

## Selbsterkenntnis – Welterkenntnis

*Jochen Bockemühl*

Heute wird es immer wichtiger, uns bewusst zu werden, wie wir selbst in der Welt stehen, um zu erkennen, wie wir am Entstehen der Wirklichkeit beteiligt sind, mit der wir es zu tun haben. Wie ist das Verhältnis von Selbsterkenntnis zu Welterkenntnis?

*Wer bin ich?*

Werde ich gefragt, zu wem ich «ich» sage, so kann ich auf nichts verweisen, was sich irgendwie vorstellen lässt.

Je genauer ich auf das hinschaue, was zu mir gehört, desto deutlicher wird mir, dass alles, worauf ich blicke, ja nicht ich bin, sondern Vorgestelltes ist, d. h. vor mich Hingestelltes. Mein Arm gehört zu mir. Aber mein Selbsterleben erwacht in dem Arm erst, wenn ich damit tätig werde. Dasjenige, worauf ich das Bewusstsein meiner Existenz begründe, ist also nichts Vorstellbares. Es ist zwar eindeutig, aber kein im gewöhnlichen Sinn Fassbares, von daher (vom Vorstellbaren her) gesehen ein Nichts.

Dass wir «ich» sagen können, setzt ein Wahrnehmen des eigenen Wesens, d. h. eine anfängliche Selbsterfahrung voraus. Diese meist nicht bewusste Wahrnehmung des eigenen Seins ist deshalb recht undeutlich. Als Selbstgefühl gibt diese Wahrnehmung aber eine gewisse eigenständige Abgrenzung von einer Umgebung des Nicht-Selbst, das dabei bewusst wird. Das erste Ich-Erleben als Kleinkind wird z. B. an der Situation erinnert, in der es auftrat!

Versuche ich zu charakterisieren, wie ich mein eigenes Selbst direkt wahrnehme, so wird meine Aufmerksamkeit nach innen gelenkt. Ich richte dann meinen inneren Blick wie auf einen Punkt. Dieser Punkt ist eine Art von Aktivitätsquelle. Aus ihm bildet sich im Laufe des Lebens immer mehr Weite des Wahrnehmens, die wir gewöhnlich «Erfahrung» nennen, also eher etwas, was mit der atmosphärischen Gesamtauffassung einer Landschaft vergleichbar ist, in der ich mich befinde. Diese in uns entstehende Erfahrung gilt es als eine Seite der Wirklichkeit zu durchschauen und zu differenzieren.

*Eine Landschaft wahrnehmen*

Eine *Landschaft* kann ich erleben wie ein Bild, in das ich wie in eine Umgebung hineingehe und mit dem ich eins werde. Nach und nach verschwindet

im Hineingehen die äußere Begrenzung, der «Rahmen» des betrachteten Bildes. Die gesehenen Einzelheiten lösen sich auf zugunsten einer ganzheitlichen, nun aber inneren Anschauung der besonderen Landschaft, deren Erscheinungsformen sich ja ständig mit der Witterung, mit den Tages- und Jahreszeiten usw. ändern. Trotzdem mündet die innerlich anschauende Tätigkeit in ein Einheitliches, das ich beispielsweise die Landschaft von Basel nenne. Dieses einheitliche Ganze droht mir einerseits durch das Bemühen um Vorstellbares, Benennbares immer wieder zu entgleiten. Andererseits brauche ich das Vorstellen der Einzelheiten als Stütze für das Erleben der eigenen Existenz und zur Bereicherung der Anschauung. Aber die Einzelheiten sind eben nicht die Landschaft.

### *Ganzheitliches Erfahren*

Das stärkste Hindernis, sich bewusst dieser im gewöhnlichen Sinne unfasslichen ganzheitlichen, aber üblicherweise nicht reflektierten Erfahrung zuzuwenden, entsteht durch die Furcht davor, in ein Nichts zu fallen, weil sie sich nicht festhalten lässt. Aber gerade in diesem Unfasslichen verbirgt sich, in ähnlicher Weise wie beim Erkennen des eigenen Selbst, die innere Natur (oder das Wesen) der betrachteten Landschaft. Mache ich mich im Herumgehen vertraut mit der Landschaft von Basel durch immer vielfältigere Beobachtungen, so bildet sich in mir ein Hintergrund des bleibenden Ganzen, der inneren Natur des Betrachteten, die eins mit mir wird und sich mir in eine Art von Wahrnehmungsorgan für das immer deutlicher durchscheinende besondere «Geistige» eben dieser Landschaft umwandelt. Mit jeder neuen sinnlichen Wahrnehmung werden wir fähiger, die innere Natur der Landschaft zu schauen. Mit diesem Schauen ist ein Denken gemeint, das im Gegensatz zum analytischen, abgrenzenden Denken ganzheitliche Zusammenhänge erfasst und zugleich ein Erleben des Ganzen ist. Das gemeinte Wahrnehmungsorgan bildet sich mit meiner beobachtenden Tätigkeit und wächst *meiner* inneren Natur zu. Sie wird dadurch befähigt, sich immer deutlicher auf die innere Natur des Betrachteten (dieser Landschaft) auszurichten.

### *Sich selbst wahrnehmen*

Der Vorgang der *Selbstwahrnehmung* beginnt hingegen nicht so anschaulich mit sichtbaren Erscheinungsbildern wie eine Landschaft. Das «Ich bin» beruht unmittelbar auf einer Intuition, auf einer spontan auftretenden Überzeugung von etwas, das sich als Erfahrung trotz seines für das Vorstellen unfasslichen Charakters nicht hinterfragen lässt. Vergleichbar mit dem Atmosphärischen einer Landschaft ist aber das schrittweise Kennenlernen dessen, was in mir über das Wahrnehmen der Welt Leben gewinnt.