



Regine Reichwein

Lebendig sein

Das Phänomen der Selbstorganisation und seine
Konsequenzen für unser Zusammenleben –
Strategien des Scheiterns und Gelingens

— LESEPROBE —

©

Alle Rechte vorbehalten.

AMANI VERLAG
FRANKFURT AM MAIN

www.amani-verlag.de

Regine Reichwein

Lebendig sein

Das Phänomen der Selbstorganisation und
seine Konsequenzen für unser Zusammenleben

Strategien des Scheiterns und Gelingens

Regine Reichwein

Lebendig sein

Das Phänomen der Selbstorganisation
und
seine Konsequenzen für unser Zusammenleben

Strategien des Scheiterns und Gelingens

AMANI - VERLAG

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie;
detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© Amani-Verlag
Frankfurt am Main, 2010

Frankfurt am Main
Mühlwiesenstr. 11A
D-60488 Frankfurt
E-Mail: info@amani-verlag.de
www.amani-verlag.de

ISBN: 978-3-86320-057-2
EAN: 9783863200572

Umschlaggestaltung: hay grafics, 60488 Frankfurt am Main
Foto: Hein Glück/pixelio.de

Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Danksagung	5
Verhängnisvolle Illusionen Wie Menschen versuchen, sich Kontrolle und Herrschaft zu sichern	7
Selbstorganisation Wie Menschen und andere Lebewesen ihre Lebendigkeit aufrechterhalten	19
Mehr über Selbstorganisation Wie Menschen und andere Lebewesen trotz ihrer Getrenntheit miteinander verbunden sind	37
Sonne und Mond Wie Menschen ihre Beziehung zu ihrem Umfeld wahrnehmen	47
Abwehr und Neugier Wie Menschen sich ihrer Umwelt nähern	63
Aktiv und passiv Wie Menschen sich in ihre Umwelt einbringen	77
Täter und Opfer Wie Menschen ihre Beziehung zu ihren Mitmenschen wahrnehmen	87
Macht und Ohnmacht Wie Menschen ihre Wirkungen in Bezug auf ihre Umwelt empfinden	105
Ergebnisse der Hirnforschung Wie Menschen ihre persönliche Wirklichkeit herstellen	121
Mehr über das Gehirn – Empathie und Spiegelneurone Wie Menschen Informationen über die Wirklichkeit ihres Gegenübers erhalten	133

Machtspiele	147
Wie Menschen versuchen, andere zu manipulieren	
Abhängigkeit oder wie man lernt, Machtspiele zu spielen	171
Wie Menschen lernen, ihre Verantwortung an andere zu delegieren	
Verborgene Botschaften der Gefühle	197
Wie Menschen lernen, ihre Gefühle auf neue Art als bedeutungsvoll zu erleben	
Mehr über Gefühle	223
Wie Menschen lernen, Fühlen und Denken wieder zu verbinden	
Hintergrundgefühle	239
Wie das Erleben durch vergangene Erfahrungen beeinflusst sein kann	
Wünsche	251
Wie Menschen damit Verbindungen zu anderen Menschen herstellen können	
Denken	273
Wie Menschen intern ihre Erfahrungen organisieren	
Gehorsamkeit und Rebellion	297
Wie Menschen lernen, ihren eigenen Willen aufzugeben	
Symbiose und Autonomie	311
Wie Menschen mit den Grenzen zwischen sich und anderen umgehen	
Konflikte und Konfliktlösungen	333
Wie Menschen destruktiv und konstruktiv auf einander eingehen können	
Konkurrenz und Kooperation	357
Wie Menschen ihr Handeln motivieren	

Selbstverantwortung	377
Wie Menschen ihr eigenes Selbst entdecken können	
Zwischenmenschliche Kommunikation	391
Wie Menschen versuchen, geliebt zu werden und einander zu lieben	
Selbstorganisierende Dynamiken in kommunikativen Prozessen	411
Wie Menschen sich oft unbewusst ergänzen und helfen	
Literatur	429

Vorwort und Danksagung

In den folgenden Texten werde ich so weit wie möglich auf jede Auseinandersetzung mit anderen theoretischen Modellen verzichten, da es mir nicht darum geht, zu den vielen bereits vorhandenen Erklärungsmodellen menschlichen Verhaltens ein weiteres mit Wahrheitsanspruch hinzu zu fügen. Ich habe von den Modellen, die andere Menschen entwickelt haben, viel gelernt und bin ihnen für ihre Arbeiten dankbar. Soweit es mir nötig erscheint, werde ich über die Ergebnisse wissenschaftlicher Forschung zusammenfassend berichten oder sie zitieren, so dass mit Hilfe der angegebenen Literatur eine eigenständige weiterführende Erarbeitung erleichtert wird.

Ich habe mich gleichzeitig bemüht, die verschiedenen Wirklichkeiten meiner Mitmenschen, soweit sie mir Einblicke gewährt haben, in diese Darstellung mit einzubeziehen, und ich hoffe, dass viele Leserinnen und Leser ihr eigenes Erleben in den vorgestellten Strukturen und Mustern wiedererkennen und mit den vorgeschlagenen Strategien des Redens und Handelns ihr eigenes Potential erweitern können.

Die Aussagen in den folgenden Texten ergeben sich aus meinen persönlichen Erfahrungen, mit mir selbst und mit meinem Umfeld, und stellen – entsprechend den noch folgenden theoretischen Aussagen - ausschließlich meine eigene Wirklichkeit dar. Dabei habe ich manches stark vereinfacht, weil ich versucht habe, mich so verständlich, wie ich konnte, auszudrücken.

Mir geht es in diesem Buch vor allem darum, die Lesenden dazu anzuregen, mehr Bewusstheit für das eigene Leben zuzulassen, um damit unheilvolle Prozesse, die zurzeit noch von Generation zu Generation weitergereicht werden, aktiv unterbrechen zu können.

Meine eigene Bewusstheit verdanke ich unter anderem vielen anderen Menschen und dem, was sie gesagt, geschrieben oder auf andere Weise produziert haben und wie sie mit sich, mit mir und anderen Lebewesen umgegangen sind. Ich möchte mich daher an dieser Stelle bei diesen Menschen und auch bei all den Autorinnen und Autoren bedanken, deren geistige Arbeiten über die Jahrzehnte Eingang in mein Bewusstsein gefunden und mich bereichert haben, ohne dass ich heute noch im Einzelnen weiß, durch wen ich was gelernt habe. Immer dann, wenn ich mich erinnere, werde ich die Quelle nennen.

Besonders bedanken möchte ich mich auch bei den vielen Menschen, die – als Lehrende und als Lernende - mit mir gearbeitet haben und die mich an der Fülle ihres Innenlebens teilnehmen ließen. Durch sie habe ich viel gelernt.

Mein Dank gilt auch meinem Kater Valentino, der es mir durch seine Anwesenheit und die dadurch in mir entstehenden Fragen und Kommentare erleichtert hat, meine Widerstände zu überwinden und das Manuskript zu schreiben.

Und ich möchte mich vor allem und ganz besonders bei all den Menschen bedanken, die mich direkt oder indirekt bei dem Schreiben dieses Buches unterstützt und mir Anregungen und Kritik geschenkt haben oder einfach nur präsent und damit für mich herzerwärmend waren.

Verhängnisvolle Illusionen

Wie Menschen versuchen, sich Kontrolle und Herrschaft zu sichern

Valentino, mein silbergrauer Kater mit dem weichsten Fell, was ich jemals angefasst habe, beobachtet mich, wenn er nicht gerade schläft, mit seinen goldgelben Augen ganz genau und meistens kommentiert er anschließend das, womit ich gerade beschäftigt bin. Er sitzt auf meinem Schreibtisch, sieht auf den Bildschirm, liest die Überschrift und sagt: „Ich verstehe nicht, was du gegen Illusionen hast. Sie erleichtern das Leben doch einfach ganz ungemein. Ich mache mir jeden Tag neue.“ „Ich habe nichts gegen Illusionen“, sage ich, „es gibt erst Probleme, wenn man sie für die Wahrheit hält.“ „Aber wer macht denn so etwas? Das Schöne ist doch, dass sie nicht wahr sind und man in ihnen herumträumen kann, wie man will. Und das geht doch nicht mehr, wenn man denkt, sie seien wahr.“ Valentino ist ganz irritiert. Ich sage: „Aber wenn man doch glaubt, dass man es dringend braucht, daran zu glauben, dass eine Illusion wahr ist, dann glaubt man es eben.“

Valentino sieht mich an, als sei ich nicht ganz zurechnungsfähig. „Weißt du, wenn ich hungrig bin, brauche ich dringend etwas zum Fressen. Aber die Illusion, meine Schüssel sei voll gefüllt, wird mich nicht satt machen. Also, wenn ich etwas brauche, heißt das noch nicht, dass ich es mir einfach ausdenken kann und dass es dann auch so ist. Meine Schüssel ist trotz meiner phantasievollen Gedanken dann immer noch leer.“ Und mit einem Blick auf mich, den ich als sehr vorwurfsvoll empfinde, fügt er noch hinzu: „Und ich gucke hin und gucke hin, und sie bleibt auch leer, obwohl ich sehr phantasievoll bin. Das finde ich zwar ausgesprochen ärgerlich, aber daran kann ich nichts ändern.“ „Was ist es denn, was du jetzt gerade brauchst?“ frage ich ihn und er sagt: „Hähnchenbrust in Gelee.“ Ich stehe auf, gehe in die Küche, um ihm eine Büchse aufzumachen und Valentino läuft laut schnurrend vor mir her. „Ich liebe es, wenn du tust, was ich will“, sagt er dabei und ich sage: „Und ich liebe es, zu hören und zu sehen, dass du dich freust.“

Die in unserer Kultur am weitesten verbreitete Illusion ist die Vorstellung, wir könnten unsere Umwelt kontrollieren und andere Menschen so manipulieren, dass sie das fühlen, denken oder tun, was wir von ihnen wollen.

Irgendwie haben wir immer schon geahnt, dass das nicht immer klappt, dass wir häufig nicht das erreichen können, wofür wir uns anstrengen, auch wenn wir das noch so gerne wollen. Immer wieder werden wir damit konfrontiert, dass unsere Vorstellungen über die Beeinflussbarkeit anderer Menschen nicht stimmen. Und trotzdem orientieren wir unser alltägliches

Verhalten in der Familie und im Beruf an der Phantasie, wir hätten solche Möglichkeiten.

„Wie wirke ich, und wie findet mich mein Gegenüber“ sind Fragen, die Menschen sich immer wieder stellen, und meistens wollen sie dabei gleichzeitig noch etwas anderes wissen: Wie kann ich Kontrolle über mein Gegenüber und dessen Gefühle, Gedanken und Handlungen erlangen? Wie kann ich mein Gegenüber dazu kriegen, das zu tun, was ich will: z. B. mich zu lieben, mir die Stelle zu geben, mich zu heiraten, mich zum Flughafen zu fahren, mir etwas zu schenken oder zu leihen, mich zum Essen einzuladen, mich ernst zu nehmen und dergleichen mehr.

Gleichgültig, wie banal oder existentiell das ist, was man will, stets ist damit die Frage verknüpft, was man tun kann, um zu erreichen, was man möchte. Dies ist an sich eine sehr sinnvolle Frage, wäre sie nicht mit der Vorstellung verbunden, dass man alles erreichen kann, was man möchte, wenn man nur die notwendigen Fähigkeiten und Mittel zur Verfügung hätte. Erst durch die Illusion der unbegrenzten Möglichkeiten werden viele Probleme produziert oder verstärkt, mit denen wir es in unserer Zeit zu tun haben.

Wie sehr wir uns mit den Wünschen, andere zu manipulieren, beschäftigen, merken wir an den Fragen, die wir uns selbst stellen: „Wie muss ich sein und mich verhalten, damit andere mir das geben, was ich brauche.“

Was ein Mensch „braucht“, ist von Person zu Person und von Situation zu Situation verschieden. Einer braucht Liebe, ein andere Hilfe und Unterstützung, einer braucht Geld und wieder ein anderer einen Platz zum Schlafen usw.

Was Menschen glauben zu brauchen, wird in unserer Kultur sehr stark von wirtschaftlichen Interessen bestimmt und unter anderem vor allem durch die Werbung in den Medien verbreitet. Die meisten solcher aus Profitgier künstlich erzeugten „Wünsche“ basieren letztlich auf ganz anderen Wünschen, nämlich den Wünschen, „dazu zu gehören“, „wertgeschätzt zu werden“, „eine Bedeutung zu haben“ und „eine Wirkung auf andere auszuüben“ usw.

Und da Menschen im Allgemeinen große Sehnsüchte danach haben, diese Wünsche erfüllt zu bekommen, kaufen sie die „Produkte“, mit deren Hilfe sie glauben, die zugehörigen Wunscherfüllungen zu erreichen. Die angepriesenen „Produkte“ sind vielfältiger Art, sie reichen von materiellen Gütern, über die Arten, sich zu kleiden und zu verhalten, zu wohnen, zu reisen usw. bis dahin, den eigenen Körper durch Trainings, Diäten und Operationen den jeweiligen gesellschaftlichen „Erwartungen“ und den darin verborgenen „Versprechungen“ anzupassen. Und gläubig unterwerfen sich viele Menschen diesen gesellschaftlichen Erwartungen, weil sie sich da-

durch mehr Einfluss, Kontrolle und Macht über ihre Mitmenschen und damit die Erfüllung ihrer Wünsche erhoffen. Ihre eigene damit verbundene Unterwerfung verlieren sie dabei meist ebenso aus ihrer Wahrnehmung wie eventuelle Gedanken daran, wem ihr Gehorsam und ihre Unterwerfung nützt.

Es gibt Ratgeberbücher für alles. Viele Illustrierte sind voller Ratschläge und auch im Fernsehen und im Internet finden Menschen Vorschläge, wie sie mehr Einfluss, Kontrolle und Macht über sich und andere gewinnen können: Wie man sich gesund hält, wie man seine Kinder erzieht, wie man den Abbau von Fähigkeiten im Alter verhindert, wie man das Interesse, die Wertschätzung oder die Liebe von anderen aktiviert, wie man den perfekten Körper erzeugt, wie man seine Intelligenz vergrößert, wie man sich reizvoll anzieht, wie man seine sexuelle Anziehungskraft verbessert, wie man Freunde gewinnt, wie man erfolgreich im Beruf ist, usw.

Auch in den verschiedenen Bereichen von Wissenschaft und Technik sind Vorstellungen, wie mit Hilfe wissenschaftlicher Forschungsergebnisse in zunehmender Weise Kontrolle und damit auch Macht über körperliche und psychische Prozesse, über die Gestaltung des eigenen Lebens und der jeweiligen Umwelten erreicht werden können, weit verbreitet. Aber auch Fragen, wie mit Hilfe technischer Erzeugnisse und deren Möglichkeiten, wie mit Hilfe bilanztechnischer und anderer Methoden usw. Macht und Kontrolle über Unternehmen, über ganze Wirtschaftsbereiche, über Aktien- und Absatzmärkte, über politische Entscheidungen, das Wetter und vieles andere mehr erreicht werden können, stehen im Vordergrund der Diskurse. Macht und Kontrolle spielen in unserer Kultur bereits seit langer Zeit eine außerordentliche Rolle, unser Fühlen und Denken und unser gesamter Sprachgebrauch ist davon durchsetzt und unser Verhalten, sowohl uns selbst als auch unseren Mitmenschen gegenüber ist davon geprägt, meist ohne dass uns das bewusst ist. Von daher wird die Möglichkeit von Kontrolle und Macht im Allgemeinen auch nicht in Frage gestellt.

Es wird erwartet, dass man seine Gefühle im Zaum hält, sein Leben im Griff hat, dass einem die Kinder gehorchen, der Hund aufs Wort folgt, der eigene Körper funktioniert, die Medikamente wirken, die Freunde sich den Erwartungen entsprechend verhalten, das Berufsleben sich erfolgreich gestalten lässt, dass mit Hilfe gelernter Strategien die gewünschten Ziele erreicht werden, dass Mitarbeiter durch geschicktes Taktieren motiviert werden können, und dass man, wenn man nur in jeder Hinsicht gut genug ist, in seinem Leben alles erreichen kann, was man will.

Alle Berufszweige, nicht nur die, in denen Menschen mit anderen Menschen – Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen - arbeiten, sind betroffen von den Vorstellungen, es gäbe diese Möglichkeiten von Macht und Kon-

trolle. Denn die in den verschiedensten Bereichen arbeitenden Menschen glauben häufig, dass sie, wenn sie die gewünschten Ziele nicht erreichen, in verschiedenster Hinsicht einfach nicht gut genug waren, die anderen dazu zu bringen, das zu tun, wozu sie diese aufgefordert hatten oder die sonstigen angestrebten Ziele zu erreichen. Die entsprechende Fachliteratur unterstützt diese Interpretation. So sollen z. B. Lehrerinnen und Lehrer die Kinder motivieren, disziplinieren, belehren und wenn sie es nicht schaffen, die Kinder in der Klasse dazu zu bringen, ruhig zu sein und aufmerksam und interessiert mitzuarbeiten, dann haben sie angeblich versagt. Eltern sollen ihre Kinder gut erziehen, sie dazu bringen, ihre Zimmer aufzuräumen, pünktlich zu Schule zu gehen, ihre Hausaufgaben zu machen, freundlich zu ihren Geschwistern zu sein, ihre Vokabeln zu lernen und worauf es sonst so noch ankommt.

Ärzte und Therapeuten sollen ihre Patienten heilen und Sozialarbeiter ihre Klienten dazu bringen, ein selbstverantwortliches Leben zu führen; man sollte es schaffen, seine Kollegen von neuen Maßnahmen zu überzeugen und vieles andere mehr. Es ist durchaus sinnvoll, alle diese Ziele anzustreben, aber es bleibt die Frage offen, wer denn die Verantwortung hat dafür, dass diese Versuche erfolgreich sind.

„Ich schaffe es nicht, mein Baby dazu zu kriegen, abends einzuschlafen“, klagt eine junge Mutter, eine andere darüber, dass sie es nicht hinkriegt, ihr Kind dazu zu bringen, soviel zu essen, wie sie es für richtig hält. Das Versagen, das Scheitern und die begleitenden Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht über die vergeblichen Versuche oder von Wut über das Misslingen sind nur die eine – die belastende - Seite dieser Überzeugung, es gäbe diese Möglichkeiten von Kontrolle und Macht. Die andere Seite ist erfreulicher, denn wenn man es geschafft hat, kann man sich das Gelingen als persönlichen Erfolg anrechnen:

„Stell dir vor, ich habe meinen Chef dazu gekriegt, mir eine Gehaltserhöhung zu geben.“

„Ich bin so stolz. Ich habe meinen Mann dazu gebracht, doch mit mir in die USA zu fliegen.“

„Also ich habe es endlich geschafft, die Klasse dazu zu bringen, konzentriert mitzuarbeiten.“ Usw.

Die selbstverständliche Annahme, man könne andere Menschen manipulieren und kontrollieren, ohne dass diese das wollen, der Glaube, man könne Macht über andere Menschen ausüben, ohne dass man deren Zustimmung braucht, hat noch eine weitere Seite: Das, was man glaubt, mit anderen machen zu können, können andere auch einem selbst antun. Damit ist man

nicht nur der potentielle Täter mit der vermeintlichen Möglichkeit, andere zu kontrollieren und Macht über sie auszuüben, man ist auch das potentielle Opfer der vermeintlichen Kontrolle und der Macht von anderen. Und das hört sich dann so an:

„Sie haben mich völlig verunsichert.“
„Er hat mich gezwungen, mich zu entschuldigen.“
„Die Schüler haben mich mit ihrem Geschrei völlig fertig gemacht.“
„Das Verhalten meiner Freundin hat mich sehr verletzt.“
„Er hat mich durch seine Art einfach an die Wand gedrückt.“
„Die Nachbarn ärgern mich von morgens bis abends.“
„Sie hat mir mein Leben zerstört.“ usw.

Diese beliebten Vorstellungen von unbegrenzter Macht und Kontrolle vergiften einerseits die zwischenmenschlichen Interaktionen ganz erheblich, scheinen aber so viele Vorteile zu bieten, dass Menschen auf diesen Glauben nicht verzichten wollen. Die meisten Menschen würden wahrscheinlich sogar bestreiten, dass es sich dabei um eine Illusion handelt und stattdessen behaupten, es handele sich um die Wahrheit. Dieses allerdings wird von den Ergebnissen der Forschungen über neuronale Prozesse, Selbstorganisation und nichtlineare dynamische Systeme nicht bestätigt, wie sich im Verlaufe dieses Buches noch herausstellen wird.

Ich möchte die bisher kulturell unterstützten Grundannahmen mit dem folgenden - ironisch übertriebenem – „Bekenntnis“ verdeutlichen.

Das bisherige „Bekenntnis“ zu unseren kulturellen Grundannahmen:

Wir glauben an eine einzige, gemeinsame,
von allen in gleicher Weise erkennbare Welt
und daran, dass Abweichungen von dieser
als richtig erkannten Wirklichkeit umgehend und im Zweifelsfalle
auch mit Gewalt korrigiert werden müssen.
Und wir glauben an das von uns erkannte
Richtige, Gute, Wahre und Schöne,
welches für immer getrennt ist
vom Falschen, Schlechten und Hässlichem
und wir glauben, dass wir stets das eine vom anderen
unterscheiden können.

Wir glauben an die Überlegenheit des Geistes über die Materie,
der Vernunft über die Gefühle,

der Kultur über die Natur
und des Mannes über die Frau
und daran, dass das Überlegene das Unterlegene
kontrollieren, beherrschen und ausbeuten darf.

Wir glauben an die Allmacht der Manipulation
Und die unbegrenzten Möglichkeiten der Kontrolle.
Und daran, dass wir andere zwingen können und zwingen dürfen,
zu fühlen, zu denken und zu handeln,
wie wir es wollen
und dass wir mit allen Mittel verhindern müssen,
dass die anderen das Gleiche mit uns tun.

Wir glauben daran, dass es notwendig ist,
zu allem, was existiert und geschieht,
Standpunkte, Meinungen und Überzeugungen zu haben.
Und daran, dass es wichtig ist,
diese mit aller Entschiedenheit gegenüber anderen zu verteidigen.
Die Auseinandersetzung mit Problemen
halten wir für meist für belastend
und die Entwicklung von Erkenntnissen und Möglichkeiten
durch Prozesse für Zeitverschwendung.
Jedenfalls meistens,
da wir sowieso schon wissen, dass wir im Recht sind.

Diesem „Bekenntnis“ und den darin ausgesprochenen Grundannahmen ist inzwischen einiges entgegenzusetzen, weil durch die wissenschaftliche Forschung der letzten Jahrzehnte eine Reihe von neuen Erkenntnissen zusammen getragen worden ist, die Anlass zu völlig neuen Überlegungen bietet. Aber die Aussichten, dass sich diese neuen Überlegungen ausbreiten und eine neue Basis für soziale Prozesse und gesellschaftspolitische Entscheidungen werden, sind nach Ansicht einer Reihe von Wissenschaftlern bisher sehr gering. So schreibt Rupert Riedel in „Evolution und Erkenntnis“:

„Und tatsächlich entsprechen unsere Ursachenvorstellungen nicht mehr der Komplexität unseres wissenschaftlich-technischen Milieus. Wir haben in unserem Glauben an lineare, unvernetzte Kausalität alles für machbar gehalten. Namentlich seit der GALILEISchen Wende zur Naturwissenschaft und beschleunigt seit der Aufklärung hat die Zivilisation der westlichen Prägung gemeint, alles zum Nutzen Denkbare auch zum Nutzen durchsetzen zu können. Immer tiefer hat sie in das Milieu des Menschen und in

seine Umwelt eingegriffen. Und sie ist in jenen Teufelskreis von Zugzwängen geraten, den sie sich in ihrer Schulweisheit nicht hat träumen lassen.

Wir hängen am Verursacherprinzip, konkurrieren mittels Wachstum, verpuffen unsere Reserven, überhitzen die Atmosphäre, untergraben die Innovation, verteilen mehr als wir geschaffen haben, werfen das Steuer der Ökonomie hin und her, pendeln zwischen Inflation und Arbeitslosigkeit, also zwischen schleichender Enteignung und Verhinderung von Wertschöpfung; kurz: Wir steuern in allem einen selbstmörderischen Kurs. (Riedl, 1990, S. 193)

Dieser selbstmörderische Kurs, von dem nicht nur Rupert Riedl spricht, ist heute - trotz vieler internationaler Anstrengungen – überall zu beobachten und sicher nicht so leicht zu unterbrechen. Trotzdem meine ich, dass sich jeder Versuch lohnt, sich die neuen Erkenntnisse anzueignen, soweit sie bisher bekannt sind. Deutlich geworden scheint allerdings schon, dass diese auf die Unmöglichkeit verweisen, subjektunabhängige „Wirklichkeit“ erkennen zu können. Stattdessen sind die Erkenntnisprozesse solcher Systeme an die Produktion von Modellen in Bezug auf eine jeweils vermutete Wirklichkeit gebunden und damit immer auch abhängig vom jeweiligen Beobachter.

Damit hat „leider“ bei diesen Forschungsergebnissen auch der Begriff der „objektiven Wahrheit“ gelitten, so dass man heute von „Wahrheit“ vielleicht eher im Sinne von „Evidenz“ oder von „Stimmigkeit“ im Rahmen eines Modells sprechen würde. Und da in der modernen Wissenschaft verstärkt mit Modellen gearbeitet wird und Wissenschaftler sich heute eher für das eine oder andere Modell entscheiden, als anzunehmen, sie würden sich sukzessive einer objektiv erkennbaren Wirklichkeit nähern, fallen für mich auch die neuen Erkenntnisse eher in den Bereich dessen, wofür man sich entscheidet oder wovon man überzeugt ist. In den individuellen Produktionen unserer Wirklichkeiten wirken jedoch unsere kulturellen Grundannahmen, die wir uns von klein auf zu Eigen gemacht haben und für die wir uns daher meist nicht bewusst entschieden haben.

Prozesse der Veränderung können daher dauern, manchmal über viele Generationen. Aber wir können antizipieren, wie die kulturellen Grundannahmen auf der Basis der neuen Forschungsergebnisse in der Zukunft aussehen könnten und damit beginnen, die bisherigen Annahmen zu bezweifeln.

Ich habe die neuen Tendenzen ebenfalls in einem „Bekenntnis“ zusammengefasst, um die Unterschiede zwischen den alten „Grundsätzen“ und den neuen, in die Zukunft weisenden Entwicklungen - um die es in diesem Buche geht - plakativ deutlich zu machen.

Das neue „Bekenntnis“:

Wir glauben an die Vielfalt der uns umgebenden Welt,
die von jedem Menschen in eine einzigartige,
ihm ganz allein gehörende Wirklichkeit entfaltet wird,
die sich von der aller anderen unterscheidet.

Wir glauben an die nicht auflösbare und sich ständig ändernde
Wechselwirkung zwischen dem, was wir für richtig oder falsch,
für gut oder böse, für gerecht oder ungerecht,
oder für schön oder hässlich halten
und dass das eine immer auch das andere bedingt
und dass sich immer wieder das eine im Verlauf der Zeit
in das andere verwandeln kann,
außer wir treffen bewusst die Entscheidung,
jedes Lebewesen und die Umwelt,
die es zum Überleben braucht,
wahrzunehmen, zu achten und zu schützen.

Wir glauben, dass jeder etwas anderes glaubt
und dass jede Person das Recht hat,
zu fühlen, zu denken, zu glauben und zu wünschen,
was sie möchte,
aber nicht einfach so handeln darf, wie sie will,
wenn sie anderen damit Schaden zufügt.
Stattdessen glauben wir, dass wir über Wunscherfüllungen
und deren Grenzen
miteinander reden können und müssen.
Und wir glauben, dass das Erleben
von Unterschieden und Differenzen
für die persönliche Entwicklung unerlässlich ist.

Wir glauben an die Wechselwirkung
zwischen Geist und Materie,
Vernunft und Gefühl,
Kultur und Natur,
und Mann und Frau und daran,
dass nicht das eine dem anderen
überlegen oder unterlegen,
sondern einfach nur anders ist,
und dass sich alles wechselseitig befruchtet.

Wir glauben daran, dass sich lebendige Wesen
prinzipiell nicht kontrollieren lassen,
und dass wir es besser auch nicht versuchen sollten,
wenn wir uns nicht in kleinere oder größere
Schwierigkeiten bringen wollen.

Wir glauben daran, dass unsere Gefühle
in unserem eigenen Inneren entstehen
und bedeutsame Informationen für uns bereithalten,
wenn wir uns die Zeit nehmen und die Mühe machen,
sie zu entschlüsseln
und wir glauben, dass jeder Mensch
nur für seine eigenen Gefühle, Gedanken und Wünsche
verantwortlich ist
und nicht für die Gefühle, Gedanken und Wünsche von anderen,
da es zwar zwischen dem,
was sich in einem anderen Menschen
und dem, was sich in einem selbst abspielt,
ununterbrochene Wechselwirkungen gibt,
wir aber keinen gezielten Einfluss
aufeinander haben können.

Und wir glauben, dass das Beharren
auf Standpunkten, Meinungen und Überzeugungen
unter der Annahme, es gäbe etwas Richtiges
und alles, was davon abweicht, sei falsch,
nur zu Kämpfen führt.
Und wir glauben, dass es sinnvoller ist,
sich darauf zu konzentrieren, welche Probleme
Menschen allein oder miteinander,
mit ihrer Umwelt,
oder in Bezug auf ihre Vergangenheit,
ihre Gegenwart oder ihre Zukunft haben,
und daran, dass Problemlösungen
nicht gegen die existentiellen Interessen anderer Lebewesen
durchgesetzt werden dürfen,
weil sonst Schaden für alle entsteht.

Und wir glauben, dass es wichtig ist,
sich wechselseitig
in der jeweiligen Andersartigkeit

zu akzeptieren,
und sich neugierig auf Prozesse des Erforschens
auf die in uns selbst und anderen
verborgenen
Wirklichkeiten und Möglichkeiten
einzulassen.

Die in diesem zweiten „Bekenntnis“ angesprochenen Überlegungen und deren Konsequenzen sind das Thema dieses Buches. Sie werden sukzessive deutlicher werden. Gleichzeitig wird auch beschrieben, welche neuen Herausforderungen durch diese neuen Forschungsergebnisse auf uns zu kommen und wie schwierig es ist, sich diesen wirklich zu stellen.

Dabei geht es mir insbesondere darum, herauszuarbeiten, was die neuen Erkenntnisse für das Verstehen von sich selbst und von anderen, sowie für den Umgang mit sich selbst und mit anderen und für die Strukturierung des eigenen Lebens bedeuten.

Der mit den neuen Erkenntnissen einhergehende notwendige Verzicht auf die Illusionen von Macht und Kontrolle wird dabei eine große Rolle spielen und dieser Verzicht wird leider zu dem Schwierigsten gehören, was die Menschen unserer Kultur tun können. Der Gewinn dabei wird allerdings eine Zunahme an persönlicher Freiheit sein.

Aber der Weg ist nicht leicht. Viele Menschen, darunter auch viele WissenschaftlerInnen, PolitikerInnen und BeraterInnen weisen seit längerer Zeit darauf hin, wie dringend ein Umdenken und eine Veränderung des Handelns erforderlich ist, um das Gesamtsystem Erde mit allem, was dazu gehört, nicht zugrunde zu richten.

Peter Senge, ein bekannter amerikanischer Unternehmensberater schreibt in einem seiner Bücher in Bezug auf die heute notwendigen Lernprozesse:

„Heute stehen wir an einer Art Scheideweg, unsere Kultur sagt uns, dass die Menschheit den richtigen Weg gewählt hat: Wir sind die Krone der Schöpfung, dazu bestimmt, über die Welt zu herrschen. Aber immer mehr Anzeichen mehren sich, dass sich dieser Weg seinem Ende nähert. Wir haben gelernt, unsere Umwelt so weitgehend zu beeinflussen, dass heute unser Überleben als Spezies auf dem Spiel steht. Wir haben unser Ego so weitgehend entwickelt, dass wir heute meinen, unser persönliches Glück sei irgendwie losgelöst vom Glück unserer Mitmenschen. Wir haben uns selbst so weitgehend von der Natur getrennt, dass wir nicht nur unsere Ehrfurcht vor dem Geheimnis des Lebens verloren haben, sondern auch unser Gefühl von Zugehörigkeit zu etwas, das größer ist als wir selbst.“ (Senge, The Fieldbook, S. 650)

Vielen Menschen wird immer deutlicher, dass dieser Weg von Kontrolle und Herrschaft, Macht und unkontrollierter Ausbeutung mit Sicherheit zu

Ende ist, auch wenn wahrscheinlich die meisten es noch nicht gemerkt haben. Dabei will ich nicht von den Menschen sprechen, die aufgrund ihrer Lebensumstände kaum eine Chance haben, mehr zu tun als Möglichkeiten zum Überleben zu suchen. Aber in unserer Kultur verfügen die meisten über genügend freie Energie und Zeit, um über sich selbst und die Art, wie sie mit ihresgleichen und mit ihrer Umwelt umgehen, nachzudenken. Aber der neue Weg ist für uns auf Grund der einseitig entwickelten Gewohnheiten und Überzeugungen in unserer Kultur nur schwer zu erkennen und noch schwerer zu gehen. Denn es geht darum, ein „Verstehen“ für das, was man heute „Selbstorganisation“ nennt, zu entwickeln. Ich schreibe deshalb „Verstehen“, weil es sich um Prozesse des Wahrnehmens der ständigen Veränderungen innerhalb selbstorganisierender Systeme handelt, die kausal-logischen Erklärungsversuchen meist nicht zugänglich sind. Die Prozesse selbstorganisierender Systeme sind daher nur sehr eingeschränkt vorhersagbar und deshalb meist auch nur in Echtzeit beobachtbar.

Aber weder die Interpretationen unserer Wahrnehmungen, noch die unseres Fühlens und Denkens, weder unsere Problemlösungsstrategien noch unser spontanes Handeln sind den neuen Erkenntnissen, wie unser gemeinsames Überleben auf diesem Planeten zu organisieren ist, angemessen, weil wir aufgrund unserer Wünsche nach kontrollierter Gestaltung unserer Umwelt große Schwierigkeiten mit dem Phänomen der Selbstorganisation haben.

In diesem Buch geht es mir – wie gesagt - darum, Möglichkeiten zu zeigen, wie wir die neuen Erkenntnisse in Bezug auf Phänomene der Selbstorganisation in ein anderes miteinander Umgehen und in ein neues Handeln in unserem Umfeld umsetzen und damit längerfristig auch unser eigenes Leben erleichtern können.

Die neuen Erkenntnisse beziehen sich aber nicht nur auf persönliche Beziehungen, es geht um wesentlich mehr: Wir können es uns nicht mehr leisten, zugunsten der Illusionen von Kontrolle und Macht das eigenständige Leben unserer Kinder zu opfern, ihre Zukunft mit Füßen zu treten, indem wir die Ressourcen unseres Planeten verbrauchen und unsere Umwelt schädigen, ohne uns darum zu kümmern, wie unsere Nachkommen überleben können.

Aber wir opfern nicht nur die Zukunft, sondern auch die Qualität unserer Beziehungen in der Gegenwart. Wir gehen oft mit den Menschen, die wir lieben, am hässlichsten um und sind häufig höflicher und freundlicher zu Menschen, denen wir eher zufällig begegnen.

Wir verbergen unsere innersten Gefühle vor den Menschen, mit denen wir uns am intensivsten verbunden fühlen, weil wir solche Angst haben, uns ihnen auszuliefern, so als seien sie unsere schlimmsten Feinde.

So viele Menschen sind unglücklich. Und viele nicht allein deshalb, weil sie ein leidvolles Leben haben, sondern oft nur, weil sie an alten Illusionen hängen, die ihnen Sicherheit, Unabhängigkeit, Kontrolle und Macht versprechen, ohne dass diese Versprechen jemals eingelöst werden können. Es gibt diese Sicherheit nicht, wir können andere nicht kontrollieren, wir sind nicht von anderen unabhängig und haben auch keine Macht über sie. Und wegen aller dieser Gründe brauchen wir ein neues Denken, einen neuen Umgang mit unseren Gefühlen, eine neue Strukturierung dessen, was wir für wirklich halten und einiges mehr. Mit diesem Buch will ich versuchen, deutlich zu machen, was und wie dieses Neue sein könnte und was dieses Neue für unseren Umgang mit uns selbst, mit unseren Mitmenschen und mit unserer Umwelt bedeutet.

Selbstorganisation

Wie Menschen und andere Lebewesen ihre Lebendigkeit aufrechterhalten

Valentino, mein geliebter grauer Kater, sieht mich mit seinen goldgelben Augen an und fragt: „Wie willst du über etwas schreiben, was du gar nicht verstehst?“ „Ich kann es ja wenigstens versuchen“, sage ich. „Das kannst du zwar, aber solange du „Ich“ sagst, ist es sehr schwierig, weil du dich dann immer als ein Zentrum begreifst, was denkt, plant, schreibt und kontrolliert, und weil du dir doch dann überhaupt nicht vorstellen kannst, wie das alles ohne dich ablaufen könnte.“ Ich möchte ihm gerne widersprechen, aber er sagt noch: „Gib doch zu, du glaubst doch, es käme nur Unsinn dabei heraus, wenn du ohne das Ich, was du bist, einfach darauf los schreiben würdest.“ Ich stimme ihm zwar zu, aber sage auch „Wahrscheinlich würde ich dann gar nicht schreiben.“ „Da hast du vielleicht recht“, sagt er und schweigt. Aber seine Schwanzspitze bewegt sich von einer Seite zur anderen, ich bin mir ziemlich sicher, dass er noch etwas sagen will: „Weißt du, wir Katzen haben es viel einfacher als ihr Menschen, wir sind einfach da und das sind wir von einer Sekunde zur nächsten, und das Tag und Nacht, bis wir nicht mehr sind.“ Und dann kriegt er wieder seinen weisen Gesichtsausdruck und fügt noch hinzu: „Es ist, wie es ist, auch wenn es immer anders ist. Das ist eben so.“ Und mit diesen Worten schreitet er von dannen. „Na ja“, denke ich, „wie sollte es auch anders sein?“ Aber dann fällt mir ein, dass ich es doch sehr oft gern anders hätte, als es ist oder als es war, und wie viel Kraft ich oft investiert habe, um „es“ – wenigstens in Gedanken – doch noch zu ändern.

Unser Fühlen und Denken ist so sehr auf Macht und Kontrolle ausgerichtet, dass es uns sehr schwer fällt, uns auch nur ansatzweise vorzustellen, was „Selbstorganisation“ ist. Im Begriff der „Selbstorganisation“ ist eine der wichtigsten neuen Vorstellungen enthalten. Heute wissen wir, dass alle lebendigen Wesen „selbstorganisierend“ sind, und das bedeutet, dass ein lebendiges Wesen ununterbrochen sich selbst und alles, woraus es besteht, abbaut und aufbaut und sich dabei ununterbrochen selbst herstellt. Man konnte auch sagen: Lebendige Wesen sind sich ununterbrochen selbsterschaffende Wesen und werden deshalb auch „autopoietische“ Systeme genannt (Siehe dazu Maturana / Varela, 1987). Das für uns Unvorstellbare dabei ist, dass diese Prozesse ganz von allein ablaufen, es gibt keine Zentrale, welche die Prozesse organisiert und koordiniert.

Und dies gilt auch für Gemeinschaften von Lebewesen. Ich habe mich schon oft gefragt, wie Ameisen oder Termiten es fertig bringen, so komplexe Aufgaben, wie Gärten anlegen, Pilze züchten, Blattläuse melken,

Brut versorgen, Bau erweitern, Temperatur und Feuchtigkeit ausgleichen usw. wahrzunehmen, ohne dass irgendeine zentrale Stelle, wie z. B. die Königin, den Insekten mitteilt, was sie jeweils zu tun und zu lassen haben. Inzwischen weiß man zwar, dass es vielfältige Kommunikationsprozesse gibt, mit deren Hilfe sich die beteiligten Lebewesen untereinander verständigen, aber man weiß auch, dass es keine zentrale Stelle gibt, die alles koordiniert. Ich konnte mir bisher nicht vorstellen, dass Lebewesen, ohne dass jemand oder etwas die Orientierungen vorgibt, nur auf der Basis verschiedener intensiver kommunikativer Prozesse kooperativ und konstruktiv handeln können und unter anderem hochkomplexe Gebilde herstellen, aber es scheint genau so zu sein und ich bin voller Bewunderung und Ehrfurcht, dass es so ist, wie es ist.

Seit mehr als 30 Jahren haben Wissenschaftler – auf der Basis einer Reihe von Experimenten und Berechnungen von Simulationen in Physik, Chemie, Biologie, Meteorologie, Neurobiologie, Ökologie usw. - an der Entwicklung von theoretischen Modellen für selbstorganisierende oder autopoietische Systeme bzw. für nicht-lineare dynamische Systeme gearbeitet.

Inzwischen gibt es eine Fülle von wissenschaftlichen Forschungsergebnissen und entsprechenden Veröffentlichungen zu diesen Fragestellungen.

Humberto Maturana, Francisco Varela, Stuart A. Kauffman, Erich Jantsch, Ilya Prigogine, Murray Gell-Mann und viele andere waren in den verschiedensten Disziplinen an der Erarbeitung dieser neuen Ansätze beteiligt.

So schreibt z. B. Stuart Kauffman:

„Ich werde in diesem Buch die These verfechten, dass die natürliche Selektion, so wichtig sie auch ist, die großartigen Bauwerke der Biosphäre, von Zellen über Organismen bis hin zu Ökosystemen, nicht allein gestaltet hat.

Die Urquelle der Ordnung ist vielmehr die Selbstorganisation. Ich bin zu der Überzeugung gelangt, dass die Ordnung in der biologischen Welt nicht nur das Ergebnis fortwährenden „Herumbastelns“ ist, sondern aufgrund der Prinzipien der Selbstorganisation – der Komplexitätsgesetze, die wir gerade erst aufzudecken und zu verstehen beginnen – geradezu zwangsläufig und spontan entsteht.“ (Kauffman, 1996, S. 9)

M. Mitchell Waldrop hat den Prozess des Entstehens der neuen Forschungsergebnisse auf amüsante Art vorgestellt. Aber auch das Buch „Die Entdeckung des Chaos“ von John Briggs und F. David Peat und das von James Gleick „Chaos - die Ordnung des Universums“ sind gut lesbare Einführungen in die neuen Forschungsgebiete. In diesen Büchern finden sich auch noch weitere Literaturangaben.

Ich will nicht auf die Entwicklung dieser neuen Forschungsansätze eingehen, sondern nur die wichtigsten Ergebnisse in vereinfachter Form zusammenfassen:

Selbstorganisierende oder autopoietische Systeme sind offene Systeme, sie zeichnen sich durch einen hohen Durchfluss an Energie und Materie aus und sind – anders als geschlossene Systeme oder allopoietische Systeme, wie z. B. alle Arten von Maschinen – von außen nicht steuerbar oder kontrollierbar, eben weil sie „selbstorganisierend“ sind und Eingriffe von außen die Selbstorganisation gefährden könnten.

Für diese Systeme gelten auch nicht mehr die gewohnten Vorstellungen des eindeutigen Zusammenhangs zwischen Ursachen und Wirkungen. **Bei diesen Systemen können winzig kleine energetische oder materielle Einwirkungen große Wirkungen erzeugen oder aber auch umgekehrt, ohne dass man im Voraus sagen könnte, welche Ursache welche Wirkung hervorrufen wird.**

Diese Erkenntnis ist inzwischen aufgrund eines Vortrages des Meteorologen Edward Lorenz als Schmetterlingseffekt bekannt geworden. Edward Lorenz hat ihn bereits 1963 bei seinen Wetterberechnungen beobachtet, aber den Vortrag mit dem Titel „Predictability: Does the Flap of a Butterfly’s wings in Brazil Set Off a Tornado in Texas?“ über dieses zunächst sicher sehr irritierende Phänomen hielt er erst 1979, - wahrscheinlich aus guten Gründen - sechzehn Jahre später.

Alle lebendigen Systeme, vom Bakterium bis zum Menschen, sind solche selbst-organisierenden Systeme. Aber auch alle, die sich aus solchen Systemen zusammensetzen und damit größere Systeme bilden, gehören dazu. Dabei entwickeln sich beim Zusammenschließen meist auch neue Eigenschaften, die sich in den Einzelsystemen, aus denen sie bestehen, oft nicht finden lassen. Stuart Kauffman schreibt dazu:

„Die grundlegende Schwierigkeit liegt darin, dass das komplexe Ganze unter Umständen Merkmale aufweist, die sich nicht ohne weiteres aus den Eigenschaften der Teile erklären. Das komplexe Ganze kann in einem völlig unmystischen Sinn „emergente“ Merkmale zeigen, die für sich selbst gesetzmäßig sind.“ (Kauffman, 1996, S. 30)

Zu solchen Systemen gehören also nicht nur einzelne Lebewesen, sondern – wie schon gesagt - auch deren Zusammenschlüsse, wie z. B. ökologische Systeme, aber auch das Wetter, die Aktienmärkte, Institutionen aller Art, Wirtschaftssysteme, Gesellschaften, Kulturen usw.

Damit nun solche selbstorganisierenden Systeme überleben können, müssen bestimmte Prinzipien erfüllt sein, auf die ich erst später zu sprechen komme, weil das Verstehen dieser Prinzipien durch unsere kulturell erzeugten und favorisierten Denkmuster erschwert wird.

Vor vielen Jahren hat bereits Niklas Luhmann in seinem Buch „Ökologische Kommunikation“ auf die Notwendigkeiten neuen Verstehens und Lernens hingewiesen. Auf die Frage „Kann die moderne Gesellschaft sich auf ökologische Gefährdungen einstellen?“ antwortet er mit einem deutlichen „Nein“ und schreibt in bezug auf das seiner Ansicht nach notwendige Umdenken:

„Radikale theoretische Positionen in dieser Art liegen weit außerhalb dessen, was die soziale Kommunikation und das Alltagsbewußtsein heute akzeptieren. Ihre Konsequenzen würden ein Umdenken erfordern, dessen Folgen nicht vorauszusehen sind. Jedenfalls muß mit einer langen Sickerzeit gerechnet werden.“ (Luhmann, 1988, S. 30)

Einen Beleg ganz anderer Art für die Unzulänglichkeiten bisheriger Denkgewohnheiten im Umgang mit komplexen Situationen bzw. nicht-linearen dynamischen Systemen liefert Dietrich Dörner in seinem Buch „Die Logik des Mißlingens“ von 1992.

Dörner hat einer Reihe von unterschiedlich ausgebildeten Personen die Gelegenheit gegeben, sich im Rahmen von Computersimulationen als Entwicklungshelfer in dem fiktiven ostafrikanischen „Tanaland“ oder als Bürgermeister in der fiktiven Stadt „Lohhausen“ zu beweisen. Von den getesteten ManagerInnen, WissenschaftlerInnen und StudentInnen usw. hatten die meisten in einem fiktiven Zeitraum von 25 Jahren alles heruntergewirtschaftet, die ökologischen und ökonomischen Grundlagen nachhaltig zerstört und in Tanaland durch ihre Maßnahmen auch den Tod vieler Menschen hervorgerufen. Dörner analysiert, auf welche Weise die einzelnen Maßnahmen zum Misslingen der gutgemeinten Absichten und letztlich zum Zusammenbruch der Systeme führen. Zusammenfassend schreibt er:

„Wir haben festgestellt, daß Ziele nicht konkretisiert werden, daß kontradiktorische Teilziele nicht als kontradiktorisch erkannt werden, daß keine klaren Schwerpunkte gebildet werden, daß die notwendige Modellbildung nur unzureichend oder gar nicht erfolgt, daß Informationen nur einseitig oder unzulänglich gesammelt werden, daß falsche Auffassungen über die Gestalt von Zeitabläufen gebildet werden, daß falsch oder gar nicht geplant wird, daß Fehler nicht korrigiert werden.“ (Dörner, 1992, S. 288)

Meiner Erfahrung nach lernen sich solche Fähigkeiten nicht von alleine, sozusagen als Nebenprodukt einer schulischen oder universitären disziplinorientierten Ausbildung, wie viele meiner Kollegen teilweise immer noch meinen.

Denn die inzwischen zwar nicht mehr ausreichenden, aber dennoch weiterhin bevorzugten Denk- und Handlungsmuster sind als persönliche Alltagstheorien auf unterschiedliche Art Bestandteil der Erkenntnisprozesse in den Disziplinen geworden, d. h. sie sind fast so etwas wie „Kulturgut“ und damit oft auch bereits von Kindheit an gelernt.

Wenn Niklas Luhmann dementsprechend von einem Umdenken spricht, das er allerdings nicht näher erläutert, in Bezug auf das aber in seinen Worten „mit einer langen Sickerzeit gerechnet werden“ (Luhmann, 1988, S.30) muss, so ist mir ein passives Warten auf einen eventuell eintretenden Sicker-Effekt zu wenig.

Ich denke, dass es an der Zeit ist, ein solches Umdenken aktiv voranzutreiben und das bedeutet, sich auf einiges Neue einzulassen.

Da man bei selbstorganisierenden Systemen die Wirkung von Maßnahmen nicht mehr voraussagen kann, erfordert der Umgang mit solchen Systemen als erstes, sich auf „Unbestimmtheit“ einzulassen. Diese Unbestimmtheit dauert jeweils so lange, bis die Wirkung einer Intervention beobachtet werden kann. In der Zwischenzeit herrscht eben diese „Unbestimmtheit“ oder „Ungewissheit“ bzw. „Unsicherheit“, wenn man diesen Zustand als Erlebensqualität beschreiben will.

Anders gesagt: Solche Systeme lassen sich nur in Echtzeit – wie die Entwicklung eines Kindes oder das Wachsen eines Baumes - beobachten, ihre zukünftige Entwicklung ist nicht vorhersagbar.

Unbestimmtheit aber macht den meisten Menschen Angst. Wir füllen ganz oft die bei Unbestimmtheit entstehende Leere mit unseren Phantasien.

„Das stimmt, das machst du mit mir auch immer“, sagt Valentino, „ich miaue in der Ferne, und du denkst sofort, es sei mir etwas passiert; ich liege in der Sonne auf dem Teppich vor der Terrassentür und du denkst, ich will in den Garten; ich sehe dich an und du meinst, ich will etwas zu essen haben. Ihr Menschen seid Bedeutungstiere, nichts geschieht, ohne dass Ihr dem nicht eine Bedeutung zuweist.“ Ich fühle mich erwischt. „Das mache ich doch nur, weil du im Allgemeinen nicht mit mir redest“, versuche ich mich zu rechtfertigen. „Du machst es auch mit deinen Mitmenschen und die machen es auch mit dir, ich habe euch beobachtet“, sagt Valentino. Ich gehe zum Gegenangriff über: „Du machst das doch bestimmt auch.“

Valentino ist ganz erstaunt: „Warum sollte ich das tun? Ich weiß doch, dass ich nicht weiß, was du oder die anderen denken, wieso sollte ich mich anstrengen und herumraten? Ich kann doch abwarten, bis du oder bis die anderen es mir sagen oder selber nachfragen.“

Ich werde ein bisschen ärgerlich: „Du weißt wieder einmal alles besser“, sage ich. „Siehst du“, sagt Valentino, „du machst es schon wieder und mir

missfällt deine Bemerkung. Wie gut, dass ich weiß, dass nur ich weiß, was ich denke. Und jetzt will ich wissen, weshalb du das gerade gesagt hast? „Bitte verzeih mir“, sage ich, „ich glaube, ich kann noch viel von dir lernen.“

Neben der Unbestimmtheit und der damit oft einhergehenden Unsicherheit fällt es uns im Umgang mit selbstorganisierenden Systemen schwer, uns daran zu gewöhnen, dass es keine Möglichkeit gibt, die Wirkung einer wie auch immer gearteten Intervention mit Sicherheit vorauszusagen. Daran sind wir aber ziemlich gewöhnt. Wir sagen etwas und erwarten, dass es gehört wird. Wir sprechen eine Erwartung aus und gehen davon aus, dass sie erfüllt wird. So wird es uns von klein auf beigebracht und wenn es nicht so klappt, wie wir uns das so gedacht haben, sind wir empört, ärgerlich, wütend oder enttäuscht. Wie schon im Teil „Verhängnisvolle Illusionen“ erwähnt wurde, erwarten wir die Erfüllung unserer Erwartungen:

Wie schon gesagt: Kinder müssen gehorchen, ein Hund aufs Wort hören, Freunde müssen die für selbstverständlich gehaltenen Erwartungen erfüllen, Kollegen sich so, wie es üblich ist oder wie wir es wollen, verhalten; kurzum, die uns umgebenden selbstorganisierenden Systeme sollen so funktionieren, wie wir es wollen. Erst dann, so glauben wir, können wir uns sicher fühlen. Die Vorstellung, wir könnten das Verhalten von anderen Menschen in keiner Weise gezielt beeinflussen, ist für uns nur schwer erträglich, hinterlässt sie uns doch in einem Zustand von Hilflosigkeit angesichts der freien Entscheidungsmöglichkeiten einer anderen Person. Und diese Einschränkung gilt keineswegs nur für Menschen, sondern für alle Lebewesen. Den Menschen, die sich um Tiere kümmern, ist dies meist sehr bewusst: Wenn das Nilpferd oder der Elefant im Zoo sich nicht dahin bewegen will, wo sie sich hinbewegen sollen, hilft meist nur – und das wissen alle TierpflegerInnen - abzuwarten und mit Futter oder anderen Reizen zu locken. Zwingen kann man die Tiere nicht, außer man ist größer, schneller, kräftiger und wendet die notwendige Gewalt an. Ohne Gewalt oder Betäubung gilt: Wenn die großen Tiere das tun, was wir von ihnen wollen, tun sie es freiwillig. Für kleine Tiere gilt das selbstverständlich auch, aber da achten wir nicht so darauf, weil wir wissen, dass wir sie im Zweifelsf alle aufgrund unserer Überlegenheit auch zwingen können.

Auch bei Menschen achten wir nicht so darauf, obwohl für sie das Gleiche gilt wie für die Tiere im Zoo. Wir möchten am liebsten die Kontrolle über unsere gesamte Umwelt haben und behalten.

Gegen diesen Wunsch ist nichts zu sagen, im Gegenteil: Er ist einer der wichtigsten Wünsche, dessen immer wieder neue Realisierung uns unser

Überleben zu sichern scheint. Jedes Lebewesen möchte die größtmögliche Kontrolle über sein eigenes Leben und seine Umwelt haben. Das Problem in Bezug auf unsere Mitmenschen fängt immer erst an der Stelle an, an der wir glauben, eine solche Kontrolle über andere Lebewesen sei ohne deren - bewusste oder unbewusste - Zustimmung möglich. Kontrolle und damit auch Macht über andere sind uns so wichtig, dass wir uns meist keine Gedanken darüber machen, wie oft wir das gewünschte Ergebnis durch indirekte und direkte Gewaltanwendung und der damit hervorgerufenen Angst unserer Mitmenschen erhalten. Wir sollten uns deshalb nicht täuschen, sondern uns bewusst machen, wie oft wir versuchen, uns andere Menschen - große und kleine - durch Drohungen, Erpressungsversuche, Täuschungen oder Gewalt mit ihren jeweiligen Varianten in Form von Machtspielen, wie in einem späteren gleichnamigen Kapitel beschrieben wird, gefügig zu machen.

Neben Unbestimmtheit und fehlender Kontrolle im Umgang mit selbstorganisierenden Systeme aller Art gibt es noch weitere Prinzipien, die den von uns gelernten Vorstellungen widersprechen, auf die ich im Verlaufe des Buches noch eingehen werde.

Zunächst einmal ist es wichtig, sich bewusst zu machen, wie viele Überzeugungen wir verinnerlicht haben, die uns den angemessenen Umgang mit selbstorganisierenden Systemen erschweren.

So haben wir z. B. gelernt,

die einfachste und bequemste Lösung ist die beste,
was stört, muss beseitigt werden,
je mehr man sich anstrengt, desto mehr erreicht man,
viel hilft viel,
große Veränderungen brauchen große Maßnahmen,
Ursachen und Wirkungen liegen räumlich und zeitlich immer
nah beieinander,
usw.,

aber alle diese Vorstellungen treffen auf selbstorganisierende Systeme nicht zu.

Es gibt noch mehr kulturelle Überzeugungen, die im Umgang mit selbstorganisierenden Systemen hinderlich sind, auf die ich erst später eingehen will. Aber eine Überzeugung ist hier noch von besonderer Bedeutung:

Wir stellen uns immer wieder vor, dass es jeweils die handelnden Personen sind, welche eine Wirkung hervorrufen und formulieren es auch so: Ein Mann verführt eine Frau, ein Lehrer motiviert die Kinder, ein Arzt oder Therapeut heilt seine Patienten, ein Mensch ärgert seinen Nachbarn, eine

Frau verletzt ihre Freundin usw. Wir glauben daran, dass uns unsere Mitmenschen schlimme Dinge, wie ärgern, verunsichern, beleidigen, kränken usw. antun können und dass wir dies auch mit anderen machen können. Es ist für die Beteiligten schwer, auf die damit einhergehende Illusion von Macht zu verzichten, obwohl diese Illusion bedeutet, dass jedes Scheitern zum Beispiel als „persönliches Versagen“ oder auch als „besondere Gemeinheit von anderen“ verbucht wird. Irgendwer oder irgendetwas muss – in diesem Denken - schließlich schuld sein.

Alle diese Vorstellungen gelten nicht mehr im Umgang mit selbstorganisierenden Systemen, aber sie wirken - solange wir an sie glauben - nach wie vor auf unsere Art zu reden und zu handeln und richten in den verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen und in den dort handelnden Personen teilweise großen Schaden an, wie sich im Folgenden noch zeigen wird.

Zwar kann man in Bezug auf selbstorganisierende Systeme nicht mehr so einfach von Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen sprechen, aber immer dann, wenn ein selbstorganisierendes System seine Verhaltensweisen im Rahmen eines Musters organisiert und das Muster erkennbar wird, kann man in beschränktem Maße das Verhalten des Systems antizipieren. Trotzdem haben solche Antizipationen immer noch hypothetischen Charakter. Die Mutmaßungen über den momentanen Bewusstseinszustand einer anderen Person oder die Absichtsvermutung, die man einer anderen Person unterstellt, bilden die Grundlage für das, was eine Reihe von Wissenschaftlern, unter anderem von Michael Moskowitz „Theories of Mind“ oder kurz „ToMs“ nennen. Mit diesen „ToMs“ versuchen Menschen – und wahrscheinlich nicht nur diese, denn es wurde zuerst im Rahmen von Tierversuchen davon gesprochen - sich das Verhalten anderer zu erklären oder zumindest zu verstehen bzw. zu antizipieren. Von diesen ToMs wird immer wieder die Rede sein, denn sie entstehen auf der Basis unserer persönlichen Erfahrungen in einem kulturell geprägten sozialen Umfeld und können sowohl zum wechselseitigen Verstehen von Menschen beitragen, aber auch zu sich sehr destruktiv auswirkenden Missverständnissen führen. Hier soll zunächst nur von den in einer Person entstehenden Mustern und Dynamiken die Rede sein und nicht davon, wie diese mit Hilfe von ToMs von anderen interpretiert werden. (Siehe dazu: Michael Moskowitz, Gedanken lesen. Erkennen, was andere denken und fühlen, München und Zürich 2008)

Muster spielen in selbstorganisierenden Systemen eine herausragende Rolle. Mit ihrer Hilfe wird die Komplexität des Umweltfeldes so reduziert,

dass das selbstorganisierende System sich innerhalb seines Umweltfeldes orientieren und seinen Notwendigkeiten entsprechend handeln kann.

Als meine Tochter noch sehr klein war, sah sie in unserer Wohnung auf einer Pflanze einen Marienkäfer herumkrabbeln. Sie hatte so etwas zuvor noch nicht gesehen und nahm höchst interessiert zur Kenntnis, dass das Marienkäferchen dunkle Punkte auf dem Rücken und Beine hatte, mit denen es laufen konnte. Als sie ein paar Tage später in Dänemark auf einer Wiese weiße Kühe mit dunklen Flecken grasen sah, zeigte sie auf die Kühe und rief entzückt: „Marienkäferchen!“ Die Kühe hatten die entscheidenden Merkmale: Sie bewegten sich, hatten dunkle Flecken und Beine, auf denen sie herumlaufen konnten.

Seitdem hatte ich viele Gelegenheiten zu beobachten, wie Menschen und offensichtlich auch andere selbstorganisierende Systeme, wie Hunde und Katzen usw., ihre Umwelt mit Hilfe von Mustern wahrnehmen, sich orientieren, Situationen bewerten und vieles andere mehr. „Vor-Urteile“ sind dabei nur eine Sorte von Mustern.

Aufgrund der inzwischen zur Verfügung stehenden wissenschaftlichen Forschungsergebnisse könnte man verallgemeinernd sagen: Selbstorganisierende Systeme haben die Tendenz, ihre Beziehungen innerhalb von sich und zu sich selbst und zu dem sie umgebenden Feld in Mustern zu strukturieren, die ihnen erlauben, auf ähnliche Situationen oder ähnliche Umweltbedingungen ähnlich zu reagieren. Dies ermöglicht z. B. Menschen, die eigene und die Komplexität des umgebenden Feldes sehr schnell so zu reduzieren, dass nur noch anhand struktureller Merkmale daraufhin überprüft werden muss, welches der bereits gespeicherten Muster auf die im Moment vorliegende komplexe Situation passt.

Passt keines der bisherigen Muster, wird im Zweifelsfalle ein neues Muster entwickelt. Das System Mensch hat dann gelernt, mit einer neuen Situation fertig zu werden und verfügt nun für die Zukunft über Verhaltens- oder Handlungsmuster, welche für weitere zukünftige strukturell ähnliche Situationen verwendet werden können.

Verhaltens- und Handlungsmuster werden – soweit man heute weiß – in den so genannten Spiegelneuronen gespeichert, die sich genau dann aktivieren, wenn man ein strukturell ähnliches Verhaltensmuster beobachtet oder selbst danach handelt. Darauf werde ich im Teil „Mehr über das Gehirn – Empathie und Spiegelneurone“ näher eingehen.

In andern Worten: **Lebendige Systeme sind lernende Systeme und sie lernen – immer auf der Basis der bisherigen Erfahrungen – meistens auf die ökonomischste Weise, d. h. mit dem geringsten Verbrauch an Materie, Zeit und Energie und auf eine möglichst einfache Weise.**



*Das Grundlagenwerk
von Prof. Regine
Reichwein,
gelesen von
Katharina Koschny*



Regine Reichwein

Lebendig sein

Das Phänomen der Selbstorganisation und seine
Konsequenzen für unser Zusammenleben -
Strategien des Scheiterns und Gelingens

Die vollständige Lesung realisiert die Schauspielerin, Sängerin, Hörbuch- und Synchronsprecherin Katharina Koschny, unter Mitwirkung von Matthias Bernhold, der dem Kater Valentino seine Stimme leiht. Die Aufnahme, Mischung und das Mastering besorgte der Berliner Komponist und Musiker Rudy Redl; Regie führte Joachim Kunzendorf. Die Spielzeit beträgt über 10 Stunden. Ein seltener Hörgenuss.

Ein Grundlagenwerk, das für ein Umdenken plädiert, gestützt auf die neuesten Forschungsergebnisse aus der Hirnforschung, der Forschung zu selbstorganisierenden Systemen und der langjährigen therapeutischen Erfahrung der Autorin selbst.

Ab Juli erhältlich u.a. auf folgenden Download-Portalen: iTunes, audible.de, amazon.de, play.google.com, buecher.de, hugendeubel.de, sofortwelten.de, claudio.de, libri.de, jokers-audio.de, buch.de, download.buecher.de, mp3.saturn.de u.a.



Regine Reichwein
Verantwortlich handeln

Das Phänomen der radikalen Wechselwirkung und seine
Konsequenzen für unser Zusammenleben -
Strategien des Scheiterns und Gelingens

2014. 530 Seiten. € 34,95
ISBN 978-3-86320-064-0

»Verantwortlich handeln« enthält Wege, Hinweise und Übungen für die Erarbeitung eigener Kompetenzen, um ein freieres und glücklicheres Leben zu führen. Menschen als selbstorganisierende Systeme entziehen sich gezielter Beeinflussung und Kontrolle. Das bedeutet: unsere Vorstellungen davon, was Menschen angeblich einander antun können, wie sich gegenseitig zu ärgern, zu verletzen oder wütend zu machen usw., neurophysiologisch gesehen nicht möglich sind.

Trotzdem gibt es zwischen allen selbstorganisierenden Systemen aufgrund ihrer Besonderheiten Wechselwirkungen radikaler Art, die sich auch bei uns Menschen auswirken können. In »Verantwortlich handeln« geht es insbesondere um die Bedingungen und Konsequenzen dieser Wechselwirkungen, denen wir uns nicht entziehen können.



Regine Reichwein

Lebendig sein

Das Phänomen der Selbstorganisation und seine
Konsequenzen für unser Zusammenleben -
Strategien des Scheiterns und Gelingens

2010. 444 Seiten. € 29,80
ISBN 978-3-86320-057-2

Die Autorin entlarvt in ihrem Buch liebgewonnene und gesellschaftlich weit verbreitete Vorstellungen über „Macht“ und „Kontrolle“, „Opfer“ und „Täter“, „richtig“ und „falsch“ als zerstörerische Illusionen.

Die daraus resultierenden Konflikte eskalieren und erschweren konstruktive Konfliktlösungen.

Menschen als selbstorganisierende Systeme brauchen aber andere Prinzipien zum Überleben.

Mit Hilfe neuester Forschungsergebnisse, einer Fülle von Beispielen und den Kommentaren des Katers Valentino entwickelt die Autorin im Verlaufe des Buches, was es bedeutet, lebendig zu sein.



Regine Reichwein
**Glücklich werden -
suchen nach sich selbst**
Kulturelle Dynamiken in der Beziehung
zwischen Frau und Mann

2010. 312 Seiten. € 24,80
ISBN 978-3-86320-060-2

Das Buch ist eine Aufforderung, sich mit sich selbst und den verinnerlichten kulturellen Mustern auseinanderzusetzen, um auf der Grundlage größerer Bewusstheit befriedigendere Beziehungen zu anderen Menschen zu entwickeln.

Das Buch enthält sowohl romanhafte als auch theoretische kulturkritische Betrachtungen einer Tochter-Vater-Mutter-Beziehung und deren destruktive Konsequenzen für das erwachsene Leben der Tochter. Erinnerungen, symbolische Geschichten, Träume und Phantasien spiegeln den Versuch der Ich-Erzählerin, sich den verinnerlichten Konditionierungen zu entziehen, sich einer neuen Liebe zuzuwenden und glücklich zu werden.