



Thomas Stölzel

Die Welt erkunden

Sprache und Wahrnehmung in
Therapie, Beratung und Coaching

Thomas Stölzel, Die Welt erkunden

V&R

Thomas Stölzel, Die Welt erkunden

Für Mone, die es auf ihre Weise begleitet

Thomas Stölzel

Die Welt erkunden

Sprache und Wahrnehmung in Therapie,
Beratung und Coaching

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 3 Abbildungen und 2 Tabellen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40376-2

Umschlagabbildung: www.shutterstock.de

© 2015, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Produced in Germany.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
Umschlag: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Vorwort	7
Der Mensch als sprechendes und wahrnehmendes Wesen	10
Der Mensch als sprechendes Wesen	19
»Im Anfang war das Wort«	21
Exkurs über den Anfang und das Anfangen	22
Wie reden wir?	36
»Sprachspiele«	46
Exkurs über das Denglische	49
Das Zauberwort treffen	54
Etwas besprechen	56
Exkurs: Transitiv oder reflexiv?	62
Mit anderen Worten	67
Begriffe sind keine Einzelkinder	74
Anschauliche Worte	79
Genau und klar	89
Die menschliche Sprache als zentrales Arbeitsinstrument	94
Der Mensch als wahrnehmendes Wesen	97
Was sich zeigt	99
Exkurs über das Selbstverständliche	118
Am »Nullpunkt« der Erfahrung	121

Systemaufstellungen – eine Anwendungsform der Phänomenologie?	131
Sich anmuten lassen – Phänomenologie im Umgang mit dem anderen	140
Dynamik des Dialogischen	147
Gleitende Perspektiven	152
»Unaufmerksamkeitsblindheit«	156
Zwei Lebensinstrumente stimmen	163
Tubus heuristicus – Der Mensch als Welterkunder	172
Chronologische Liste der Übungen	179
Literatur	180

Vorwort

Wie sähe unsere Welt aus – ohne die Möglichkeit, sprechen und wahrnehmen zu können? Man braucht sich nur ein wenig mit dieser Frage zu beschäftigen, um zu erkennen, wie grundlegend diese beiden so selbstverständlichen Tätigkeiten sind. Sie bilden so etwas wie die beiden *Lebensinstrumente*, die den Klang unseres persönlichen Daseins modulieren. Alles, was wir erfahren können, wird durch sie überhaupt erst ermöglicht. Das mag manchem trivial, ja banal erscheinen. Doch dass gerade die vermeintlichen Banalitäten des Lebens eine besondere Rückseite haben – wendet man die sprichwörtliche Medaille –, ist oft bemerkt worden. Und so soll in diesem Buch gewissermaßen die Medaille *umgedreht* werden, um deutlich werden zu lassen, was zutage tritt, wenn existentielle Themen wie Sprache und Wahrnehmung anders betrachtet werden – und dies nicht allein im Kontext von Therapie, Beratung oder Coaching.

Unter dem Titel: »Die Welt erkunden. Sprache und Wahrnehmung in Therapie, Beratung und Coaching«, steht eine konzentrierte Heranführung an zwei methodisch aufbereitete Zugänge, die für die persönliche wie berufliche Orientierung höchst relevant sind: Die *Sprache als Erkenntnismittel* und die *phänomenologische Welterfahrung*. Sie werden hier in einer Weise vorgestellt, die unmittelbar zum Selbstdenken, zur kritischen Hinterfragung wie zur Intensivierung der persönlichen Lebenswelt anregt. Dabei ist der Text so gestaltet, dass sich essayistische und erläuternde Partien mit Übungen und perspektivischen Angeboten abwechseln. Die praktischen Einheiten dienen dazu, die hier vorgestellten Thesen und Reflexionen an der eigenen Erfahrung besser überprüfen zu können und Philosophieren als konkreten Handlungsvollzug sichtbar werden zu lassen. Viele der hier dargestellten Methoden wurden durch die Arbeit mit Einzelnen, Gruppen, Teams oder Organisationen erprobt. Doch wendet der Text sich damit nicht allein an Therapeuten, Berater, Coaches, Seelsorger, Organisationsentwickler oder Philosophische Praktiker, sondern gleichermaßen an alle Leser,

die ihre Erfahrungen tiefer verstehen und ihre Lebensmöglichkeiten genauer erkunden wollen – und dies anhand von zwei so elementaren und oft eigens nicht betrachteten Selbstverständlichkeiten.

Das Buch setzt auf seine Weise die beiden Vorgängerbände – »Staunen, Humor, Mut und Skepsis. Philosophische Kompetenzen für Therapie, Beratung und Organisationsentwicklung« und »Fragen – Lösen – Fragen. Philosophische Potentiale für Therapie, Beratung und Organisationsentwicklung« – fort; es fasst sozusagen die losen Enden dieser Bände an zwei kardinalen Punkten: der Sprache und der Wahrnehmung. Ohne zu sehr in eigener Sache zu werben, kann ich sagen, dass der Gewinn für Leser, welche diese Bände bereits kennen oder jetzt kennenlernen wollen, größer ist. Das dritte Buch steht aber auch für sich und kann für sich gelesen und verwendet werden. Mit diesem Buch beende ich (fürs Erste) eine Zwischenbilanz meiner Arbeit der letzten zwanzig Jahre. Wie in den beiden anderen Büchern ist das grammatische Genus männlich. Das liegt nicht in dem Umstand begründet, dass ich diesem Geschlecht angehöre, sondern in der bislang nicht befriedigend gelösten Tatsache, beide Geschlechter gleichzeitig angemessen und sprachlich gelenk abzubilden. Die geeigneten Leserinnen können also das »er« oder »ihn« als »sie« oder »ihr« lesen.

Es bleibt mir noch, meinen Dank auszusprechen; und der gilt »ihr« wie »ihm« gleichermaßen. Ich danke auch hier Matthias Ohler für die konstruktive und bereichernde Zusammenarbeit in der früher gemeinsam geleiteten Fortbildungsreihe »Philosophisches Jahr« und anderen Seminaren und Supervisionen sowie für alle Anregungen und Hinweise, die ich von ihm erhalten habe; Peter Friedrich und Charlotte Friedli aus dem Fachbereich Psychosoziales Management der Fachhochschule Nordwestschweiz für ihr Engagement bei der Etablierung des CAS-Kurses »Angewandte Philosophie im beruflichen Kontext« und ihr Interesse an den hier behandelten Themen; Fritz B. Simon, der die Anregung gegeben hat, diese Bücher überhaupt zu verfassen; Günter Presting, Sandra Englisch und Imke Heuer vom Vandenhoeck & Ruprecht Verlag für ihr beständiges Interesse an dem Thema und die Möglichkeit, noch einen dritten Band in ihr Programm aufzunehmen, sowie für die abermalige gute und professionelle Zusammenarbeit; Silke Strupat für ihre sorgfältige Durchsicht auch dieses Manuskripts.

Zuletzt und wiederum zumeist danke ich meinem persönlichen Umfeld und hier an erster Stelle (die Widmung deutet es wiederum an)

meiner lieben Frau Simone Stölzel für ihre abermalige Anteilnahme, Dialogbereitschaft und Unterstützung, mit der sie den Entstehungsprozess dieses Buches freundlich-kritisch begleitet hat. Und ich danke unseren Kindern Maura, Nikolai, Valentin und Milan für ihr Verständnis und ihre (von der Hoffnung getragene) Rücksichtnahme, ihr Vater möge nach Beendigung dieses Buches wieder leichter ansprechbar sein.

Ich wünsche allen Lesern, die bereit sind, sich auf eine Überprüfung ihrer Sprach- und Wahrnehmungsmöglichkeiten einzulassen, viele Anregungen, Aufschlüsse und Anknüpfungspunkte, die ihre Arbeit und ihr Leben bereichern und sie anders mit dem Umstand in Kontakt bringen, was es heißt, – sprechend und wahrnehmend – auf der Welt zu sein und sich auf eigene Weise in ihr zu bewegen.

Thomas Stölzel

Der Mensch als sprechendes und wahrnehmendes Wesen

*Meine Muttersprache hat recht. Die Welt schaut
so aus, wie meine Muttersprache sie beschreibt.*

Ernst von Glasersfeld

Aufenthalte in zweisprachigen Städten, wie zum Beispiel in Fribourg, Bozen oder Frankfurt an der Oder, in denen die Dinge auch öffentlich zwei Namen haben, können sehr aufschlussreich sein. Sie bieten nicht nur Deutschsprachigen die Möglichkeit, leichter Französisch, Italienisch oder Polnisch zu lernen; sie irritieren (vor allem bei einsprachigen Menschen) eine willkürliche Verbindung, die für viele zur Gewohnheit, ja zur Selbstverständlichkeit geworden ist. »Für uns heißen alle Dinge mit Notwendigkeit gerade so, wie sie in unserer Sprache heißen, so und nicht anders. Die naive¹ Identifikation der Dinge mit ihren Namen gibt uns die – trügerische – Gewissheit, mit unseren Worten *von den Dingen selbst* zu reden« (Wandruszka, 1979, S. 18). Wer sich auf diese Irritation einlässt, der kann spüren, wie sein Gewohnheitspanzer in Schwingung und sein Selbstverständlichkeitsgefühl ins Schwanken gerät. Denn die »richtige« Kongruenz zwischen Wort und dem durch dieses Wort bezeichneten Erscheinungsbild passt nicht mehr zusammen. Zwar sieht das wahrgenommene Ding noch ganz genauso aus, heißt jetzt aber anders. Genauer: Es hat einen zweiten Namen, der jedoch gleichberechtigt neben dem ersten steht. Und angenommen, ich nehme jetzt das andere Wort, das ja für dieselbe Sache steht, verändere ich dann auch das Bezeichnete? Fühlt sich der Gegenstand, das Thema, die Person anders an, wenn ich statt »Haus« »maison« »casa« oder »dom« sage? Wenn wir etwas wahrnehmen, hören wir (zumeist

1 Paul Auster berichtet von der Entscheidung einer amerikanischen Schulbehörde, den Fremdsprachenunterricht einzustellen. Gefragt, wie die Bewohner dies fänden, äußerte einer, der wohl keine Einzelmeinung, sondern eine für das Land der Weltmissionierer typische Ansicht vertrat: »Ich habe damit kein Problem, überhaupt kein Problem. Wenn Englisch gut genug für Jesus war, ist es auch gut genug für mich«. Die Weltbild-Befangenheit ist hier so groß, dass nicht nur ein ahistorisches Bewusstsein sichtbar, sondern die Haltung deutlich wird, nach der »die Wahrnehmung der Welt [...] so stark von der Sprache geprägt« wird, dass sich die Idee bildet, »die Welt existiert nur in einer einzigen Sprache, nämlich der, die man selber spricht« (Auster u. Coetzee, 2014, S. 81 f.).

stumm) den Eigennamen mit und erzeugen so einen stabilen Wechselwirkungsprozess zwischen Wort und Ding, zwischen Sprache und Wahrnehmung (ich sehe »eine Eiche« und höre »eine Eiche«). Dieser zumeist unbemerkte Wechselwirkungsprozess begründet das Fundament unseres alltäglichen Welterlebens und teilt damit das Schicksal anderer Fundamente: Er schwindet aus unserem Gewahrsein; wir bemerken diesen »Boden«, auf dem unsere gesamte Welterfahrung ruht, nicht mehr, so lange, bis wir uns von der eben skizzierten Irritation zumindest subtil aus unserem Gewohnheitsschlaf aufstören lassen.

Wir leben in einer Welt der Benennungen², wobei – anders als in konsequent zweisprachigen Städten, wie Fribourg, Bozen oder Frankfurt an der Oder – an den Dingen und Orten keine Namensschilder angebracht sind, um der einen Sprachgruppe die Wörter und Begriffe der anderen vor Augen zu bringen und sie so miteinander zu verbinden. Als Bewohner von Benennungswelten benennen wir auch die unsichtbaren »Dinge«, wie Gedanken, Gefühle und Empfindungen. Wenn etwas keinen Namen hat, wird ihm rasch einer gegeben, wobei mitunter leblose Maschinen, wie Computersysteme, persönliche Namen erhalten und so leichter den Anschein erwecken, sie seien ebenfalls Personen. Das begünstigt dann projektive Zuschreibungen (»Der Olaf kommt heute nicht richtig in Fahrt!«). Man kann sich fragen: Gibt es so etwas, das nicht nur keinen Namen hat, sondern über das sich auch nicht sprechen lässt? Die nachfolgende Übung gibt Ihnen die Möglichkeit, dieser Frage etwas nachzuspüren und dabei in ein anderes Verhältnis zum Sag- und Besprechbaren zu kommen.

2 »Das Nennen ist den Wörtern anvertraut, das Sagen den Sätzen«, sagt der Sprachwissenschaftler Mario Wandruszka (1979, S. 10). »Wir können« – gibt der Dichter und Essayist Wilhelm Lehmann zu bedenken – »wenn wir uns sprachlich in der Welt zurecht finden, das heißt: Wesen und Dinge benennen wollen, nicht die Welt als Ganzes in den Mund nehmen [...] Ein Etwas muß uns genügen. Ein Tischler ist ein Mann, der nicht nur Tische anfertigt. Derjenige, der ihn so nannte, griff aus dessen vielen Tätigkeiten eine heraus. Die Erzeugung eines sprachlichen Ausdruckes hängt also nicht nur von der Beschaffenheit des zu bezeichnenden Gegenstands ab, sondern auch von der Auffassungsgabe des Benennenden. [...] Aus dem Gesagten geht hervor, daß es eigentlich keine Synonyma, mithin eigentlich keine Übersetzung gibt [...] Die Sprache eines anderen Landes erlernen heißt [...] einer neuen Weltempfindung inne zu werden« (Lehmann, 2011, S. 62).

Unaussprechliches

In einem Brief an Paul Engelmann hat Ludwig Wittgenstein ein zugespitztes Diktum aufgestellt. Er erklärt seinem Briefpartner wie seinen späteren Lesern: »Das Unausprechliche ist – unaussprechlich – in dem Aussprechbaren *enthalten*« (zit. nach Engelmann, 1970, S. 17). Nutzen Sie dieses Diktum als Forschungssonde, um anhand Ihrer Spracherfahrungen zu erkunden, ob Sie Wittgenstein beipflichten können oder nicht. Angenommen, Sie glauben, dass es so etwas wie das »Unaussprechliche« gibt, beruhigt oder irritiert Sie das? Welche Auswirkungen hat diese Anwesenheit von *Unaus-sprechlichen* auf den Austausch mit anderen und auf das, was ausgetauscht und ausgesprochen wird?

Als Bewohner von Benennungswelten befinden wir uns ständig in kommunikativen Prozessen, sind – mündlich, schriftlich oder stumm – andauernd mit anderen oder uns selbst im Gespräch. Um Ihnen die Vielfalt der (normalen) Alltagskommunikation anschaulich zu machen, möchte ich hier ein Szenarium einrücken, das der Psychiater Jürgen Ruesch vor Augen führt, der gemeinsam mit Gregory Bateson das Grundlagenbuch »Kommunikation« herausgebracht hat (das, als es – 1951 – erstmals erschien, seiner Zeit um einiges voraus war). Ruesch lässt darin einen imaginären »Herrn A.« auftreten, der beispielhaft vorführt, was viele Nicht-Imaginäre, ohne es zu bemerken und zu beachten, in kommunikativer Hinsicht alles können und tun:

»Am Morgen, wenn Herr A. sein Büro betritt, liest er die eingegangene Post (*geschriebene Kommunikation*). Beim Sortieren der Post stößt er auf einige Broschüren, die gestaltet wurden, um die Vorzüge verschiedener Geschäftsmaschinen zu beschreiben (*bildhafte Kommunikation*). Durch das geöffnete Fenster ist der schwache Lärm eines Radios zu hören; die Stimme eines Ansagers preist deutlich die Qualität einer Zahnpastamarke (*gesprochene Kommunikation*). Als seine Sekretärin den Raum betritt, grüßt sie ihn mit einem fröhlichen »Guten Morgen!«, was er seinerseits mit seinem freundlichen Kopfnicken beantwortet (*gestische Kommunikation*), während er sein Telefongespräch mit einem Geschäftspartner fortsetzt (*gesprochene Kommunikation*). Später am Morgen diktiert er seiner Sekretärin eine Anzahl Briefe, dann hält er eine Ausschußsitzung ab (*Gruppenkommunikation*), in der er die Ratschläge seiner Mitarbeiter sammelt. In dieser Versammlung wird die Auswirkung einer Anzahl neuer Regierungserlasse (*Massenkommunikation*) auf die Politik der Firma diskutiert. Im späteren Verlauf der Versammlung wird eine Resolution der Angestellten der Firma, welche den jährlichen Bonus betrifft (*Massen-*

und Gruppenkommunikation), überdacht. Nachdem der Ausschub sich vertagt hat, überquert Herr A. langsam die Straße, um in sein Restaurant zum Mittagessen zu gehen; seine Gedanken kreisen dabei um nicht erledigte Arbeiten (*Kommunikation mit sich selbst*). Auf dem Weg sieht er seinen Freund, Herrn B., der in großer Eile das gleiche Speiselokal betritt (*Kommunikation durch Handlung*). Herr A. entscheidet sich dafür, allein und nicht mit seinem Freund zu Mittag zu essen, der wahrscheinlich seinen Kaffee herunterschütten und weiterereilen wird (*Kommunikation mit sich selbst*). Während des Wartens studiert Herr A. die Speisekarte (*Kommunikation durch gedrucktes Wort*), aber der Geruch eines saftigen Steaks lenkt seinen Blick ab (*chemische Kommunikation*). Es riecht so appetitanregend, daß er selbst ein Steak bestellt. Nach dem Mittagessen entscheidet er sich, ein Paar Handschuhe zu kaufen. Er betritt einen Herrenladen und prüft mit seinen Fingerspitzen die verschiedenen Qualitäten des Leders (*Kommunikation durch Berührung*). Nachdem er gemächlich seinen Einkauf beendet hat, entschließt er sich, den Nachmittag freizunehmen und seinen Sohn bei einem versprochenen Ausflug in den Zoo zu begleiten. Auf dem Weg dorthin fragt John seinen Vater, den er beim Fahren durch die Straßen beobachtet, warum er immer bei rotem Licht anhält und bei grünem Licht nicht (*Kommunikation durch visuelle Signale*). Als sie sich dem Zoo nähern, heult ein Krankenwagen die Straße hinunter, und Herr A. fährt an den Straßenrand und hält (*Kommunikation durch Geräusch*). Als sie so dasitzen, erklärt er seinem Sohn, daß die Kirche auf der anderen Straßenseite die älteste in der Gemeinde ist, gebaut vor vielen Jahren und immer noch Wahrzeichen der Gemeinde (*Kommunikation durch materielle Kultur*). Nach dem Bezahlen des Eintrittsgeldes für den Zoo (*Kommunikation durch Aktion*), schlendern sie gemächlich zu den Elefanten. Hier lacht John über die Possen eines Elefanten, der Wasser durch seinen Rüssel auf einen Zuschauer sprüht (*Kommunikation durch Aktion*) und ihn fast in die Flucht jagt. Später am Nachmittag gibt Herr A. dem Druck seines Sohnes nach, und sie gehen ins Kino, um einen Trickfilm anzuschauen (*Kommunikation durch Bilder*). Zu Hause angekommen zieht Herr A. sich um, um an einem formellen offiziellen Abendessen und einer Theateraufführung teilzunehmen (*Kommunikation durch die Künste*)« (Ruesch u. Bateson, 1995, S. 33 ff.; Kursiva von T.S.).

Die persönliche Wortsprache – als Grundlage jeder verbalen Kommunikation – bildet eine der wenigen Konstanten im veränderungsanfälligen Leben eines Menschen; sie ist sein lingualer Wohnort, dessen Fundamente nicht von ihm selbst stammen. Zugespitzt gesagt, sind wir alle habituelle Nachplapperer gewesen, die – Laut für Laut, Wort für Wort, Satz für Satz – eine uns vorgegebene, vorgespochene Spra-

che nachahmend – allmählich (mehr oder weniger) eine persönliche Sprache mit erkennbaren Verwendungseigenheiten und Gebrauchsweisen entwickelt und einen persönlichen Ausdruck gefunden haben. So gesehen, gilt für den Einzelnen, was Karl Kraus in seinem Gedicht »Bekenntnis« über sich sagt:

»Ich bin nur einer von den Epigonen
die in dem alten Haus der Sprache wohnen« (Kraus, 1989, S. 93).

Wir bewegen uns, wenn wir auf individuelle Weise eine bestimmte Sprache (wie etwa das Deutsche, Englische, Russische etc.) verwenden, in einem spezifischen *linguistischen Universum*, in dem wir die Welt deutsch, englisch, russisch etc. erleben.

In seinen »Cahiers«, in denen sich Paul Valéry allmorgendlich der Erforschung seines Bewusstseins widmete (vgl. Stölzel, Th., 2012, S. 76 f.), notiert er nach vielen Jahren der Beschäftigung mit dem Thema³ die Einsicht: »Die Sprache ermöglicht uns, nicht *hinschauen* zu müssen« (zit. nach Stölzel, 2011, S. 240).

In einem gedrängten und allgemeinverständlichen Satz erkundet Valéry das besondere Potential der Sprache im Hinblick auf die Wahrnehmung. Er sagt, was die Sprache kann, und sagt zugleich, welche Gefahren in diesem Vermögen der Sprache – wird es nicht eigens reflektiert – wirksam werden. Da wir die Namen der Dinge, Personen, Orte usw. ja kennen, meinen wir, sie nicht mehr genauer beachten und betrachten zu müssen. Dieses Nicht-genauer-Beachten und -Betrachten hat häufig fatale Auswirkungen. Es erzeugt und erhält ein vermeintliches Wissen einer anscheinend allzu bekannten Welt und führt zu vielen Fragen und Problemen, die im professionellen Kontext von Therapie, Beratung und Coaching aufscheinen und zur Sprache kommen. Ich möchte daher in diesem Buch ein wenig Grundlagenarbeit betreiben und Sie dazu einladen, gegenüber Ihrer *gewohnten Wortsprache* und Ihrer *gewohnten Wahrnehmungsweise* einen wohlwollend-kritischen Forschungsabstand einzunehmen und sich dadurch *sprachlich* und *wahrnehmend* anders zu erfahren. Das bedeutet: die beiden

3 Der Valéry-Forscher und Hauptübersetzer der »Cahiers« von Valéry, Hartmut Köhler, bezeichnete ihn als den größten französischen Phänomenologen und einen der subtilsten Sprachdenker (vgl. Stölzel, 2014, S. 71 f.).

unverzichtbaren »Lebensmittel« (Sprache und Wahrnehmung), die uns Menschen in besonderer Weise gegeben sind, zu zwei persönlich ausgestaltbaren *Lebensinstrumenten* weiterzuentwickeln. Unter den Charakteristika, die sich der Mensch selbst zugeschrieben hat, erscheint er nicht nur als *Sprache habendes* Wesen (vgl. Stölzel, Th., 2013, S. 65), als *homo loquens*, sondern auch als *wahrnehmendes* Wesen, als *homo percipiens*. Die nachfolgende Übung eröffnet Ihnen die Möglichkeit, in einen konkreten Kontakt mit Ihren persönlichen Wahrnehmungsweisen zu kommen.

Im Käfig meiner Wahrnehmungen

Stellen Sie sich vor, um Sie herum sei ein filigraner, an verschiedenen Stellen offener Kokon, der jedoch für Ihre Umgebung unsichtbar sei und von dem auch niemand außer Ihnen etwas wisse. Die feinen Öffnungen dieses Kokons bilden die Wahrnehmungsschlitze, durch die Sie die Welt um sich herum sehen, hören, tasten, schmecken, riechen können. Bewegen Sie sich nun, angetan mit dieser unsichtbaren Hülle, in Ihrer vertrauten Alltagswelt. Gehen Sie mit diesem Harnisch Ihren beruflichen und persönlichen Projekten nach. Achten Sie darauf, durch welche Wahrnehmungsschlitze welche Botschaften »von außen« zu Ihnen dringen und welche Botschaften Sie durch die Schlitze hindurch senden. Nehmen Sie dabei die Ränder der Wahrnehmungsschlitze wahr. Beschäftigen Sie sich damit, was diese abdecken bzw. was noch ansatzweise in Ihr Wahrnehmungsfeld reicht. Beschäftigen Sie sich mit den Übergängen von »ansatzweise noch erkennbar« bis »nicht – für mich – wahrnehmbar«. Stellen Sie Vermutungen darüber an, was Ihnen – durch die Art und Enge Ihrer persönlichen Wahrnehmungsschlitze – nicht bemerkbar ist. Gehen Sie mit der Frage um, ob Sie mehr von der Ihnen anscheinend so bekannten Welt wahrnehmen möchten und welche Auswirkungen dies auf Ihre persönliche und berufliche Lebenssituation hätte.

Bei der Erkundung der eigenen Wahrnehmungsfähigkeit erweist sich das Wahrnehmen von Alltagssituationen oder anscheinend unauffälligen Gegenständen häufig als aufschlussreicher als das Wahrnehmen von besonderen und auffälligen Dingen oder Lebensmomenten. Denn gerade einen gewöhnlichen Gegenstand so anzublicken, dass man ihn wirklich *sieht*, setzt neben einer erhöhten Durchlässigkeit auch die Bereitschaft voraus, anders hinzublicken. Fast scheint es so, als ob die so betrachteten Dinge »zurückblicken« würden. Diese Seh-Arbeit eines Betrachters eröffnet zudem die Möglichkeit, dass etwas, eine Person, eine Situation

oder ein Ding, sich anders zeigt, dass es jemandem geradezu *erscheinen* kann. James Joyce, der in seinen Büchern detailliert Bewusstseinsprozesse alltäglicher Menschen beschreibt, schildert in dem autobiographischen Romanfragment »Stephen der Held« die Wahrnehmungsweise der Epiphanie. Von seiner Figur Stephen Dedalus berichtet Joyce:

»Unter einer Epiphanie verstand er⁴ eine jähe geistige Manifestation [...] Er glaubte, daß es die Aufgabe des Schriftstellers sei, diese Epiphanien mit äußerster Sorgfalt aufzuzeichnen, da sie selbst die zerbrechlichsten und flüchtigsten aller Momente seien. Er sagte Cranly, die Uhr am Ballast Office sei einer Epiphanie fähig. [...] Ich gehe ein ums andere Mal an ihr vorüber, spiele auf sie an, berufe mich auf sie, blicke flüchtig zu ihr hoch. Sie ist nur *ein* Artikel im Katalog des Dubliner Straßmobiliars. Dann ganz auf einmal *sehe* ich sie, und plötzlich weiß ich, was sie ist: Epiphanie [...] Stell dir meine flüchtigen Blicke auf diese Uhr als das Getaste eines geistigen Auges vor, das seine Vision auf einen ganz bestimmten Brennpunkt einzustellen versucht. In dem Moment, in dem der Brennpunkt da ist, ist das Objekt epiphanisiert. [...] Das Wahrnehmungsvermögen muß in Aktion erforscht werden [...] Überlege, wie dein eigener Geist sich verhält, wenn mit irgendeinem, hypothetisch schönen, Gegenstand konfrontiert. Dein Geist teilt, um diesen Gegenstand wahrzunehmen, das gesamte Universum in zwei Teile, nämlich den Gegenstand, und die Leere, die nicht der Gegenstand ist. Um ihn wahrzunehmen, mußt du ihn von allem anderen sondern: und dann begreifst du, dass er ein integrales Ding ist, das heißt *ein* Ding [...] Der Geist betrachtet den Gegenstand als Ganzes und in seinen Teilen, in Beziehung zu sich selber und zu anderen Gegenständen, überprüft die Balance seiner Teile, bedenkt die Form des Gegenstands, dringt in alle Ritzen seiner Struktur ein. So empfängt der Geist den Eindruck von der Symmetrie des Gegenstandes. Der Geist erkennt, daß der Gegenstand im strikten Sinne des Wortes ein *Ding* ist, eine definitiv konstituierte Wesenheit [...] Dies ist der Moment, den ich Epiphanie nenne. Zunächst erkennen wir, daß der Gegenstand *ein* integrales Ding ist, dann erkennen wir, daß er eine organisierte zusammengesetzte Struktur ist, faktisch ein *Ding*: schließlich, wenn die Beziehung der Teile vollkommen ist, wenn die Teile auf einen fixen Punkt eingestellt sind, erkennen wir, daß er das Ding

4 Der Begriff leitet sich von griechischen *epiphaneia* her, was das Erscheinen einer Gottheit oder eines Dämons bezeichnete, bevor es im Christentum aufgegriffen und für dessen Zwecke akzentuiert wurde. Zu *Epiphanias*, dem Dreikönigfest am 6. Januar, wird an das Erscheinen des sogenannten Gottessohns erinnert. Bei Joyce hingegen ist dieser alte Begriff säkularisiert und benennt eine gesteigerte, nicht sakrale Wahrnehmungsweise.

ist, welches er ist. Seine Seele, seine Wesenheit, springt uns an aus dem Gewand seiner Erscheinung. Die Seele des gewöhnlichsten Gegenstands, dessen Struktur sich durch diese BlickEinstellung zeigt, scheint uns zu strahlen. Der Gegenstand vollbringt seine Epiphanie« (Joyce, 1979, S. 224 ff.).

Joyce verbindet in dieser Beschreibung vier Elemente miteinander: den Betrachter (genauer dessen »Geist«), die betrachtete Sache, den Zeitraum, in dem die Betrachtung stattfindet, und die eine Epiphanie ermöglichende Wahrnehmungsweise. Die Epiphanie erscheint bei ihm als eine literarische Technik, sich die vermeintlich triviale Alltagswelt anders zu erschließen, sich in ein anderes Verhältnis zu ihr zu setzen, sie neu zu entdecken, neu wahrzunehmen. Sie erscheint an dieser Stelle des Buches, das Sie gerade in Händen halten, als eine Form des gesteigerten Hinschauens, auf die Sie anders zurückkommen, die Sie sich anders erschließen können, wenn Sie sich mit den nachfolgenden Überlegungen auseinandergesetzt und die vorgestellten Übungen für sich erprobt haben.

So gesehen, ist die Epiphanie ein Wahrnehmungsversprechen, das Sie durch Ihr eigenes Hinschauen überprüfen können. In heutiger Zeit, in der wir visuell leicht überreizt werden, da »uns die Welt als *Bild* zubereitet« wird (Th. Fuchs, 2003, S. 82), macht sich ein bewusstes Hinschauen besonders bemerkbar. Die visuelle Überreizung kann zu einer Form der gelenkten und verkrüppelten Wahrnehmung führen, die spiegelbildlich auf das Sprachvermögen zurückwirkt. »Die Worte, die wir in der Sprache gebrauchen, sind uns so vertraut, daß wir sozusagen in den Worten darin sind. Sie werden nicht Gegenstand. Wir leben in einer Sprache wie in einem Element, wie die Fische im Wasser« (Gadamer, 1995, S. 349). Was Gadamer von der Sprache sagt, gilt noch mehr von der persönlichen Wahrnehmung. Dieses Darinsein – in der eigenen Sprache und der eigenen Wahrnehmung – ist damit auch von zentraler Bedeutung für alle Prozesse, die in einer besonderen Form des Sprechens und Wahrnehmens stattfinden, wie im Raum von Therapie, Beratung und Coaching. Die nachfolgenden Überlegungen und Übungen unternehmen den Versuch, hierfür ein Bewusstsein zu schaffen oder ein bereits bestehendes zu vergrößern und zu verfeinern. Damit soll jetzt begonnen werden.

Thomas Stölzel, Die Welt erkunden

Thomas Stölzel, Die Welt erkunden

Der Mensch als sprechendes Wesen

Thomas Stölzel, Die Welt erkunden

»Im Anfang war das Wort«

To begin at the beginning.

Dylan Thomas

In der einer seiner Poetikvorlesungen »Zur Welt kommen – Zur Sprache kommen«, die den Titel »Poetik des Anfangens« trägt, unterscheidet Peter Sloterdijk zwischen »anfangen« und »am Anfang anfangen«. Es sei unmöglich, gewissermaßen die erste Seite unseres Lebens selbst aufzuschlagen, um zu sehen, was dort stehe; denn »Seinsanfang und Sprachanfang« könnten »unter keinen Umständen zusammenfallen. Denn fängt die Sprache an, so ist das Sein schon da; will man mit dem Sein beginnen, versinkt man im schwarzen Loch der Sprachlosigkeit« (Sloterdijk, 1988, S. 38).

Wo (und womit) müsste man sinnvollerweise beginnen, wenn man den Versuch unternimmt, eines der wesentlichen Arbeitsinstrumente für alle Formen von Therapie, Beratung, Coaching, Begleitung, Seelsorge, Selbstsorge – die Sprache – eigens zum Thema zu machen?⁵ Wenn hier von der Sprache die Rede ist, so ist damit vornehmlich die Wortsprache gemeint; was – vom Präverbalen ausgehend – ihre Nähe zur Zeichen-, Körper-, Bild- und Gebärdensprache usw. bis hin zu einer Syntax des Atmosphärischen nicht unberücksichtigt lässt. Im Zentrum stehen jedoch die Worte und Wörter (im Deutschen haben wir diesen Doppelplural) und das, was wir mit ihnen machen (können) sowie das, was sie mit uns machen (können). Bevor ich auf diese Interaktions-Verhältnisse etwas genauer zu sprechen komme, zunächst etwas zu dem eigentümlichen Phänomen des Anfangs bzw. des Anfangens, das sich durchaus nicht von sich aus versteht.

5 Vgl. hierzu »Aller Anfang ist ein Anfang«, in dem Jürgen Hargens systemische Eröffnungsfragen reflektiert und die Position vertritt: »Es ist für mich eine Grundregel, dass *ich* die erste Frage stelle. [...] Das ist uns wichtig [...] Der Anfang rahmt das, was folgt« (Hargens, 2004, S. 41).

Exkurs über den Anfang und das Anfangen

Anfänge genießen vielfache und vielfältige Beachtung. Sie sind als besondere Markierungen nicht selten in spezifischer Weise geladen und von Bedeutungszuschreibungen imprägniert. Das zeigt sich zum Beispiel an Taufakten von natürlichen wie von juristischen Personen; an Namensgebungen und Umständen also, mit denen und durch die etwas Bestimmtes beginnt. Lektoren lesen die eingegangenen Manuskripte stichprobenweise. Die erste stichprobenartige Annäherung gilt stets dem Anfang des Manuskripts und seinem Ende sowie einigen ausgewählten Textstücken. Dabei bekommt der Anfang eines Textes eine herausgehobene Bedeutung für die Einschätzung des Ganzen (so überliefert es einer der ehemals einflussreichsten Lektoren, Dieter Wellershoff). Auch zu den Anfängen von Briefen (oder heute E-Mails) wird häufig zurückgelesen⁶, um das, was zuerst gesagt, womit begonnen worden ist, in Kenntnis dessen, was danach gekommen oder gesagt worden ist, noch einmal eigens wahrzunehmen und der Frage nachzugehen: Wie hat der Brief (die E-Mail) eigentlich begonnen? Ähnliches gilt auch für Situationen, für Erfahrungen überhaupt. Es gibt gute, geglückte, als stimmig, richtig und passend empfundene, bisweilen sogar erstaunliche Anfänge – und von allem natürlich auch das Gegenteil. Anfänge haben, genauer betrachtet, eine doppelte Zeitlichkeit. Den Zeitraum oder Zeitpunkt des jeweiligen Anfangs wie dessen Erstreckung und »Mitgegenwart« (Ludwig Reinert) im weiteren Verlauf. Anfänge kön-

6 In der Geschichte »Das Sandbuch« von Jorge Luis Borges bekommt der bibliophile Erzähler von einem Unbekannten ein eigentümliches Buch angeboten, das er schließlich erwirbt. Bereits beim Aufschlagen fällt es durch erstaunlich hohe Seitenzahlen auf. Beim Versuch, den Anfang des Buches zu finden, scheint dieses sich zu »wehren«: Aufgefordert, die erste Seite zu suchen, drückte »ich [...] meine linke Hand auf den Einband und schlug das Buch auf, indem ich den Daumen gegen den Zeigefinger drückte. Meine Bemühung war umsonst: es blieben stets einige Seiten zwischen dem Buchdeckel und meinem Daumen übrig. Sie schienen dem Buch zu entspringen« (Borges, 1982a, S. 95). Genauso wenig lässt sich ein Ende finden. Das Buch wird seinem neuen Besitzer schließlich so unheimlich, dass er es absichtsvoll in der Staatsbibliothek verliert – denn die völlige *Anfangslosigkeit* des Buches scheint eine zunehmend bedrohlichere Wirkung zu entfalten.

nen dadurch auf besondere Weise (be-)stärken wie (be-)hindern; sie bilden etwas, auf das man stets zurückkommen, wie auch etwas, das man nur schwer oder kaum abschütteln kann.⁷

Viele Anfänge verlaublichen (wenigstens implizit), was am Anfang stehe oder gesagt werde, sei wichtig, entscheidend, es solle, es müsse beachtet werden. Zutreffend daran ist, dass Anfänge einen bestimmten Weg andeuten, nahelegen oder (zwingend) einschlagen, mit einem bestimmten Ton, Thema beginnen, welches das Folgende vorwegnimmt oder zumindest strukturierend darauf einwirkt. Das wird bei hermeneutischen Einsichten retrospektiver Art deutlich, wie: »Jetzt, da ich den Anfang kenne, sehe ich alles viel klarer, verstehe ich das Jetzige besser, kann es überhaupt erst richtig einschätzen«. Oder in Appellen und Bekundungen, wie: »Sie müssen erst den Anfang kennen, um überhaupt beurteilen zu können ...«, oder: »Solange ich nichts vom Beginn der Sache weiß, kann ich sie nicht gut genug verstehen oder entscheiden, ob ...«. Jedem Anfang, so Hermann Hesse, wohne ein Zauber inne. Und der sogenannte Volksmund beschreibt den Anfang von etwas ebenso als leicht wie auch gerade als schwer⁸. Anfänge haben zudem (nicht ganz unbezüglicherweise) etwas von Eltern an sich. Für das, was aus ihnen folgt, ist es auch wichtig, sie weder zu über- noch zu unterschätzen; ihnen weder die Verantwortung für alles Kommende zuzuschieben noch sie gänzlich unbeachtet zu lassen. Die nachfolgende Übung gibt Ihnen die Möglichkeit, eigene Anfänge zu erkunden.

-
- 7 Wer sich dafür interessiert, wie unterschiedlich man Geschichten beginnen (lassen) kann, dem sei die Sammlung »Roman-Anfänge« von Harald Beck (Beck, 1992) empfohlen. Der Anthologist hat »500 erste Sätze« gesammelt und in thematischen Rubriken als Variationsfolge verbunden. Konsequenterweise hat Beck dem auch eine ähnlich strukturierte Sammlung von »500 letzten Sätzen« (Beck, 1993) folgen lassen. Wenn er an einem Roman schreibe, erklärt der Schriftsteller Claude Simon, beginne er niemals mit dem, was der Leser als Anfang lesen werde. Manchmal schreibe er sogar das Ende vor dem Anfang. Und in dem Roman »Die Pest« von Albert Camus gibt es die Figur des Angestellten Grand, der seit langem an einem literarischen Werk arbeitet, aber über den ersten Satz nicht hinausgelangt.
- 8 Die Spanne, die man zurücklegen muss, um überhaupt zu einem, zu *dem* Anfang zu kommen, kann mitunter sehr lange, mühsam und reich an Umwegen sein. Dieter Wellershoff hat in »Der lange Weg zum Anfang« (Wellershoff, 2007) in einer retrospektiven Reflexion das Unterwegssein zu einem passenden Anfang als Prozess einer persönlichen und künstlerischen Krisenerfahrung beschrieben.

Anfänge erkunden

Therapeutischen oder beraterischen Herausforderungen wie auch solchen des Lebens kann man in der Weise begegnen, dass man sich zu dem jeweiligen Anfang von etwas (des sogenannten Problems, der Störung, der Krise, der Entwicklung etc.) in ein bezüglisches Verhältnis setzt. Das bedeutet zum Beispiel, sich mit Fragen der Art zu beschäftigen: Wie viele und welche Anfänge bestimmen und prägen mein (Er-)Leben jetzt? Wie und wobei (be-)stärken oder (be-)hindern mich die jeweiligen Anfänge? Angenommen, einer bestimmten persönlichen oder beruflichen Entwicklung wäre ein anderer Anfang vorausgegangen, welche Wirkung hätte das? Und woran und wodurch erkenne ich, dass etwas sein »Glückshäutchen« verloren und eine Entwicklung eingesetzt hat, die mehr und anders ist als der jeweilige Anfang?⁹

Ein Anfang, so könnte man ganz grundsätzlich sagen, ist etwas, aus dem oder auf den etwas folgt – was das im Einzelnen auch sein mag. Ein Anfang, aus dem oder auf den nichts folgt, wäre, so verstanden, zumindest kein Anfang. Dieses Strukturelement des Anfangs ist weit leichter zu bestimmen als seine jeweilige Örtlichkeit. Die Frage, wo beginnt der (jeweilige) Anfang, impliziert die Frage: Wie viele und welche Anfänge gingen diesem voraus? Gibt es so etwas wie einen Uranfang, dem nichts vorausgeht? Einen existentiell-kreatürlichen, absoluten Nullpunkt?

Persönliche Nullpunkte

Wer sich dem eigenen – vorsprachlichen – Lebensanfang mit Hilfe der Vorstellung annähern möchte, der kann beispielsweise ein Szenario variieren, das Vladimir Nabokov entworfen hat. Es lautet so: »Die Wiege schwingt über einem Abgrund, und der Hausverstand sagt uns, daß unser Leben nur ein kurzer Lichtspalt zwischen zwei Ewigkeiten des Dunkels ist. Obschon beide eineiige Zwillinge sind, betrachtet man in der Regel den Abgrund vor der Geburt mit größerer Gelassenheit als jenen anderen, dem man (mit etwa viereinhalbtausend Herzschlägen in der Stunde) entgegen-eilt. Ich weiß jedoch von einem Chronophobiker, den so etwas wie Panik ergriff, als er zum ersten Male einige Amateurfilme sah, die ein paar Wochen vor seiner Geburt aufgenommen worden waren. Er erblickte eine praktisch unveränderte Welt – dasselbe Haus, dieselben Leute –, und dann wurde ihm klar, daß es ihn dort nicht gab

9 Der Anfang von etwas befindet sich gewissermaßen in einer natürlichen Nachbarschaft zu dem sehr unterschiedlich bewerteten Phänomen des Zufalls. Vgl. hierzu: »Der Zufall als Anwalt der Freiheit«(Stölzel, Th., 2010b).

und daß niemand sein Fehlen betrauerte. Er sah seine Mutter aus einem Fenster im ersten Stock winken, und diese unvertraute Geste verstörte ihn, als wäre sie irgend ein geheimnisvolles Lebewohl. Aber was ihm besonderen Schrecken einjagte, war der Anblick eines nagelneuen Kinderwagens, der dort vor der Haustür selbstgefällig und anmaßend stand wie ein Sarg; selbst er war leer, als hätte sich im umgekehrten Lauf der Dinge sogar sein Skelett aufgelöst« (Nabokov, 1991, S. 19 f.). – Welche Empfindungen und Assoziationen löst der noch leere Kinderwagen, in dem Sie noch nicht liegen in Ihnen aus? Was bewirkt das Bild dieses *Voranfangs*?

Ich erinnere mich an ein gemeinsam unternommenes Gedankenspiel als 14-Jähriger (eines der Gespräche, die man in diesem Alter mit Gleichaltrigen mitunter führt). Wir versuchten uns vorzustellen, was am Rande des Weltalls, ja, des Kosmos sei; was hinter oder außerhalb von diesem wäre. Wir durchflogen im Geiste die unendlich anmutenden Räume der verschiedenen Galaxien auf der Suche nach einem Ende dieser Räume. Wir gelangten jedoch an keinen Rand, und die Vorstellung, dass da noch etwas dahinter sein müsse, hinter dem dann noch etwas anderes wäre, hinter dem wieder etwas anderes sich befände, das dann alles Bisherige umfasste oder gar hervorgebracht hätte, welches dann wieder von etwas anderem, noch Größeren und noch Umfassenderen ..., das konsequente Weiterverfolgen dieser gedanklichen Suche erzeugte ein starkes Gefühl von Unwirklichkeit und begann uns allmählich kirre zu machen. Wir sahen uns gezwungen, dieses Gedankenspiel abzubrechen.

Wenn wir auch nicht den Rand oder gar den Anfang des Kosmos fanden, fanden wir doch etwas anderes heraus, nämlich die beruhigende, die Sicherheit vermittelnde Idee, welche die *Genealogie eines Anfangs* vermitteln kann: die Idee eines sogenannten Schöpfergottes oder eine Schöpfergöttin, einer *ersten* Instanz – ob nun quasi personenhaft oder als ontologisches Prinzip – durch die alles seinen Anfang genommen hat. Damit ist ein weiteres Charakteristikum verbunden: Anfänge werden gemacht, konstruiert oder erfunden, und zwar von denjenigen, die einen »sicheren« Bezugspunkt suchen oder zu glauben brauchen. Anfänge erhalten dadurch einen Setzungscharakter. Diese Willkür gibt ihnen – spiegelbildlich zu ihrem Setzungscharakter – eine gewisse Freiheit – Art und Zeit des Anfangs zumindest mitzubestimmen. Dies zeigt sich beispielsweise in der – kulturalanthropologisch – ganz unterschiedlich beantworteten Frage: Wann und wodurch fängt