliche Kultur durch einen Drang nach Ordnung geprägt. Seele oder Selbst werden klar definiert, wenn auch unterschiedlich. Im Gegensatz dazu wird in östlichen Lehren eher durch Fragen geleitet, ohne definierte Vorgaben zu geben. Dies gilt allerdings nur in diesem Fall. Sokrates beispielsweise legte sehr viel Wert darauf, dass seine Schüler durch Selbsterkenntnis zum Wissen kamen, während der chinesische Philosoph Konfuzius klare Vorgaben für ein gutes Leben gab.

Fazit

Man kann wohl nicht bei jedem Menschen von einer Beziehung zu sich selbst sprechen. Der überwiegende Großteil aller Menschen kennt wahrscheinlich das Gefühl, auf sich böse oder stolz zu sein oder irgendwelche anderen Emotionen gegenüber sich selbst zu fühlen. Bei manchen äußert sich dies sogar durch laute Selbstgespräche. Sehr bewusste Menschen wiederum erleben zwar ebenso Emotionen und Gedanken, beziehen sie aber nicht auf sich selbst, sondern nehmen sie nur wahr. Es scheint so, als würde mit steigendem Bewusstseitsgrad die Kompliziertheit aller Beziehungen, inklusive jener zu sich selbst abnehmen.

Nichtsdestotrotz verbleibt die Frage, wer es ist, der die Beziehung zu sich selbst führt. Bei deren Beantwortung stößt man mit der Sprache schnell an Grenzen. Es scheint am ehesten zutreffend, das Selbst mit Bewusstsein gleichzusetzen. Dieses Bewusstsein verweilt nicht an einem festen Ort bzw. ist nicht lokalisierbar. So ist es möglich, zu einem Zeitpunkt ein Körperteil (zum Beispiel ein juckendes Bein) zu fühlen und kurz darauf gedankenversunken in der Karibik verweilen.

Quellen:

Platons Ideenlehre

Aristoteles „De anima“

Ramana Maharshis „Wer bin ich?“

Michael A. Singer: „The Untethered Soul“

Eckhart Tolle: „The Power of Now“

....