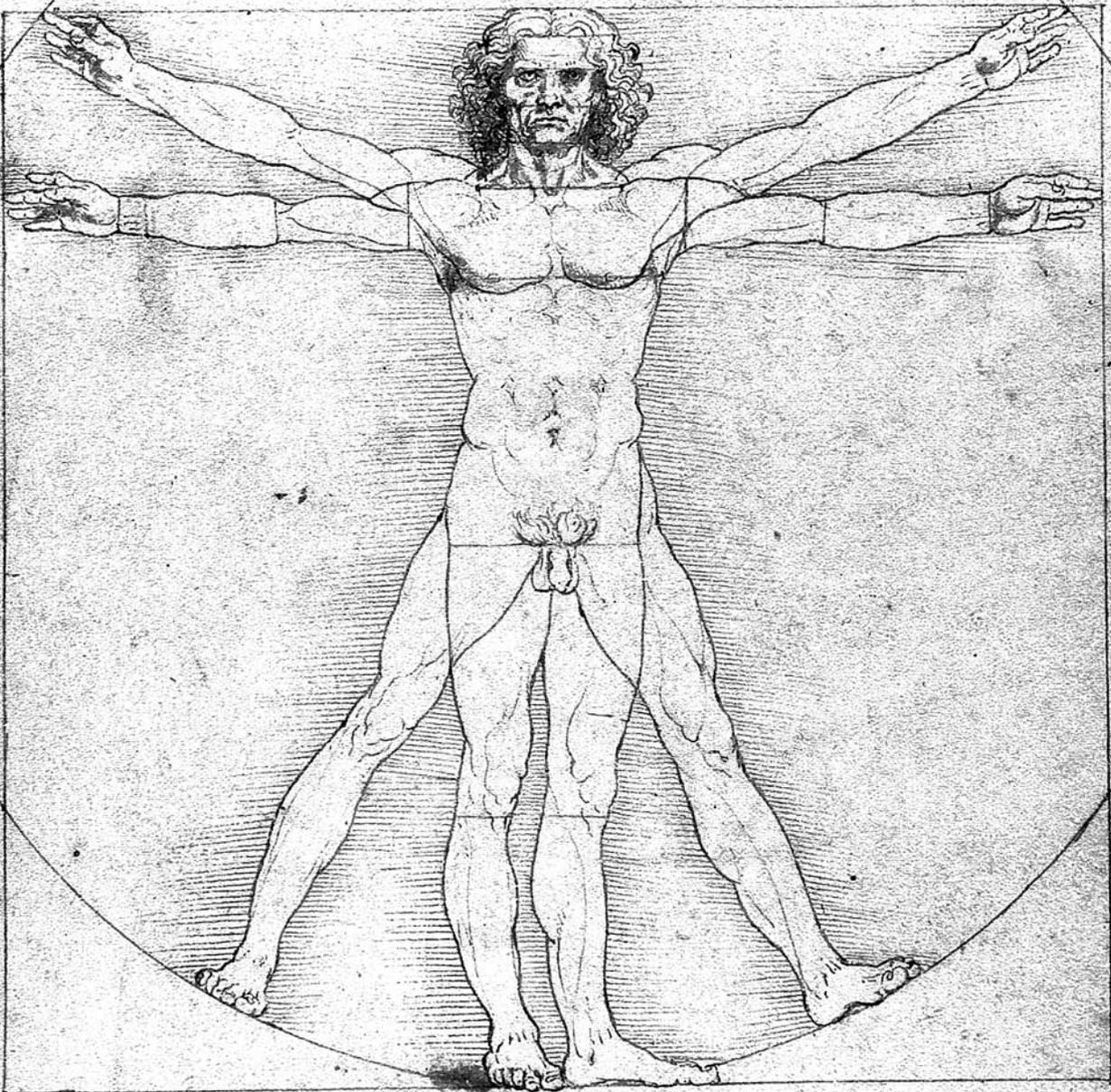


DAS KÖRPER- UND GEIST- PROBLEM



*Wie verhalten sich Körper und Geist zueinander?
Sind es verschiedene Substanzen, oder sind sie letztlich eins?
Lesen Sie die Einführung in eine komplexe Diskussion.*

VON FELIX BARITSCH

Körper und Geist erscheinen uns Menschen als zwei grundlegend verschiedene Phänomene. Aber sind sie wirklich so getrennt? Was ist ihre wahre Natur und in welchem Verhältnis stehen sie zueinander? Diese Fragen stellen sich große Denker in Ost und West seit langen Zeiten.

Buddha Śākyamuni geht im *Dhammapada* vom Primat des Geistes aus, dem Ursprung der erfahrbaren Welt: „Der Geist den Dingen geht voran, die Geist geprägt, die Geist gemacht“ (Übersetzung Saß 1995). Darüber, wie Materie und Körper ontologisch existieren, äußert der Buddha sich wenig, und im Laufe der Zeit entwickelten sich dazu im Buddhismus verschiedene Lehrmeinungen. Dem Buddha geht es in erster Linie um die Erfahrung von Leid und darum, wie es zu überwinden ist. Die Wirklichkeit beschreibt er unter den Gesichtspunkten von Vergänglichkeit, abhängigem Entstehen, Selbstlosigkeit und Leerheit. Der Weg zur Befreiung führt über die Entwicklung von Mitgefühl und Weisheit zur direkten Einsicht in die Leerheit („Form ist Leerheit, Leerheit ist Form [...]“, Prajñāpāramitā-Sūtra) und schließlich zum geistigen Erwachen.

Körper und Geist sind voneinander abhängig und von unserer Sichtweise (Benennung). Der Körper eines vollständig Erwachenden, eines Buddha, wird Rūpakāya genannt, um ihn von leidvollen, befleckten Körpern zu unterscheiden. Sein erwachter Geist, Dharmakāya, ist in vollständigem Einklang mit der Wirklichkeit.

Im Westen entwickelten Philosophen von der Antike bis heute vielfältige Theorien über Körper und Geist. Jahrhunderte lang untersuchte man das Verhältnis von Leib und Seele, von Körper und Geist, von Gehirn und Bewusstsein, im engl. Sprachraum von *body & mind*, wobei die Begriffe jeweils unterschiedlich verwendet werden. Alle Theorien, einschließlich der naturwissenschaftlichen, sind in irgendeiner Weise problematisch, seien sie dualistisch oder monistisch (s. Kasten), aber das Verhältnis von Körper und Geist wurde nicht immer als ein Problem angesehen.

Das dualistische Denken Descartes prägt uns noch heute

Im Alten Testament gibt es keine Unterscheidung zwischen Leib und Seele. Seele ist Atem und Lebenskraft und nicht immateriell zu verstehen (Peursen 1959). Auch das Neue Testament kennt keine Dualität von Leib und Seele, sondern die

Auferstehung der Einheit von Körper und Geist. Mit *Soma* und *Sarx* unterschied Paulus lediglich den *geistigen* Menschen vom *sündigen* Menschen (Bultmann 1953).

In den Ursprüngen westlicher Philosophie, bei Thales von Milet (624–546 v. Chr.), galt das sprichwörtliche „Mens sana in corpore sano sit“ – „Möge ein gesunder Geist in einem gesunden Körper wohnen“, was die Wichtigkeit des Körpers für den Geist betont, deren Natur aber nicht beschreibt. Platon (428–348 v. Chr.) unterschied Körper und Geist, um damit Unsterblichkeit und Seelenwanderung zu begründen; Sokrates schien dies durch seine gelassene Einstellung beim Sterben (399 v. Chr.) zu bekräftigen, und so wurde der sterbliche Körper im *Phaidon*, in dem seine letzten Unterweisungen beschrieben werden, abgewertet.

Das Christentum hat Dualismus und Abwertung des Körpers erst später übernommen. Eine erste Zuspitzung erfuhr diese Entwicklung durch die Erbsündenlehre des Augustinus (354–430 n. Chr.). Seine Exegese des Römerbriefs 5,12 basiert auf einer fragwürdigen oder fehlerhaften Übersetzung des griechischen „*epb' hō'* mit „*in quo'*“ für die lateinische Vulgata. Aus „*deshalb* [wegen des Todes] haben alle gesündigt“ wurde „*In ihm* [Adam] haben alle gesündigt“ (Augustinus 397). Diese Lehre blieb in verschiedenen Abwandlungen bis heute Teil des kirchlichen Dogmas und beeinflusst in unserer westlichen Kultur häufig das Verhältnis zur Körperlichkeit. Nur die orthodox-christlichen Kirchen übernahmen die Lehre einer Erbsünde nicht.

Komplex ist die Körper-Geist-Problematik auch deshalb, weil gleiche Begriffe im Laufe der Zeit verschiedene Bedeutungen erhielten. Zum Beispiel bezieht sich „Geist“ bei Platon nicht auf unsere gewöhnlichen Gedanken und Sinneswahrnehmungen, sondern gilt als eine Instanz geistiger Schau, Universalien-Erkenntnis und Weisheit. Zudem war es in der Antike selbstverständlich, dass Wahrheitserkenntnis erst durch einen Prozess der Läuterung und Selbstverwandlung möglich sei.

Ganz anders bei Descartes (1596–1650), der als einer der Wegbereiter der Aufklärung gilt. Er geht davon aus, dass die letztendliche Wahrheit jedem durch bloßes Denken zugänglich und ohne besondere Vorbereitung direkt wahrnehmbar sei. „Geist“ ist nunmehr eine umfassende Repräsentationsinstanz für *alle* mentalen Phänomene, zu denen auch Sinneswahrnehmungen und Gefühle zählen. Zwischen verblendetem und erleuchtetem Bewusstsein wird nicht unterschieden.

Mit seinem Leitspruch „Cogito ergo sum“ begründet er das individuelle Sein im gewöhnlichen, dualistischen Denken. Es sei unmittelbar einsichtig und a priori wahr, dass körperliche Dinge (*res extensa*) wesentlich verschieden von mentalen Phä-

In der westlichen Philosophie gibt es, grob vereinfacht, zwei Positionen zum Wesen und Verhältnis von Körper und Geist:

Der **Dualismus** behauptet, dass es sich um zwei grundsätzlich verschiedene Phänomene handelt - eben *mentale* und *physische* Entitäten. Der einflussreichste Philosoph dieser Richtung ist René Descartes.

Nach dem **Monismus** gibt es nur eine Substanz, die z. B. nur *geistig* (Hegel) oder nur *materiell* sei.

Im *materiellen* Monismus werden z.B. mentale Zustände mit Gehirnaktivitäten gleichgesetzt (Identität oder Supervenienz) und als durch Zufall aus Materie entstanden angesehen.

nomenen (*res cogitans*) sind. Seine Philosophie entwickelte sich zur Grundlage für Naturwissenschaft und Technik und prägt unser Selbstverständnis, Weltbild und die Körper-Geist-Diskussion bis heute.

Dieser Dualismus ist jedoch widersprüchlich; denn einerseits sollen materielle Körper und immaterieller Geist wesenhaft verschieden sein und prinzipiell nicht interagieren können, andererseits sollen sie im Menschen – besonders in der Zirbeldrüse – zusammenkommen und aufeinander wirken (Descartes 1649).

Das Bieri-Trilemma zeigt Widersprüche auf

Die Widersprüche, die sich aus dem Descarteschen Dualismus ergeben, hat der Philosoph Peter Bieri in einem Trilemma zusammengefasst: Dabei handelt es sich um drei Aussagen, die intuitiv richtig zu sein scheinen, die aber unvereinbar sind (Bieri 1981):

1. mentale Phänomene sind nicht physikalische Phänomene,
2. mentale Phänomene sind im Bereich physikalischer Phänomene kausal wirksam,
3. der Bereich physikalischer Phänomene ist kausal geschlossen.

These 1 erscheint uns wahr, da wir unsere Gedanken und unser Bewusstsein als relativ frei und nicht an Raum und Zeit gebunden erfahren, während wir unseren Körper als von Ursachen und Bedingungen abhängig wahrnehmen, somit als von anderer Art.

These 2 erfahren wir als wahr, da körperliche Substanzen wie Alkohol und Medikamente unseren Geisteszustand beeinflussen können und sich mentale Faktoren wie Freude und geistige Ruhe auf physische Gesundheit auswirken. Außerdem nehmen wir an, dass wir durch bewusste Entscheidungen Änderungen in der Welt, in unserem Fühlen, Denken und in unserem Körper bewirken und Situationen kreativ gestalten können.

These 3 thematisiert, dass wir unsere intentionalen Handlungen darauf abstellen, dass die physische Welt verlässlich, d.h. vollständig nach Naturgesetzen oder Regularitäten „abläuft“.

Wir halten also intuitiv alle drei Aussagen für korrekt, obwohl jeweils nur zwei Aussagen zueinander passen und wahr sein können: Wenn die materielle Welt kausal in sich geschlossen ist (3), kann ein völlig anders gartetes Bewusstsein (1) nicht mit der physischen Welt interagieren (2). Interagiert Mentales aber mit Physischem (2), können entweder beide nicht völlig verschieden sein (1) oder der materielle Bereich muss offen und durchlässig für andersartige als physische Einflüsse sein (3). In keinem Erklärungsmodell sind alle drei Thesen widerspruchsfrei miteinander vereinbar.

These 2 ist zentral und entspricht sowohl den menschlichen Erfahrungen als auch den Forschungen der Quantenphysik, in denen bestätigt wird, dass Bewusstsein auf Teile der physischen Welt wirkt. Bisher wurden keine kleinsten materiellen Teilchen gefunden, die unabhängig vom beobachtenden Bewusstsein existieren – es scheint keine vom Geist vollständig getrennte

Materie und Eigenschaften zu geben (Dürr 2010). Epistemologisch kann solch eine „Materie-an-sich“ (Kant 1781) nur postuliert, niemals erkannt und nicht bewiesen werden, denn sie kann nicht ohne beobachtendes Bewusstsein beobachtet werden – beide gehören zusammen (Husserl 1911).

These 1 und 3 erhalten je nach Perspektive verschiedene Priorität. Kontemplative und ganzheitliche Traditionen bewerten Introspektion und Innenperspektive (Erste-Person-Perspektive) als wertvolle Auskunft über die Wirklichkeit – zumindest über die Erfahrungswirklichkeit, die nach Husserl das Primat darstellt (Phänomenologie).

Naturwissenschaft, die als ihr theoretisches Fundament nur Quantifizierbares aus der Dritte-Person-Perspektive (Außenperspektive) als Erkenntnismittel zur Wirklichkeit akzeptiert, bewertet die 3. These als unumstößlich. Einige Gehirnforscher übertragen das mechanistisch-deterministische Weltbild eins zu eins auf den Bereich des Lebens und des Bewusstseins und glauben, das Bewusstsein müsse ein materielles oder quasi materielles Phänomen sein.

Sie vernachlässigen, dass nicht ein isoliertes Gehirn, sondern „der Mensch“ kommuniziert, spürt, denkt oder liebt – selbst wenn sein Gehirn daran beteiligt ist. Zwischen Erleben und Beschreiben herrscht jedoch eine Asymmetrie: so wenig die Beschreibung der Tintenpartikel auf dem Papier ein Gedicht wiedergibt, so wenig geben Hormonspiegel und Gehirnfrequenzen die Erfahrung der Liebe wieder, selbst wenn beide miteinander korrelieren.

Die Lebenswirklichkeit des Menschen ist vielschichtig, komplex und bedeutungsvoll. Warum soll nur wirken oder wirklich sein, was sich naturwissenschaftlich messen lässt? Wünschenswert wäre die Anerkennung einer Pluralität von Wegen und Methoden zu Erkenntnis, Wahrheit und menschlichem Selbstverständnis. Sie könnten gleichberechtigt verschiedene Teilbereiche der Wirklichkeit ergründen und sich gegenseitig ergänzen. Solche Bemühungen unternimmt z.B. das *LIFE & MIND*-Institut, angeregt durch S.H. den Dalai Lama. Es bringt Wissenschaftler verschiedener Disziplinen und Vertreter kontemplativer Traditionen zusammen, so dass sie ihre Erkenntnisse austauschen und sich gegenseitig befruchten können (www.mindandlife.org).

Dualismus und Monismus in der buddhistischen Philosophie

Auch innerhalb des Buddhismus finden Austausch und Debatten über die Natur von Geist und Materie statt, da sie von verschiedenen philosophischen Schulen unterschiedlich interpretiert werden (Unterlagen zum Systematischen Studium des Buddhismus im Tibetischen Zentrum).

Nach dem Sūtrayāna ruft alles Geschaffene, d.h. aus Ursachen und Umständen Entstandene, selbst wieder Wirkungen hervor und stellt eine Substanz dar – materiell, geistig oder nicht bewusstseinshaft gestaltend. Die realistischen Schulen (z.B. Vaibhāṣika) haben – vielleicht vergleichbar mit Galilei – die Vorstellung, dass Materie und Geist verschiedene, aber jeweils intrinsische Eigenschaften haben.

Eine andere philosophische Richtung, die Cittamātra-Schule, ist eher mit dem Idealismus vergleichbar. Danach entstehen aus einer gemeinsamen substanzialen Ursache, nämlich einer im Bewusstsein gespeicherten karmischen Anlage, zugleich das äußere Objekt und das wahrnehmende Subjekt/Bewusstsein; beide bilden nur eine Entität: daher „Nur-Geist-Schule“.

Nach der Schule des Mittleren Weges (Prāsaṅgika-Madhyamaka) bedarf es zur Existenz eines Objektes keiner unabhängigen inhärenten Substanz, die dem Phänomen innewohnt; das Zusammenwirken vieler Faktoren, darunter dem benennenden Bewusstsein, reicht völlig aus, um etwas als existierend anzunehmen (abhängiges Entstehen). Wie zwei oder drei instabile Latten nicht für sich alleine stehen können, sich aber – aneinander gelehnt – genügend Halt geben, so bedingen sich Körper, Geist und unsere Benennungen. Die zentrale Lehre des Madhyamaka ist die Leerheit (skt. *śūnyatā*): In Wirklichkeit sind alle Phänomene leer von unseren Projektionen über ihre Existenzweise, sie bestehen nicht inhärent und unabhängig.

Im buddhistischen Tantra werden Körper und Geist auf verschieden grob und subtilen Ebenen betrachtet. Auf subtilster Ebene bilden Materie (Wind) und das klare und erkennende Bewusstsein eine Einheit; hier sind Wahrnehmung und Wirkung (Bewegung) die zwei Aspekte derselben Entität.

In allen buddhistischen Schulen und Darlegungen spielt der Geist die entscheidende Rolle, während Materie als mitwirkender Umstand und nur die Grundlage für den Geist darstellt. Phänomenologisch, also aus der 1. Person-Perspektive, hat der Geist eine besonders große Wirkkraft – sowohl für die materielle Außenwelt als auch für die geistige Innenwelt, denn er kann sich selbst beeinflussen, wandeln und prägen. Die mentalen Ereignisse des Geistes sind jedoch nur der bewussten Introspektion zugänglich. Die nicht-begrifflichen und subtileren Ebenen des Bewusstseins erschließen sich nur der meditativen Versenkung.

Daher führt eine ausgewogene meditative Praxis und harmonische Einstellung zum Körper auf individueller Ebene zu

mehr Wohlbefinden und Gesundheit. Entsprechend könnte auf gesellschaftlicher Ebene die Gleichberechtigung von Naturwissenschaft und kontemplativer Geisteswissenschaft das Verhältnis der Menschen untereinander und zur Natur harmonisieren und eine ganzheitliche Grundlage für nachhaltige Medizin, Ökologie, Wirtschaft, Religion und sozial gerechtere Lebensformen bilden.



FELIX BARITSCH absolvierte in den 1990er Jahren das Systematische Studium des Buddhismus im Tibetischen Zentrum und studierte anschließend westliche Philosophie an der Universität Hamburg. Er ist von Beruf Heilpraktiker. In seiner Naturheilpraxis nutzt er 30 Jahre praktischer Erfahrung mit der gegenseitigen Abhängigkeit von Körper und Geist zur Heilung seiner Klienten. Er ist Mitglied im Dharmarat des Tibetischen Zentrums.

LITERATURNACHWEISE

- ❖ Augustinus v. Thagaste: *De diversis quaestionibus ad Simplicianum*. Hippo, 397. (Lat.-dt.) Mainz 2012
- ❖ Bieri, P.: *Analytische Philosophie des Geistes*, Königstein/Ts. 1981
- ❖ Bultmann, R.: *Theologie des Neuen Testaments*, Tübingen 1953
- ❖ Descartes, R.: *Les passions de l'âme*, 1649. (Frz.-dt.) Hamburg 1984
- ❖ Dürr, H.-P.: *Geist, Kosmos und Physik*, Amerang 2010
- ❖ Husserl, E.: *Philosophie als strenge Wissenschaft*, 1911. Frankfurt a.M. 1965
- ❖ Kant, I.: *Critik der reinen Vernunft*, Riga 1781
- ❖ Peursen, C.A. van: *Leib, Seele, Geist. Einführung in eine phänomenologische Anthropologie*, Gütersloh 1959
- ❖ Saß, E.: *Dhammapadam*, Baden-Baden 1995