

Erträumte Wirklichkeit

Wie real ist die Realität?

In Träumen erleben wir die „unmöglichsten Dinge“. Eben weil sie „unmöglich“ sind, können diese Träume nicht aus der Wirklichkeit gespeist – also keine Erinnerungen – sein. Unser Gehirn erfindet „Welten“, die aus lauter Szenarien bestehen. Diese umfassen alle Sinne; wir sehen Situationen, wir hören Stimmen, Musik und Geräusche, wir riechen und schmecken, vor allem: wir fühlen. Gerade dieses Gefühl ist viel „virtueller“, als man es üblicherweise beurteilt. „Mitgefühl“, die Fähigkeit, „sich in etwas hineinzuversetzen“ (eine Szene, eine Person) ist elementar; fehlt solches, gelten Menschen als krank. Deshalb darf man (weil sie argumentativ zu belegen ist) die These wagen: Die Realität eines einzelnen Menschen ist nichts anderes als seine mentale Vision eines einzigartigen „virtuellen Weltbildes“. Übersetzt: als die Summe seiner Vor-Urteile.

Das Dilemma des Älterwerdens

Im Laufe der Lebensjahre wächst die Erfahrung. Schön, aber nicht immer gut. Denn die Summe des „Wissens“ im Sinne von „Schubladen“, in die man das soeben neu Erlebte einordnen kann, hat eine positive und zugleich negative Seite.

- ▶ Einerseits hilft Erfahrung, also „Weisheit“ (im Sinne von „Wissen“), schneller, ruhig-gelassener, souveräner mit der aktuellen Realität umzugehen. Aber nur unter einer Bedingung: das gerade Erlebte passt ziemlich genau zu den Vor-Urteilen, den eigenen Welt-Bildern, den An-Sichten und den Gewohnheiten.
 - ▶ Der Effekt wandelt sich unmittelbar ins Gegenteil, wenn Neues eben NICHT „ins Schema passt“. Dann wird die Realität eher abgelehnt (Menschen werden „bockig“ oder „verbohrt“, intolerant), man wird aggressiv, nörglerisch, ignorant.
- ▶ **Die Erklärung dazu ist relativ einfach: das Gehirn braucht länger, um einen Abgleich von soeben Passierenden zu seinen gespeicherten Informationen vorzunehmen. Nicht, weil es langsamer arbeitet, sondern weil es mehr Vor-Urteile abzugleichen hat.**

Ein Effekt, den jeder Computerbenutzer kennt: hat man 100 (nicht allzu große) Dateien zu kopieren, geht das „blitzschnell“. Bei 10.000 Dateien dauert es eine Weile, bei 100.000 „rödelt“ die Maschine recht lange. Beim Menschen war es schon immer so: ältere werden „begriffs-stutzig(er)“.

Ältere Menschen entwickeln oft die Marotte, bei Gesprächen permanent nachzufragen, was klingt, als hätten sie es nicht verstanden. Sie hören keineswegs schlecht oder schlechter, sie kommen nur mit der Geschwindigkeit des Geschehens (und der Worte, darin kodierter Ideen, Gedanken, Inspirationen usw.) nicht zurecht. „Es geht alles viel zu schnell“ ist ein von älteren Menschen in irgendeiner Form häufig gebrauchtes Argument, wenn sie „nicht mitkommen“, „sich ausklinken“. Beim Autofahren werden sie unsicher, bei komplexen Situationen vereinfachen sie drastisch, im Alltagsleben ziehen sie sich auf das zurück, „wie es immer schon war“.

Die Paradoxie dahinter: nicht das Gehirn lässt nach, sondern die Summe der Möglichkeiten, das Aktuelle einzuordnen, ist so groß, dass Entscheidungs-Prozesse und Handlungs-Impulse sich verzögern. Was einerseits als „gewissenhafter“ positiv zu werten ist, andererseits aber zu einer von (jüngeren) anderen als „geistigen Trägheit“ empfundenen Bedächtigkeit führt. Wobei das Wort ja wieder selbsterklärend ist: es wird eben mehr be-

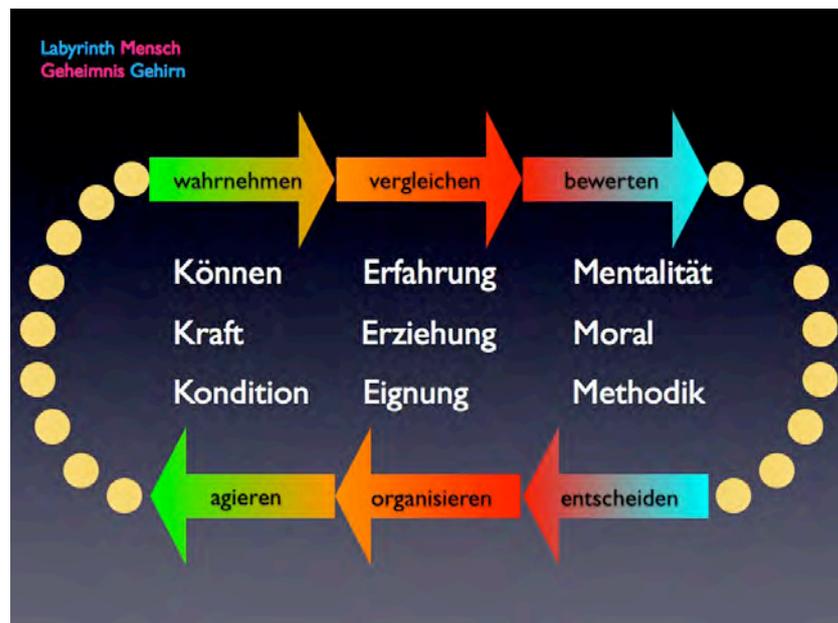
dacht. Und daher sind Urteile von älteren zwar im allgemeinen und tendenziell fundierter als von jüngeren Menschen, aber eben auch viel weniger spontan. Das eine ist sozusagen eben nicht ohne das andere zu haben.



Ich denke mir meine Welt zurecht — zu recht; welchem Recht?!

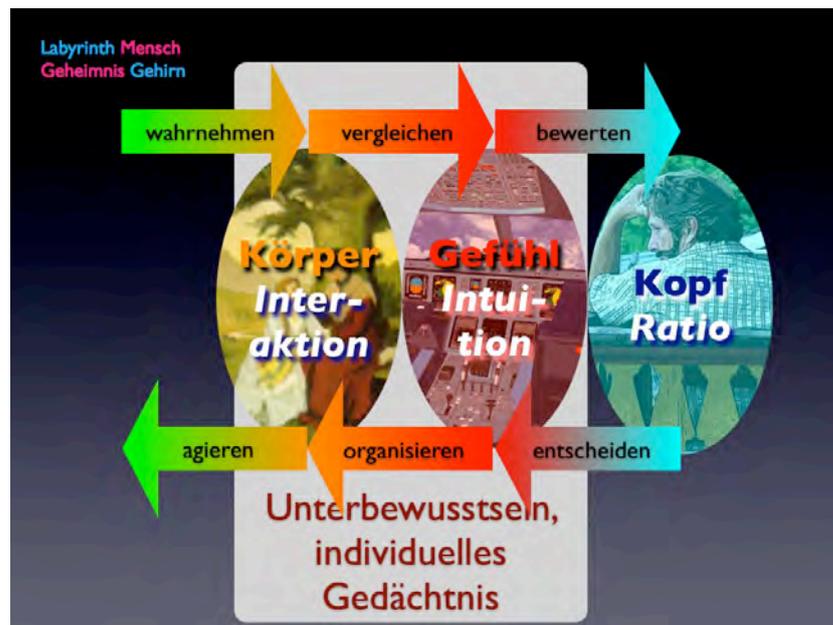
Das „Rad der Erkenntnis“ dreht sich im Menschen immer gleich.

- ▶ 1. Sinnes-Wahrnehmung (Wahr-Nehmung)
- ▶ 2. assoziativer Abruf von Erinnerungen (ab-gleichen, „gleich machen“)
- ▶ 3. Bewertung (Ein-Ordnung)
- ▶ 4. Ent-Scheidungen („das eine vom andere trennen“)
- ▶ 5. Organisieren (Kräfte aktivieren, „sich auf etwas einstellen“)
- ▶ 6. Agieren, Handeln, Tun (Sprechen, Bewegen) — was auch „nichts tun“ und schweigen sein kann!



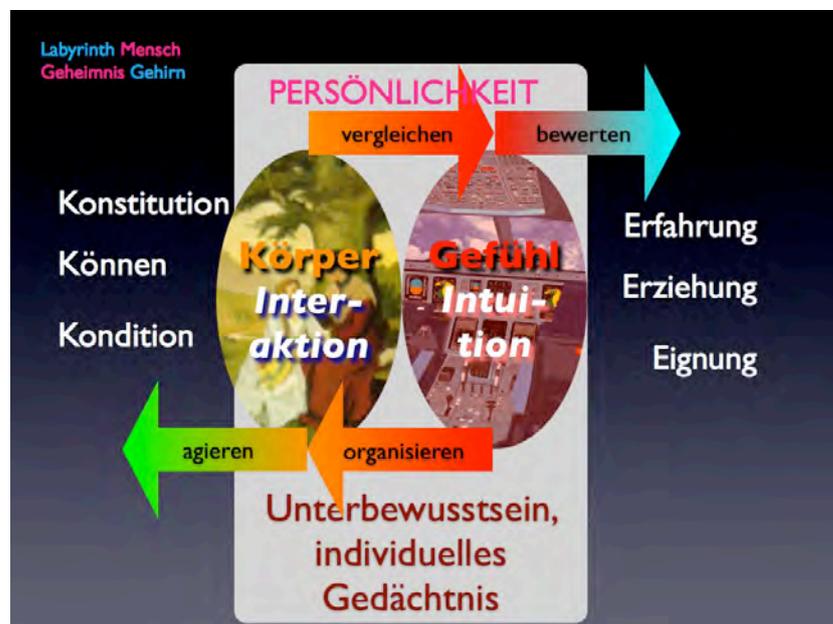
Lebensumstände – zu denen schließlich auch das Altern gehört – entscheiden, wie temporär „gedacht wird“, Entscheidungen fallen, Aktivitäten generiert werden. Da viele der Einfluß nehmenden Faktoren ständig in Bewegung sind (zu- und abnehmen, immer besser werden oder erlahmen), ist weder der Mensch immer der gleiche noch sein Denken, seine Mentalität.

„Denken“ kommt „aus dem Bauch heraus“ (= Metapher für Unterbewusstsein)



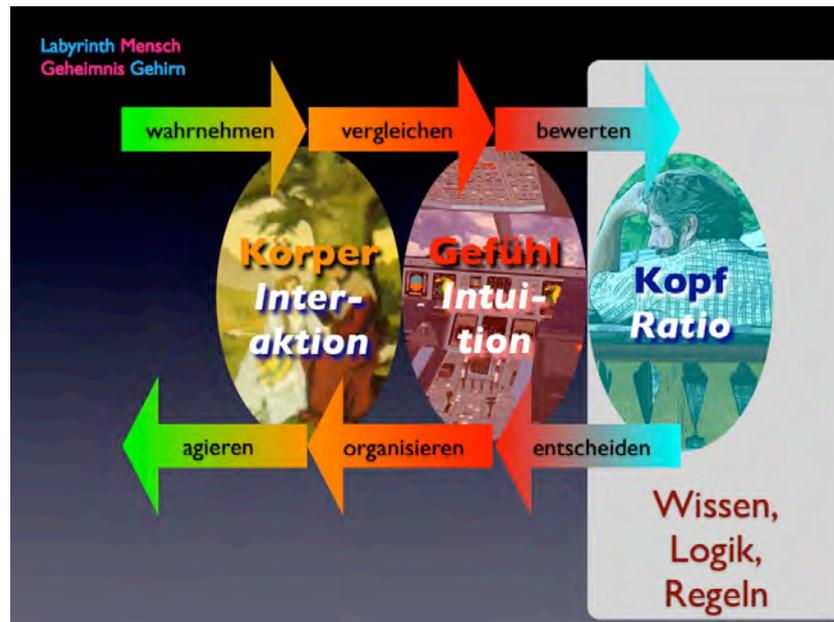
Die wesentlichen Charakteristika menschlichen Denkens und Handelns, aber erst recht der Erfahrungen und des Fühlens, sind extrem individuell; weshalb eben Menschen mal „zusammen passen“ und (eher) nicht. Man lebt sozusagen (ein jeder) „in einer anderen Welt“, was eben nicht rein physisch, sondern psychisch gemeint ist.

Jeder ist „eine Welt für sich“



Das Zentrum des Denkens kann man auch mit „Persönlichkeit“ gleichsetzen, es „macht den einzelnen Menschen aus“. Zahlreiche Einflüsse formen das Selbst- und Welt-Bild des Individuums: körperliche und geistige Fähigkeiten (Talente), Erlebnisse und Erziehung, die Lebensumstände, der Gesundheitszustand (wie man „drauf ist“) und vieles mehr. Es ist zugleich das Trug- und Traumbild, das Gespinnst der Hoffnungen, Ängste, Träume, Ideale, die ein jeder lebt: er- und aus-lebt. Es ist das „in mir“ im Gegensatz zur „Welt da draußen“.

„Das tut man so“



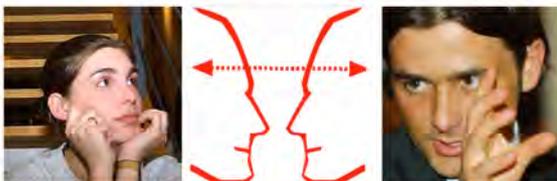
Manche Normen („Normalitäten“), gesellschaftlich, intellektuell-wissenschaftlich, grundsätzliche Erkenntnisse, kann man lernen, sich antrainieren, sollten in einer Gemeinschaft, die miteinander klar kommen will, unbestritten allgemeingültig (also für alle gleich) sein. **Der „Kopf“ im Sinne von Ratio, Vernunft, Logik usw. ist also ein Korrektiv, niemals das Zentrum oder Dominante des individuellen Verhaltens.**

Die Realität ist das eine, die Wahr-Nehmung das andere

Angeblich sei Realität das, sagt ein sarkastischer Vergleich, worauf man mit dem Hammer hauen könnte. Also im übertragenen und symbolischen Sinne das sozusagen „wirklich-wahre, unzerstörbare“. Das klingt klug, scheitert aber an einem furchtbar blöden Umstand: In diesem Falle muss man wissen, was ein Hammer ist – und seine Eigenschaften und/oder Funktionen.

Denken ist das Strukturieren von Erinnerungen, Gefühlen und assoziativen Impulsen.

Die Umsetzung individueller Emotionen in situative Entscheidungen und Handlungen.



Und schon hat man bewiesen, **dass es für den einzelnen Menschen eine absolute Realität nicht geben kann.**

Was sich vor allem in Gesprächen, bei Ideen und Worten, oft quälerisch bemerkbar macht: da weiß der eine nicht, wovon der andere spricht, obwohl dieser doch nichts anderes als „die Wahrheit sagt“ („seine“ Realität schildert) und angeblich Fakten nennt. Kennt man beispielsweise Fakten nicht, sind sie auch keine!

Und so ist eines jeden Menschen

Realität nur ge- und erdacht, Erfahrung und Motivation, Traum und Vision!

Eine entscheidende Rolle spielen die Emotionen; diese sortieren, was man (am liebsten) sehen, hören, erleben möchte, „mit Haut und Haaren“ (sprich: mit allen Sinnen) „in sich aufnehmen“ will – oder was „an einem abperlt“ (um nicht zu sagen, „einem am A... vorbeigeht“). Die Emotionen sind ein wesentlicher Schlüssel für das, was man sinnlich wahr nimmt („für wahr nimmt“ = für Realität hält). Da Emotionen schwanken, verändert sich die Wahrnehmung permanent. **Die Realität ist nichts anderes als das Spiegel- oder Ebenbild der augenblicklichen Gemütslage** („seelischen Verfassung“). Deshalb kann man gut „die Realität ausblenden“ oder „das

Gras wachsen hören“, „hellwach sein“, „einen Riecher für etwas haben“. Emotionen sind sozusagen der Filter, was von außen in/auf uns eindringt.

Das kann man sich so vorstellen, wie auch das Immunsystem des Körpers funktioniert: da werden die einen Viren und Bakterien als „gute“ erkannt und akzeptiert, die anderen (die „bösen, schlechten“) eben bekämpft, vernichtet. So auch im Denken: manche Gedanken „kommen gut an“, werden verstanden, akzeptiert, „mit Freuden gehört“, andere als Un- und Blödsinn, als Quatsch und „unmöglich“ abgelehnt. Daher auch: „Es kann nicht sein, was nicht sein darf“! Wahr-Nehmung ist eben die Entscheidung, was man „gelten lassen will/kann“ oder nicht. Das Immunsystem des Gehirns macht im wahren Sinne des Wortes oft immun gegen Sinn und Verstand, Vernunft und Einsicht. Menschen „machen dicht“. Sie sind überfordert – oder wollen nicht (mehr).

Das hat nichts, aber auch gar nichts mit „gut“ oder „schlecht“, „richtig“ oder „falsch“ zu tun. Im Gegenteil. So wie das biologische Immunsystem des Körpers in aller Regel weiß, welche Bakterien als hilfreich und sinnvoll zu akzeptieren, welche es zu eliminieren gilt,

- ▶ **so auch die Emotionen des Menschen: sie schützen vor nicht nützlichen Einflüssen, schirmen einen gegen Realitäten ab oder machen einen offen für etwas.**

Es ist im wahrsten Sinne des Wortes „Seelen-Hygiene“ und Abwehr vor einer (dann schnell krank machenden) Überflutung mit nicht mehr verarbeitbaren Informationen, die die Realität, die Wirklichkeit repräsentieren.

Und umgekehrt: weil wir uns immer weniger trauen, unseren Gefühlen zu folgen, auf unserer „Innere Stimme“ zu hören, weil wir antrainierte, „das tut man so“-Verhaltensweisen trainieren und kultivieren, werden wir irre im Denken. Besser gesagt, würden wir irre, wenn Gehirn und Körper nicht so gnädig wären, und auch ohne unseren als vermeintlich frei angesehenen Willen ganz einfach wissen würden, was zu tun ist. Es findet also „automatisch“ statt.

Gerät dabei das Immunsystem im Körper, in der Blutbahn außer Kontrolle oder „baut Mist“, so hat dies schlimme Folgen; Auto-Immunkrankheiten gehören zu den meist unbehandel-, unheilbaren und damit „schlimmen“, nicht selten tödlichen. Im Kopf, in der Seele, den Emotionen, das gleiche: Depression, Tollheit (mal tollkühn, mal „na toll“=„wie blöd!“), Hyper-Nervosität, „durchgeknallt sein“, Realitätsferne sind die Symptome und Folgen (es ist oft schwer zu unterscheiden, was nur Symptom, was das eigentliche Leiden ist).

Fakt ist: wir sind in der Natur von Bakterien und Viren umgeben, umhüllt. Wir würden sofort sterben, wenn sich unser Körper nicht auf ihre Funktionen eingestellt hat, sich damit auskennt (weil er ja evolutions-biologisch diesem chemischen Milieu entspringt). **So auch auf der geistigen Ebene: Wir sind von einer unendlichen „Realität“ umgeben, an der wir irre würden und verzweifeln, wenn wir uns nicht „unsere Welt zurechtlegen“, sie uns „schön denken“, will sagen: erträumen.**

- ▶ **Deshalb hören wir manches, und anderes nicht. Daher erkennen wir das eine, was ein anderer partout „nicht sehen will“ (aha! nicht will!). Aus diesem Grund ist uns wichtig, was für andere völlig ohne Bedeutung ist. Und je älter wir werden, desto wunderbarer erscheint es den jüngeren, wie „seltsam“ wir reagieren, reden, sind. Es ist nichts anderes als „gelebter Traum“, unsere individuelle, nicht selten auch sprunghafte und sehr willkürliche Reflektion der vermeintlichen Realität.**

Träume: ein Mega-Business

Geld verdienen kann man mit und an den Träumen der Menschen, ihrer Flucht aus der Realität.

Kino: die Zuschauerinnen weinen, der Schuft von Liebhaber lässt die schöne Unschuld schnöde im Stich. Oder: Musik voller Dramatik, Lichtblitze auf der Leinwand, ein Röhren und Kreischen, das Monster schaut einen mit funkelnden Augen an, die Zuschauer zucken zusammen.

Sie zeigen die gleichen Reaktionen, als wäre die Illusion auf der Leinwand die „echte Realität“. Auch Bücherseiten werden vollgeweint, aber es „kugelt sich einer vor Lachen“ bei einer Lektüre. **Medien – sind sie denn nun die Fokussierung der Realität oder die Bühne der Träume?**

Nur Medien? Das Kino ist zu Ende, das Buch ausgelesen. Man „geht hinaus ins Leben“, also die wirklich-wahre, echte Realität. Ach ja? Sind da nicht viele Köpfe noch voll Trauer und Verzweiflung darüber, dass es dem Opfer im Film so schlecht ergangen ist? Werden darüber nicht stundenlange Diskussionen geführt? Über Soap-Operas des Fernsehens jedenfalls können sich Stammtisch-Frauen „ohne Ende“ unterhalten. Worüber sprechen sie? Eben – NICHT über die Fernsehsendung, sondern über SICH SELBST, die Wirkung, die das Gesehene auf sie gemacht hat. Sie sprechen nicht über die Realität, sie sprechen über ihre zerstörten Träume oder genährten Illusionen.

So wie die Männer am Stammtisch nebenan. Es fließen Bier und Korn um so reichlicher, je mehr man sich in seinen Vor-Urteilen annähert, je mehr man gemeinsam feststellt, dass die ganze Welt der Feind ist (nicht nur, vor allem aber die Politiker) und man selbst ja viel klüger, weil illusionistischer ist. Vielleicht ist gerade das das Dilemma der Politiker, dass sie immer „mit der Wahrheit kommen“. Wahrheit, also Realität, ist lästig. Ist feindlich. Politiker, die Illusionen wecken, haben Zulauf. Vor allem lässt sich das an solchen Karrieren beweisen, die mit ihren Ideologien Unheil angerichtet haben. „Das Volk wählt seine Henker“ sagen die Intellektuellen. Irrtum! „Gebt dem Volk Brot und Spiele“, macht sie satt und versorgt sie mit Illusionen, wussten schon die „ollen Römer“.

Morgens zählen sie nur auf Zahlen, behaupten mit Inbrunst, „auf dem Boden der Realität“ zu stehen, für sie gelten nur „Fakten, keine Gefühle“. Sie sind „Praktiker durch und durch“, „fest im Leben verankert“ und „mit klarem Verstand“. Sie sind Manager der höheren Gehaltsstufen, haben Privilegien und halten zu ihren Mitarbeitern Distanz. Sie sind dominant. Dann kommt der Feierabend, sie ziehen sich eine Lederkluft über, cruisen mit der Bike-Kultmarke durchs Grüne, kehren in der Rockerkneipe ein und sind mit jedem per Du. Realisten, Illusionisten? Die Wahrheit ist IMMER: jeder Mensch ist beides zugleich. Doch eben tagsüber, in der Realität, stiften sie Unsegen, Unheil, Unruhe. Abends, im muffigen Dunst der Heilen Welt, fallen plötzlich alle Schranken (was im Umkehrschluss heißen könnte, im „Normalfall“ der „Realität“ sind diese Menschen beschränkt). Während tagsüber die Investition von ein paar Euro knallhart dem Rotstift zum Opfer fallen lassen, fahren sie abends auf Motorrädern, deren echt gerechneter Kilometerpreis weit über dem eines Limousinen-Services mit ausgebildetem Fahrer liegt. Sie sind ver-rückt, weggerückt von der Realität, hinübergeglitten in ihren „Jugendtraum“.

Andere Männer gehen noch ein paar Jahre mehr zurück und spielen wie die Kinder mit der Eisenbahn. Frauen basteln Puppen. Jugendliche finden nur zur Identität, wenn sie sich in die Traumwelt der Mode, des Trendsports, des „Angesagten“ begeben. Man „flieht aus dem Alltag“, wenn man

Ski fährt oder zum Tauchen um die halbe Welt jettet. Wenn man „Party macht“, „vorglüht“, einen Joint raucht, sich Extasy reinwirft, – oder zum Singen von Bach-Kantaten einem Kirchenchor beitrifft. Urlaub: summa summarum vor allem dann ein Erfolg, wenn es ein „Traum-Urlaub“ war. So, wie man ihn sich in seiner Phantasie vorgestellt hat; Hauptsache weit weg von den Sorgen (=der Realität) des Alltages.

- ▶ **Ein Großteil unseres Lebens, ein gewaltiger Anteil der globalen Wirtschaft ist die Erfüllung von Träumen, die Flucht aus der (harten) Realität. Mit Illusionen lässt sich Geld verdienen. Stylistische Produkte sind solche Illusionen, für die Menschen bereit sind, weit über den materiellen Sachwert hinaus zu bezahlen. Und eben: alle Medien sind Bühnen, auf denen die Wirklichkeit zu verständlichen und einleuchtenden Stücken heruntergebrochen werden.**

Goethe in Faust I, Vorspiel auf dem Theater, der Direktor zum Dichter:

«Besonders aber laßt genug geschehn!
 Man kommt zu schaun, man will am liebsten sehn.
 Wird vieles vor den Augen abgesponnen,
 So daß die Menge staunend gaffen kann,
 Da habt Ihr in der Breite gleich gewonnen,
 Ihr seid ein vielgeliebter Mann.
 Die Masse könnt Ihr nur durch Masse zwingen,
Ein jeder sucht sich endlich selbst was aus.
 Wer vieles bringt, wird manchem etwas bringen;
 Und jeder geht zufrieden aus dem Haus.
 Gebt Ihr ein Stück, so gebt es gleich in Stücken!
 Solch ein **Ragout**, es muß Euch glücken;»

Demzufolge:

- ▶ Es ist eine Illusion zu glauben, Menschen seien real.
- ▶ Die Realität, in der wir zu leben glauben, ist eine Welt, wie wir sie uns „zurechtlegen“, also „vorstellen“ = erhoffen, „zurechtbiegen“, erträumen.

Das Raffinierte an Körper, Seele und Geist des Menschen ist, dass diese Filtrierung im Unterbewusstsein, „ganz wie von selbst“ passiert. Und das besonders Gute daran ist, dass wir uns im allgemeinen darin und damit wohlfühlen.

Wenn nicht, sind „unsere Träume geplatzt“ – oder umgekehrt?: Sind unerfüllte Sehnsüchte (Träume) eben nicht jene Qual, die die Welt unterträglich macht?!

- ▶ **Mit anderen Worten: das Leben an sich ist traumhaft :-)**