

A thick purple arrow pointing to the left, with its tip on the left side of the frame. The arrow is composed of several segments: a top-left segment, a middle-left segment, a bottom-left segment, a horizontal bottom segment, and a short bottom-right segment.

**Weisheit, über das,
was uns fehlt**

A thick brown arrow pointing to the right, with its tip on the right side of the frame. The arrow is composed of several segments: a top-left segment, a horizontal top segment, a bottom-right segment, and a short bottom-right segment.

**Deutsches Transkript
zum
Podcast**

Weisheit: Über das, was uns fehlt

Deutsches Transkript

Zürich: METIS Podcast Transcriptions 2023

FM = Frederike Maas

MH = Michael Hampe

GS = Gert Scobel

FM: Hallo, und herzlich willkommen bei Wisdom Talks, dem Internetportal für interkulturelle Weisheitsliteratur und Weisheitspraktiken, zu finden auf www.metis.ethz.ch. «Weisheit über das, was uns fehlt» – so lautet der Titel eines Buches von Gert Scobel, unserem heutigen Gast. Er ist vielen von unseren deutschsprachigen Hörerinnen und Hörern bekannt durch Bildungsformate im ZDF, auf 3sat, oder auch auf YouTube. In seiner Sendung, deren Namensgeber er ist, setzt er sich mit philosophischen, gesellschaftlichen und wissenschaftlichen Fragen auseinander, die für das Leben der Menschen Relevanz haben, oder eben haben sollten – wie der eingangs erwähnte Titel seines Buches über Weisheit nahelegt. Im heutigen Podcast wird Gert Scobel interviewt von Michael Hampe, dem Initiator des METIS-Projekts und Professor für Philosophie an der ETH Zürich. Die beiden sprechen über Weisheit als Strategie der Komplexitätsbewältigung, die Möglichkeit, breitenwirksamer Bildung zur Weisheit und auch Gert Scobels persönlicher Erfahrung mit Weisheitspraktiken wie der Meditation. Viel Spass mit unserem Podcast, wünsche ich, Frederike Maas.

MH: Herzlich willkommen Gert Scobel hier beim Weisheitspodcast der ETH.

GS: Hallo Herr Hampe.

MH: Hallo. Heute sprechen wir nicht über eine spezifische Weisheitsliteratur, sondern über einen ganzen Komplex, der mit dem Begriff «Weisheit» zusammenhängt. Denn Gert Scobel hat mehrere Bücher publiziert, die mit Weisheit zu tun haben, aber eines 2018, das den Titel «Weisheit» hat; «Weisheit: Über das, was uns fehlt». Und in diesem Buch geht es um Cusanus, um Buddha, um Hirnforschung, um Pädagogik, um Meditation; also um viele Dinge, die mit Weisheit zusammenhängen. Und eine Stelle in diesem Buch ist mir besonders aufgefallen als jemand aus der Philosophie. Da wird auf Laotse Bezug genommen, der gesagt haben soll, dass der Weise keiner Regel folgt, wenn er mit einer Handlungssituation konfrontiert ist, sondern nach dem der Situation Angemessenen sucht. Und wenn ich das richtig verstanden habe, dann zitieren Sie, Gert Scobel, Laotse eher zustimmend. Sie finden, dass das richtig ist, dass dieses Verständnis von Weisheit – dass der Weise keiner Regel folgt – ein richtiges Weisheitsverständnis ist. Und wenn man Philosoph ist, dann denkt man, ja also in einer Handlungssituation, die mir Schwierigkeiten macht, da suche ich nach Prinzipien, wie dem kategorischen Imperativ, dass ich nach einer Regel suche, die verallgemeinerbar ist. Oder ich wende mich dem Utilitarismus zu und versuche das Leid zu vermindern, das in dieser Situation eventuell entstehen könnte oder schon da ist. Das scheint aber nicht ein weises Handeln zu sein in Ihrem Sinne oder im Sinne von Laotse. Können Sie das genauer erläutern, was das bedeutet, keiner Regel zu folgen, sondern angemessen zu handeln?

GS: Ja, man merkt Ihr philosophisches Training. Weil mit dieser Frage stösst man natürlich gleich in ein Zentrum dessen, was Weisheit ausmacht. Also das Paradoxe an der Formulierung von Laotse ist ja, dass sie wie eine Regel klingt. Also er formuliert eine Regel, die nach Regellosigkeit schießt; drücken wir es einmal so aus. Und ich glaube, etwas, was in westlichen Augen Weisheit immer als – wie soll ich mal sagen – minderwertige Form des Handelns oder minderwertigen Zustand erscheinen lässt, ist genau diese Regellosigkeit, die was Esoterisches, Zufälliges und vor allen Dingen auch Prekäres hat. Denn, wie kommen wir durch den Alltag, wie kommen wir durchs Leben? Indem wir Regeln lernen und uns einigermaßen an diese Regeln halten. Das gilt gesellschaftlich genauso wie im privaten Bereich. Und was Laotse hier in ganz wenigen Worten sagt, ist: erstens zu erkennen, was der Unterschied zwischen einem regelbegleiteten Verhalten – was die westliche Philosophie in der Regel empfiehlt – und Weisheit ist; und zweitens – das ist meiner Ansicht nach implizit in dieser Bemerkung drin – dass das, was wir wissen – und wir wissen ja, wie Regeln sind und

wie wir Regeln folgen – hinter uns lassen müssen. Das ist unverständlich erstmal und scheint völlig willkürlich zu sein. Denn wir brauchen ja irgendeinen Anhaltspunkt. Und ich glaube, das Problem löst sich aber, wenn man es – in dem Fall, weil es Laotse ist – im daoistischen Kontext sieht. Und dieser daoistische Kontext, ich sage das jetzt mal sehr blumig und metaphorisch, hängt damit zusammen, dass das Leben verglichen wird mit einem Fluss. Und solche Flüsse haben natürlich ein Flussbett und solche Flüsse haben in der Regel auch eine Richtung. Was Laotse meint, wenn ich das übersetze, ist: Alle Situationen, in denen Weisheit, aber auch Klugheit, aber auch Wissen, vorkommt, sind – wenn man es zu Ende analysiert – eigentlich komplexe Situationen. Und mit Komplexität meine ich nicht etwas Vages, was kompliziert ist; denn komplizierte Dinge kann man tatsächlich auch erklären, man kann sie auflösen in Einzelheiten. Sondern ich meine das, was die Komplexitätsforschung unter Komplexität versteht. Also ganz einfach gesagt, ein System mit ganz vielen Elementen, die miteinander interagieren. Und dabei kommt es zu Wechselwirkungen, die prinzipiell nicht prognostizierbar sind. Und in einer solchen Umgebung – nenn ich das mal – kommt Weisheit zum Zuge. Das heisst, selbst wenn ich einer Regel folgen würde, die ich habe, komme ich mit dieser Regel an ein Ende. Und das nimmt Laotse in diesem Satz, scheint mir, vorweg.

MH: Also ich finde das sehr interessant. Dann bedeutet Weisheit in diesem Sinne von Laotse und auch von Ihnen, dass man sich auf die Komplexität einer Situation einlassen kann, dass man bereit ist und fähig ist, diese Komplexität wahrzunehmen. Und dann auch das eigene Handeln in sie irgendwie einfließen zu lassen. Es scheint mir gegenüber dem Weisheitsverständnis, was wir so alltäglich haben, ziemlich ungewöhnlich zu sein. Denn eine Vorstellung von Weisheit, die sie sogar bei Platon finden, der die sieben Weisen kritisiert, ist ja dass Weisheit irgendetwas mit Kalendersprüchen zu tun hat: «Sobald die Bürgerschaft gegeben wird, fängt das Unheil an», «Nichts im Übermass», und solche Sprüche werden ja oft als Weisheitssprüche angesehen. Und ich erinnere mich noch an eine Situation in meinem Studium, wo ein Sinologe einen Professor für antike Philosophie gefragt hat, ob man nicht gemeinsam etwas über chinesische und griechische Philosophie machen könnte. Und dann sagte der Professor für Antike Philosophie: «Nein, das kann man eigentlich nicht machen, weil die Chinesen haben ja gar keine Philosophie, sondern nur Spruchweisheit.» Also da gibt es so eine – oder gab es; heute ist das hoffentlich nicht mehr so – die Perspektive, dass Weisheit sich in Sprüchen erschöpft, die quasi Regelcharakter haben, während die

Philosophie argumentiert und sich auf die Komplexität durch Analysen einlässt und lange nachdenkt. Und das, was Sie jetzt berichtet haben über Laotse und Ihr eigenes Verständnis von Weisheit, das steht da ja ein bisschen quer zu. Also, Weisheitssprüche mag es geben, aber Weisheit besteht nicht darin, dass man zur richtigen Zeit den richtigen Spruch ablässt.

GS: Das ist keine ganz einfache Frage. Ich will da erstmal so darauf antworten, dass Weisheit sich ja gerade dadurch auszeichnet, dass man die Regeln zwar kennt, aber in der entscheidenden Situation so handelt, wie es nachhaltig dieser Situation angemessen ist. Das heisst, es geht ja bei Weisheit um die Lösung in der Regel von existentiellen, in meinen Augen immer auch komplexen Fragen. Weil einfache Fragen sind nach einfachen Regeln zu beantworten. Da brauche ich keine Weisheit dafür. Da reicht ordinäre Klugheit und da reichen in der Tat die Regeln, die ich anwenden kann. Aber wenn es um eine weise Entscheidung, oder um eine weise Handlung geht, dann ist ja gerade nicht klar, welche Regel ich anwenden soll. Weil sich diese Regeln oftmals widersprechen oder ich mich im konkreten Fall frage: Ist das jetzt wirklich der Fall, in dem ich diese Regel – zum Beispiel der Gerechtigkeit, so wie sie das Gesetz vorsieht – anwenden sollte? Und ich glaube, was man zeigen kann, ist, dass Weisheit nicht immer eine Verletzung dieser Regel ist. Weil es gibt weise Entscheidungen, die genau eins zu eins auf die Regel passen. Es gibt aber auch andere Situationen, in denen von dieser selben Regel abgewichen wird. Und wann ich abweiche und wann nicht, dafür gibt es keine Regel. Und genau das ist das erste Problem. Und was China angeht, da müssten wir jetzt tief einsteigen. Weil ich glaube erstmal, dass es natürlich absolut vermessen und in meinen Augen auch wirklich hochgradig falsch wäre, zu sagen, Chinesen können nicht denken, und deshalb haben sie nicht philosophiert. Aber die Art und Weise, wie philosophiert wird, und vor allen Dingen auch wie Sprache funktioniert, ist völlig anders als bei uns. Das fängt schon mal damit an, dass Chinesisch keine Grammatik hat. Und ich habe mich in den letzten Tagen immer mal wieder mit dem Anfang des Daodejing befasst, und die Sinologen und Chinakenner, was die Sprache angeht, die sagen, allein wenn ich schon ein Komma setze, verändere ich den Sinn der chinesischen Worte. Weil wie gesagt, die haben keine Grammatik, die stehen einfach nebeneinander. Und da steht im übernächsten Wort dasselbe; da steht zweimal «Dao», und das eine Mal heisst das «Gehen» und das andere Mal heisst das «Sprechen». Aber das ist erstmal für uns nicht einsichtig. Also da ist erstmal eine sprachliche Unterschiedenheit. Und das zweite ist, dass ich nachher – also

wenn ich weise gehandelt habe – ich natürlich versuchen kann, das auf eine metaphorische Art und Weise auszudrücken. Und wenn man jetzt das Daodejing, aber auch Texte des Chan-Buddhismus zum Beispiel nimmt, dann sind die natürlich sozusagen «post-eventarisch». Die sind nach dem Ereignis formuliert. Und das geschieht in der Art und Weise, in der auch chinesische oder japanische Lyrik, Poesie, formuliert sind. Und das ist eher – für unseren Geschmack, also wenn man aus der analytischen Philosophie kommt – sehr luftig, sehr blumig. Und letzten Punkt noch; ich glaube, dass irgendwann ein Buch geschrieben wird über den chinesischen Pragmatismus. Ich glaube, dass China vom philosophischen Ansatz her sehr pragmatisch ist. Aber es ist eine andere Form von Pragmatismus als der amerikanische Pragmatismus. Aber das ist eine wirklich sehr philosophische Diskussion, die nur indirekt mit Weisheit zu tun hat.

MH: Auf die Sprache können wir vielleicht gleich nochmal kommen. Ich möchte nochmal auf dieses Problem, wie sich Wissen und Argumentation auf der einen Seite zu Weisheit auf der anderen Seite verhalten, zurückkommen. Wenn man sagt, Wissen hat es damit zu tun, dass ich bestimmte Informationen besitze und dass ich aufgrund dieser Informationen bestimmte Voraussetzungen mache und dann nach Regeln schliesse und argumentiere und dann am Schluss aufgrund eines bestimmten Argumentes irgendetwas tue, eine bestimmte Handlung vollziehe, dann braucht das natürlich Zeit und es könnte sein, dass mein Argumentationsgang in meinem Kopf der Komplexität der Situation gar nicht gerecht wird. Und auf den ersten Blick – so naiv gedacht – könnte man jetzt meinen, ja der Weise, der muss nicht argumentieren, sondern der hat eine Intuition, der hat eine Eingebung. Der muss nicht irgendwie durch einen langen Gedankengang durch, sondern aus irgendwelchen Gründen nimmt er die Komplexität auf eine andere Art und Weise in sich auf. Ich weiss, Sie kennen ja auch die ganzen Untersuchungen von Gigerenzer und so zu Bauchentscheidungen und so etwas. Läuft diese Differenz zwischen Wissen und Weisheit, oder zwischen argumentativer Abwägung und angemessenem Handeln, letztlich darauf hinaus, dass es Leute gibt, die gute Intuition haben, und andere Leute, die Regeln folgen müssen, weil sie keine Intuition haben?

GS: Ich glaube nicht, dass das so stimmt. Also wenn man von den Untersuchungen ausgeht, die Paul Baltes gemacht hat; also am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung. Baltes war eigentlich Gerontologe und Psychologe und ihn hat interessiert, was Weisheit eigentlich

ausmacht, weil das sozusagen die einzig positive Qualität ist, die das Alter mit sich bringt. Also wenn man von den Untersuchungen von Baltes – vielleicht kommen wir noch darauf – ausgeht, dann muss man sagen, dass Weisheit nichts ist, was man einfach in die Wiege gelegt bekommt. Weisheit ist nichts, was man einfach so kann, was einfach durch Intuition entsteht, sondern Weisheit ist etwas, was man lernen und was man sich erarbeiten muss. Hinter Ihrer Frage steckt, glaube ich, die romantische Vorstellung von so einem philosophischen Genie, das in der Lage ist, die Super-Intuition zu haben und damit alle anderen, sozusagen im Schachspiel des Lebens, schlägt. Ich glaube, dass das wirklich eher eine illusionäre Vorstellung ist. Das mag wirklich auf die eine oder den anderen zutreffen, ist aber tatsächlich die Ausnahme. Und noch ein Punkt dazu, glaube ich, den man wirklich verstehen muss: Sie haben gesagt, wir analysieren, indem wir versuchen, möglichst alle Informationen über ein System zum Beispiel zu kennen, und dann schlussfolgern wir daraus, wie sich dieses System verhalten wird und entsprechend passen wir uns an. Das ist für geschlossene Systeme und für lineare Systeme eine völlig richtige Entscheidung. Aber wenn Sie – und da gibt es jetzt viele Beispiele – so etwas Einfaches nehmen wie ein Doppelpendel; also ein Pendel, was an einem Pendel befestigt ist und sich dreht. Dann können Sie mit keiner Physik, über die wir im Moment verfügen, die Bewegung dieses zweiten Pendels prognostizieren, obwohl Sie alles über beide Pendel wissen. Sie kennen komplett sämtliche Gesetze der Bewegung. Sie können den Impuls messen. Sie können die Geschwindigkeit messen. Sie können das Gewicht messen. Sie haben alle Informationen, die Sie brauchen. Aber komplexe Systeme sind nichtlineare, dynamische, dissipative Systeme, würde der Physiker sagen, die prinzipiell ab einem bestimmten Punkt nicht prognostizierbar sind. Zurück zu Ihrer Frage: Das bedeutet, selbst wenn ich sämtliche Regeln und sämtliche Informationen habe, habe es aber in Wahrheit mit einem komplexen System zu tun, dann gerate ich an einen Punkt, nämlich an den Kippunkt des Systems, ab dem mir diese Information und diese Regeln nicht mehr helfen. Weisheit ist sozusagen darauf vorbereitet, dass das in komplexen Systemen mit grosser Regelmässigkeit passiert. Und das ist interessanterweise das, was sowohl jetzt in der daoistisch-buddhistischen Tradition, aber auch bei Sokrates, mit dem Begriff des Nichtwissens eingefangen wird. Das Nichtwissen ist sozusagen der unmarkierte Bereich, in dem ich die Grenzen dessen, was ich weiss, überschreite und mich in einen Raum begeben, metaphorisch gesprochen, in dem diese Regeln auf einmal nicht mehr anwendbar sind. Ich stehe mitten im Nebel. Ich sehe nichts

mehr. Worauf kann ich mich verlassen? Und Gerd Gigerenzer, den Sie zitierten, der hat sich ja im Zusammenhang mit der Forschung von Nobelpreisträger Reinhard Selten damit beschäftigt, dass wir es ganz oft mit Situationen zu tun haben, die begrenzte Rationalität darstellen; also *bounded rationality*. Was heisst das? Das heisst eben, dass wir nicht über alle Informationen, nicht über alle Gesetze, nicht über alles Wissen verfügen, aber trotzdem entscheiden müssen. Wie machen wir das? Da kommt ein Unsicherheitsfaktor rein. Und seine Untersuchungen zeigen, dass wir in komplexen Entscheidungssituationen und unter Zeitdruck von Heuristiken Gebrauch machen – und Heuristiken sind, wenn Sie so wollen, einfache Kalendersprüche, die uns helfen, komplexe Situationen Pi mal Daumen in einer grossen Zahl von Fällen zu reduzieren und anzuwenden. Ich könnte Beispiele dafür bringen, Gigerenzer hat ja eine ganze Menge. Also Heuristiken laufen nochmals, würde ich sagen, parallel dazu, und sind nicht zwingend dasselbe wie Weisheit. Sondern Heuristiken sind einfach Problemlösungsverfahren, die jeder ohne weise zu sein, anwenden kann, und die sehr häufig – zum Beispiel in der Politik – auch angewendet werden.

MH: Ja, Gerd Gigerenzer hat mal hier an einem Vortrag in Zürich über Torwarte gesprochen, die zum richtigen Zeitpunkt hinausrennen aus dem Tor und den Stürmer angreifen, oder eben in ihrem Kasten stehenbleiben, weil sie wissen, der wird jetzt so und so schiessen und dann das richtige Verhalten an den Tag legen, um den Ball zu halten. Und wenn ich mich richtig erinnere, hat er in dem Vortrag auch gesagt, das muss ein Torwart lernen.

GS: Exakt.

MH: Nun ist klar, dass ein Torwart keine Berechnungen durchführt über die Bewegung des Stürmers und keine lange Argumentation simulieren kann. Aber trotzdem macht ein guter Torwart bei einem Angriff das Richtige, oder wenn er kein guter Torwart ist, eben das Falsche. Würden Sie sagen, dass ein Torwart, der meist das Richtige macht, also zur richtigen Zeit rausrennt oder in seinem Kasten stehenbleibt, weise ist?

GS: Nein, würde ich nicht. Ich würde sagen, der beherrscht einfach seinen Sport. Was aber richtig ist an der Bemerkung ist, dass man Weisheit tatsächlich – und das kommt ja von Baltes, und das hat auch Gigerenzer von Baltes – und Baltes hat immer darauf hingewiesen,

dass wir Weisheit nicht einfach in die Wiege gelegt bekommen, sondern Weisheit tatsächlich lernen müssen. Und Baltes hat auch darauf hingewiesen, dass wir in einer Situation, in der wir weise entscheiden oder weise handeln müssen, natürlich darauf angewiesen sind, den Kontext zu kennen. Das heisst, wir müssen wissen, was gelten da in der Regel für Regeln. Wir müssen aber gleichzeitig auch wissen; wo ist eigentlich die Grenze der Anwendung dieser Regeln. Und dann betreten wir einen Bereich, in dem wir uns noch nicht auskennen. Und das muss man üben. Und da gibt es natürlich gerade in den asiatischen, nennen wir es mal Philosophien, vielleicht auch Religionen, kann man darüber streiten; da gibt es natürlich Übungen und Techniken, die einem helfen, sozusagen diesen Raum des Nichtwissens zu betreten, sich allmählich dort heimischer zu fühlen, mehr auszukennen, Ambiguität, Angst, die ganzen Dinge, die damit verbunden sind, wenn man einen unbekanntes Raum betritt, besser auszuhalten und damit klarzukommen und trotzdem gut zu navigieren. So beschreibe ich das mal.

MH: Ja. Vielleicht können wir an dieser Stelle nochmal auf die Sprache zurückkommen, weil viele Philosophinnen und Philosophen ja festgestellt haben, dass in unserer Sprache und in unseren sprachlichen Unterscheidungen auch immer bestimmte Bewertungen enthalten sind, vor allen Dingen bei sogenannten dicken Konzepten. Also wenn man von Macht spricht beispielsweise, dann beschreibt man in der Regel nicht nur eine Tatsache, sondern bewertet etwas vielleicht auch positiv oder negativ. Und wenn wir uns sprachlich orientieren in einer Situation, dann besteht ja oft die Gefahr, dass wir Bewertungen aus der Vergangenheit in diese Situation hineinragen, weil wir sie auf eine bestimmte Art und Weise sprachlich beschreiben. Und wenn ich Sie recht verstanden habe, dann gibt es Traditionen, bei denen behauptet wird, dass das Navigieren in solchen komplexen Situationen in dem Moment, in dem es um Weisheit geht, damit zu tun hat, dass man nicht die sprachlichen Unterscheidungen an die Situation heranträgt, an die man sich gewöhnt hat. Wie geht das, dass man die sprachlichen Unterscheidungen fallen lassen kann in der Wahrnehmung einer komplexen Situation?

GS: Da gibt es wahrscheinlich verschiedene Stufen des, nennen wir es mal metaphorisch Hinter-sich-Lassens von Sprache. Das hat so einen leichten Anklang an die Leiter, von der Wittgenstein im *Tractatus* spricht, die man dann hinter sich wegfallen lassen kann. Also das

eine ist, dass man weiss, dass Regeln einfach begrenzt sind. Und obwohl man die Regel sozusagen im Kopf hat, die dann wie eine innere Stimme wirkt, hört man nicht auf diese innere Stimme, sondern rennt halt in diesem Fall tatsächlich aus dem Tor raus und fängt hoffentlich den Ball. Dann gibt es sicher auch Techniken, um zu üben, innere Gefühle, innere Wahrnehmungen, auch Sprache, also dieses Sich-mit-sich-selber-Verständigen im Versuchen Regeln anzuwenden, hinter sich lässt. Das sind dann im weitesten Sinne meditative Übungen, bei denen man lernt, im Laufe der Zeit, Gefühle, Gedanken, zwar wahrzunehmen, aber vorbeiziehen zu lassen. Ich merke, also sozusagen meine innere Stimme sagt jetzt, wende doch diese Regel an und bleibe in jedem Fall jetzt im Tor. Aber ich habe gelernt, dass jede Situation für sich eine eigene, neue, einmalige Situation ist, in der ich, Laotse würde sagen die Wirksamkeit der Dinge ausloten muss. Und in dem Fall bedeutet das vielleicht jetzt raus zu rennen. In einem anderen Fall, kann es sein, dass die Regel völlig richtig ist und ich bleibe im Tor. Und das ist nochmal eine andere Form des Sprache-hinter-sich-Lassens, oder nicht auf innere Dialoge und Stimmen zu hören.

MH: Also Sie würden sagen, die meditative Praxis ist eine Praxis, die es einem erlaubt, zu merken, wann man mit bestimmten begrifflichen Unterscheidungen und Bewertungen auf eine Situation zugeht, und das eventuell in Frage zu stellen; zu sagen, ja, vielleicht sind diese Unterscheidungen der Situation nicht angemessen, die lege ich jetzt mal beiseite. Und weil man beim Meditieren lernt, alle möglichen Gedanken und Unterscheidungen beiseite zu legen, wird man quasi darin trainiert, das zu tun, wenn man mit einer komplexen Situation konfrontiert ist. Ist das das richtige Verständnis?

GS: Richtig. Und eigentlich wächst daraus ein Forschungsvorhaben, zu dem es – soweit ich das weiss – wirklich sehr wenig empirische Anhaltspunkte gibt. Das Forschungsvorhaben bestünde nämlich darin, dass wir aus den neurowissenschaftlichen Untersuchungen wissen, dass es so etwas wie nicht-duale Bewusstseinszustände gibt. Die haben eine bestimmte neuronale Signatur. Also man kann von aussen sagen, ob jemand in so einem Bewusstseinszustand ist oder nicht. Und jetzt käme das Experiment: Wir müssten prüfen, ob jemand, der durch meditative Techniken es erlernt hat, nicht-duale Bewusstseinszustände zu erzeugen, tatsächlich in der Lage ist, bestimmte komplexe Probleme besser zu lösen als andere. Denn ich habe zwar darauf aufmerksam gemacht, dass wir uns in diesen Bereich des

Nichtwissens begeben, in dem wir zwingend uns aufhalten, wenn wir mit komplexen Systemen zu tun haben, habe aber implizit behauptet, dass uns dabei hilft, beispielsweise nicht-duale Bewusstseinszustände zu erzeugen, in denen wir Gedanken und Gefühle vorbeiziehen lassen. Was aussteht, wäre der empirische Beweis dafür, dass uns das wirklich hilft, in konkreten Situationen – nämlich in komplexen Umgebungen – besser zu handeln. Das ist implizit eine Behauptung zum Beispiel im Daoismus. Ich würde sagen, letztlich auch in vielen buddhistischen Formen. Die Frage ist, stimmt diese Behauptung. Ich glaube, das könnte man empirisch testen. Das ist sicher nicht einfach. Das ist ein sehr komplexer Versuchsaufbau. Aber es würde unser Gespräch wahrscheinlich weiterbringen, wenn wir dafür tatsächlich empirische Anhaltspunkte hätten und sagen könnten, ja, es spricht einige Evidenz dafür, dass uns das tatsächlich in bestimmten Situationen hilft.

MH: Sie berichten in Ihrem Buch ja von den Forschungen von Wolf Singer über die Synchronisierungen, die im Gehirn stattfinden, wenn sich jemand in einen meditativen Zustand begibt. Und Wolf Singer hat ja selbst auch meditiert. Also es ist quasi ein empirischer Zugang zur Meditation. Und vielleicht sollten wir darüber noch ein wenig sprechen, weil es ja zwei Auffassungen von Meditation gibt, die ein bisschen anders aussehen als die, die Sie jetzt gerade geschildert haben. Auf der einen Seite gibt es die Vorstellung, dass Meditation ein rituelles Verhalten ist; das da eine Gruppe von religiösen Menschen, eine Sangha, sich zusammensetzt und dann einen bestimmten Ritus vollzieht. Das sieht vielleicht von aussen so aus, aber das ist vielleicht gar nicht so eine ganz falsche Beschreibung. Das passiert ja manchmal in einem Raum, in dem es auch so etwas wie einen Altar gibt, da ertönt ein Gong und so weiter. Das erinnert sehr stark an rituelles Verhalten, das wir im Christentum als Gottesdienst bezeichnen. Und auf der anderen Seite gibt es meditative Übungen in Wellnesszentren, wo Menschen versuchen, sich selbst zu optimieren, ihre Konzentrationsfähigkeit zu steigern, glücklicher zu werden. Da ist das eher so etwas wie Gymnastik oder Sudoku-Lösen, dass man irgendwie klarer oder konzentrierter denkt. Aber wir wollten ja von der Weisheit handeln. Und die Weisheit scheint nicht notwendigerweise etwas mit Gottesdienst zu tun zu haben, sie scheint aber auch nicht notwendigerweise etwas mit Selbstoptimierung zu tun zu haben. Aber man muss sie lernen. Und meine Frage ist jetzt: Wie sieht dieses dritte Verständnis von Meditation in Bezug auf Weisheit aus. Also wenn Sie sagen, durch Meditation kann man Weisheit lernen, man kann empirisch erforschen, dass

tatsächlich eine Veränderung im Gehirn stattfindet. Aber das ist kein rituelles Verhalten und das ist auch kein Selbstoptimierungsverhalten. Wie würden Sie das dann beschreiben? Was ist dann die Meditation als eine Form der Weisheitsschulung eigentlich? Ist sie etwas Religiöses? Ist sie etwas Sportliches? Oder ist es etwas Drittes?

GS: Das ist wirklich sehr schwer, weil es wahrscheinlich hunderte von Mischformen gibt, die alle schwer in Systeme zu fassen sind. Also ich fange mal hinten an; «McMindfulness» ist es sicher nicht. Also das neoliberale Optimieren durch Achtsamkeitstechniken, ich glaube, das meinen wir nicht, damit ich besser und schneller funktioniere. Also da würde mein Rat lauten: So lernst du es nicht. Du kannst zwar mit Achtsamkeit sicher etwas anfangen, aber du kannst mit Achtsamkeit in dieser Form nicht weise werden. Das zweite, die Frage mit der Religion, also ich persönlich bin der Ansicht – da kann man jetzt lange darüber streiten –, dass sowas wie Zen-Buddhismus oder Chan-Buddhismus nicht zwingend religiös ist. Ich würde es eher beschreiben als eine Form von Pragmatismus in gewisser Weise. Dass zum Beispiel bestimmte Formen des Daoismus eindeutig religiöse Züge haben; unbestritten. Dass es auch in nicht religiösen Formen des Lernens von Meditation – Atemkontrolle und so weiter – Regeln gibt, durchaus, ja klar, und auch Riten gibt. Weil es ist einfach vernünftig, wenn man sich hinsetzt zum Meditieren, erstmal, den Atem fließen zu lassen. Jetzt kann man sagen, das ist rituell. Es ist aber auch sehr praktisch und pragmatisch. Aber Sie haben ja nach dem Dritten gefragt. Wahrscheinlich würde die Antwort lauten: nicht dies, nicht das. Und wir versuchen jetzt dem Dritten wieder einen Namen zu geben. Folgt man Laotse's Rat, würde man sagen, gib diesem Dritten gerade keinen Namen. Dann lernst du es kennen, dann freundest du dich mit ihm an, dann näherst du dich ihm an. Wenn du Namen nennst, verschreckst du es nur. Das klingt natürlich mit dem Bewusstsein von westlichen Philosophen, die in analytischer Philosophie geschult sind, geradezu desaströs. Damit kann, glaube ich, kein analytischer Philosoph viel anfangen. Vielleicht muss man sich erinnern aber, dass wir hier auf der Ebene der Lebensbewältigung – also der Bewältigung von existentiellen und komplexen Problemen – sind, und nicht auf der Ebene der Anwendung geradezu mathematischer Regeln, um bestimmte sprachliche Ausdrücke besser oder präziser zu erfassen. Also wenn Sie so wollen, gleicht diese Form von Philosophie eher einem Schachspiel oder der Anwendung mathematischer Formeln, als dem, worüber wir eigentlich

versuchen zu sprechen; nämlich wie löse ich komplexe Lebensprobleme, die ich habe, wie gehe ich damit zu Rande? Und ob mir dabei die Mathematik hilft, ist die grosse Frage.

MH: Wäre es dann vielleicht eine erste Annäherung, zu sagen, dass Personen, die versuchen, durch Meditation sich der Weisheit anzunähern eher eine Lebenskunst pflegen als eine bestimmte Glückstechnik oder eine religiöse Bindung einzugehen? Dieser Begriff der Lebenskunst ist ja im Anschluss an Nietzsche und Foucault auch im Westen relativ populär geworden und meint vielleicht so etwas Drittes. Würden Sie dem zustimmen, oder halten Sie das für einen unangemessen ästhetisierenden Begriff für meditative Praxis?

GS: Ich glaube, dass man das sagen kann, halte aber den Begriff letztlich doch für etwas unscharf. Es sei denn, man präzisiert es und sagt: Also, wenn ich zum Beispiel die Kunst des Malens beherrsche, dann kenne ich die Regeln der Perspektive und ich weiss, wie man Farben mischt und ich weiss auch, wie man Farben gebraucht. Also wenn man Lebenskunst in dem Sinne versteht, ja. Aber man kann es präziser fassen, glaube ich, wenn man beispielsweise eine Dimension reinbringt – auch wenn das jetzt inzwischen ein Modewort und sehr abgegriffen ist – der Nachhaltigkeit. Das heisst, wenn ich handle und mich nach weisem Handeln frage, dann muss ich immer auch die Frage stellen: Ist das ein Handeln, das sich über die Zeit bewähren wird? Also ist das nur eine kurzfristige Ad-hoc-Lösung, die mir sozusagen für heute das Problem vom Halse schafft, dass ich dann morgen aber wieder neu beantworten muss. Oder ist das eine Lösung, die mir tatsächlich hilft, dieses Problem zwar erst über eine längere Zeit hinweg zu lösen, aber dann auf eine nachhaltige Art und Weise so, dass es mir nicht wie ein Boomerang wieder zurückkommt. Also ein gutes Beispiel dafür wäre tatsächlich unsere ganze Technik, die uns einerseits hilft, andererseits zum Beispiel durch Energie- und Ressourcenverbrauch jede Menge extremer Probleme schafft. Und diesen Gedanken der Nachhaltigkeit, wenn ich den mit dem Gedanken der Lebenskunst verbinde – wozu ich raten würde – ich weiss nicht, was da für ein Begriff daraus entsteht, aber es ist wahrscheinlich nicht der klassische Begriff von Lebenskunst, den man dabei im Auge hat.

MH: Ja, ich hacke jetzt ein bisschen auf dieser Kategorisierung herum. Nicht weil ich ein Fan von Labels und Kategorisierungen bin, sondern weil Sie an verschiedenen Orten dafür plädiert

haben, dass meditative Praktiken auch in der Schule gelehrt werden sollen. Und da könnte man jetzt sagen: Was soll das denn? Ist das dann sowas wie Religionsunterricht und buddhistische Indoktrination? Oder ist das so etwas wie Sportunterricht? Im Sportunterricht wird man körperlich fit gemacht und im Meditationsunterricht wird man dann, was die Konzentrationsfähigkeit angeht, fit gemacht? Also besteht nicht die Gefahr, wenn man Meditation als Schulfach einführt, dass man dann entweder in die rituelle Kiste gesteckt wird und die Eltern sagen, jetzt kommen hier die Buddhisten und wollen unser christliches Abendland unterminieren; oder dass man in die Selbstoptimierungskiste gerät und sagt, jetzt wird der Sportunterricht auch noch durch den Konzentrationsunterricht ergänzt. Also braucht man nicht so ein Label, um die Integration der meditativen Praxis ins Bildungssystem rechtfertigen zu können?

GS: Das ist richtig. Und beides wird einem um die Ohren gehauen. Gott sei Dank gibt es inzwischen sehr viele Untersuchungen schon über Achtsamkeitstraining in Schulen. Und da hat der Philosoph Thomas Metzinger in meinen Augen wirklich einen sehr klugen Begriff gefunden; nämlich «Bewusstseinskultur». Um gut handeln zu können, muss ich wissen, wie ich in bestimmten Situationen reagiere. Also ich muss in der Lage sein, in so einer Art Selbst-Monitoring-Verfahren zu wissen, jetzt bin ich sehr ängstlich, deshalb interpretiere ich die Situation, in der ich bin, auf eine bestimmte Art und Weise. Jetzt bin ich sehr überschwänglich, und mache es genau in die andere Richtung. Bewusstseinskultur bedeutet eigentlich nichts anderes als; ich lerne bestimmte Bewusstseinszustände kennen – auch Bewusstseinszustände, die normalerweise in unserem Alltag nicht so häufig vorkommen, also so was wie Stille beispielsweise –, und ich stelle mir gemeinsam mit anderen die Frage, welche Bewusstseinszustände sind eigentlich erstrebenswert. Darüber wird in unserer Kultur relativ wenig gesprochen. Und es gibt durchaus Bewusstseinszustände, die mich erkennen lassen, welche Gedanken und Handlungen zum Glück beitragen können – auch dazu beitragen können, zum Beispiel, dass es anderen und mir wohlergeht –, und solche, die das eher zerstören. Das ist übrigens eine Definition, die der tibetische Mönch und Wissenschaftler Matthieu Ricard verwendet. Also, dass Weisheit zu tun hat mir einem Unterscheidungsvermögen, das uns erkennen lässt, welche Gedanken und Handlungen zu echtem Glück beitragen und welche es zerstören. Und da spielen meiner Ansicht nach Bewusstseinszustände eine wichtige Rolle. Und wenn es beispielsweise darum geht,

Probleme des Mobbing in der Schulklasse aufzuarbeiten, oder Formen der Auseinandersetzung oder der Lernschwierigkeiten, da spielen immer Bewusstseinszustände eine bedeutsame Rolle. Und ich muss im Grunde genommen lernen, Bewusstseinszustände wahrzunehmen, Bewusstseinszustände einzuordnen und auch mit ihnen umgehen zu können. Und das kann ich tatsächlich im weitesten Sinne durch Achtsamkeits- oder Meditationstraining machen. Wie man das dann nennt im Einzelnen, das ist wahrscheinlich letztlich eher Marketing und politische Verpackung als tatsächlicher Inhalt.

MH: Aber das ist dann ja vielleicht so etwas ähnliches wie die Bildung einer Person. Persönlichkeitsbildung war ja auch etwas, was in Schulen angestrebt wurde, heute vielleicht ein bisschen altbacken klingt. Aber ist Bewusstseinskultivierung – die Fähigkeit, die eigenen Bewusstseinszustände wahrnehmen zu können – nicht so etwas ähnliches, wie die Bildung einer Persönlichkeit?

GS: Ja. Also habe ich überhaupt kein Problem damit. Deshalb mag ich auch den Bildungsbegriff, wenn man ihn wirklich auf umfassende Art und Weise versteht. Also wenn ich es polemisch ausdrücke, habe ich das Gefühl, das, was in unserem Schulsystem im Moment als Bildung verstanden wird, ist im Grunde genommen abrichten für eine bestimmte Form wirtschaftlicher und technischer Performance. Das ist aber nicht das, was in dem Bildungsbegriff, den Sie jetzt verwenden, gemeint ist.

MH: Nun weiss ich aus anderen Gesprächszusammenhängen, dass Sie selbst seit Jahrzehnten meditativen Praktiken nachgehen, Koan-Schulung durchlaufen haben, also diesen Bildungsprozess zu einem Teil hinter sich gebracht haben. Und ich würde gerne zum Schluss fragen, wie Sie selbst den Effekt – wenn man das so sagen kann – beschreiben würden. Also glauben Sie, dass Sie die Veränderung, die an Ihrer eigenen Person stattgefunden hat durch diese Praktiken öffentlich darstellen können? Dass Sie darüber berichten können, was eigentlich passiert, wenn man selbst so etwas durchläuft?

GS: Das ist schwer zu beantworten, weil man im Grunde genommen sich mit sich selber vergleichen muss, unter der Prämisse, man hätte nicht meditiert; und das über lange Jahre. Ja, aber die Frage ist, kann man den verlängern? Die einfache Antwort auf Ihre Frage ist, ich

würde sagen, ja, es hat mich verändert. Es hat mich auch nachhaltig verändert. Und ich glaube, es hat mich, wie soll ich sagen, erträglicher gemacht. Also mein Zen-Meister sagt immer, wenn du wissen willst, ob du wirklich Fortschritte machst, frag deine Frau, frag deine Kinder, frag die Leute, mit denen du arbeitest, die können dir das sagen. Ich glaube, dass da viel dran ist. Weil man merkt es tatsächlich am alltäglichen Verhalten, wie man kommuniziert, wie man auf Dinge reagiert, wie egoistisch man handelt, wie sehr man in der Lage ist, davon abzusehen. Und ich würde sagen, das hat mich sehr verändert. Würde ich es anderen empfehlen? Ja, ich würde empfehlen, dass man Formen von meditativem Training, die in diese Richtung gehen – es muss ja überhaupt nicht Zen sein, es kann auch etwas anderes sein – tatsächlich in Schulen unterrichtet. Ich glaube, dass das eine unbedingt notwendige Fähigkeit ist, um mit den Problemen, die wir im Moment haben – und damit meine ich Klimawandel, Krieg, zunehmende Ängste, Ressourcenprobleme, Artensterben – um mit diesen Problemen, die sehr bedrängend sind, die uns Angst machen, die uns in Panik geraten lassen, die uns depressiv machen, um mit solchen Wirkungen besser umzugehen. Ich glaube, dass das unerlässlich ist. Ersetzt das im Extremfall eine Therapie? Nein, ersetzt es nicht. Es ist keine klassische, im psychiatrischen Sinn therapeutische Intervention, obwohl solche Verfahren zum Beispiel in der Behandlung von Depression zunehmend ja eingesetzt werden. Aber ich glaube, es ist wirklich notwendig, um nennen wir es mal gelassener, entspannter mit den Problemen umzugehen, vor die uns komplexe Situationen stellen. Und das ist genau das, was wir im Moment haben. Und wir müssen in Zukunft, glaube ich, zunehmend mit der Einsicht umgehen, dass wir Schuld auf uns geladen haben, dass wir versagt haben, dass wir mit unserer Rationalität, von der wir glaubten, sie kann alles beherrschen, sehr viel falsch gemacht und zerstört haben. Und jetzt suchen wir dazu natürlich eine Alternative. Und die haben wir erstmal nicht. Die ist nicht vorgesehen in unserer klassischen Bildung und in unseren klassischen, regelorientierten – das schliesst dann an den Anfang unseres Gesprächs an – Vorstellungen von Lebenskunst oder Lebensführung. Und deshalb glaube ich, dass dieses alternative Angebot, diese Möglichkeit der Veränderung der Lebenseinstellung für uns langfristig von ganz grosser Bedeutung ist. Wenn wir heute über Transformation reden, reden wir nicht über die Transformation unseres Bewusstseins. Ich halte das für einen elementaren Fehler. Weil wir, wenn wir über Transformation reden, auch über die Transformation unseres Bewusstseins reden müssen. Denn wir werden in Zukunft alle weniger haben. Wir werden verzichten müssen. Uns werden

Dinge weggenommen werden, die uns lieb sind. Und damit werden wir in Zukunft umgehen müssen, ohne den ganzen Tag zu jammern oder in Depressionen zu verfallen. Das wird keine einfache Zeit.

MH: Erträglicher zu werden für seine Mitmenschen und vielleicht auch für die anderen Lebewesen, wie Tiere und Pflanzen, die wir als Menschen auf diesem Planeten ja ziemlich geplagt haben in den letzten Jahrhunderten, ist vielleicht gar nicht die schlechteste Explikation von Weisheit. Wir sind schon am Ende unserer Zeit. Ich danke Ihnen, Herr Scobel, für die Reflexion und auch für die persönlichen Auskünfte am Schluss.

GS: Gerne. Wenn ich einen Satz noch sagen darf...

MH: Sicher.

GS: Man kann es auch positiv wenden und sagen, man kann freundlicher, mit uns, mit anderen Menschen und mit Lebewesen und Dingen umgehen. Das ist vielleicht auch eine einfache Umschreibung, sehr anwendbar in der Praxis, nicht immer leicht durchzuführen.

MH: Wunderbar.

GS: Ich danke Ihnen übrigens für das Gespräch.

MH: Vielen Dank.

FM: Ich hoffe, Sie liebe Zuhörerinnen und Zuhörer hatten Freude am heutigen Gespräch, auch im Vergleich zum sonst üblichen Format. Schreiben Sie uns doch Ihre Meinung dazu an metis@phil.gess.ethz.ch. Ich möchte Sie ausserdem dazu einladen, weiteren Wisdom Talks zu folgen, sowie sich neugierig auf die medialen Angebote des Internetportals für interkulturelle Weisheitsliteratur und Weisheitspraktiken auf metis.ethz.ch zu stürzen; zum Beispiel über die direkt unter dem Podcast zu findenden Verlinkungen auf unsere Booklets zum Podcast. Vielen Dank für Ihre Zeit und auf Wiederhören. Der Podcast wurde produziert von Martin Münnich mit Unterstützung der ETH Zürich und der Udo Keller Stiftung, Forum Humanum in Hamburg.