

# Von Ansichten, Durchblicken und richtigem Handeln

- Richtiges Sehen und  
seine Folgen als Ergebnis  
eines offenen, natürlichen  
Geistes

Vor vielen Jahren war in der „Cannes-Rolle“ (einer Zusammenstellung ausgezeichneter Werbefilme) ein Video zu sehen, das in einer ersten Einstellung einen Mann auf einem Gehsteig zeigt, der plötzlich von einem anderen Mann zur Seite gerissen wird. Unwillkürlich entstand beim Betrachter der Eindruck, es handele sich dabei um eine verbrecherische Handlung. In einer zweiten Einstellung wurde jedoch dieselbe Szene aus einer anderen Kameraperspektive und mit einem Weitwinkelobjektiv gefilmt. Darin ist wieder der Mann auf dem Gehsteig zu sehen und die zweite Person hinter ihm gehend. Sie kommen an einem Baugerüst vorbei, von dem plötzlich ein schwerer Gegenstand herunterfällt. Die zweite

Person bemerkt dies und stürzt sich auf den Vordermann, um diesen aus der Gefahrenzone zu bringen. Der kurze Spot bewarb eine Zeitung mit der Botschaft „Auf den Blickwinkel kommt es an!“

Von den fünf Sinnen zählt beim Menschen der Sehsinn, gemeinsam mit dem Hören, zur dominierenden Sinnesempfindung. Es wird angenommen, dass rund achtzig Prozent der Informationen von außen über das Sehen aufgenommen werden. Dementsprechend vertrauen wir in erster Linie dem, was wir (selbst) sehen können. Dieser Umstand hat mit der Geschichte des ungläubigen Thomas sogar in der Bibel seinen Niederschlag gefunden. Dabei ist dieses Vertrauen auf unseren Sehsinn nur wenig gerechtfertigt, denn nicht selten gleicht es einem „blinden“ Vertrauen. So etwa bleiben zeitweise wesentliche Dinge für den Betrachter unsichtbar,

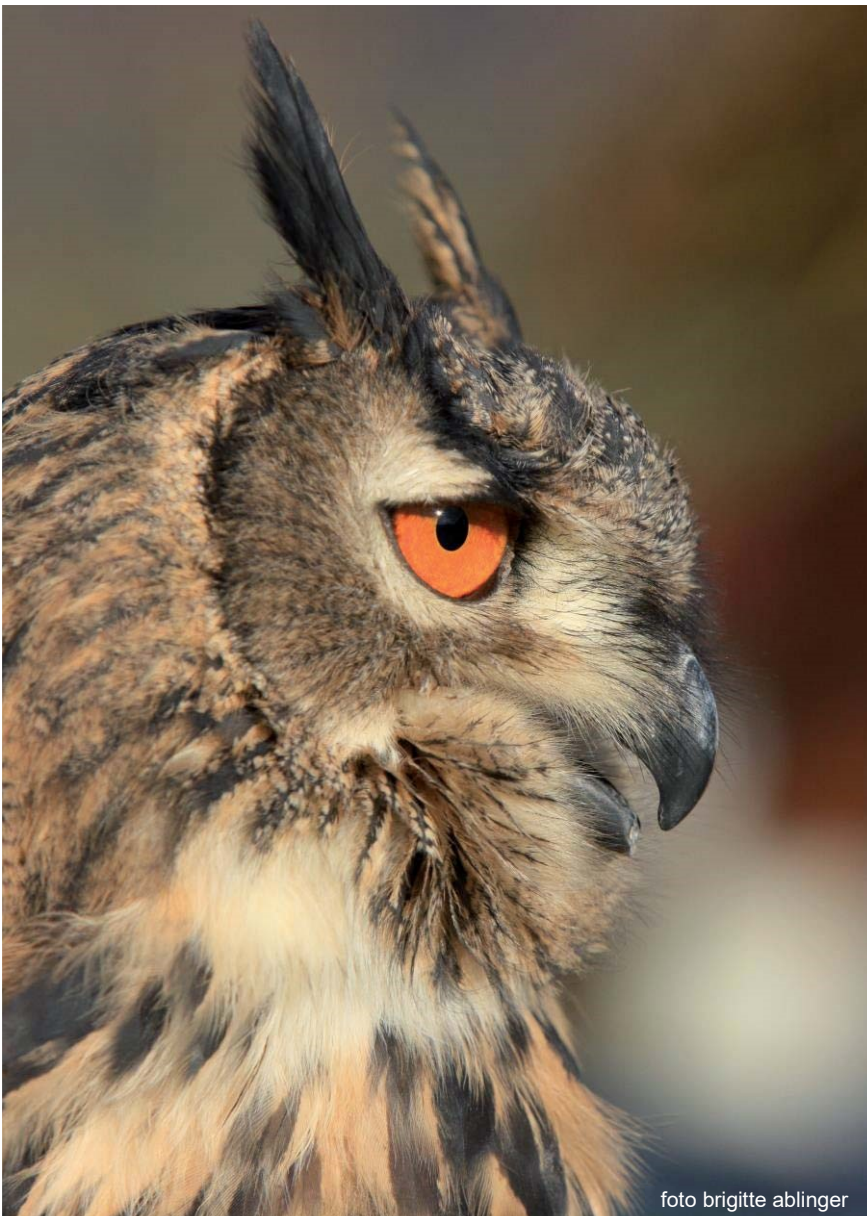


foto brigitte ablinger

wie ein Mann in einem Bärenkostüm, der in einem Experimentalvideo minutenlang durchs Bild tanzt und doch beim ersten Ansehen des Videos den meisten Betrachtern verborgen bleibt. Oder denken sie an die manchmal extrem differierenden, zum Teil einander widersprechenden Zeugenaussagen, wenn es um die Schilderung ein und desselben Sachverhaltes geht.

Angesichts derartiger Erfahrungen stellt sich unwillkürlich die Frage, ob nicht unser Gehirn in gewisser Hinsicht einen Filter beinhaltet, mit dessen Hilfe bestimmte Details ausgeblendet werden können. Konzentriert sich unser Geist bei der Flut an Eindrücken, die vor allem heute auf uns einströmen, einfach auf das Wesentliche oder „machen“ wir uns vielleicht im wahrsten Sinne des Wortes ein Bild einer Sache oder Situation? Sehen wir also unter Umständen gar nicht das, was (real) ist, sondern (zumindest zeitweise) nur das, was wir sehen wollen?

Wissenschaftler haben schon vor Jahren erforscht, dass, wenn wir etwas ansehen, dies auf der Netzhaut Reize auslöst. Diese sind eigentlich unspezifisch, man kann sie sich wie „Klicksignale“ vorstellen. Demnach entstünde das dazugehörige Bild erst im Kopf! Um dies mit anderen Worten auszudrücken und zu verdeutlichen: Wir sehen nicht das, was real ist, sondern das Bild zu dem von außen kommenden Reiz entsteht erst in unserem Geist. Wir denken es gleichsam.

Sie meinen, das sei nicht möglich? Wir praktizieren dies im Grunde genommen jeden Tag, bewusst (und doch wieder unbewusst) etwa, wenn uns jemand die Frage stellt: „Wie siehst du das?“ oder zu uns sagt: „Stell dir vor!“, so stellen wir uns etwas (mehr oder weniger) bildlich im Geist vor, was real gar nicht da ist, ja vielleicht nicht einmal existiert. Das heißt, vor dem „inneren Auge“ können wir sehr wohl Bilder ablaufen lassen, die mit dem physischen Auge zu dem Zeitpunkt nicht sichtbar sind. Noch deutlicher wird dies im Hinblick auf Träume, in denen uns Bilder im Schlaf realitätsgleich erscheinen und erst das Öffnen der

Augen uns zu Bewusstsein bringt: „Das war nur ein Traum.“

Im Hinblick auf das, was wir üblicherweise als „Sehen“ bezeichnen, müssen wir also unterscheiden zwischen dem „Sehen“ als Akt der Verarbeitung eines von außen kommenden Reizes im Auge und der internen Verarbeitung dieses Reizes im Gehirn, was man als „Wahrnehmung“ bezeichnet. Dieser Begriff impliziert in gewisser Weise bereits die Tatsache, dass hier in einem bestimmten Umfang ein Interpretationsspielraum unseres Verstandes gegeben ist: „Was betrachte ich als wahr und akzeptiere es als solches und was nicht?“

Nun könnte man all dies als spitzfindige Betrachtungen abtun, belanglos, wenn es um die Bewältigung des täglichen Lebens geht. Unsere Wahrnehmung aber hat einen wesentlichen Einfluss auf unser Verhalten. Wenn ich beispielsweise etwas „S“-Förmiges vor mir auf dem Boden erkennen kann, wird es einen enormen Unterschied in meinem Verhalten machen, ob ich diesen Gegenstand als ein Stück Seil wahrnehme oder darin eine (Gift-)Schlange erkenne.

Es geht dabei aber nicht nur um die Art und Weise, wie ich einen Gegenstand im Außen wahrnehme, sondern sehr stark auch darum, wie ich mich selbst als Betrachter wahrnehme. Sehe ich mich selbst als starke, furchtlose Person, werde ich in Gesellschaft anderer trotz der Möglichkeit, dass die Schlange vor mir giftig ist, zumindest keine erkennbare Flucht- oder Panikreaktion zeigen, um etwa mein Selbstbild eines „coolen“, „starken“ Typen nicht zu beschädigen.

Die Art und Weise, wie wir die Welt um uns herum wahrnehmen und wie wir uns selbst sehen, hat wesentlichen Einfluss auf unser Verhalten, was dann wiederum auf uns zurückwirkt. Hier findet Interaktion statt. Diese ist besonders stark im Bereich zwischenmenschlicher Beziehungen nachvollziehbar. So bestimmt unser Selbstbild, unsere Eigenwahrnehmung, im Gegenzug sehr stark, wie wir andere sehen. Die daraus resultierenden Verhaltensweisen ziehen entsprechende Wirkungen auf unser soziales Zusammenleben nach

sich, die durchaus unangenehm sein können. Denken wir nur an all die vielen zwischenmenschlichen Konflikte, angefangen bei einfachen Streitigkeiten zwischen Kindern über partnerschaftliche Konflikte bis hin zu gewalttätigen Auseinandersetzungen mit Mord, Totschlag, terroristischen Anschlägen, bis hin zum Krieg.

Möglicherweise wird Ihnen aus diesen kurzen Ausführungen eines sehr komplexen Themas schon bewusst, wie sehr unsere Art zu sehen über den Akt der geistigen Verarbeitung unser Verhalten beeinflusst und wie wenig dies alles unter Umständen noch mit einer objektiv wahrnehmbaren Realität zu tun hat bzw. haben muss. Hat man diese Zusammenhänge erst einmal (ansatzweise) verstanden, wird weiterhin klar, dass Veränderung, unsere Veränderung, und daran gekoppelt auch die Veränderung unserer (Um-)Welt unabdingbar mit einer Veränderung unseres Blickes auf diese Welt und somit einer Veränderung unseres Geistes zu tun hat.

Wir können versuchen, diese Änderung aktiv und zielgerichtet herbeizuführen und uns einer institutionellen oder einfach nur geistig vorhandenen Glaubensgemeinschaft anschließen, wie etwa dem Mentalpositivismus, indem wir uns gleichsam eine rosarote Brille aufsetzen. Wir sehen dadurch aber nicht besser, sondern nur anders und verhalten uns entsprechend auch nicht richtiger, sondern unserem Trugbild entsprechend.

Aber auch die Nachfolge institutioneller Glaubensgemeinschaften birgt gewisse „Nebenwirkungen“ in sich. Sobald ich mich selbst z.B. als „Christen“ (oder jeden anderen Anhänger einer Glaubensgemeinschaft) wahrnehme, ist jegliche Offenheit dahin, und ich werde aus dem zugehörigen Denkmuster heraus meine Umwelt entsprechend wahrnehmen und auch beurteilen bzw. möglicherweise verurteilen. Als Anhänger einer bestimmten Religion kann ich mein Gegenüber nur als Gleichgesinnten oder als Andersgläubigen sehen, und mein Verhalten wird sich entsprechend anpassen.

Sie werden beim Lesen dieser Zeilen in Gedanken vielleicht einwerfen, dass dies für Sie nicht gilt, denn Sie würden Anhängern anderer

Religionen tolerant gegenüberstehen. Prüfen Sie bitte aber für sich selbst, ob diese „Toleranz“ tatsächlich einer Offenheit entspringt, die alle Erscheinungsformen als gleichwertig und damit gleichberechtigt betrachtet, oder ob Sie nicht vielmehr ein Produkt unseres Geistes ist, geboren aus einem Gefühl der Überlegenheit („Ich bin der Träger des wahren Glaubens“), das keine Angst aufkommen lässt und den anderen aus einem Gefühl der Stärke heraus (gerade noch) toleriert, als jemanden, dem Sie zwar eine gewisse Existenzberechtigung zusprechen, den Sie aber nicht als gleichwertig betrachten und auch entsprechend behandeln.



Richtiges“ Handeln entspringt immer einem offenen, einem natürlichen Geist, der nicht durch Erfahrungen, Prägungen, (eingetrichtertes) Wissen, etc. ge- bzw. verformt ist. Nur er ermöglicht uns einen ungetrübten Blick darauf, was (wahr) ist und in weiterer Folge ein daran angepasstes richtiges Handeln. Glaubensrichtungen können uns ein Stück weit des Weges auf dieses Ziel hin geleiten. Geistige Lehrer führen uns gleichsam wie Blinde auf dem Pfad der Erkenntnis. Aber irgendwann in diesem Prozess müssen wir unsere (geistigen) Augen öffnen und sehen, was ist.

Mag. Dieter Zapletal