

RALF MATTI JÄGER

# BEFREIUNG DES DENKENS

VORSPIEL ZU EINER  
PHILOSOPHIE VOM HERZENSGRUND

*Leseprobe*



verwandeln verlag

[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)

Umschlaggestaltung unter Verwendung der Malerei *Grün als Grün* von Ralf  
Matti Jäger.

Bibliographische Information Der Deutschen Bibliothek

Die deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© verwandeln verlag 2021

Umschlag und Satz: Ralf Matti Jäger

Druck:

Alle Rechte vorbehalten.

ISBN 978-3-98192xx-x-x

[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)

[verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)

*Für jene,  
die das Denken als Werkzeug nutzen wollen*

## Leitsätze

»Die letzte Schlussfolgerung der Vernunft ist, dass sie einsieht, dass es eine Unzahl Dinge gibt, die sie nicht zu fassen vermag; sie ist nur schwach, wenn sie nicht zu dieser Einsicht gelangt.«<sup>1</sup> *Blaise Pascal*

»...wie? ist unser Bedürfnis nach Erkennen nicht eben dieses Bedürfnis nach Bekanntem, der Wille, unter allem Fremden, Ungewöhnlichen, Fragwürdigen etwas aufzudecken, das uns nicht mehr beunruhigt? Sollte es nicht der Instinkt der Furcht sein, der uns erkennen heißt? ... Dieser Philosoph wählte die Welt ›erkannt‹, als er sie auf eine ›Idee‹ zurückgeführt hatte: ach, war es nicht deshalb, weil ihm die ›Idee‹ so bekannt, so gewohnt war? weil er sich so wenig mehr vor der ›Idee‹ fürchtete? - Oh über diese Genügsamkeit der Erkennenden! man sehe sich doch ihre Prinzipien und Welträtsel-Lösungen darauf an! Wenn sie etwas an den Dingen, unter den Dingen, hinter den Dingen wiederfinden, das uns leider sehr bekannt ist, zum Beispiel unser Einmaleins oder unsre Logik oder unser Wollen und Begehren, wie glücklich sind sie sofort! Denn ›was bekannt ist, ist erkannt‹: darin stimmen sie überein.«<sup>2</sup> *Friedrich Nietzsche*

»Etwas begreifen heißt m. E. gar nichts anderes als in Etwas lebendig, d.h. in Etwas eingefühlt sein. Damit ist gesagt, dass alles Beurteilen, Wissen, kausale Verstehen in einer vollkommen andern Sphäre liegt als das fundamentalere ›Begreifen‹.«<sup>3</sup> *Theodor Lessing*

»Das Wesen der Geisteshaltung, die allem Philosophieren zugrunde liegt, ist: liebesbestimmter Actus der Teilnahme des Kerns einer endlichen Menschenperson am Wesenhaften aller möglichen Dinge.«<sup>4</sup> *Max Scheler*

---

<sup>1</sup> Pascal 1937, 138. (Fragment 267)

<sup>2</sup> Fröhliche Wissenschaft, Nr. 355.

<sup>3</sup> Theodor Lessing: *Psychologie der Abmung* (1908), wiederveröffentlicht in: Theodor Lessing: *Philosophie als Tat*. Göttingen 1914. Neudruck Leipzig 2010, 119f.

<sup>4</sup> Scheler 1986, 327f.

## INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG.....	6
BEOBACHTUNGEN.....	11
UNTERSCHIEDUNGEN.....	
LÖSUNGEN.....	
PERSÖNLICHES NACHWORT.....	28

# EINLEITUNG

Die Beobachtung des Denkens kann befreien. Nämlich dann, wenn man zu der Einsicht kommt, dass das Denken selbst seine Begrenzungen hat. Davon handelt dieses Buch.

Es beinhaltet schriftlich fixierte Reflexionen phänomenologischer Beobachtungen des Denkens, sowie der dazu gehörigen, aber davon unterscheidbaren Seelenprozesse wie Wahrnehmen, Vorstellen, Erinnern, Phantasieren, Imaginieren, Fühlen, Einfühlen, Empathie und Liebe fühlen, Ideieren, Inspiration und Intuition erfahren, Wollen, Handeln etc.

Das Denken ist das grundlegende Werkzeug der begrifflichen Klärung menschlichen Erlebens. Dies ist die wesentliche Aufgabe des Denkens.

Die BEFREIUNG DES DENKENS, die angeregt werden soll, ist die Befreiung von Ansprüchen, die vom Denken strukturell gar nicht erfüllt werden können; allen voran der Anspruch, dass das Denken die erlebbare Wirklichkeit zu erfassen, zu ergründen vermöge. Das ist im direkten Sinne gar nicht möglich.

Deshalb sollten wir alle, die wir denken, uns bescheiden. Wenn wir uns weithin einig wären, dass spielende Kinder, sorgende Mütter und Väter, Liebe und Empathie fühlende, die Welt verwandelnde, malende, musizierende, tanzende, dichtende, singende Menschen mit der Wirklichkeit eins sind, während sich der denkende Mensch (professionell: der Philosoph und Wissenschaftler) aus der Tiefenstruktur des

Denkens heraus immer von der Wirklichkeit entzweit, dann wären die Anregungen in diesem Buch nicht notwendig.

Meine Ausführungen zur BEFREIUNG DES DENKENS könnten leicht missverstanden werden, von jenen, die den Unterschied zwischen Denken und Vorstellen (Erinnern, Phantasieren, Imaginieren) nicht erlebt haben. Auch wenn Denken und Vorstellen meist eng Hand in Hand gehen, ist die seelische Kraft, die hinter dem Denken steckt, doch eine ganz andere als jene, die hinter dem Vorstellen steht. Die Kraft des Vorstellens (Erinnerns, Phantasierens, Imaginierens) ist die des Bildens von Bild-, Hör-, Geruchs-, Tast-, Situations-, Szenen-, Bewegungsvorstellungen. Die Kraft des begrifflichen Denkens ist die des Differenzierens und Analysierens des Erlebten.

Der Fokus dieses Buchs liegt also auf dem Denken, weil das Denken ein unerlässliches Werkzeug im Lebensvollzug ist, obwohl es keineswegs als das Wichtigste im Leben angesehen werden darf.

Schriftlich festgehaltene Anregungen zu den wirklich zentralen Fragen des Menschseins wie Liebe, Empathie, Verbundensein, zum Fühlen, zur Selbst und Weltverwandlung, zum Kunstschaffen und zur Therapie finden sich in meinen Büchern *Verwandlung* (2017), *Seelenschwärze Seelenwärme* (2020) und *Empathie & Therapie* (erscheint hoffentlich 2021).

Eine umfassende Darstellung meines philosophischen Ansatzes, der *Empathibologischen Prinzipienforschung*, wird sich in meinem Buch *Philosophie vom Herzensgrund* finden, wenn ich einstmals Zeit finden werde, um es vollständig auszuarbeiten.

Und natürlich stehen meine Ausführungen zur BEFREIUNG DES DENKENS in tiefstem Zusammenhang mit meinen *12 Thesen zu einer neuen Methodologie* in meiner Schrift *Empathische Wissenschaft* (2020), sowie zu meinem *Beitrag zur phänomenologischen Anthropologie* in meinem Buch *Das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem im Erleben & Kunstschaffen* (2017).

Das vorliegende Buch ist in Aphorismen und Essays geschrieben, weil dies meiner grundlegenden phänomenologisch-empathologischen Arbeitsweise entspricht. Meine Aphorismen und Essays sind Annäherungen an die Sache, um die es mir geht, hier das Denken. Sie bieten Annäherungen aus immer wieder anderen Richtungen, Perspektiven, Zugangsweisen und mit anderen Ansätzen. Ich möchte gerade nicht eine Abhandlung schreiben, die auf Seite Eins beginnt und die stringent zu einem mir schon vorher bekannten Ziel führt, das auf der letzten Seite natürlich erreicht wird. Vielmehr gebe ich den Themen, die sich mir im Forschungsprozess eröffnen, den Raum sich aus sich heraus zu entwickeln. Was sich dann auf meinem Forschungsweg ergibt und in Worte gefasst werden kann, arrangiere ich zu einem größeren, mal in sich stimmigen, mal holperigen, mal widersprüchlichen Ganzen.

Ich versuche, (mir) auf diese Weise etwas Neues zu erarbeiten, sodass es mir scheint, als würde ich neue Pfade in unwegsamem Gelände bahnen. Da fällt es schwer, breite Straßen zu hinterlassen.

Es widerspräche auch meinem inneren Anliegen, wenn ich darauf ausginge, den Leser durch geschmeidige Argumentation zu bannen und auf diese Weise dazu zu führen,



meine Einsichten zu übernehmen. Vielmehr hoffe ich, dass der hiermit vorgelegte schriftliche Niederschlag meiner inneren Arbeit zum Denken gerade aufgrund des aphoristischen und essayistischen Stils das eigenständige, freie und hoffentlich befreiende Denk-Erleben des Lesers anregen kann.

Was insbesondere die Aphorismen betrifft, so macht es keinen Sinn, diese – einen Aphorismus nach dem anderen – an einem Stück durchlesen zu wollen, als handele es sich eben doch um einen gebundenen Text. Ich habe lange Zeit gebraucht, um die Aphorismen zu erarbeiten und zusammenzustellen. Sie brauchen auch in der Rezeption ihren Entfaltungsraum.

Meine schon erwähnten Bücher *Verwandlung* und *Empathie & Therapie* sind ebenfalls und aus den gleichen Gründen in Aphorismen und Essays verfasst. Sie haben jedoch bei zwei mir nahestehenden Menschen starke Abwehrreflexe ausgelöst; wahrscheinlich, weil diese beiden immer noch mit den überzogenen Ansprüchen des alten Denkens verbunden sind und also immer noch in der stringent-durchdachten Argumentation den wahren Weg zur Erkenntnis sehen. Es sei deshalb an dieser Stelle daran erinnert, dass sich jede noch so absurde These, jedwede Theorie, jegliche Weltanschauung, jedes Ideengebäude, jede Ideologie (auch etwa eine nationalsozialistische, neurobiologistische, transhumanistische o.ä.) durch konsequente, logische, in sich selbst konsistente philosophische Argumentationen fundieren lassen, ohne dass sie deshalb wahr wären.

Wahrhaftigkeit, Wirklichkeitsnähe, Authentizität, Kohärenz und Stimmigkeit lassen sich durch das Denken allein

nicht herbeiführen; dazu braucht es eben auch des Fühlens, der Empathie, des moralischen Empfindens, der Leib-Gefühle, der sozialen Einbindung, sodann der Lebendigkeit, des Spielens und der Freiheit. Wenn das Spielen fehlt, ist dies immer ein Anzeichen dafür, dass etwas mit einer Theorie nicht stimmt.

Um Missverständnissen vorzubeugen, sei festgehalten, dass ich selbst auch stringent-durchdachte Argumentationen schätze, – ich habe selbst welche vorgelegt –, solange sie nicht mit dem inneren Gestus vorgetragen werden, dass sie aufgrund der Stringenz und Logik des Vorgetragenen zur Erkenntnis der Wirklichkeit führen würden. Denn das ist nicht der Fall.

Der Werkzeug-Charakter des Denkens muss begriffen werden. Dazu ist dieses Buch geschrieben.

Die Vordenker der hiermit angeregten BEFREIUNG DES DENKENS waren für mich Blaise Pascal, Friedrich Schiller, Theodor Lessing, Max Scheler und Hans-Peter Dürr.

Alle Aphorismen und Essays sind meinem unveröffentlichten ersten Hauptwerk *Erleben, Verwandeln, Verbundensein* (2016) entnommen, dann überarbeitet und ergänzt worden.

*Ralf Matti Jäger* am 11.9.2020

Aktualisiert am 28.10.2020

# BEOBACHTUNGEN

### Denken ist eine Sucht

Warum ich denke? Weil ich nicht verstehe. Das Denken ist eine Sucht.

### Denken ist ein Kraftstrom

Das Denken ist ein Kraftstrom, von dem man ergriffen wird, sobald man denkt.

### Distanzierendes Denken

Das Denken ist ein Glücksfall, wenn wir Distanz von der Wirklichkeit brauchen. Sobald wir denken, entsteht Abstand.

### Klares Denken

Das Großartige des Denkens liegt darin, dass es Klarheit schafft.

### Denken ist Filtern

Wer denkt, konzentriert sich auf spezifische Inhalte. Diese Inhalte bedenkt er dann nach den ihm zur Gewohnheit gewordenen Denkmustern. Das Denken ist ein Filtern. Um jedoch das Ganze erleben zu können, muss das Denken in den Hintergrund treten. Wer nicht denkt, der erlebt.

## Ferne des Denkens

Es scheint, als ob das Denken im Wachleben allgegenwärtig sei. Und doch, es gibt unzählige Momente, in denen wir tief und mit vollem Bewusstsein erleben, gerade weil das Denken leise, still und fern ist; ein Blick in die Augen des Gegenübers, eine Umarmung, ein Kuss, ein Tagtraum, beim Spielen mit Kindern, beim Malen, Tanzen, Singen, beim Sex usw.

## Diskursives Denken

Das Denken rennt immer (lat. *discurrere* = hin- und herrennen). Ich kann langsamer rennen, aber ich renne doch. Das Stillstehen der Zeit kann ich nur erleben, wenn ich nicht denke, z.B. bei einem Kuss.

## Denken ist Wiederkäuen

Denken ist Wiederkäuen. Bereits Erlebtes wird verdaulich gemacht. Denkend sind wir aus dem Erleben raus.

## Seelenbetätigung

Jene Seelenbetätigung, die im Alltag unser Inneres ausfüllt, und die wir oftmals ungenau als unser ›Denken‹ bezeichnen, ist ein wunderbares Ineinanderfließen von Vorstellen (Erinnern, Phantasieren, Imaginieren), Fühlen und begrifflichem Denken.

## Denken und Vorstellen

Denken und Vorstellen gehen meist eng Hand in Hand, und doch ist die seelische Kraft, die hinter dem Denken steckt, eine ganz andere als jene, die hinter dem Vorstellen steht. Die Kraft des begrifflichen Denkens ist die des Distanzierens, Differenzierens und Analysierens des Erlebten. Die Kraft des Vorstellens (Erinnerns, Phantasierens, Imaginierens) ist die des Bildens von Bild-, Hör-, Geruchs-, Tast-, Situations-, Szenen-, Bewegungsvorstellungen.

## Destruktives Denken

Das Denken ist ein Skalpell. Sobald man es ansetzt, schneidet man bereits.

## Analytisch Denken

Einen kunstvoll gefertigten Teppich zerschneiden und dann das Zerschnittene neu zusammensetzen, das ist das Ergebnis des analytisch-rationalen Denkens.

## Synthetisch Denken

Man kann denkend auch synthetisieren, d.h. zusammensetzen. Aber man kommt so nicht wieder bei der erlebbaren Wirklichkeit an.

## Denken in der Zeit

Denkend treten wir aus der erlebten Zeit heraus. Das Denken kommt deshalb immer zu spät. Aber es enthebt uns der erlebten Zeit.

## Exaktes Denken

Wer sein Denken an die Kandare schärfster Strukturiertheit, Konsequenz, Systematik und Konsistenz nimmt, wird zu präzisen Erkenntnissen kommen. Nur gehen die »exakten Erkenntnisse«, wie Hans-Peter Dürr treffend sagt »exakt an der Wirklichkeit vorbei«<sup>5</sup>.

## Totes Denken

Ein vollständig in sich konsistentes Denken, wenn es das überhaupt geben könnte, wäre absolut tot.

## Unreines Denken

Auch das reinste, klarste und abstrakteste Denken wird immer von einem bestimmten, individuellen Menschen in Worten der menschlichen Sprache gedacht. Und das ist gut so. Dort wird es wieder lebendig.

---

<sup>5</sup> Nachzuhören unter [www.youtube.de](http://www.youtube.de), Stichworte: Hans Peter Dürr Gespräch 1\_3.

## Inkonsistentes Denken

Was ich bei der Durcharbeitung der Gedanken von Philosophen und Wissenschaftlern liebe, ist, wenn deren Begrifflichkeiten an manchen Stellen eine Präzisierung erfahren, also klar definiert werden, um an anderen Stellen wieder unscharf zu werden, die selbstgesetzten Definitionen also nicht mehr eingehalten sind. Man könnte an solchen Stellen einhaken, und nachweisen, dass hier unpräzise und inkonsistent gedacht wird. Doch das ist nicht der Punkt. Vielmehr muss anerkannt werden, dass die Begrifflichkeiten genau so präzise und wiederum unpräzise sind, als sie sein können, weil das Spielen ein unüberwindbares Grundprinzip allen menschlichen Daseins und so auch des Denkens ist. Der Mensch kann nicht umhin, lebendig zu sein.

## Denken über Etwas

Das Leben, die Liebe und die Kunst können denkend nicht erfasst werden. Alles Denken über das Leben, die Liebe und die Kunst vermag zwar etwas zu erklären, aber es ist weder Leben, noch Liebe, noch Kunst. Es ist nur ein Denken über Etwas.

## Ganzheitliche Fülle

Das Erleben ist immer reichhaltiger und tiefer als alles, was wir darüber denken können und denkend erfassen können. Wir können uns durch das Denken nach dem Erleben eine klarere,



punktuierte Bewusstheit vom Erlebten verschaffen, aber die ganzheitliche Fülle des Erlebens fällt sofort weg.

### Lebendig werden

Die Grundlagen unseres Seins sind das Fühlen, das Mitfühlen, das Einfühlen, das Fühlen von Verbundensein und das Handeln, das in Kontakt-Treten, das tätige Verwandeln der Welt (im Kunstschaffen) und die Verwandlung des Selbst in der Welt.

### Vereinseitigendes Denken

Philosophen, Denker, Wissenschaftler haben jahrhundertlang geglaubt, dass dem Denken das Potential inne wohne, zu wahren oder objektiven Erkenntnissen zu führen. Dabei ist das Denken aus seiner Tiefenstruktur heraus ein vom Leben distanzierender und den Menschen deshalb vereinseitigender Prozess.

### Intellektuelle Erhebung

Die denkende Erhebung über die Lebenswirklichkeit führt in eine Einseitigkeit, in die intellektuelle Distanzierung, Überhebung und Erkaltung, wie Schiller schon 1793/95 aufgewiesen hat. In diese Erkaltung ist die westliche Kultur, unsere philosophische und wissenschaftliche Kultur weitgehend hinein geraten.

## Schneller Denken

Philosophen, Wissenschaftler, Theoretiker, Informatiker steigern sich im Denken bisweilen zu Höchstleistungen und denken doch nur in altvertrauten Denkformen. Wie beim Schach. Die Denkformen bleiben immer gleich, nur weiter und schneller soll das Denken werden. Da wollen sie sich beweisen und die Konkurrenz ausstechen. Wovor sie zurückschrecken, ist, anders zu denken, neu denken zu lernen, denselben Denkinhalt aus einer anderen Perspektive, aus einer anderen Grundhaltung, in einer anderen Denkform, mit einem anderen Denkansatz zu durchdenken; ganz zu Schweigen etwa davon, weniger zu denken, bescheidener zu denken, gar nicht zu denken, sondern zu fühlen und tiefer zu erleben. Das macht ihnen Angst. Diese Möglichkeit wird ausgeblendet. Sie wünschen sich, das Denken führe zur Wirklichkeit und es gäbe nur *ein* richtiges Denken, *das* wissenschaftliche Denken, über das sie selbst verfügen.

## Kreativ Denken

Ein kreativer Denker wie z.B. Nietzsche ist nicht ein kreativer *Denker*, sondern ein kreativer Mensch, der auch denkt. Die persönliche Tragik Nietzsches lag darin, dass er als Denker formulierte, was er als Kunstschaffender (Maler, Musiker, Dichter) hätte in Werken verwirklichen sollen. Das kreative Moment kommt nicht aus dem Klarheit schaffenden begrifflichen Denken, sondern aus der Phantasiebetätigung und dem damit oft einhergehenden Inspirationsprozess. Das

*Spielen* ist hier wie überall Grundprinzip. Die Fähigkeit zu spielen ist aber nicht eine Fähigkeit des Denkens. Sondern sie ist eine Fähigkeit, zwischen aktiven Denkprozessen, die vollbewusst sind, und gelösten Fühlprozessen, die an die Grenze des Unbewussten heranzuführen, wechseln zu können. Das Loslassen ist nicht etwas, das man aktiv macht, sondern etwas, was sich ergibt, wenn man es zulässt. Warum können viele Menschen nicht loslassen? Es ist das Gefühl der Angst, das sie hindert. Warum können manche doch loslassen? Weil sie Urvertrauen haben. Urvertrauen ist eine Gefühlsstimmung.

### Kritisches Denken

Alles analytische Denken ist naturgemäß ein Scheiden, ist Kritik (griech. krinein = scheiden, trennen). Wer analysiert, vergleicht, sucht Ähnlichkeiten und Unterschiede, und entscheidet, was zusammenpasst und was nicht. Jedes analytische Denken ist von daher ein Kritisieren, der kritische Denker eine Selbstverständlichkeit. Jedes analytische Denken ist ein Zerstören von Ganzheiten. Fühlend können Ganzheiten erlebt werden, ohne sie zu zerstören. Fühlend kann erlebt werden, ob eine Ganzheit gestört ist. Wo das fühlende Erleben von Ganzheiten gestört ist, kommt die Kritik zu Recht. Wirkliche Kritik beginnt im Herzen, mit unwohlen Empathiegefühlen. Jene Kritik, die im Kopf entspringt, hat nicht dieselbe Wertigkeit. Wo der kluge Kopf Ungereimtheiten findet, und diese kritisiert, wäre nachzufühlen und damit zu überprüfen, ob er nicht nur Ungereimtheiten

kritisiert, die erst deshalb entstanden sind, weil er selbst Ganzheiten durch seine Analyse ge- oder zerstört hat.

### Denkend Distanz schaffen

Immer dann, wenn sich etwas nicht richtig anfühlt, wenn sich etwas falsch oder ungut anfühlt, dann springt das Denken an. Und dann ist es eine kurzfristige Hilfe. Das setzt schon bei kleinen Kindern ein, die in emotional belasteten Verhältnissen aufwachsen.

In das Zusammensein mit liebenden Eltern, in das freie Spielen mit gesunden Kindern ist das Kind jedoch mit Selbstverständlichkeit eingeführt. Und es lernt dabei Unendliches an emotionalen Fähigkeiten, an Modi des Zusammenseins, Zusammenagierens. Es denkt dabei auch nach, aber mit Gelassenheit. Das Denken fließt im Einklang mit den Erlebnissen.

Dort aber, wo die Verhältnisse belastend, verstrickt, widersprüchlich oder in Tiefenschichten (beispielsweise bei virilen Stimmungen Erwachsener oder bei subtiler Gewalt) irritierend sind, stockt das Fühlen, wird das Kind schmerzlich aus dem Verbundensein herauskatapultiert. Und dann reflektiert es das Fremde, das Nicht-Durchfühlbare, das ihm Unverständliche, weil dies negative oder widersprüchliche Gefühle auslöst.

Fühle ich mich in wohlher Weise verbunden, kann das Denken zurücktreten und schweigen. Fühle ich mich verwirrt oder isoliert, kann es laut werden, um mich aus der Verwirrung zu führen, indem es Distanz und Differenz schafft.

## Sich fühlend verbinden

Viele Denker widersprechen hier und sagen: Wieso, mein Denken hilft mir doch, mich umso intensiver mit bestimmten Dingen zu befassen. Mein Denken sorgt also dafür, dass ich mich mit den Dingen stärker verbinde. Doch das ist ungenau beobachtet. Ich kann denkend mein Interesse auf bestimmte Dinge richten (Intentionalität), aber mein Sich-mit-den-Dingen-Verbinden erfolgt fühlend, einfühlend, empathierend. Dieses fühlend vertiefte Erleben bildet dann eine breitere Basis, die man – wenn man denn will – wiederum denkend zergliedern kann. Das ist der übliche Vorgang auch bei Philosophen und Wissenschaftlern, nur dass die Philosophen und Wissenschaftler meist nicht bemerken (wollen), dass auch sie sich fühlend verbunden haben.

## Unklare Wirklichkeit

Die Definition ist der Punkt größter Präzision im Denken. Hier entsteht durch Ausschluss aller Vieldeutigkeit die größtmögliche Klarheit. Doch zu jedem Punkt gehört ein Umkreis, zu jeder Zentrierung die Dezentrierung. Zur Klarheit gehört das Unklare. Zum Eindeutigen das Vieldeutige. Was wäre das menschliche Leben ohne seine Vielgestaltigkeit? Aber was wäre die Vielgestaltigkeit des Lebens ohne seinen Gegenpol im Isolierten, Vereinzelten und dadurch klar Begreifbaren? Das klare Denken und die unklare Wirklichkeit bedingen einander wie Punkt und Umkreis.

## Verwirrtes Denken

In der Anwendung des rationalen Denkens auf die physikalische, materielle Welt steigert sich dieses wie von selbst in seine allergrößte Brillanz. Wendet sich der Mensch jedoch beispielsweise dem lebendigen Wachstum einer Pflanze oder dem Kunstschaffensprozess oder der leiblich-seelischen Entwicklung eines Kindes oder der Liebe zwischen Menschen oder den psychischen Verstrickungen in Menschengruppen zu, so beginnt das Denken sogleich sich zu verwirren. Plötzlich ist nichts mehr klar, weil es sich eben von vorneherein nichts als voneinander differenziert erfahren lässt. Alles ist ineinander und miteinander. Und dieselbe Sache, die aus der einen Sicht in einer bestimmten Weise erscheint, erscheint aus einer anderen Perspektive als etwas vollkommen anderes.

## Gefühle zerlegen

Das Denken kann Gefühle nicht klären. Es kann Distanz zu den Gefühlen herstellen und die Gefühle differenzieren und analysieren, d.h. das Ganze des Gefühlserlebens zerlegen und die einzelnen Teile angucken.

## Gefühle klären

Eine wirkliche Klärung der Gefühle im Sinne einer Harmonisierung der Seele kann nur durch fühlendes Erleben erfolgen. Aber immerhin kann ich denkend die Wege suchen, die ich gehen möchte, um solche Fühlerlebnisse machen zu können,

dass meine Gefühle klarer, harmonischer, stimmiger werden. Diese Wege muss ich dann allerdings wirklich gehen.

### Individuelle Denkkraft

Dass jeder Mensch nur auf seine eigene, d.h. subjektive Weise denken würde, ist ebenso unwahr, wie der Glaube, dass sich das Denken zur wahren Wirklichkeit erheben könnte. Die Art und Weise, wie das Denken funktioniert, ist etwas Allgemeines. Ob und wie das Denken eingesetzt wird, hängt vom Einzelnen ab.

### Selbstbewusstheit denken

Das Denken macht klar. Es gliedert, es analysiert, es vergleicht, es analogisiert. Und es führt zu Bewusstheit, zu Bewusstheit vom Einzelnen, auch zu Bewusstheit von uns selbst als denkenden Wesen. Dies haben Descartes, Fichte und Schelling gezeigt. Dies ist der Weg in die Einsamkeit.

### Fokussiertes Bewusstsein

Durch das Denken ist es auf primitive Weise möglich, das Bewusstsein zu lenken, nämlich wie auf einer Schmalspurstraße oder wie in einem fokussierten Lichtkegel. So können wir denkend unser Bewusstsein auf spezifische Dinge richten. Auch auf das Denken selbst. Auch auf den Denkenden selbst. So entsteht Bewusstheit von Etwas.

## Bewusstsein ohne Denken

Im Spielen mit Kindern, im Kunstschaffen, im Liebe-Fühlen, in leibbezogenen Meditationen (z.B. Yoga), im Sex kann man in einen Flow hineinkommen, so dass das Denken zurücktritt. In solcherart intensiviertem Erleben stellt sich eine besondere Form von Bewusstsein ein; ein Bewusstsein des prozessualen Eins-Seins. Dieses intensivierte Erleben kann nur erreicht werden, wenn das Denken zurücktritt. Das Denken ist also nicht die Bedingung für Bewusstheit, wie die Philosophen des 19. und noch des 20. Jahrhunderts glaubten.

## Individuelle Denk-Bewusstheit

Auch ist das Zentralorgan unseres Nervensystems, unser Gehirn, selbstverständlich nicht der Ursprung des Bewusstseins, wie die materialistischen Philosophien seit dem 17. Jahrhundert postulierten, die Physiologen seit dem 19. Jahrhundert glaubten und die Neurobiologen des 20. und 21. Jahrhunderts in Ausblendung der Realität des menschlichen Erlebens noch immer glauben wollen<sup>6</sup>. Das Gehirn ist die organische Grundlage für individuelle Denk-Bewusstheit.

---

<sup>6</sup> Siehe dazu: Thomas Fuchs: *Verteidigung des Menschen. Grundfragen einer verkörperten Anthropologie*. Berlin 2020. - Alva Noë: *Out of our Heads. Why you are not your brain, and other lessons from the biology of Consciousness*. New York 2009. - Siehe auch das Kapitel *Der Mensch denkt, nicht das Gehirn* in: Erwin Straus: *Vom Sinn der Sinne. Ein Beitrag zu einer Grundlegung der Psychologie*. (1. Aufl. 1935). 2. vermehrte Auflage. Berlin, Göttingen, Heidelberg 1956.



## Denken und Psychose

Die Psychose zeigt, wie sehr unser Denken vom Zusammenspiel mit unserer Seele und unserem Leib und dem Verbundensein mit unseren Mitmenschen und unserer Umwelt abhängt. Wenn dieses Zusammenspiel und Verbundensein von früh auf zerrüttet wird, verliert irgendwann auch alles Gedachte seinen Zusammenhalt.

## Reduktionistisches Denken

In einem Vortrag zum Thema *Das Gehirn - Wie einzigartig ist der Mensch?* sagte der Neurowissenschaftler Gerhard Roth:

»Es kommt auf die Hirnrinde an. Das ist das, was uns zum Menschen macht. Ich habe Ihnen ja verraten, in der Hirnrinde sitzen Denken, Vorstellung, Erinnerung, Sprache, all das ist in der Großhirnrinde.«

Nein, es »sitzen« Denken, Vorstellung, Erinnerung und Sprache nicht »in der Hirnrinde«, sondern Denken, Vorstellen, Erinnern finden im menschlichen Erleben in der Welt statt. Sie bedürfen dazu auch einer organischen Grundlage, einen Teil derselben stellt das Gehirn dar. Hier muss differenziert formuliert werden, damit sich reduktionistische Denkmuster nicht bei den Forschern selbst, aber auch nicht bei den Zuhörern unreflektiert einschleichen können.

## Witz der Neurobiologie

Nach einem Klavierkonzert unterhalten sich zwei Neurowissenschaftler. Der Erste: »Ich war total ergriffen.«

Der Zweite: »Und noch immer weiß man nicht, wie Musik entsteht.« Der Erste springt auf. »Komm, wir schauen uns das Klavier genauer an.« Beide untersuchen das Klavier, entdecken dort Tasten, Hämmerchen, mechanische Vorrichtungen zur Überwindung eines Spalts usw. »Genial!«, ruft der Erste. Der Zweite: »So entsteht Musik!« Den Pianisten, den Komponisten, den Raum, die Zeit, die Klangwelt, die Rhythmuswelt, den Empathieraum, Schwingungen, Stimmungen, die Zuhörer (d.h. sich selbst als Beobachter und Teilnehmende) usw. haben die beiden in ihrer Entdeckerfreude vergessen.

### Selbst-Bewusstsein

Selbstbewusstsein, also das Bewusstsein, dass man ein eigenes Selbst ist, wird fundiert durch das Erleben der eigenen Leiblichkeit. Jeder Mensch hat einen eigenen Körper und wird durch die Tatsache der Körperlichkeit individualisiert und in das Erleben von Subjektivität gebracht. Das Denken kann diesen Tatbestand reflektieren und dadurch bewusst machen. Es kann das Bewusstsein, ein eigenes Selbst zu sein, dadurch steigern, sozusagen zur vollbewussten Selbstbewusstheit bringen. Aber über das Bewusstsein, ein eigenes Selbst zu sein, verfügen bereits kleine Kinder; allein deshalb, weil sie in einem ihnen eigenen Körper heranwachsen.

[...]

# PERSÖNLICHES NACHWORT

Am 10.9.2020 kam ich müde und erschöpft nach Hause, nachdem ich in der Psychiatrie intensive Trauma-Kunsttherapie gegeben hatte. Da fand ich das Buch *Martin Heidegger – Eine kritische Einführung* von Peter Trawny auf der Treppe liegen. Ich hatte es bestellt, weil mich Prof. Christoph Jamme von der Leuphana Universität Lüneburg in einem Telefonat darauf aufmerksam gemacht hatte, dass er in meinem Text *Empathische Wissenschaft – 12 Thesen zu einer neuen Methodologie* Einflüsse von Heideggers Denken gefunden zu haben glaubte. Das konnte mir so nicht recht sein. Natürlich hatte ich mich in meiner Auseinandersetzung mit Edmund Husserl, Max Scheler, Erwin Straus, Ludwig Binswanger und Karl Löwith in den Jahren 2013-2017 auch mit Heidegger befasst, aber innerlich immer abgrenzend. Denn Heidegger trug völkische, faschistische, antisemitische und nationalsozialistische Gedanken in sich. Etwa seit 1931/32 steigerte sich Heidegger in die Auffassung hinein, dass seine Philosophie die wahre deutsche Philosophie sei. Er befand sich zeitweise in dem Wahnwitz, seine Philosophie führe zum wahren Wesen der Philosophie und deshalb auch zum wahren Wesen des Deutschtums. Dass die führenden Nationalsozialisten für seine Philosophie zu dumm waren, enttäuschte ihn. Gleichwohl blieb er Antisemit und Nationalsozialist, wie die *Schwarzen Hefte*, seine Notizbücher der Jahre 1931 bis 1948 zeigen.

In meinem Buch *Das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem im Erleben und Kunstschaffen – Ein Beitrag zur phänomenologischen Anthropologie* (geschrieben 2014, veröffentlicht 2017) hatte ich auf Seite 30 im Hinblick auf die große Wirkung Heideggers auf unzählige Philosophen des 20. Jahrhunderts geschrieben, dass eine »Phänomenologie faschistischer Denkformen im abendländischen Denken« ausstehe. In Peter Trawnys Heidegger-Einführung von 2016 kann man die allerersten Anfänge dazu sehen. Trawny gehört selbst zu den Philosophen des 20. Jahrhunderts, die stark von Heidegger beeinflusst waren. Doch geht er offen, kritisch und selbstkritisch an Heideggers Philosophie heran. Auch wenn er summa summarum »nicht der Ansicht [ist], dass Heideggers gesamtes Denken als antisemitisch zu bezeichnen« sei (S. 9), scheint er dies immerhin für möglich gehalten zu haben.

Als ich in Trawnys Einführung in Heideggers Philosophie einmal mehr las, dass das Zentrum von Heideggers Denken im »Sein selbst« zu finden sei, dass Heidegger also beginnend in den 1920er Jahren und dann in verschiedenen Wandlungsstufen über sein ganzes Leben hinweg, das »Da-Sein«, das »faktische Leben«, die »Welt«, die »Existenz« bedacht hat, entstand in mir der Drang, einen der Grundzüge meiner eigenen Philosophie klar und deutlich herauszustellen: die strukturelle Unmöglichkeit, das Erleben, das Leben, den Daseinsvollzug denkend zu erfassen.

Das Denken ist ein wunderbares, gottgegebenes Werkzeug des Menschen, um über das Erleben, das Leben und den Daseinsvollzug nachzudenken. Aber dem Denken wohnt strukturell das Moment der Distanzierung inne. Fühlend sind

wir mit der Welt verbunden, sind wir eins. Denkend distanzieren wir uns von der Welt, fallen auseinander in zwei, die Welt und den Denker. Alle Erlebnisse des Eins-Seins, die Menschen haben können, beispielsweise wenn wir Liebe fühlen, wenn wir kunstschaaffend tätig sind, wenn wir Sex haben, bei jedem Flow-Erlebnis, sind immer Erlebnisse, in denen das Denken zurücktritt. Dies wird m. E. von vielen Denkern nicht korrekt beobachtet oder auch aufgrund weltanschaulicher Vorurteile falsch beurteilt.

Heidegger macht in seiner Philosophie also etwas Richtiges: er weist auf die zentrale Bedeutung des Lebens hin. Aber er beginnt ein unmögliches Unterfangen: er will das Leben denkend erfassen.

Dieser unmögliche Grundansatz von Heideggers Philosophie ist zunächst nicht als faschistisch anzusehen; er findet sich auch bei unzähligen anderen Philosophen, die wie er im ausgehenden 19. Jahrhundert, beginnenden 20. Jahrhundert philosophisch sozialisiert worden sind, und die des Nationalsozialismus zunächst unverdächtig sind. Und doch gibt es hier vielleicht einen Zusammenhang.

Denn was Heideggers Philosophie fehlt, ist eine die Grundlagen seiner Philosophie strukturell verändernde Auseinandersetzung mit dem Fühlen, den Gefühlen, der Empathie, dem Zwischenmenschlichen, der Nähe, der Liebe, der Berührung, dem Verbundensein, dem Kunstschaaffen und dem Spielen. Hier hätte er durch den von ihm geschätzten Philosophen Max Scheler, auch durch seinen Habilitanden Karl Löwith Anregungen erfahren können. Durch diese Anregungen hätte sich sein Herz erwärmen und infolgedessen

sein Denken verändern können. Leider ist dies nicht geschehen. Diese in seinem Umfeld vorhandenen Anregungen haben Heideggers Denken nicht erreicht.

Vielleicht ist dies einer der Schlüssel, warum Heidegger so anfällig war für die Idiotismen des Faschismus, des Nationalsozialismus, des Antisemitismus und des Völkischen? Vielleicht war sein privates Denken in den *Schwarzen Heften* deshalb ergriffen von der Arroganz, der Überheblichkeit, der Härte, der Radikalität, der seelischen Kälte und der menschenverachtenden Brutalität, die den Nationalsozialisten zu Eigen war?

All dies war mir seit dem 10.9.2020 aktueller Anlass, meine gesammelten Notizen zur BEFREIUNG DES DENKENS der Jahre 2011 bis 2016 nunmehr zusammenzustellen, zu ergänzen, mit Vorwort und Nachwort zu versehen und jetzt zu veröffentlichen. In meiner *Philosophie vom Herzensgrund* werde ich diese und weitere Fragestellungen dann hoffentlich beizeiten weiter vertiefen können.

*Ralf Matti Jäger* am 30.9.2020

Aktualisiert am 28.10.2020

# *verwandeln verlag*

## Einführung & Verwandlung

Der *verwandeln verlag* ist ein Indie-Verlag aus dem wunderschönen, widerständigen Wendland. Er wurde am 4.10.2017 durch Ralf Matti Jäger begründet.

Die zentralen Themen des *verwandeln verlag*es sind Mensch & Menschsein, Einführung & Verwandlung, Kunsttherapie & Empathie, Kunstschaffen & Phänomenologie.

Leider werden inzwischen auch die Bereiche von Kunst (Literatur, Musik, Malerei etc.) und Wissenschaft vielfach marktwirtschaftlich vertrieben und damit oftmals qualitativ entwertet. Doch wo heute in der Wirtschaft durch perfide, kostenaufwändige Marketingstrategien in Menschen Konsumgelüste für Dinge erzeugt werden, die niemand wirklich braucht und die bisweilen sogar schädlich sind, setzt der *verwandeln verlag* darauf, dass sich zuletzt – zumindest in kleinen Kreisen – durchsetzen wird, was eigenständig, authentisch, transparent und qualitativ hochwertig ist.

Der *verwandeln verlag* finanziert sich bislang im allerkleinsten Stile aus (durch kunsttherapeutische Arbeit erworbenem) Privatkapital, durch Crowdfunding und durch die Förderung nahestehender Menschen.

Auf der Homepage des *verwandeln verlag*es können kostenfrei Malereien in hochwertiger Qualität angeschaut, Musik angehört, wissenschaftliche Aufsätze und umfangreiche Leseproben zu jedem Buch heruntergeladen werden.

Wer ein Buch kaufen möchte, kann dies über den alternativen kleinen Buchhandel oder direkt beim *verwandeln verlag* unter folgender Emailadresse tun:

[verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)

# VERWANDLUNG

von

Ralf Matti Jäger

Das menschliche Leben ist ein Prozess stetiger Verwandlung: Wir verwandeln die Welt und die Welt verwandelt uns.

Der Kernprozess aller Verwandlung ist das Kunstschaffen. Der malende Mensch, sei es ein Kind, ein Patient, ein Künstler, verwandelt die Welt der Farben, aber die Farbenwelt verwandelt auch ihn. Der tanzende Mensch verwandelt die Welt der Bewegung, des Rhythmus, des Raumes und diese verwandeln auch ihn. Der musizierende Mensch verwandelt die Klänge, Rhythmen, Töne, Geräusche, diese verwandeln auch ihn. Das Kunstschaffen ist ein Prozess der Anverwandlung von Mensch und Welt. Da ist ein Zusammenfließen, eins werden, und auch wieder ein Auseinanderfließen und zwei werden.

In Aphorismen, Fragmenten und Essays wird das Kunstschaffen als Prozess des Spielens zwischen Individualisierung und Kommunion, als Prozess der Welt- und Selbstverwandlung beschrieben.

Es handelt sich um Anregungen zur Erforschung der Verwandlungs-, Veränderungs- und Entwicklungsprozesse im (kunstschaffenden) Menschen.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 140 Seiten

ISBN 978-3-9819259-1-3

19,80€ + Verpackung und Versand

Bestellung im kleinen alternativen Buchladen oder unter  
[verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)



# DAS SPIELEN ZWISCHEN INTENTIONALITÄT UND PATHISCHEM IM ERLEBEN & KUNSTSCHAFFEN

EIN BEITRAG ZUR PHÄNOMENOLOGISCHEN  
ANTHROPOLOGIE

von Ralf Matti Jäger

Welche Prozesse vollziehen sich zwischen Mensch und Welt, wenn wir die Welt und uns selbst darin erleben? Welche Prozesse vollziehen sich im Handlungs- und Wahrnehmungsfeld des Kunstschaffens? Diese beiden Fragen bilden den gemeinsamen Ausgangspunkt dieser philosophisch-phenomenologischen Studie.

In dem Buch wird das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem als apriorischer Grundprozess des menschlichen Erlebens und des Kunstschaffens in einem Dreischritt von Husserls Intentionalitätsbegriff über Straus' Begriff des Pathischen zum Spielbegriff Schillers begrifflich entwickelt.

Sodann wird der Prozess des Spielens zwischen Intentionalität und Pathischem anhand der taktilen Berührung, der Sinneswahrnehmung und des Fühlens, sowie des Plastizierens und Malens anschaulich gemacht.

Auf dieser Grundlage wird abschließend anhand von Ausführungen Albert Einsteins auf die großen Ähnlichkeiten und die kleinen, aber gewichtigen Unterschiede zwischen dem Kunstschaffensprozess und dem kreativen Denkprozess des Wissenschaftlers hingewiesen.

Das Buch ist auch ein Beitrag zur phänomenologisch-anthropologischen Grundlegung der Kunsttherapie.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 139 Seiten.

ISBN 978-3-9819259-0-6

19,80€ + Verpackung und Versand

Bestellung im kleinen alternativen Buchladen oder unter  
[verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)

# SEELENSCHWÄRZE SEELENWÄRME

GEGENWARTSPOESIE & HERZENSMALEREI

von  
Ralf Matti Jäger

Naturzerstörung und Selbsterstörung, Egoismus und Empathiemangel, Lügen und Manipulation, Konkurrenzdruck und Pseudo-Verantwortungsübernahme, Krieg in der Welt und Gewalt in unseren Schlaf- und Kinderzimmern, Climate Change und Ausgrenzung... das sind einige der drängendsten Probleme unserer Zeit, die mich als Dichter, Maler und (Trauma-) Kunsttherapeut seit langem beschäftigen.

Kinder kommen ursprünglich nicht mit der SEELENSCHWÄRZE auf die Welt. Sie kommen als reine, offene, empfängliche, liebevolle und liebebedürftige Seelen zu uns und werden dann – viel zu früh – mit der SEELENSCHWÄRZE unserer Welt konfrontiert. Die Folgen davon erlebe ich alltäglich im Kontakt mit meinen Mitmenschen, mit der Natur, mit mir selbst, in verdichteter Weise bei meiner Arbeit als (Trauma-)Kunsttherapeut in der Psychosomatik, Akut-Psychiatrie und in ambulanter Praxis. In der trauma-kunsttherapeutischen Arbeit ist der Umgang mit der SEELENSCHWÄRZE ein unerlässlicher therapeutischer Prozess, der für die Patienten (und für mich) schmerzlich, aber befreiend ist. Vielleicht ist es notwendig geworden, die SEELENSCHWÄRZE der gesamten Menschheit in einem schmerzlichen Prozess durchzuarbeiten? Der SEELENSCHWÄRZE ins Gesicht zu sehen und damit Wege zur SEELENWÄRME zu eröffnen, dazu soll dieses Buch einen Beitrag leisten.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 212 Seiten.

ISBN 978-3-9819259-2-0

20€ + Verpackung und Versand im kleinen alternativen  
Buchladen oder unter [verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)

# EMPATHISCHE WISSENSCHAFT

## ZWÖLF THESEN ZU EINER NEUEN METHODOLOGIE

von Ralf Matti Jäger

Im Wissenschaftsbetrieb, an den Universitäten, bei den Professoren, in den Fachverlagen, bei den Fachzeitschriften und sonstigen Publikationsorganen, in Forschungslabors, in Denkwerkstätten, bei vielen, vielen Wissenschaftlern fehlt es an Empathie. Das ist nicht nur ein menschlich-ethisches Problem für die Forschung und die Forschungsergebnisse, die auf diese Weise zustande kommen, sondern es ist auch ein methodisches Problem der Forschung selbst. Von Letzterem handelt mein Beitrag.

Dass die Empathie in der wissenschaftlichen Forschung methodisch unterbewertet oder ausgeblendet wird, ist mir als Künstler und Therapeut mit Erschütterung aufgefallen, seit ich im Jahr 2008 damit begonnen hatte, mich in die Wissenschaft einzuarbeiten. So entstanden in mir nach und nach die Ideen, die in diesem skizzenhaften Beitrag erstmals in kürzester Form dargelegt sind.

Das Anliegen, die Empathie als bislang übersehenes, vergessenes oder verdrängtes Grundelement des wissenschaftlichen Forschens bewusst zu machen, muss man noch heute als gewagt betrachten. Dennoch glaube ich, dass es im 21. Jahrhundert Wissenschaftler gibt, die mein Anliegen begrüßen werden.

Demnächst zweisprachig Englisch/Deutsch.

Noch als kostenloser Download unter  
[www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie](http://www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie)

# GESTALTUNGSTHERAPIE KREATIVE THERAPIE KÜNSTLERISCHE THERAPIE KUNSTTHERAPIE

EIN BEITRAG ZUR BEGRIFFSGESCHICHTE,  
GEMEINSCHAFTSBILDUNG & IDENTITÄTSKLÄRUNG

Dissertation von Ralf Matti Jäger an der Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke bei Prof. Dr. med. David Martin und Prof. Dr. med. Peter F. Matthiessen †.

Die Ursprünge der Oberbegriffe *Gestaltungstherapie*, *Kreative Therapie*, *Künstlerische Therapie(n)* und *Kunsttherapie* sind heute selbst in Fachkreisen kaum bekannt. Schulenstreitigkeiten haben seit den 1980er Jahren zu einem Gebrauch der verschiedenen Oberbegriffe geführt, der wohl den Abgrenzungsbedürfnissen und subjektiven Intentionen tonangebender Persönlichkeiten diene, nicht aber einer inhaltlichen Klärung der Begriffe. Der verschwommene Begriffsgebrauch ist jedoch Symptom einer unklaren beruflichen Identität und zugleich ein Hindernis in der Gemeinschaftsbildung.

Gezeigt wird, dass auch dort, wo von *Gestaltung*, von *Kreativität* oder vom *Künstlerischen* gesprochen wird, die *Kunst* der innere Fokus ist, um den sich alles dreht. In der Kunst findet sich das ureigene therapeutische Potential dieses Therapieverfahrens.

Die Disputation erfolgt am 4.11.2020. Die Dissertation soll noch im November 2020 online erscheinen. Eine Kurzzusammenfassung der Dissertation ist im August 2020 im Deutschen Ärzteblatt PP erschienen. Link unter:

[www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie](http://www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie)

# EMPATHIE & THERAPIE

ANREGUNGEN AUS DER PRAXIS

von Ralf Matti Jäger

Wie vollziehen sich Empathieprozesse? Welche Bedeutung hat die Empathie im menschlichen Leben, in Beziehungen und in der Therapie? Wie vollziehen sich Entwicklungsprozesse, seelische Verwandlungsprozesse, Heilungsprozesse? Wie verwandelt sich Gesundheit in Krankheit und Krankheit in eine neue Gesundheit? Wie kann Traumatherapie helfen? Das Buch bietet aus der kunsttherapeutischen und empathio-logisch-forschenden Praxis geschöpfte Beobachtungen und Reflexionen.

## THEMEN:

Vertrauen, Empathie, Liebe

Leib, Entwicklung, Leben

Ganzheit, Individualität, Verbundensein

Frau und Mann

Gesundheit, Krankheit, Verwandlung

Verletzung, Trauma, Hüllenbildung

Annehmen, Loslassen, Heilung.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 210 Seiten.

Erscheint, sobald eine Finanzierung gefunden ist.  
Leseprobe unter [www.verwandeln-verlag.de/literatur](http://www.verwandeln-verlag.de/literatur)

# C. G. JUNG UND DIE MODERNE KUNST

EIN BEITRAG ZUR  
GESCHICHTE DER MALTHERAPIE

von Ralf Matti Jäger

C. G. Jung (1875-1961) gehört neben Sigmund Freud und Alfred Adler zu den maßgeblichen Begründern einer verbalen Psychotherapie. Er gehört aber auch zu den Begründern der Kunsttherapie, namentlich der Malthherapie. Das Malen war Jung ein Mittel zur Ergründung des Unbewussten und zur Arbeit mit inneren Bildern (Träumen, Phantasien, Gesichten, Visionen). Dabei war er von den akademischen Kunstidealen des 19. Jahrhunderts und einer symbolistischen Bildauffassung geprägt. Der modernen Kunst begegnete er zu Anfang des Jahrhunderts mit Neugier, doch sprach sie ihn nicht positiv an. Ende der 20er Jahre grenzte er sich deutlich ab. Jungs Theorien zu Symbolen, zum kollektiven Unbewussten und dessen Archetypen waren prägend für die Weiterentwicklung der Psychotherapie und auch für manche Ansätze der Kunsttherapie. Doch ist das Überholtwerden seines akademischen und symbolistischen Kunstverständnisses durch die fortschreitende Kunstentwicklung bis dato kaum kritisch reflektiert worden. Die Symboltheorien Jungs (und ebenso Freuds) sind weiter tradiert worden, ohne dass je ein Bewusstsein davon entstanden wäre, dass sie auf die moderne Kunst und damit auch auf die Kunstwerke von Patienten heute nur in manchen Fällen oder nur in einem speziellen Sinne angewendet werden können. Hier möchte die vorliegende Studie zur Klärung beitragen.

Erscheint, sobald eine Finanzierung gefunden ist.

Leseprobe unter

[www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie](http://www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie)

# GEGENWARTSGESTALTUNG ZWISCHEN EMPATHIE & EXISTENZANGST

INDIVIDUALISTISCH-GEMEINSCHAFTLICHE  
HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

von  
Ralf Matti Jäger

Die Existenzangst ist in Zeiten des Raubbaus an der Erde, der Überbevölkerung, des Klimawandels, von Flüchtlingsbewegungen, Pandemien usw. bei uns allen explodiert. Zugleich wird die Sehnsucht nach Empathie immer größer.

Denn die Empathie verbindet uns mit unseren Mitmenschen und der Natur. Sie macht uns weich, anpassungsfähig und hingebungsvoll. Sie lässt uns Teil des Ganzen werden. Demgegenüber weckt die Existenzangst in uns den Überlebenstrieb. Sie macht uns wach und aktiv. Doch wenn sie uns vollständig in ihren Bann schlägt, können wir gnadenlos werden, auch gegenüber unseren Nächsten. Die Existenzangst lässt uns auf unser Eigendasein zurückschrumpfen, sie macht uns dafür aber auch für unser Eigendasein wach.

Unter den zwei Leitbegriffen Empathie und Existenzangst versuche ich in diesem Buch zwei der tiefsten Urkräfte des menschlichen Daseinsvollzuges zu umreißen; zwei Urkräfte, die einander polarisch gegenüberstehen.

Beide Urkräfte müssen zusammenwirken, damit sinnvolles Handeln, d.h. positive Verwandlung möglich wird. In der Mitte zwischen den polarischen Kräften liegt die Möglichkeit zu einer positiven Gegenwartsgestaltung aus innerer Freiheit und in Verbundensein mit den Mitmenschen und der Natur.

In Arbeit.

Unser erstes Buch für Kinder, Jugendliche und die ganze Familie, geschrieben und illustriert von der ganzen Familie:

# MO, MIKKO, MARIA

## UND DAS TOTE SCHAF

EIN ADVENTS-KINDER-KRIMI

AUS DEM WENDLAND

in 24 Kapiteln

von

Sophia, Jalmari, Malve, Maja und Ralf Matti Jäger



Am 1. Dezember liegt ein totes Schaf im Stall des kleinen wendländischen Dorfes Pröhlitz. Violetta Pröhl ist schockiert. Bauer Gerd aus dem Nachbardorf Kiekritz ist sich sicher: Das war der Wolf. Aber so leicht lassen sich die drei Dorfkinder Mo, Mikko und Maria nicht ins Bockshorn jagen. An der Sache ist doch was faul. Wie ist das Schaf Piet gestorben? Die drei Detektive wollen es herausfinden. Sie suchen nach Spuren und lauschen die Dorfbewohner aus. Nach und nach decken sie eine Fülle von Ungereimtheiten auf. Doch das gefällt nicht allen...

Erscheint Mitte November 2020.



WEITERE BÜCHER



[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)