

EINFÜHRUNG

In dem Büchlein mit dem Titel 'Lerne Denken!' habe ich mich bemüht, so kurz und bündig wie möglich eine Reihe von Übungen zu geben, die, wenn man sie wirklich macht, zur Entwicklung eines besseren, intelligenteren, konzentrierteren und wahrhaftigeren Denkens führen können.

Nun ist es so, dass, wenn man mit dem Denken der Beobachtung mit den Sinnen treu und konzentriert folgt, man sich im Prinzip in der Wahrheit befindet, auch wenn die Fähigkeit zu verstehen oft nicht ausreicht, zu sehen, was vor sich geht. Ich habe als Beispiel die Corona-Krise genommen, bei der man ja mit Nachrichtenberichten darüber konfrontiert wurde, und dann auch mit allen möglichen Konsequenzen. Wir haben gesehen, wie stark diese Krise die Menschheit polarisiert hat. Es gibt einen Teil der Bevölkerung, der die Meldungen aus den Medien und der Politik voll unterstützt und voll mitmacht, auf der anderen Seite gibt es die Kritiker, und dazwischen gibt es eine Gruppe, die das eine und das andere irgendwie bejaht. Aber welche dieser drei Gruppen ist wirklich in der Wahrheit? Wie gesagt, wenn man konzentriert und genau verfolgt, was geschieht, kann man sicher sein, dass man insofern in der Wahrheit ist. Aber die Interpretation davon ist noch etwas anderes, und genau das ist es, was man als Mensch braucht; die Fakten so zu interpretieren, dass diese Interpretation auch wahr ist. Und dann ist es natürlich rätselhaft, dass es zu ein und demselben Ereignis so unterschiedliche Standpunkte geben kann. Wenn man mit seinem Denken den Tatsachen folgt, ist man in der Wahrheit. Ich kann das nicht oft genug wiederholen. Aber was diese

Wahrheit bedeutet, kann nicht durch Denken bestimmt werden. Dem Denkprozess muss noch etwas hinzugefügt werden, damit dieser Denkprozess auch eine Gewissheit hinsichtlich dessen, was wahr oder falsch ist, erleben kann. Aristoteles, der Philosoph des frühen Denkens, schrieb ein Buch über die Interpretation. Es handelt sich um ein klassisches philosophisches Werk, in dem er auf seine eigene Art und Weise darlegt, was Interpretation genau ist, welche Probleme die Menschen mit der Interpretation haben und welche Fehler gemacht werden können.

Während sich dieser ganze Prozess scheinbar im Verstand abspielt, gibt es im Menschen eine tiefere Schicht, wo die Gewissheit von der Wahrheit oder Unwahrheit erlebt wird. Und man kann mit Sicherheit sagen, dass die Wahrheit nicht im Denken, sondern im Erleben des Denkens zu finden ist. Erleben ist eine Frage des Gefühls. Menschliche Gefühle sind etwas, das der Mensch von Natur aus hat. Auch das Wahrnehmen geschieht mehr oder weniger von selbst, aber aufmerksam zu sein ist eine Frage des Willens, der Anstrengung. Das Bilden von Gedanken ist ebenfalls eine Selbstverständlichkeit, aber etwas zu verstehen, indem man sich darauf konzentriert und nach seiner Bedeutung sucht, ist eine Frage des Willens. Es ist kein solches Gefühl der Anstrengung, um Bewusstsein und Denken zu erlangen, im Fühlen notwendig. Gefühle zwingen sich einem auf. Das macht das Leben oft schwer. Vor allem, wenn die Gefühle negativ sind und sich einem aufdrängen. Dann ist man unglücklich und leidet. Man könnte sagen, dass es so weit kommen könnte, dass man sich über die Wahrheit freut und über die Unwahrheit traurig und unzufrieden ist. Aber man kann nicht einfach sagen, dass bestimmte Fakten, die man erhält und mit denen man zufrieden ist, immer wahr sind und wenn man damit unzufrieden ist, sie

nicht wahr sind. Gefühle sind sehr subjektiv.

Wir sagen 'Geschmäcker sind verschieden'. Mir gefällt das, während Sie es hässlich finden. Ich mag diese Art von Musik, während sie Ihnen nicht gefällt. Ich glaube, dass es wahr ist, und für Sie ist es offensichtlich, dass es unrichtig ist. Aber während man mit dem Unterschied im Geschmack leben kann, kann man nicht mit dem Unterschied in der Wahrnehmung der Wahrheit über dasselbe Phänomen leben. Und das hat damit zu tun, dass jeder Mensch in seinem tiefsten Innern weiß, dass etwas *nicht* gleichzeitig wahr und unwahr sein kann. Es kann in bestimmten Aspekten wahr und falsch sein. Aber die gesamte Interpretation kann nicht gleichzeitig wahr und unwahr sein. Und wenn ich davon überzeugt bin, dass etwas wahr ist, und Sie gleichzeitig davon überzeugt sind, dass es nicht wahr ist, dann befindet man sich als Mensch in einer großen Machtlosigkeit. Dies kann zu Diskussionen führen, in der Hoffnung, den anderen davon zu überzeugen, dass man recht hat. Aber die Kraft des Erlebens von Wahrheit und Unwahrheit ist meist so groß, dass eine solche Diskussion ins Leere läuft.

Es kann nicht sein, dass die Interpretation einer bestimmten Tatsache oder eines bestimmten Ereignisses dazu führt, dass eine Person zu dem Schluss kommt: 'Das ist wahr' und die andere zu dem Schluss: 'Das ist nicht wahr', und dass beide recht haben. Worauf beruht die Wahrnehmung der Wahrheit?

Mit dem Denken folgt man den Tatsachen. Die Interpretation dessen ist eine Kunst für sich. Aber jeder Mensch hat auch ein Erlebnis, wenn er bestimmte Fakten aufnimmt. Und in diesem Erleben glaubt man zu wissen, ob etwas wahr ist oder nicht, oder ob man es nicht beurteilen kann.

Wo ist die Schicht unter dem Denken, wo das Wahrheits-erleben wohnt? Diese Schicht ist das Gefühlsleben. Und wie ich schon sagte, Gefühle kommen passiv. Sie kommen von selbst. Man möchte sie gerne erwecken, zum Beispiel, damit man immer fröhlich und glücklich ist. Aber das ist nicht möglich, Gefühle kommen in einen hinein, überwältigen einen manchmal. Und in diesem Bereich der Gefühle liegt die Wahrnehmung der Wahrheit verborgen. Soweit die Wahrheit mit direkten Tatsachen zu tun hat, haben wir damit kein Problem. Dass zwei plus zwei für alle gleich vier ist, kann man beweisen, indem man zu zwei Gegenständen zwei weitere hinzufügt, sie zählt und dann sind es vier. Aber ein bestimmter Artikel in der Zeitung, den man liest und mit anderen Zeitungen oder mit Berichten über dasselbe Ereignis gestern oder letzte Woche vergleicht, dabei spielt so viel eine Rolle, dass man nicht einfach wissen kann, ob das, was man liest und gelesen hat, wahr ist. Und da sich das, was man für wahr hält, von dem unterscheiden kann, was jemand anderes für wahr hält, ist es verständlich, dass man in philosophischen Kreisen an der Existenz der Wahrheit an sich zweifelt.

In diesem zweiten Büchlein, das den Titel 'Lerne Fühlen!' tragen soll, möchte ich die Technik anhand einer Reihe von Übungen besprechen, um zu einem aktiven Erleben der Wahrheit zu gelangen. Dieses Erleben lebt im Gefühl. Mit der Wahrheit ist nicht zu spaßen, mit ihr darf nicht gespielt werden, und man kann sie nicht anders machen, als sie ist, denn dann ist man ein Lügner. Die Wahrheit hat mit dem Erleben zu tun, und das Erleben liegt im Gefühl. Der Sinn für Wahrheit ist von selbst da. Man muss nur lernen, sich für das Erleben der Wahrheit zu öffnen.