

## Werkstattsgespräche im Atelier Storchenbüel in Sevelen

Ein Mitschnitt des Vortrags vom 11. November 2014

### Denken – ein Menu von Gert Gschwendtner



*Betrachter im Bildmantel*

## Denken - ein Menue

Das Gefühl als Vorspeise.  
Die Idee als ersten Gang.  
Die Überlegung als Hauptspeise.  
Und das Bedenken der Folgen als Nachspeise.

Ich werde mir doch von meinem Gehirn nicht vorschreiben lassen, was ich denke.

So lautete eine Entgegnung von S. heuer im Sommer auf eine neurobiologische Beobachtung des Denkens.

Der vorwurfsvolle Satz liegt leicht moussierend in der Hirnschale und wird sofort eingehend beäugt. - „unangenehm“.

Unbedacht und völlig unüberlegt springt schon eine erste Einschätzung über die Zunge. Und das kann nicht mehr zurückgenommen werden.

Im ganzen Gehirn, ja bis zum Bauch breitet sich diese spontane Beurteilung aus und heisst Gefühl.

Das Gefühl grundiert das persönliche Befinden und schafft ein Binnenklima aus dem heraus die Verdauungskräfte die Worte packen. Blitzschnell fermentiert es die Grammatik, speichelt es den Klang des Ensembles ein und säuert die Bedeutungsoberflächen.

Das Gefühl ist die Vorspeise des Denkens. Es bereitet den Denkmagen vor auf das Nachfolgende. Der Geschmack der Worte sollte zu mir passen, um mich angenehm zu stimmen.

Der flotte Vergleich mit allen meinen Grosshirn- und Kleinhirn-Archiven zeigt mir ein Echo, das verwendet werden kann. Je nach Muster zeigt der Geschmack dann auf ange-

nehme oder auf unangenehme oder belanglose Erlebnisse. Ja, dann ist der Satz vom Anfang unangenehm für unser Gefühl.

Dabei ist das Gefühl selbst durchaus das Ergebnis eines Denkvorgangs. Über den Wert des Anfangssatzes bestimmt dieses Gefühl. Wegen seiner Schnelligkeit ist es nicht sehr tiefgehend und weitblickend. Der äusserst kurze Denkvorgang benutzt für seine Vergleichstätigkeit ein grobes und kleines Netz von Denkmustern. Denkmuster geprägt von heftigen Erfahrungen liegen in diesem Netz. Weniger wichtige kommen darin nicht vor.

Die wichtigen Denkmuster wecken Gefühle. Das, was die Unversehrtheit des Körpers und die Ausgeglichenheit des ethischen Wertesystems betrifft, ist wichtig. Gefühle geben Auskunft über unsere momentane körperliche und geistige Befindlichkeit und unsere ethischen Grundsätze.

Veränderungen alarmieren das Gefühl. Das Gefühl provoziert eine entsprechende Reaktion der Person. Ein Gefühl ist also kein anhaltender Zustand, sondern eine vorübergehende Erscheinung.

Aber Gefühle können langanhaltende geistige Zustände auslösen. Ja sie können auf geistige Haltungen Einfluss nehmen und sogar körperliche Vorgänge hervorrufen.

Diese alarmierenden Erscheinungen tauchen magisch auf und scheinen aus einem stabilen, tiefen Inneren unserer Person zu kommen. Gefühle sind Ausdrucksformen eines Ichs oder eines Selbst.

Tatsächlich sind Gefühle Produkte unseres Gehirns. Wenn wir nicht an Geister glauben wollen oder sonstige mythische Erfindungen, so bleibt uns nur unser eigener Körper, der in der Lage ist, zu fühlen, zu riechen, zu hören, ja wahrzunehmen. Wenn unser Körper die Gefühle herstellt, so sind sie deshalb nicht weniger bewegend und faszinierend. Sinnliche Freude wird nicht kleiner, wenn sie aus uns selbst initiiert

wird. Wut wird nicht kleiner, wenn sie aus unserem Kopf kommt.

Tief in unserem Gehirn findet sich das Mandelkernorgan mit zwei aneinandergelehnten Kernen. Körperliche und geistige Veränderungen werden dort sehr empfindlich registriert und das liefert die Gründe für Gefühle.

Mit Hilfe der Einfühlung entdecken wir im Anfangssatz Gefühle. So etwas wie verletzten Stolz, nicht die Alleinherrschaft bei sich selbst zu haben und die Angst, nicht die Kontrolle über das eigene Denken zu haben.

Feines assoziatives Erspüren und sensible einfühlende Empfindungen sind wertvolle Fähigkeiten, die über eine rein faktische Wahrnehmung hinausgehen und oft pauschal in den Gefühlstopf geworfen werden. Eintöpfe eignen sich nicht als Vorspeisen. Vorspeisen sollen den Magen öffnen und nicht zudecken und belasten. Säuerlich fruchtige Kompositionen mit einem kleinen, süßen Anteil lockern die Magensäfte und stimulieren die Bauchspeicheldrüse. Gefühle sind Begleiter der Wahrnehmung, obwohl sie schon gleichzeitig beeinflussen. Gefühle sind wunderbar, aber keine Wundermittel für alles, was uns vorgesetzt wird.

Die Idee ist ein geistiges Lebensmittel, das den grössten Hunger stillt, aber noch Platz lässt für den wesentlichen Teil der Mahlzeit.

Welche Idee steckt im Eingangssatz? Es steht die Idee des freien Willen zwischen den Worten. Die Idee ist die völlige Souveränität des Geistes.

Dies ist die Idee, die im Satz steckt und die nur durch genaueres Bedenken dieser Wortfolge zu entdecken ist. „Ich werde mir doch nicht vorschreiben lassen...“ So lautet die Zumutung, die nicht akzeptabel ist. Keine Instanz wird anerkannt als Einschränkung des eigenen Denkens.

Die Wahrnehmung der zentralen Idee einer Situation ist das Ergebnis einer gedanklichen Vorverdauung. Das ist bereits das, was wir Denken nennen können. Dazu ist bereits ein Repertoire an Sprachlichkeit notwendig, dazu ist bereits ein Training im Umgang mit Gedankengängen wesentlich und dazu ist eine wache Bewusstheit unumgänglich.

Die Bewusstheit ist es, die den bedeutenden Unterschied ausmacht zum Gefühl. Das Gefühl überwältigt uns wegen der fehlenden oder betäubten Bewusstheit. Die Bewusstheit macht das Denken zum Werkzeug. Und es ist ein kraftvolles und schönes Werkzeug.

Dieses Schmecken des ersten Satzes im ganzen Mund ist ein befriedigendes und erfreuliches Ereignis. Die Entdeckung, dass der Satz vorwärts drängt indem S. das, was er tun will an den Schluss stellt. Zwei Mal ich und zwei Possessivpronomen in dem durchschnittlich langen Satz zeigen die heftige Ichbezogenheit.

Denken ist fröhlich, wie es Nietzsche schon behauptet, und keineswegs lästig oder mühsam. Denken ist lustvoll und mindestens so genussvoll wie Gefühle. Mit starkem Kauen Wirklichkeiten zerkleinern und zu verdauen, ist die vornehme Aufgabe des Denkens.

Das Denken hilft uns, Situationen genauer zu erfassen und es gibt uns damit eine umfassendere Grundlage für Entscheidungen.

Das Gehirn hat nun bereits begonnen die weiten Felder der Hirnhäute nach geistigem Brotgetreide zu durchsuchen zu ernten.

Das geistig Nahrhafte und wirksame sind die umfassenden Überlegungen. Welches Weltbild steckt hinter dem ersten Satz unseres Menus?

Zu allererst lässt sich feststellen, dass die menschliche Existenz in einen geistigen und in einen körperlichen Bereich getrennt wird. Das ist daran zu erkennen, dass S. nicht daran

denkt, dass sein Gehirn der Ursprung seiner Gedankengänge ist. Ohne sein Gehirn ist keine Überlegung möglich.

Zweitens wird dem Denken eine höhere Wertigkeit zugeteilt als dem Körperlichen. Dafür steht seine Vorstellung, dass er seinem Gehirn Vorschriften verweigern könnte. Es ist sein Gehirn, das dies veranlassen müsste, womit ein logischer Widerspruch auftaucht. Sein Gehirn ist ein Teil seines Körpers und ein sehr bedeutender.

Ein weiterer grosser Grundpfeiler des Menue-Hauptganges ist das Bewusstsein. Wie das Bewusstsein zustande kommt ist noch ziemlich rätselhaft, aber ich möchte ein paar Überlegungen dazu anstellen.

Erlebnisse, die gemacht werden, hinterlassen Empfindungen. Angenehme, oder unangenehme oder gleichgültige, vielleicht hinterlassen diese gar keinen Eindruck.

Empfindungen lassen sich erinnern. Erinnerungen sind die wesentlichen Reste eines Erlebnisses und können als Erfahrung bezeichnet werden.

Wenn es gelingt, Erfahrungen zu bedenken und zur eigenen Person in Bezug zu setzen, so mag das der Beginn des Bewusstseins sein.

Diese Gedankenfolge ist möglich aufgrund von Verknüpfungen der Neuronen in ganz speziellen Graden der Bedeutung. Die Bedeutungen ergeben sich immer aufgrund der Wichtigkeit für das gesamte physische und psychische System.

Die permanenten soziokulturellen Formgebungen des Bewusstseins und des Gehirns ergeben das aktuelle Bewusstsein als Grundlage des momentanen Denkens. So zeigt unser erster Satz den Zustand des S. und sagt kaum etwas über die Beziehung von freiem Willen zu körperlichen und soziokulturellen Vorbedingungen.

Der Hauptgang hat uns gezeigt, dass Denken eine lebensnotwendige Aktivität ist, um uns in unserer Umwelt zu-

rechtzufinden. Denken erstellt auch die Gründe für unser Wertesystem, das durch die Gefühle verteidigt wird. Ein essentieller Teil unseres Menues ist die Nachspeise.

In buddhistischen Gedankengebäuden ist eine Tat dann eine vollständige Tat, wenn sie aus der Absicht kompletter Durchführung und Genugtuung besteht.

Unser Menue ist vollständig, wenn zum Gefühl, zur Idee, der Überlegung noch das Bedenken der Folgen kommt. Wenn die genannten Denkabläufe noch die Folgenabschätzung dazu bekommen, so ist wohl die Produkthaftung für unser Denken übernommen. Das heisst, wir handeln ethisch korrekt im Sinne eigener Massstäbe.

Jedes Denken möchte zur Ausgeglichenheit, zur Zufriedenheit führen. Zufriedenheit ist ein möglichst lang anhaltender Zustand des Einklangs der herrschenden Situation mit unseren Denkmustern und Werten. Dies kann eigentlich nur aus klaren, bewussten Entscheidungen heraus geschehen.

Das berühmte Bauchgefühl allein führt wegen fehlender Bewusstheit und keiner bedachten Folgen zu einer etwas mutwilligen Scheinzufriedenheit, die schnell an neuen Situationen zerbricht.

Die Nachspeise schliesst das Menue ab und der Genuss eines aufklärerischen Menues endet mit der Erkenntnis, dass auch ein unlogischer Satz zu geistigem Vergnügen führen kann.