

Ralf Matti Jäger

# DEMUT DES DENKENS

Aphorismen zur Epistemologie vom Herzensgrund

Leseprobe



verwandeln verlag

Ralf Matti Jäger ist Kunsttherapeut und Philosoph. Er arbeitet in der Psychiatrie und forscht zu Verwandlungs- und Entwicklungsprozessen im Menschen, zur Kunsttherapie, Empathie und phänomenologischen Anthropologie. Seit 2014 entwickelt er eine neue Philosophie, die *Philosophie vom Herzensgrund*. Online-Publikationen zur Kunsttherapie und Philosophie unter: [www.ralfmattijaeger.de](http://www.ralfmattijaeger.de). In gedruckter Form sind bislang seine Bücher *Verwandlung* (2017), *Das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem* (2017), *Seelenschwärze Seelenwärme* (2020), *Gegenwartsgestaltung zwischen Empathie & Existenzangst* (2022) und gemeinsam mit seinen drei Kindern und seiner Frau der Advents-Kinder-Krimi *Mo, Mikko, Maria und das tote Schaf* (2020) erschienen.

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 2022

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 wähte 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> Max Scheler: *Phänomenologie und Erkenntnistheorie* (1913/14). In: Schriften aus dem Nachlass. Band 1. Zur Ethik und Erkenntnistheorie. Bonn 1986, 327f.

## INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG.....	8
BEOBACHTUNGEN.....	13
UNTERSCHIEDUNGEN.....	
LÖSUNGEN.....	
PERSÖNLICHES NACHWORT.....	

## EINLEITUNG

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

Es beinhaltet schriftlich fixierte, sprachlich verdichtete Reflexionen phänomenologischer Beobachtungen des Denkens, sowie der dazu gehörigen, aber davon unterscheidbaren Seelenprozesse wie Wahrnehmen, Vorstellen, Erinnern, Phantasieren, Imaginieren, Fühlen, Einfühlen, Empathie, 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.

Von einer *Demut des Denkens* spreche ich hier aus der Einsicht, dass die erlebbare Wirklichkeit durch das Denken nicht vollauf abgebildet oder erfasst werden kann. Denn dem Denken wohnt strukturell das Moment der Distanzierung inne. Dies ist ein Vorteil, wie sich noch zeigen wird. Es ist aber ein Nachteil dann, wenn Denker, Wissenschaftler, Philosophen, selbst Phänomenologen und Psychologen immer noch glauben, dass die Grundstruktur der Welt im Denken erreicht werden könne. Das ist nicht der Fall. Deshalb sollten wir alle, die wir denken, Demut üben.

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 aus der Struktur des Denkens heraus immer von der Wirk-

lichkeit entzweit, dann wären die Anregungen in diesem Buch nicht notwendig.

Meine Ausführungen zur *Demut des Denkens* könnten leicht missverstanden werden, von jenen, die keinen Unterschied zwischen Denken und Vorstellen (Erinnern, Phantasieren, Imaginieren) machen. Auch wenn Denken und Vorstellen meist eng Hand in Hand gehen, ist die seelische Kraft, die hinter dem Denken steckt, doch eine andere als jene, die hinter dem Vorstellen steht. Denken und Vorstellen sind strukturell verschieden. Die Kraft des Vorstellens ist die des Bildens von Bild-, Hör-, Geruchs-, Tast-, Situations-, Szenen-, Bewegungsvorstellungen, ob aus der Erinnerung oder in Phantasie. Die Kraft des begrifflichen Denkens ist die des Differenzierens und Analysierens des Erlebten, des Begriffe- und Theorienbildens und des Lenkens der bewussten Aufmerksamkeit (Intentionalität).

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), *Gegenwartsgestaltung zwischen Empathie & Existenzangst* (2022) und *Empathie & Therapie* (2022).

Die Grundlagen meines philosophischen Ansatzes, der *Philosophie vom Herzensgrund* findet sich in meinem Hauptwerk *Erleben Verwandeln Verbundensein – Geburt der Philosophie vom Herzensgrund* (Online-Publikation der Einleitung 2022).



Und natürlich stehen meine Ausführungen zur *Demut 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 jeweils 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 von mir schon vorher festgelegten Ziel führt, das auf der letzten Seite natürlich widerspruchsfrei 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, hoffentlich ästhetisch in sich stimmigen, bisweilen aber inhaltlich holperigen oder auch 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 einerseits schwer, breite Straßen zu hinterlassen. Andererseits widerspräche es auch meinem Bedürfnis, den Leser frei zu lassen, wenn ich darauf ausginge, ihn durch geschmeidige Argumentationen 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 ein eigenständiges und freies, letztlich demütiges Denken 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 sie zusammenzutragen. Sie können deshalb auch in der Rezeption einen Entfaltungsraum gebrauchen. Ich empfehle also ein langsames Lesen, am besten nur ein Aphorismus pro Tag.

Meine schon erwähnten Bücher *Erleben Verwandeln Verbundensein*, *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, jede Theorie, jedes Ideengebäude, jegliche Weltanschauung, jegliche 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 bzw. zum menschlichen Lebensvollzug etwas positiv Produktives hinzubringen würden.

Wahrhaftigkeit, Wirklichkeitsnähe, Authentizität, Kohärenz, Stimmigkeit und positive Produktivität lassen sich durch das Denken allein nicht herbeiführen; dazu bedarf es des Fühlens, der Empathie, des moralischen Empfindens, der Leib-Gefühle, der sozia-

len Einbindung, sodann der Lebendigkeit, des Spielens und der Freiheit. Wenn das Spielen und die Freiheit fehlen, ist dies immer ein Anzeichen dafür, dass etwas mit einer Theorie nicht stimmt. Wenn sie gänzlich fehlen, haben wir es mit einer Ideologie zu tun.

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

Der Werkzeug-Charakter des Denkens ist zu begreifen. Dazu ist dieses Buch geschrieben.

Die Vordenker zur *Demut des Denkens* waren für mich Blaise Pascal, Friedrich Schiller, Theodor Lessing, Max Scheler und Hans-Peter Dürr.

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

*Ralf Matti Jäger* am 11.9.2020

Zuletzt aktualisiert am 12.2.2023

# 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 Berührung, 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 für gewöhnlich 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, des Begriffe- und Theorienbildens und des Fokussierens der bewussten Aufmerksamkeit (Intentionalität). Die Kraft des Vorstellens (Erinnerns, Phantasierens, Imaginierens) ist die des Bildens von Bild-, Hör-, Geruchs-, Tast-, Situations-, Szenen-, Bewegungs-vorstellungen.

## Destruktives Denken

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

## Der falsche Schlüssel

Wenn wir durch das Denken die Dinge erfassen wollten, müsste das Denken den Dingen analog sein. Das ist nicht der Fall. Das Denken stellt uns den Dingen gegenüber. Wir sehen schon bei Aristoteles, wie er sich von den Dingen distanziiert. Er nutzt sein Denken zum Benennen, zum Differenzieren, zum Gliedern der Dinge, wie ein Seziersmesser. Er seziiert gut. Aber er ist nicht in den Dingen, nicht mal bei den Dingen. Das Denken ist der falsche Schlüssel, wenn es um das Erfahren der Tiefenstruktur der Dinge geht.

### 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 und macht deshalb eine andere Perspektive möglich.

### 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>.

---

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



## Totes Denken

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

## Überbordendes Denken

Dieses Denken, dieses Immerzu-Denken-Müssen, dieses Alles-Durchdenken, dieses Alles-vom-Kopf-aus-entscheiden-Wollen, das kann doch Gott so nicht gewollt haben. Das ist doch zu viel. Das ist einseitig geworden, übergekippt und zeigt jetzt seine negativen Seiten. Wer normal werden will, muss das überbordende Denken bekämpfen.

## Unreines Denken

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

## 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 ist anzuerkennen 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 begreifen können. Wir können uns durch das Denken nach dem Erleben eine klarere, punktuerte Bewusstheit vom Erlebten verschaffen, aber die ganzheitliche Fülle des Erlebens fällt sofort weg.

### Lebendig sein

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 (am Besten 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 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 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, demütiger 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 heranführen, 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 zu-

sammenpasst 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 unwohl-  
 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) iritierend 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 und damit gedankliche Klarheit 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 sich zunächst 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.

### Denken zergliedert

Das Denken ist nicht das Formprinzip, sondern das Gliederungsprinzip. Das Denken kann analysieren, zergliedern, und es kann vergleichen und Ähnlichkeiten erkennen, Unähnliches voneinander

trennen, also gliedern. Aber die Formen, die Formung, die Gestalt, kommt ganz woanders her.

### 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 ausprobieren möchte, um solche Fühlerlebnisse machen zu können, dass meine Gefühle klarer, harmonischer, stimmiger werden. Diese Wege sind dann allerdings wirklich zu 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.



## Einsames 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 (Solipsismus).

## Die böse Natur des Denkens

Kritik ist die böse Natur des Denkens.

## Die lichte Natur des Denkens

Fokussierte Bewusstheit ist die Lichtseite des Denkens.

## Fokussierte Bewusstheit

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 (Intentionalität). So entsteht Bewusstheit von Etwas. Wir können denkend unser Bewusstsein auch auf das Denken selbst richten. So entsteht Denkbewusstheit. Wir können es auch auf den Denkenden selbst richten. Dann entsteht Bewusstheit dafür, dass man selbst denkt.

## 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 keinesfalls die Bedingung für Bewusstsein, wie fast alle Philosophen des 19. und noch des 20. Jahrhunderts glaubten. Es hat mit dem Bewusstsein nur wenig zu tun. Allein eine fokussierte Bewusstheit des Denkenden kann durch das Denken herbeigeführt werden.

## Descartes und Fichte

Descartes und Fichte muss widersprochen werden. Der Ich-Begriff Descartes' und Fichtes ist richtig. Ich = wache Denkbewusstheit, Bewusstheit als Denk- und Selbst(reflektierte)bewusstheit. Aber die Verbindung des Ich mit dem Bewusstsein und damit dem Sein ist bei beiden falsch. Im selbstbewussten Ich ist das Sein nicht zu finden, deshalb findet sich darin auch kein sicherer Grund und Boden für jene gesicherte Erkenntnis, die Fichte suchte, die auch Schelling suchte.

Auch Descartes' Auffassung, dass im Denken das Sein zu finden sei, ist nicht zutreffend. Im Denken ist das selbstbewusste, wache, reflektierende, denkende Ich zu finden. Der Denker findet sich selbst als Denkenden im Denken. Das ist richtig. Aber das denkende Ich hört auf zu sein, wenn das Denken aufhört. Die

Seele, der Leib, der Körper, der Mensch sind jedoch immer noch da.

Die Höhlenmalereien der Steinzeit, Leonardos Mona Lisa, Rothkos Mural Walls, Hendrix' Little Wing, all das ist sicher ohne das sich selbst reflektierende philosophische Ich entstanden. Und doch haben diese Werke mehr Sein, mehr Wirklichkeit als Descartes' und Fichtes Philosophien, die im Gegensatz zu den genannten Kunstwerken heute nicht mehr aktuell sind. Sie waren im Prinzip schon durch Pascals Pensées überholt.

### Denken löst vom Leib

Warum wehrt sich der Leib gegen intensive Denkprozesse? Er könnte doch auch gelöst, frei und entspannt sein, weil das Denken vom Leib ablöst. Aber der Leib geht dabei zugrunde. Dem Leib geht es bei gesunder Bewegung gut und bei gesundem Schlaf. Das Denken lässt den Leib jedoch erstarren, ohne dass er schlafen kann.

### Denken verbindet nicht mit dem Ganzen

Es wäre ja so schön, wenn das, was wir in präzisiertem, klarem, wissenschaftlichem Denken erfassen, dasjenige wäre, was als Prinzip in den Dingen steckt, wie Aristoteles meint. Ach, welche Freude hätten wir am Denken. Aber so ist es leider nicht. Jeder Maler, Tänzer, Musiker, jede Mutter, jeder Liebende ist intensiver mit der Kraft der Dinge, mit den Prinzipien der Welt verbunden als der Denker. Nur der ganze Mensch – besser noch viele Menschen zusammen – kann mit der Welt verbunden sein, nie der Kopf allein.

## 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. Ohne Gehirn können wir nicht denken. Aber das Gehirn produziert die Gedanken nicht.

## 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.«<sup>7</sup>

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

---

<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.

<sup>7</sup> [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

das Gehirn dar. Hier ist differenziert zu formulieren, 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.

### 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 Seele und Leib von früh auf gestört wird und sich gar nicht erst aufbauen kann, verliert infolgedessen auch alles Gedachte seinen Zusammenhalt mit der Welt.

## Selbst-Bewusstsein

Selbstbewusstsein, also das Bewusstsein, dass man ein Eigenwesen 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.

## Entwicklungspsychologie des Denkens

Im Fühlen ist dem Baby (und jedem, der noch zu fühlen vermag) ein Ganzes gegeben. Dieses wird im Fühlen halbbewusst erlebt. Das Baby ist diesem Ganzen selbst zugehöriges Ganzes. Erleben ist beim Baby noch voll umfassend. Negativ gesagt: es ist indifferent. Positiv gesagt: es ist ganz, heil.

Anhand der eigenen Körperlichkeit, in die das Baby durch die Sinneserlebnisse hineingestoßen wird, erwacht anfänglich Selbst-Bewusstheit, d.h. das Gefühl des Abgegrenzt- und Isoliertseins von einem außerhalb der Körpergrenzen (der Körper wird sinnlich von innen erlebt) Liegenden, der Welt. Dieses Erleben bringt die Möglichkeit des Denkens mit sich, d.h. Reflexion, gedankliche Widerspiegelung und Nachbearbeitung wird möglich. Wird möglich, weil das Ganze in Zwei gerissen worden ist. In

Körper und Außenwelt. Wobei das sinnliche Erleben an den Körper gekettet ist.

Die Erlebnisse aus dem Fühlraum, die Verbundenseins-Erlebnisse, treten im Verlauf von Jugend und jungem Erwachsenenalter als problematisch auf. Das Denken als Reflexionsmittel wird im Verlauf der Jugend auch als Mittler der Reflexion der Fühlerlebnisse genutzt, was zu einer Abspaltung derselben führt. Damit ist, positiv gesagt, ein Selbst-Erwachen verbunden. Es kommt zu einem gesteigerten Erleben der eigenen Abgesondertheit, zu Ich-Erleben (im Sinne von Descartes' »Ich denke, also bin ich«).

Im Erwachsenenleben kann sich der Mensch dazu entschließen, das von ihm klar bewusst, aber differenziert-vereinzelt Erlebte (einschließlich seines Bewusstseins von sich selbst) wieder zu einem großen, zusammenhängenden Gebilde zu synthetisieren. So entstehen philosophische oder naturwissenschaftliche Theorien, Systeme oder Welterklärungsmodelle. All diese Systeme und Modelle sind menschengemacht.

Das Denken ist das Werkzeug, um punktuell gesteigerte Bewusstheit zu ermöglichen. Dies geht aber nur, indem das im Fühlen als Ganzes Gegebene zerlegt wird, in Einzelnes differenziert wird. Indem das Denken Einzelnes zu differenzieren vermag, kann es auch Ähnlichkeiten zwischen den Einzelheiten entdecken, diese also zusammenführen. Es kann auch kausale Zusammenhänge erfassen und zeitliche Abfolgen erkennen (d.h. kausal rekonstruieren). Das Denken kann seiner ihm eigenen Natur gemäß nicht indifferent, ganzheitlich (im echten Sinne) sein. Es kann Einzelnes synthetisieren, ohne dass es je wieder bei der ursprünglichen Ganzheit angelangen könnte.

## Denk-Entwicklung

Das Baby kann nicht denken. Das Baby, das Kind, der Jugendliche erlebt, fühlt, handelt, bildet seinen Leib-Seelenorganismus aus. Babys bilden keine verbal-begrifflichen Theorien aus. Das beginnt erst beim Kind, dann beim Jugendlichen. Wir bilden als Kinder und Jugendliche auch nicht implizite Theorien aus, wenn man unter Theorien verbal-begriffliche Theorien versteht. Wir entwickeln auch kein *implizites Wissen*, kein *tacit knowledge*, wie Michael Polanyi meint, insofern wir unter Wissen etwas verbal-begrifflich Gedachtes verstehen. Vielmehr machen wir als Kinder und Jugendliche Erfahrungen und bilden so unseren Leib-Seelenorganismus aus. Dabei wird erst im Verlauf des Erwachsenwerdens zunehmend mehr verbal-begrifflich gedacht. Umso mehr wir verbal-begrifflich denken, umso können wir auch auf abstraktem Wege, d.h. ohne direkte eigene Erfahrung, Theorien aufnehmen. Diese Theorien können im besten Falle für weitere Erlebnisse aufschließen und damit das Erleben vertiefen. In unserer Kultur verschiebt sich aber oft durch das verbal-begriffliche Theoretisieren die Entwicklung des Leib-Seelen-Organismus in Richtung abstrakten Intellektualisierens (Kopfmensch). Das hängt auch von den Theorien selbst ab, die Jugendlichen und jungen Erwachsenen geboten werden. Umso abstrakter, abgehobener, ausgedachter, erlebensferner die Theorien sind, umso stärker die Kraft, den Leib-Seelen-Organismus zum Kopf hin zu vereinseitigen.



## Sich frei denken

Wenn ich mich immer intensiver in die Denkart und die Denkinhalte eines anderen Denkers hineindenke, so werde ich in die Lage versetzt, immer exakter just das zu denken, was der Andere gedacht hat. Das aber bedeutet, dass mein Denken immer unbeweglicher, immer unlebendiger, immer unfreier wird. Indem ich mich in das Denken des Anderen hineinbegebe, kann ich nur noch denken wie er gedacht hat. Die vollkommene Hingabe an das Denken des Anderen resultiert in der maximalen Starre. Die Beweglichkeit und Verwandelbarkeit entstehen erst dann wieder, wenn ich die Gedanken des Anderen so denke, wie er sie nicht gedacht, wenn ich seine Denkart auf Gedankeninhalte anwende, auf die er sie selbst nicht angewandt hat. Um frei zu werden, denke ich seine Denkinhalte auf meine Art und wende seine Denkart auf andere Denkinhalte an. Dann werde ich auch wieder lebendig.

## Denkend in Frage stellen

Das Denken zu gebrauchen, um zu verstehen, was andere gedacht haben, ist so banal, wie Worte zu gebrauchen, um etwas zu sagen. es ist selbstverständlich. Gezielt einen Blickwinkel einnehmen, eine These suchen, um das Gegebene in Frage zu stellen. Das Gegebene umstürzen, um damit zu einem tieferen Verhältnis zu diesem zu finden.

## Energetik des Denkens

Wer nur noch denkt, trocknet seelisch aus, selbst wenn er Sport macht. Gänzlich übersteigertes Denken macht impotent.

### Ausgetretene Pfade

So wie man im Wald ausgetretene Pfade benutzt, um schneller vorankommen zu können, wenn man das Ziel schon kennt, ist es unverlässlich, denken zu können, wie es heute im philosophischen und wissenschaftlichen Mainstream üblich ist. Doch Entdeckungen macht man nur jenseits der ausgetretenen Pfade, in der Wildnis, wo das Ziel unbekannt ist.

### Widersprüchlich denken

Man kann sich ein in sich logisch-kausal stimmiges Denk-System ausdenken. Dann ist dieses zwar schlüssig und überzeugend, aber fern von der Wirklichkeit. Oder man versucht immer wieder aufs Neue, das Erleben zu beschreiben. Dann wird man zwar Widersprüchliches sagen. Aber man kommt der Wirklichkeit näher.

### Neuer Ansatz

Wenn wir denkend die Urgründe der Welt erleben könnten, dann müsste es uns und der Welt heute, wo die Wissenschaft in allen Lebensbereichen überaus dominant geworden ist, allerbestens gehen. Das ist nicht der Fall. Entweder stimmt etwas nicht, mit der Art und Weise, wie wir denken. Oder aber unser Grundansatz, der denkenden Ergründung der Welt ein Primat zuzuschreiben, ist falsch. Können wir unseren Grundansatz ändern und vom Fühlen, Spielen und Verbundensein ausgehen und dem Denken die bescheidene Stelle eines bloßen Werkzeugs geben? Dann würde sich auch die Art und Weise unseres Denkens von selbst ändern.

## Zerstörung analysieren

Nichts, aber auch gar nichts, was Menschen abstrakt erdenken, was sie vor dem PC schreibend erdenken, was sie intellektualisierend-theoretisierend erdenken, was sie berechnend-mathematisierend erdenken, wird uns helfen, die Zerstörung unseres Planeten aufzuhalten. Manches davon kann helfen, zu einer Steigerung der punktuellen Bewusstheit von der Zerstörung zu verhelfen und die Probleme zu analysieren. Aber die Heilung wird nicht aus dem Denken kommen können.

## Brille der Theorie

Was ich nicht leiden kann, ist, wenn Menschen eine Theorie intellektuell aufnehmen, um dann durch die Brille der Theorie auf die Welt zu blicken, dabei die Theorie einzig dahingehend überprüfend, ob sie in sich logisch kohärent ist. Was ich dagegen liebe, ist, wenn ein Mensch etwas erlebt und dies beschreibt, dafür Worte findet und etwa in einem Text seine Beobachtungen anbietet, vielleicht sogar als Anregung eine Theorie daraus bildet. Da wird man im Lesen angeregt, über ähnliche Erlebnisse nachzudenken, eigene Beobachtungen zu intensivieren, eigene Theorien zu hinterfragen.

## Ausgangspunkt im Erleben

In der Vergangenheit wurde versucht man, abstrakte philosophische Konzepte zu entwickeln, die dann vermeintlich allgemeingültig waren. Ich versuche demgegenüber von konkreten Erlebnissen mit den Menschen, der Natur oder sich selbst auszugehen und mein Denken immerzu an die Wirklichkeit anzupassen.

## Ideologisches Denken

Alles Denken, das nicht immer wieder vom menschlichen Erleben ausgeht und dabei versucht, sich immer wieder von bereits vorhandenen Denk-, Vorstellungs- und Fühlmustern zu befreien, ist letztlich ein ideologisches Denken. Umso reiner, abgelöster und abstrakter das Denken, umso ideologischer.

## Theorien als Brille

Solange ich durch die Brille einer Theorie auf die Welt blicke, wird es mir unmöglich, zu überprüfen, ob die Theorie stimmig ist. Dazu müsste ich die Brille absetzen. Allerdings bricht jede Theorie zusammen, wenn ich sie aus einer anderen Perspektive angehe, als der ihr eigenen. Das ist die Natur von Theorien. Im Überwinden einer lieb gewonnenen Theorie kann ich jedoch wachsen.

## Reduktionistische Theorien

Keine Theorie kann, das ist ja vollkommen klar, die volle Wirklichkeit vollgültig und allumfassend erfassen oder abbilden. Etwas pointierter formuliert, heißt dies, dass jede Theorie nur dadurch zustande kommt und eine Stimmigkeit in sich gewinnt, dass sie (ob bewusst oder unbewusst) Aspekte der Wirklichkeit ausblendet. Der leichteste Weg, um Theorien zu Fall bringen zu können, ist, eben jene Aspekte der Wirklichkeit ausfindig zu machen, die ausgeblendet worden sind, um die Theorie mit diesen zu konfrontieren.

## Neue Theorien bilden

Man kann es auch noch schärfer formulieren und sagen, dass alle Theorien, die wir uns von der Welt bilden, falsch sind. Dennoch sind sie notwendig als Schritte auf dem Weg zu unserer Erweiterung. Und ob wir es wollen oder nicht, wir haben den Kopf bereits voll mit Theorien, die wir meist unbewusst seit unserer Kindheit aufgenommen haben. Die Beschäftigung mit neuen Theorien hilft, die (unbewusst) bereits vorhandenen Theorien in sich selbst zu überwinden.

## Theoretisieren und Ideeieren

Denkend bilden wir Theorien. Fühlend erleben wir Ideen.

## Fragend denken

Theorien sollten aus meiner Sicht so sein, dass sie Fragen formulieren. Sie dürfen nicht abschließen, nicht endgültig sein, nicht definieren, nicht Antworten geben. Sondern sie sollen so sein, dass sie dadurch, dass sie eine Fragestellung vertiefen, eine einfachere Fragestellung überwinden. Das Denken soll nicht Antworten geben, sondern Fragen aufwerfen. Das Denken soll uns für die Wirklichkeit aufschließen, so dass wir die Wirklichkeit intensiver erleben wollen und können. Es soll uns nicht mit seinen reduktionistischen Antworten befriedigen, auf dass wir uns in ausgedachten Weltbildern abkapseln und von der Wirklichkeit isolieren.

## Gute Theorien

Alle Theorien, die helfen, sensibler zu werden, genauer hinzuschauen, tiefer zu sehen, neugierig zu machen, sich besser zu verbinden, das Herz zu öffnen, besser zu begreifen, inspirierter zu werden, mehr zu fühlen, Prinzipien zu erahnen, mehr Liebe zu entdecken, sind deshalb gut.

[...]