

JULIAN JAYNES

EIN MODERNER BLICK AUF DIE MUTATION VOM MYTHISCHEN
ZUM MENTALEN BEWUSSTSEIN

In Erinnerung an sein vor 30 Jahren erschienenes Werk
The Origin of Consciousness in the Breakdown of the Bicameral Mind

JULIAN JAYNES
A MODERN LOOK ON THE MUTATION FROM THE MYTHIC TO THE MENTAL CONSCIOUSNESS
In memory of his work published 30 years ago

von

Ingo-Wolf Kittel, Augsburg¹

Julian Jaynes scheint der erste Wissenschaftler zu sein, der eine plausible, auf eine Fülle historischer Fakten gestützte und damit *empirische psychologische Theorie* der historischen Entwicklung des menschlichen Bewusstseins vorgelegt hat. Denn "natürlich", d.h. "von Natur aus" muss es einen Übergang vom tierischen zum menschlichen Bewusstsein gegeben haben.²

Es könnte sogar sein, dass noch heute jeder Mensch diese Entwicklung durchläuft; denn das Bewusstsein von Kleinkindern in den ersten drei Lebensjahren ist dem von Tieren auffallend ähnlich, wenn nicht gleich, jedenfalls sehr viel ähnlicher als dem von erwachsenen Menschen. Als Erwachsene sind wir nämlich auf eigentümliche Weise *selbstbewusst* und zu einer persönlichen *Autonomie* und *Souveränität* fähig, wegen der wir nicht mehr wie Kinder und Kleinkinder in Abhängigkeit von anderen oder auf Umstände "re"-agieren, sondern wegen der wir im besten und umfassendsten Sinn des Wortes *selbständig* agieren können: weil wir zu *selbstbestimmtem Handeln* auf der Grundlage von *Selbstkenntnis* und *-erkenntnis* fähig sind, zu *Selbstverstehen*, *Selbsteinschätzung* und *-beurteilung*, zu *Selbstkritik* und *Selbstvertrauen*, zu einer *Selbstsicherheit*, aufgrund der *Selbstbehauptung* nicht *auf Kosten* anderer, sondern in frei gewählter und abgesprochener Kooperation *mit* anderen möglich ist.

Jaynes explizite Orientierung am Entwicklungsgedanken stellt seine Überlegungen, so scheint mir, in einen gewissen Gegensatz zu denen von Jean Gebser. Gebser seinerseits hat sich nämlich – soviel ich weiß (im Hinblick auf sein Werk bin ich alles andere als ein Experte) – bemüht, verschiedene Wahrnehmungsweisen und Wissenskonstellationen, die im menschlichen Bewusstsein vorkommen oder vorkommen können, anhand struktureller Eigenheiten in ihren Eigenheiten und Zusammenhängen herauszuarbeiten, Kombinationen von *Bewusstseinsinhalten* also und weniger wohl, wenn überhaupt die Eigenschaften von

¹ Überarbeitete Fassung des Vortrags des Autors auf der Jahrestagung der *Jean Gebser Gesellschaft* 2006
Gibt es Wege zum Integralen Bewusstsein? am 6. Oktober 2006 in Augsburg.

² Will man nicht annehmen, *dass der Geist vom Himmel fiel oder herabstieg...*

Bewusstsein selbst. Ist dieser Eindruck richtig, gehen die Überlegungen von Julian Jaynes über die von Jean Gebser in dieser Hinsicht hinaus, umfassen insofern vielleicht mehr als Gebser intendiert hat.

Ein Vergleich, gar noch ein eingehender Vergleich der Ergebnisse der Überlegungen der beiden Bewusstseinsforscher ist hier nicht möglich, zumal er zunächst umfangreiche Vor- und Forschungsarbeit erforderte. Nachstehend soll zum Anstoß der Diskussion lediglich der bescheidene Versuch unternommen werden, die Ansichten von Julian Jaynes in ihren Grundzügen zu explizieren und zu erläutern, natürlich nur soweit, wie ich sie selbst erfasst und verstanden habe; denn bei der Beschäftigung mit Fragen des Bewusstseins betreten wir vermintes Gelände, ein Gebiet voller Fallen und Hinterhalte und kaum zu übersehender Weite.

Bewusstsein ist nämlich heute noch für Philosophen und Psychologen das, was für Theologen Gott ist: ein *Rätsel*, ein *Mysterium*, ein verlockendes und verführerisches gar, aber auch ein vertracktes Thema, das zu *Mystifikationen* geradezu einlädt, die ihrerseits dazu verführen, meist ohne erkennbare Rücksicht auf Herkunft und Bedeutung dieses Begriffes von *Mystik* zu sprechen. Geistesgeschichtlich gilt deswegen das Wort "bewusst" und der davon abgeleitete Begriff "Bewusstsein" heute – so formuliert es ein gründlicher Kenner der Materie – als "*einer der philosophie- und psychologiehistorisch am meisten belasteten Ausdrücke.*"³

Entsprechend viel Aufmerksamkeit findet momentan die derzeit wieder moderne, um nicht zu sagen wieder einmal modische⁴ Lösung des angeblichen Rätsels unseres Bewusstseins, die heute – bis in die *Neurophilosophie* hinein – in den überall aus dem Boden gestampften *Neurowissenschaften* propagiert wird. Diese meist als naturalistisch⁵ bezeichnete, genau besehen jedoch szientistische⁶ Lösung besteht bemerkenswerterweise jedoch in der Eliminierung des Problems der Erklärung des Bewusstseins, und das auf die denkbar einfachste Weise, nämlich durch bloße Definition. Denn Hirnforscher erklären Bewusstsein nicht; sie erklären Bewusstsein vielmehr *zu etwas*, und zwar *zu einer Gehirnfunktion*. Nur erklärt eine Erklärung, die ersichtlich in einer sprachlichen Ersetzung eines Begriffes durch einen anderen, mithin in schlichter Umbenennung besteht, offensichtlich wenig, wenn überhaupt etwas, zumal sie etwa so sinnvoll ist wie etwa den olympischen Zehnkampf *zu einer Muskelfunktion* zu erklären oder gar *durch Muskelaktivität* zu erklären.⁷

Um die Ergebnisse, zu denen Julian Jaynes aufgrund seiner Untersuchungen gelangt ist, zu erläutern, erscheint es zweckmäßig, die wesentlichen Eigenschaften kurz aufzuführen, die für unser Bewusstsein konstitutiv sind. Wegen der gebotenen Kürze beschränke ich mich darauf, die hier relevanten Einzelheiten in gewöhnlicher Umgangssprache einfach der Reihe nach anzuführen.

³ Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, S. 85

⁴ Herbert Schnädelbach: *Drei Gehirne und die Willensfreiheit. Pseudoaufklärung im Gewand der Wissenschaft: Die neu aufgewärmte immergleiche Geschichte vom Determinismus diesmal in neurophilosophischer Variante*. Frankfurter Rundschau von 25. Mai 2004

⁵ Geert Keil und Herbert Schnädelbach (Hrsg.): *Naturalismus - Philosophische Beiträge*. Suhrkamp, Frankfurt 2000 (stw 1450)

⁶ s. ebd. den einleitende Text *Naturalismus* S. 7ff

⁷ vgl. Bennett, Max und Peter M. S. Hacker: *Philosophical Foundations of Neuroscience*. Blackwell, Oxford 2003, pp. 239-271, 293-322, insb. pp. 323-351, u. Dieter Sturma (Hrsg.): *Philosophie und Neurowissenschaften*. Suhrkamp, Frankfurt 2006 (stw 1770)

Bewusstsein

Zunächst und sozusagen *grundsätzlich* ist mit Bewusstsein *Wachheit* gemeint.⁸ Wachheit besteht aus psychologischer Sicht darin etwas *wahrzunehmen*, d.h. wahrzunehmen, was die eigenen Sinnesorgane registrieren, oder kurz: *mitzukriegen, was ist* – was für uns *wahrnehmbar ist* und von uns deswegen wahrgenommen werden *kann*.⁹

Von der *Wachheit* kennen wir sodann eine große Anzahl verschiedener Ausprägungsgrade; willkürlich genannt seien: schläfrig, dösig, tranig, (tag)träumerisch oder geistesabwesend, wach, hellwach, überwach oder vielleicht noch "hochgradig alarmiert". Weiterhin wird *alltagspsychologisch* auch schon zwischen dem Zustand ungerichteter, sozusagen *allgemeiner Wachheit* – oder *Offenheit* – und *gezielter Wahrnehmung* unterschieden, also *auf etwas gezielt ausgerichteter Wahrnehmung*. In dieser Hinsicht wird üblicherweise von *Aufmerksamkeit* und *Konzentration* gesprochen. Gemeint ist der Unterschied, den wir sprachlich oft mit einer simplen Vorsilbe andeuten, nämlich der zwischen hören und *hinhören* oder *hinsehen* und *sehen*.¹⁰

Von besonderer Bedeutung ist in diesem Zusammenhang unsere Gewohnheitsbildung, unser *Lernvermögen*. Im Abgrenzung zu angeborenen *Reflexen* versteht man unter *Gewohnheit* gewöhnlich eine eingeübte oder auf andere Weise *gelernte* Bewegungsweise; doch ist in Ausweitung dazu jede *gelernte* Aktivität, die wir *wiederholt* zeigen (können), als Gewohnheit anzusehen. Wenig Beachtung findet dabei gewöhnlich, dass auch *Erinnerungen* in Wiederholungen bestehen! Nur handelt es sich bei *Erinnerungen* ihrer Bezeichnung entsprechend um *innere* Wiederholungen ("im Kopf"), und zweitens um *Wiederholungen ehemaliger Wahrnehmungen*; denn Erinnerungen sind *Imitationen von Wahrnehmungen*.¹¹ Zum Verständnis der Überlegungen von Jaynes ist es erforderlich, dabei nun folgende Zusammenhänge im Auge zu behalten.

Als Imitationen einstmals im konkreten Lebenssituationen real gemachter Wahrnehmungen beziehen sich Erinnerungen immer auf Wahrnehmungen, die wir davor, zu anderer Zeit also oder "in der Vergangenheit" gemacht haben, wie wir uns auch ausdrücken. Andererseits ist es aber trivial, dass aktuelles Erinnern als solches selbstverständlich selbst auch wahrgenommen wird, ebenso jede einzelne dabei produzierte Erinnerung. Insofern "sind" Erinnerungen für den Erlebenden gleichzeitig immer aktuelle Wahrnehmungen bzw. werden als solche wie andere Wahrnehmungen erlebt, wenn auch gegenüber äußeren Wahrnehmungen meist in einer deutlich geringeren Intensität ähnlich wie sonstige Wahrnehmungen aus dem Körperinneren.

⁸ im Unterschied zum *Schlaf*, der häufig ebf. als *Bewusstseinszustand* bezeichnet wird. Bei derartig weiter Verwendung des Begriffes *Bewusstseinszustand* würde es sich beim Wachwerden um die wichtigste, wenn nicht einzige *Bewusstseinsveränderung** (s. Postskriptum) in einem spezifischen Sinn dieses Begriffes handeln; denn obwohl auch im Schlaf alle Sinnesorgane weiter "funktionieren", bemerkt ein Schläfer während seines gesamten Schlafens nichts davon: Darauf bezieht sich die umgangssprachliche Redeweise, er wisse nichts oder habe *kein Bewusstsein* davon, was seine Sinne während seines Schlafes registrieren. Derselbe Sachverhalt lässt sich auch so ausdrücken, dass ein Schläfer keine - jedenfalls keine *bewusste* - Wahrnehmung habe; denn Wachheit besteht in allen Graden genau darin, dass jemand *auch* wahrnimmt, was seine Sinnesorgane bei voller Gesundheit unablässig registrieren.

⁹ s. hierzu Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, Teil II, 2 - *Kognitive Psychologie* - Kap. 2.1 Wahrnehmung

¹⁰ Es ist ebenso interessant wie vielsagend, dass es diese einfache sprachliche Differenzierung nur für die beiden Fernsinne Sehen und Hören gibt. Zur Rolle von Aufmerksamkeitsleistungen bei *Bewusstseinsveränderungen* s. Postskriptum*; ansonsten Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, Teil II, 2 - *Kognitive Psychologie* - Kap. 2.2 Aufmerksamkeit

¹¹ Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, S. 149 (Teil II, 2 - *Kognitive Psychologie* - Kap. 2.3 Vorstellung)

Das Besondere daran: Erinnernte Erlebnisse aus der Vergangenheit in Form von momentanen Erinnerungen *wahrzunehmen* wie sonstige aktuelle Sinneseindrücke heißt, vom Erleben her – oder wie oft auch gesagt wird *gefühlsmäßig* – beides *nicht ohne weiteres (Wissen)* oder nur schwer unterscheiden zu können. Beides ist Erleben, wird auf dieselbe Weise erlebt, nämlich wahrgenommen, so dass von daher *gefühlsmäßig* für uns beides gleich erscheint, weil es sich einerseits gleicht und andererseits als *Wahrnehmung* sogar dasselbe ist. Deswegen sind nur bei Beachtung des Intensitätsunterschieds und vor allem des zeitlichen Bezug des Erlebten innere und äußere Erlebnisse jederzeit hinreichend sicher unterscheiden. Bleiben diese zeitliche Relationen unbemerkt wie beim Träumen oder auch nur unbeachtet, reagieren wir auf Erinnerungen wie auf alle inneren Vorstellungen bis hin zu realen Träumen, *wie wenn auch ihr Gehalt, das, was wir uns dabei vorstellen oder woran wir uns erinnern, aktuell real wäre*. Die Folgen sind höchst bemerkenswert und äußerst weitreichend.

Wenn wir nämlich auf aktuelle Erinnerungen an Vergangenes reagieren, reagieren wir in diesem Moment auch auf das Vergangene, wie wenn es existierte!

Alles hängt dabei selbstverständlich von der Art unseres Reagierens auf unsere Erinnerungen ab. Werden die zeitlichen Beziehungen, die dabei eine Rolle spielen, hinreichend genau beachtet, entwickelt sich ein differenziertes *Zeitbewusstsein*. Werden sie außer Betracht gelassen, übersehen oder nicht erkannt, oder nicht einmal wahrgenommen wie in Träumen, sind Verwicklungen der verschiedensten Art möglich: die sich für uns gewöhnlich nachhaltig nachteilig auswirken nennen wir *neurotisch*; und für Ansichten, Meinungen, Überzeugungen und Gewissheiten, die wir deswegen entwickeln, haben wir sogar eine ganze Fülle von Bezeichnungen parat, etwa Einbildung, Illusion, Ausgeburt der Phantasie, Gaukelspiel, Wahn, Traum- oder Hirngespinnst, Spinnerei und was es alles bis hin zu Wolkenkuckucksheim oder Phantasmagorie sonst noch für Bezeichnungen dafür gibt, so zahlreich und wohlbekannt sind die Täuschungsmöglichkeiten, denen wir dabei ausgesetzt sind und unterliegen können.

Bewusstseinsverfassung früher Menschen

Julian Jaynes' Leistung besteht darin, dass er unzählige archäologische, kunsthistorische und vor allem literaturgeschichtliche Zeugnisse aller Art gesichtet und zusammengetragen hat, die Rückschlüsse auf Art und historisch fassbare Entwicklung jener psychischen Leistungen erlauben, von denen wir nicht wissen – und auch nicht hoffen können, dies jemals genauer in Erfahrung zu bringen –, *wann* sie wie etwa deutlich wahrgenommene Spontanerinnerungen oder Träume in der Menschheitsgeschichte erstmals aufgetreten sind. Wir können allenfalls erwarten, Hinweise darauf zu finden, wann sie frühen Menschen derart deutlich geworden sind, dass sie darauf reagiert haben, nämlich mit Verhaltensweisen, durch die sie irgendetwas Neues oder aber Ungewöhnliches schufen, was bis heute überdauert hat und *dadurch* für uns feststellbar ist.

Wir haben ja noch nicht einmal gesicherte Vorstellungen davon, wie sich Sprache bei den unseren Vorfahren herausgebildet hat, die – als *Primaten* – zunächst sicherlich genauso miteinander interagierten wie die heute lebenden, nämlich mithilfe einer Fülle von gestischen und damit visuell wahrnehmbaren Zeichen und akustischen, also stimmlichen Lauten. Im Hinblick auf Sprache überblicken wir gerade mal an die 5000 Jahre einer im Anfang höchst armseligen Zeichensprache durch Marken oder Markierungen, aus der sich die Schriftkultur entwickelt hat. Jaynes setzt für die Entwicklung der Lautsprache mehr als die zehnfache Zeit im Jungpaläolithikum an, in dem nach Hunderttausenden von Jahren der Benutzung von

Schabern, Faustkeilen und Wurfgeschossen aus Holz Gerätschaften aus Knochen und Geweih auftauchten, Schmuck, Wand- und Kleinkunst wie etwa Figuren und Felsenmalereien sowie die noch viel bemerkenswerteren Höhlenmalereien.

Wesentlich älter sind bekanntlich Totenbestattungen. Solche sind schon aus der Zeit vor ca. 200.000 Jahren bekannt. Von uns geläufigen religiösen Vorstellungen aus werden sie üblicherweise als erste Zeugnisse religiösen Denkens gedeutet, als wenn frühe Menschen schon so gedacht hätten, wie wir heute denken, wenn sie überhaupt schon das gemacht haben, wie wir unter *denken* verstehen!¹² Aus psychologischer Sicht ist dies nämlich gelinde gesagt unwahrscheinlich. Totenbestattungen dürften eher erste Zeichen für die emotionale Bindung von Überlebenden an die Verstorbenen und deren Hochschätzung sein; *denn wie elementar bereits unsere biologische Natur auf Beziehungen ausgerichtet ist, hat der Freiburger Psychosomatiker Joachim Bauer in seinem Buch "Prinzip Menschlichkeit" beeindruckend dargestellt.*¹³

Aus psychologischer Perspektive ergibt sich ein noch wesentlich interessanterer Aspekt: Aus wahrscheinlich unscheinbaren Anfängen heraus entwickelt aufwendigere Totenbestattungen könnten die ersten historisch fassbaren Hinweise auf *Spontanerinnerungen* früher Menschen sein! Denn beeindruckende Erinnerungen an Verstorbene, die sich bei bloßer Beobachtung wie Schlafende real einfach nur nicht mehr regen, in Form von lebhaften Tagträumen oder solchen in der Nacht könnten zu dem sinnfälligen *Eindruck* geführt haben, dass sie weiterexistierten.

Toten diesem *Eindruck* entsprechend bis hin zu Nahrungsmitteln oder sogar Tieren alles zu lassen oder sogar beizugeben, was sie als Lebende benutzt und benötigt hatten, ist zwar aus *unserer* Perspektive, die von *unserem* Wissen um den Tod und seine Folgen her bestimmt ist, ausgesprochen naiv. Man braucht sich aber nur vorzustellen, dass erste Bestattungen – deren Spuren dann die Zeiten nicht überdauert hätten – zunächst gar nicht *in*, sondern *auf* der Erde erfolgten und nicht einmal rituelle Bestattungen gewesen sein müssen, sondern nur darin bestanden zu haben brauchen, das Besitztum der Verstorbenen samt Nahrung lediglich neben sie hinzulegen oder noch einfacher liegen zu lassen und neben sie zu arrangieren – sozusagen für den Fall, dass sie sich wie sonst auch nach langem Schlaf wieder rühren sollten. Sie dabei vielleicht mit Schichten von Blättern oder Gras wie gewohnt zur Warmhaltung zu bedecken und diese irgendwann auch noch mit einer Schicht Erde – Jahrzehntausende später hat man ganze Hügel über ihnen errichtet – könnte aus dem schichten Impuls heraus erfolgt sein, sie samt ihren Besitz gegen Unbilden des Wetters oder gegen Tiere zu schützen, bevor der Rest der Horde zur eigenen Nahrungssuche weiterzog.

Genau deswegen erscheinen religiöse Deutungen dieser frühen Totenbestattungen so unrealistisch: das widersinnige und praktisch unsinnige, weil nutzlose und auch für die Weiterlebenden eher nachteilige Verhalten, Toten Waffen zu lassen und Nahrungsmittel aller Art beizugeben, kann keinesfalls auf Wissen und Verständnis, logischem Überlegen und sinnvollem Nachdenken beruht haben. Vielmehr spricht gerade die Nahrungsbeigabe in Gräbern für die Überlegung, dass sich Bestattungsgewohnheiten dieser Art aus einem Verhalten entwickelt haben, das zunächst ohne Wissen davon und Reflexion darauf zustande gekommen ist, dass es sich bei auf einmal reglosen Mitmenschen um Tote handelte. Dann war auch nicht *nötig* – so wenig wie dies vor so langer Zeit wohl schon *möglich* war – zu

¹² s. hierzu Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, Teil II, 2 - *Kognitive Psychologie* - Kap. 2.4 Denken

¹³ Joachim Bauer: *Prinzip Menschlichkeit* - Warum wir von Natur aus kooperieren. Hoffmann und Campe, Hamburg 2006

"denken", dass Tote auf andere Weise weiterlebten, abgesehen davon, dass unwahrscheinliche Gedanken dieser Art mangels differenzierterer Sprache auch nicht hätten mitgeteilt werden können, geschweige denn als gemeinsame Überzeugung bereits zur Verfügung gestanden hätten. Psychologisch liegt es viel näher anzunehmen, dass auch frühe Menschen in unmittelbarer Reaktion auf Erlebtes zunächst lediglich das gemacht haben, was noch heute grundlegendste Tendenz von uns allen ist: *weiterzumachen wie bisher* und damit *das, was man immer schon gemacht hat*.

Die Fähigkeit zur Selbstreflexion im doppelten Sinn diese Wortes, nämlich *selbst über sich selbst* nachzudenken, kann erst später und sicher erst nach einem langen Entwicklungsprozess aufgekommen sein. Jaynes kommt aufgrund seiner Studien zu dem erstaunlichen Schluss, dies sei in nennenswertem Ausmaß erst vor gut dreitausend Jahren geschehen! Noch provokativer ist seine Antwort auf die Frage, wie man sich den Bewusstseinszustand von Menschen vorstellen soll, die noch nicht die Fähigkeit zum Nachdenken entwickelt hatten. Lassen sich Menschen wie wir, aber ohne die Fähigkeit zu denken vorstellen?

Julian Jaynes geht genau davon aus und entwirft dazu einen *bikameral* strukturierten Bewusstseinszustand, den er in seinem Buch umfangreich zu begründen und durch historische Zeugnisse unterschiedlichster Art zu beweisen versucht. Die psychologisch wichtigsten Grundgedanken dazu seien im folgenden kurz skizziert.

Ausgangsbasis der Überlegungen von Jaynes ist folgende Feststellung: so wie Menschen vor Entwicklung der Fähigkeit, sich in einer sinnvollen Sprache zu verständigen, nur fähig waren, sich mit Gesten oder Rufen auf etwas in der Umwelt aufmerksam zu machen und hinzudeuten oder hinzuweisen, waren sie ohne die Fähigkeit zu denken ausschließlich auf sinnliches Wahrnehmen angewiesen. Wie Tiere, soweit wir wissen und beobachten können, lebten frühe Menschen demnach zunächst vollständig *im Modus des Wahrnehmens* wie wir dies übrigens *alle* als Kleinkinder am Anfang unseres individuellen Lebens heute noch tun, und zwar *über Jahre*.

Nach Jaynes ist ursprüngliche Bewusstseinsverfassung früher Menschen durch folgende Eigenheiten charakterisiert:

- Wenn innere Geschehnisse aller Art und damit auch alle Spontanerinnerungen für frühe Menschen nach Voraussetzung lediglich wie Wahrnehmungen von äußeren Geschehnissen erlebt wurden, muss auch angenommen werden, dass inneres Erleben und äußere Erfahrungen wenn nicht gleichartig so doch gleichgewichtig erlebt wurden; d.h. beides war für frühe Menschen entweder schon vom Erleben ununterscheidbar, oder sie konnten innere und äußere Erlebnisse nach ihrer Eigenart noch nicht unterscheiden; jedenfalls war es ihnen solange nicht möglich sie sachlich auseinanderhalten, bis die dazu nötige Unterscheidungsfähigkeit bei genügend vielen genügend weit entwickelt war.
- Bikameral strukturierte Menschen waren damit inneren und äußeren Erfahrungen unterschiedslos ausgesetzt, ja ausgeliefert. Reagieren konnten sie auf sie nur reflexhaft oder im Rahmen derjenigen Gewohnheiten, die sich auf der Grundlage angeborener Reflexe und der individuellen Lernfähigkeit naturwüchsig herausbildeten. Sie konnten deswegen auf die Ausbildung ihrer Gewohnheiten selbst auch noch keinen Einfluss nehmen. (Wir kennen das alle noch heute von uns selbst und ggf. auch von eigenen Kindern: kein Kind kann auf seine eigene Persönlichkeitsentwicklung selbst und gar gezielt Einfluss nehmen; selbst Erwachsenen ist dies nur mit erheblichem Aufwand möglich!)

- In diesem, wie Jaynes es ausdrückt,¹⁴ "Globalsystem" anhaltender innerer und äußerer Stimulierungen noch ohne jede Reflexion oder auch nur Ansatz der Fähigkeit dazu konnte sich der bikameral verfasste Mensch – wie ein Kleinkind – sich seines "Gewahrseins der Welt nicht gewahr,"¹⁵ werden, blieb solcherart mit ihr "unbewusst verstrickt", erlebte sie als die "Gesamtheit dessen, was ihm widerfährt", und sein eigenen Tun als "unabtrennbarer Bestandteil davon".
- Genau so war er auch seinen Erinnerungen – ihrer Eigenart als *eigene* Vorstellungen ebenfalls nicht gewahr – ausgesetzt. Erinnerungen in Form von Einfällen, Tagträumen oder, wie Jaynes vorwiegend annimmt, in Form von visionsartig einschließenden einprägsamen optischen Vorstellungen und solchen akustischer Art von nicht weniger beeindruckender Intensität erlebten bikamerale Menschen als bloße Widerfahrnisse, weit davon entfernt, mit ihnen schon aktiv umgehen zu können oder dieses Hantieren gar zu selbstverständlicher Gewohnheit gemacht zu haben, wie dies bei heutigen Erwachsenen normalerweise durchgehend der Fall ist.
- Bikamerale Menschen hatten damit noch keinen *Vorstellungsraum* ausgebildet und noch weniger zur Verfügung, insbesondere keinen, in dem speziell sie *selbst* vorkamen. Noch weniger konnten frühe Menschen sich "in" einer solchen selbst vorgestellten *Innenwelt* auf verschiedenste Weise agierend vorstellen und sich auf diese Weise innerlich spiegeln oder gar über sich nachdenken.
- Ohne *Vorstellung von sich* konnten frühe Menschen erst recht keine *subjektive, auf selbst gebildeten eigenen Vorstellungen beruhende individuelle und persönliche Eigenwelt* entwickeln, in dem sie *ein vorgestelltes eigenes Handeln* vor seiner realen Ausführung schon hätten probeweise durchspielen können.
- Auch andere Menschen kamen in dieser *Eigenwelt* nicht vor, und zwar aus dem einfachen Grunde, weil diese selbst gebildete und organisierte eigene *Vorstellungswelt insbesondere als gemeinsam geteilte Vorstellungswelt* noch nicht ausgebildet war und selbst Ansätze dazu solange nicht gegenseitig zur Kenntnis gebracht werden konnten, wie keine dazu taugliche Sprache oder andere Hinweismöglichkeiten zur Verfügung standen. Seine Mitmenschen erlebte der bikamerale Mensch als Bestandteil der ihn umgebenen Welt, Spontanerinnerungen an diese und darin vorkommende Mitmenschen deswegen *wie diese selbst*, solange er keine *eigene*, auf seinen Erinnerungen und Vorstellungen beruhende selbstgestaltete *Innen- oder Vorstellungswelt* ausgebildet hatte.
- Darauf aufmerksam machen konnte ihn auch niemand; seine Art zu erleben war der von anderen gleich. Selbst wenn dem einen oder anderen aufgrund größerer Neigung zur Introvertiertheit, d.h. Selbstbeobachtung und Fähigkeit dazu ein Unterschied in der Wahrnehmung innerer und äußerer Erlebnisse aufgefallen wäre: vor der Entwicklung einigermaßen differenzierter sprachlicher Mittel zur Bezeichnung innerer Erlebnisse standen ihm keine spezifischen Mittel zur Verfügung, andere auf etwas aufmerksam zu machen, was als sog. "inneres Geschehen" nur von ihm selbst wahrnehmbar war.
- NB: Vielleicht dienten auch die bekannten Höhlenmalereien ganz anderen als den bisher vermuteten Zwecken! Unter entwicklungspsychologischen Gesichtspunkten könnten sie nämlich dem Versuch gedient haben, in Zeiten, zu denen sprachliche Mittel für eine Verständigung über Erinnerungen noch nicht oder nicht ausreichend zur Verfügung standen, anderen *in der Tat*, und zwar durch Zeichnen und Malen zu *zeigen*, was sich Träumen oder im eigenen, *bei Augenschluss bekanntlich auch dunklen* Innern alles an Erinnerung- bzw. Vorstellungsbildern auftaucht – wenn das

¹⁴ Julian Jaynes: *Die Entstehung des Bewußtseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche*. Rowohlt, Reinbeck 1988 (und 1993, seitengleiche TB-Ausgabe mit dem verkürzten Titel *Die Entstehung des Bewußtseins*) S. 110

¹⁵ ebd. S. 98

Aufsuchen von Höhlen nicht sogar zur Provokation innerer Vorstellungen gedient hat! Aus heutiger Zeit ist ja bekannt, was in Isolationshaft und vor allem in den sog. Isolationstanks in recht kurzer Zeit alles an inneren Prozessen in Gang kommt und ziemlich deutlich werden kann.

Ich breche hier die Charakterisierung des psychischen Erlebens *präreflexiv* lebender oder *vorbewusster* Menschen ab. Sich dieses ohne Bezug auf die eigene, die heute jedem geläufige Bewusstseinsverfassung vorzustellen stellt enorme Herausforderungen an die eigene Imaginationsfähigkeit; muss man doch fähig sein, sich einen Bewusstseinszustand *ohne Vorstellen vorstellen* zu können...

Kulturentwicklung bei präreflexiven Menschen

Zu skizzieren steht dagegen noch an, dass und wie Jaynes auf der Grundlage seiner Rekonstruktion der Bewusstseinsstruktur früher Menschen die gesamte historisch fassbare Kulturentwicklung bis hin zum Auftauchen erster *literarischer Zeugnisse für die Fähigkeit zur Selbstreflexion*, und zwar erst vor etwa dreitausend Jahren in der Odyssee von Homer in seinem Buch darstellt. Die Herausforderung besteht darin, *diese Entwicklung als Ergebnis bloßer Gedächtnisleistungen* nach Jaynes *bikameral* strukturierter Menschen darzustellen. Dies tut er in folgenden Schritten, die hier nur in den wichtigsten Aspekten summarisch dargestellt werden können:

- Erinnerungsleistungen stellt sich Jaynes bei frühen Menschen, die auf bloßes Wahrnehmen beschränkt waren, von besonderer Intensität vor. Seine Begründung hierfür setzt auf verschiedenen Ebenen an, ist teilweise hoch spekulativ und entsprechend umstritten wie etwa sein provozierender und entsprechend oft auch aufgegriffener Vergleich dieser Intensität mit der von Halluzinationen schizophrener gestörter Menschen. Selbst wenn man Jaynes durchgehend so liest und versteht, dass er damit lediglich sagen wollte, dass man sich die innere Erlebnisweise bikameraler Menschen von einer *halluzinationsähnlichen Deutlichkeit und Intensität* vorstellen müsse, bleibt dies gewagt und dem ständigen Missverständnis ausgesetzt, dass es sich dabei um wenn nicht krankhafte, so zumindest sonderbare Erlebnisse handeln würde. Im Zusammenhang mit folgenden Einzelheiten dürfte aber auch ohne Rückgriff auf einen Vergleich mit Halluzinationen deutlich werden, um was es sich real handeln und von Jaynes auf alle Fälle auch gemeint sein dürfte.
- Erinnerungen bilden sich hinsichtlich Stärke und Dauerhaftigkeit bekanntlich entsprechend der Intensität der Erlebnisse heraus, die Anlass für ihre Erinnerungen waren.
- Wenn man die Kenntnisse von anderen Primatenhorden, insbesondere ihre soziale Organisation auf Alphasphäre hin analog setzt und annimmt, dass es auch in den menschlichen Urhorden so etwas wie "Leithammel" gab, hinter denen sich der Rest der Gruppe scharte, so werden sich auch Erinnerungen in besonderem Maße und nachhaltiger Intensität auf diese *aus der Gruppe herausragenden Individuen* bezogen haben.
- Dieser Umstand erklärt nach Jaynes das historisch feststellbare Faktum, dass sich in allen Kulturen eine in vielfältigsten Formen zu findende Ausrichtung, Verehrung und Pflege der Erinnerung nicht nur an die eigenen Vorfahren, sondern besonders der Erinnerung an dabei herausragende Personen feststellen lässt. Ahnenverehrung und Ahnenkulte haben hier ihre psychologische Wurzeln, wie Historiker schon immer

vermutet haben; nach Jaynes darüber hinaus aber auch die Entstehung sämtlicher auf Totenkulte und Jenseitsvorstellungen beruhender Religionen mit *Ideen gebenden und Gedanken einflößenden Geistern* aller Art und Provenienz, insbesondere solche mit *befehlenden Göttern* jedweder Prägung entsprechend den realen Erfahrungen mit erlebten Leitfiguren wie etwa Häuptlingen, Stammesfürsten, vielleicht auch Schamanen, Medizinmännern oder Priestern sowie später Königen und Kaisern, die ihre Legitimität bekanntlich bis weit in die Neuzeit hinein auf göttliche Ursprünge zurückführten.

- Erinnerungen verblassen bekanntlich; durch Erinnerungshilfen können sie aber immer wieder angeregt werden. Wir benutzen heute dazu vielfach Fotos von Verstorbenen oder gemalte Portraits. Nach Jaynes ist das Aufkommen von Figuren oder *Idolen* aller Art in der Geschichte der Menschheit, angefangen von kleinen Statuetten bis hin zu Statuen aller Größe auf dieselbe Weise, nämlich als primitive Erinnerungsstützen zu erklären – übrigens in bester Übereinstimmung mit Feststellungen im "Buch der Weisheit" des Alten Testaments.¹⁶
- Ähnlich erklärt Jaynes auch die Entstehung von *Erzählungen* über alle denkbaren Arten von Gestalten in den Erzähltraditionen aller Völker: *Geschichten* von real erlebten Menschen und ihren Leistungen bekamen im Laufe der Zeit auch Menschen zu hören, die keine eigenen Erinnerungen an diese Menschen hatten, und die nach Art der Flüsterpost beim Weitererzählen die ursprünglichen Erzählungen ständig weiter abänderten. Aus unterschiedlichsten Stimmungen und Gestimmtheiten heraus – wie etwa Begeisterung oder Bewunderung, Verwunderung oder naiver Beeindrucktheit – spontan zustande gekommene Überhöhungen und alle Arten von Übertreibungen oder Heroisierungen ergaben auf diese Weise im Laufe der Zeit *Sagen* und *Märchen* von sagenhaften Menschen, ins Riesige gewachsene Helden, ins Gigantische überhöhte Figuren und Leistungen, die immer wunderbarer und wunderlicher werden konnten, weil sie *durch keine kritische Reflexion begrenzt wurden und begrenzt werden konnten*. Bloße Analogbildungen führten schließlich zu *Erzählungen, Mythen* oder *Fabeln* von ausgesprochen menschenähnlichen Göttern, die erst Bergspitzen, dann sogar den Himmel und alle anderen Bereiche der Welt wie Wälder, Flüsse und Seen bis in eine phantasierte Unterwelt und schließlich ein nur noch sprachlich formulierbares, dem Diesseits stets auffällig ähnliches Jenseits quasi bewohnten, von wo aus sie mit Naturereignissen jeglicher Art in Verbindung gebracht wurden, die sie dann nach Menschenart aus spontanen Gefühlsreaktionen heraus wie Zorn, Rachsucht oder anderen Anwandlungen sehr menschlicher Art wie Eifersucht oder Hilfsbereitschaft mit List und Tücke, rücksichtsloser Gewalt oder auf andere Weise handelnd in Gang setzten.

Die Einzelheiten dieser hypothetischen Entwicklung werden von Jaynes psychologisch über weite Strecken in sich stimmig und von daher einleuchtend präsentiert, können aber hier nicht skizziert werden, zumal ihre an sich nötige breite wissenschaftliche Überprüfung in den zurückliegenden drei Jahrzehnten selbst in den USA kaum in Gang gekommen ist. Die Entstehung der heutigen Bewusstseinsstruktur, die vor allem darin besteht, dass Menschen *wie prototypisch Odysseus* in Homers Odyssee *eigene* Überlegungen und Reflexionen anstellten, kam nach Vermutung und Schätzung von Jaynes dadurch zustande, dass im Verlaufe historisch feststellbarer sozialer Verwerfungen und Umbrüche, Naturkatastrophen und Kulturbrüche während des zweiten Jahrtausends vor unserer Zeitrechnung immer mehr Menschen in ihrer gewohnheitsmäßigen und entsprechend unreflektierten Ausrichtung auf

¹⁶ *Buch der Weisheit* 14,12-21

Jahrzehntausende alte soziale Strukturen verunsichert und erschüttert wurden oder sogar vollständig verloren. Genötigt dazu, allein und auf sich selbst gestellt zurecht zu kommen sollen immer mehr Menschen in den Vordergrund der weiteren historischen Entwicklung getreten sein, die wie Odysseus eine über Ansätze dazu deutlich hinaus gehende Fähigkeit zu selbstständiger Initiative und dazu nötigen eigenen Überlegungen entwickelten.

Seitdem ist und erlebt sich der Mensch den Herausforderungen und Gefahren dieser Welt und seiner eigenen Natur allein gegenüber, ihr ausgesetzt und aufgefordert, damit auch selbständig zurecht zu kommen.

Bewusstsein und Erinnerung

Es dürfte ungeachtet aller Einzelfragen erkennbar geworden sein, worin der wesentliche Unterschied des uns bekannten zu dem von Jaynes bikameral genannten Bewusstsein früher Menschen besteht: *wir heutigen Menschen sind* – und das macht Jaynes an den beiden großen homerischen Epen Homers, der *Ilias* und *Odyssee* literaturwissenschaftlich fest – nachweislich seit etwa dreitausend Jahren in immer größerer Zahl *imstande, immer besser mit unseren eigenen Erinnerungen umzugehen* und sie immer mehr und weitgehender zu manipulieren. Diese innere Tätigkeit nennen wir heute *Denken*¹⁷, und bezeichnen unser Erinnerungsvermögen deswegen auch als *Gedächtnis*¹⁸; denn wir *denken an* das einmal Erlebte, wenn wir uns *darin erinnern* – *im Innern, genauer im Kopf, und imaginativ auch "in" unserer innerlich geschaffenen Innenwelt, die aus Vorstellungen oder Analogbildungen, wie Jaynes es eher ausdrückt,*¹⁹ *von der zuvor erlebten Umwelt besteht.*

Unter Bewusstsein verstehen wir seitdem nicht mehr nur die vollständig auf Wahrnehmung ausgerichtete Einstellung wacher *Bewusstheit!* Vielmehr beziehen wir den Begriff *Bewusstsein* heutzutage meist *auch noch* auf die Tatsache, dass wir gewöhnlich zu allen unseren Wahrnehmungen stets auch mehr oder weniger, aus früherer Erfahrung stammende

¹⁷ neben den bereits in Anm. 12 genannten Ausführungen von Dirk Hartmann in: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, S. 164-176 vgl. *Herkunftswörterbuch* des Grossen Dudens Bd. 7, Bibliographisches Institut, Mannheim 1963 S. 104, wo die Herkunft des Wortes *denken* von der idg. Wz. **teng-* mit u.a. der Bedeutung *empfinden* abgeleitet wird; damit verweist auch die Etymologie auf den Ursprung des Denkens in Erinnerungen an Erlebtes, die sachlich in *Vorstellungen* von vormals dabei Wahrgenommenem bestehen. Aus psychologischer Perspektive muss dabei jedoch keine derart enge Koppelung an *Zeigehandlungen* oder nach Hartmann *Zeichenhandlungen* bestehen oder gar an spezifische *Sprachhandlungen*, wie dies Hartmann auf S. 168 seines Lehrbuches annimmt; nach aller insbesondere psychotherapeutischer Erfahrung kann dabei auch an andere Einzelheiten des Erlebten *gedacht* werden.

¹⁸ ersichtlich abgeleitet von 'gedacht'

¹⁹ Julian Jaynes in: *Das Bewußtsein*. Erstes Buch, Kap. 2 von *Die Entstehung des Bewußtseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche*. Rowohlt, Reinbeck 1988 u.1993, S. 64-87

Kenntnisse, also anderes als aus der momentanen Wahrnehmung stammendes Wissen²⁰ *hinzudenken* oder *assoziiieren*²¹ bzw. dies zumindest tun *können*.

Unserer hochentwickelte Assoziationsfähigkeit bietet uns allerdings nicht nur großartige Möglichkeiten; vielmehr liegt in ihr auch eine enorme Gefahr. Vor ihr wird beispielsweise in der eigenartigerweise bis heute m.W. noch niemals psychologisch gedeuteten, gerade in dieser Hinsicht jedoch höchst bedeutsamen und vielsagenden Symbolik der biblischen Paradiesgeschichte, also bereits im Alten Testament gewarnt.²² Anderswo wird allerdings ebenso lange schon praktisch gelehrt, diese Gefahr methodisch präzise zu vermeiden, in die wir durch die Entwicklung bis zur heutigen Bewusstseinshöhe geraten sind. Das sei zum Abschluss noch kurz ausgeführt.

Konsequenzen

Sämtliches Wissen bis auf das aus momentaner Wahrnehmung stammt wie schon erwähnt aus der Vergangenheit. Sich auf Wissen zu verlassen, das aus Erfahrung stammt, heißt daher – genau besehen – sich auf etwas zu verlassen, was es nicht mehr gibt, was nicht mehr existiert, auf Nicht-Existentes also, oder ganz schnörkellos formuliert: *auf NICHTS*. Wer sich daher auf Denken verlässt steht in ständiger Gefahr, sich in unrealistischen Vorstellungen oder illusionären Gedankengebäuden und Assoziationen zu verlieren. "Sich darin zu verlieren" ist ein präzis treffender Ausdruck aus der Alltagspsychologie; denn was hier leicht verloren gehen kann, wenn man nicht "höllisch" aufpasst, ist der Kontakt zur Realität!

Kontakt zur Realität können wir nur auf eine einzige Weise herstellen: durch Wahrnehmung. Wer maximalen Realitätsbezug leben will, muss sich daher üben, in Verbindung mit seinen Wahrnehmungen zu bleiben und stetig auf das Wahrgenommene *zu achten*.²³

Es gilt also *gezielt* und *absichtlich*, in diesem umfassenden Sinn *bewusst*, aber jetzt sozusagen auf höherer Ebene strukturell denselben Bewusstseinszustand herzustellen, von dem die menschliche Bewusstseinsentwicklung ihren Ausgang genommen hat: eine panoramaartig *weite und vollständige Offenheit* gegenüber der Welt, um über ihre unablässig wache und

²⁰ *Wissen* leitet sich etymologisch wie engl. *wisdom*, lat. *video* oder griech. [w]idein ab von idg. *ueid- mit der Bedeutung *erblicken, sehen* und bedeutet damit *gesehen haben* - Wissen beruht damit auf der Fähigkeit sich Erlebtes wieder, d.h. erneut *vorzustellen*; dies bedeutet, *Wissen* besteht in einer Aktivität, die wir "im Kopf" mit dem Gehirn ausüben. Wissen kann schon von daher nicht *im* Gehirn nach Art von Getreidevorräten *gespeichert* sein. Diese Tatsache wird verschleiert durch den inflationären, weit über die technische Signalübertragung hinaus gehenden verdinglichende Rede von *Informationen*, die (stattdessen) angeblich *im* Gehirn *gespeichert* werden; zum Verständnis von Herkunft und Bedeutung des Begriffs *Information* s. Peter Janich: *Was ist Information?* - Kritik einer Legende. Suhrkamp, Frankfurt 2006

²¹ vgl. die traditionellen Ausdrücke für Bewusstsein im Griechischen und Lateinischen *syn(!)-aísthāsis* (*syn-eídesis, sýnesis*) und *con(!)-scientia* (*consciousness!*) - nach Jürgen Mittelstraß: *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie I*. Bibliographisches Institut, Mannheim 1980, S. 307

²² vgl. Ingo-Wolf Kittel: *Glauben ohne Glauben* auf: http://www.sgipt.org/sonstig/metaph/glaube/iwk_gl.htm oder http://www.kirchenkritik.de/archiv/glauben_ohne_glauben.html

²³ Für derartiges, aus ständiger Wahrnehmung stammendem *Wissen* (*aus Erfahrung*) könnte das uralte Weisheitssymbol der *Schlange* stehen: Schlangen haben mit ihrem gesamten Körper einen insofern vollständigen Kontakt zu ihrer Lebensgrundlage, bleiben also in Gänze und stets *auf dem Boden der Tatsachen* oder der *Erde*, dem ebenfalls uralten Symbol für *die harte Wirklichkeit* oder *Realität*, im Unterschied etwa zu einem *Vogel*, einem ebenso alten, den menschlichen *Geist* repräsentierenden Symbol für unsere Fähigkeit, sich in welcher Art und Weise auch immer etwas *vorzustellen*, wodurch wir uns *über* den Boden der momentanen Tatsachen *erheben* und sogar von ihm *absehen* (abstrahieren) können, aber auch imstande sind, vollständig von ihm *abzuheben*.

aufmerksame Wahrnehmung möglichst intensive Verbindung mit ihr zu halten oder bildlich formuliert: *um aus dem Denken herauszukommen und in die Realität wieder zurück zu finden.*

Das Paradies ist nicht verschlossen, eine Rückkehr also möglich; an seiner Pforte *wacht* nur der Cherubim oder *Engel mit dem flammenden Schwert*, dem auffällig wenig bekannten Symbol für konkretes *sehen* und geistiges *durchblicken* und darauf beruhendem *Wissen und Verstehen*.

Die Methode dazu hat Buddha gelehrt; es ist die einfache – wenn auch keineswegs ebenso einfach anzuwendende – *Übung von Achtsamkeit*.²⁴

²⁴ Vgl. Mahathera Henepola Gunaratana: *Die Praxis der Achtsamkeit*. Eine Einführung in die Vipassana-Meditation. Kristkeitz, Heidelberg 1996 (Kapitel 4 *Einstellung zur Meditation*, S. 49-54 ist online hier <http://www.watgiessen.com/index.php?lay=show&ac=article&Id=183676> zu erhalten); auch die Überlegungen Jean Gebsters zum "Wahren", speziell zum *ganzheitlichen Geschehen* (S. 26) der *Weltwahr-Nehmung* und *Weltdurchsichtigkeit* durch *aperspektivisches Wahrnehmen* oder... *integrierendes Durchsehen* oder *Durchblicken* (S. 25) scheinen nach Peter Gottwald Zitatenzusammenstellung unter dem Titel *Gibt es Wege zum Integralen Bewusstsein?* im *Gebser Rundbrief* - Informationsblatt der JGG Nr. 29 vom April 2006 (S. 25-27) genau hierauf hinauszulaufen: *durch das Wahrnehmen wird die nur hörbare und die nur schaubare und die nur sehbbare Welt als Ganzheit gegenwärtig. Und diese Gänzlichung gilt es zu verwirklichen.* (S. 26); vgl. Peter Gottwald: *Zen - was bleibt*. In: *Gebser Rundbrief* - Informationsblatt der JGG Nr. 27 vom Mai 2004, S. 2-3.

*s.a. Postskriptum

(*) POSTSKRIPTUM

- zur vieldeutigen Rede von *Bewusstseinsveränderungen*,
- zur Klärung der psychologischen Eigenart von *Bewusstseinsweiterung* und
- zur eindringlichen und nachdrücklichen Anregung, zwischen *Bewusstsein* und *Bewusstseinsinhalten* genügend zu unterscheiden

Die häufigste und deswegen bekannteste, vor allem entscheidende *Veränderung* unseres Bewusstseins stellt der tägliche Wechsel zwischen Schlaf und Wachheit dar. Eine Reihe von Gründen und Gesichtspunkten spricht dafür, diesen Wechsel sogar für die einzige *Bewusstseinsveränderung* anzusehen, die diese Bezeichnung verdient.

Üblich ist jedoch, auch die unterschiedlichsten Ausprägungsgrade allgemeiner *Wachheit* oder *Vigilanz* und Variationen des *Umfangs* von *Aufmerksamkeit* oder *Konzentration* als *Bewusstseinsveränderung* zu bezeichnen, und das einschließlich aller dabei sich ggf. ergebenden *Veränderungen individuellen Wissens und persönlicher Einsichten*. Nicht selten ist sogar von *Bewusstseinsveränderungen* die Rede, wenn es sich realiter um pathologische *Bewusstseinsstörungen* handelt

Besonders nachteilig wirkt sich dabei aus, dass von *Aufmerksamkeitsleistungen* kaum bekannt ist, wie eng oder weit *Aufmerksamkeitseinstellungen* realiter sein können. Es ist vor allem weithin unbekannt, dass auch jede Trance wie etwa die Hypnose ein hochgradiger *Konzentrationszustand* ist, der maximale, der im Zustand physiologischer Wachheit erreicht werden kann, allerdings nur unter besonderen Bedingungen.

Derart extreme Trancen sind lediglich selten und werden entsprechend wenig mit den vielfältigen Vorstufen dazu wie dem eher bekannten "geistige Wegtreten", "in sich Versinken" Tagträumen oder ähnlichem in Zusammenhang gebracht.

In maximaler Trance ist die Aufmerksamkeit ausschließlich auf das Erleben "innerer Bilder", spontan sich bildende oder von außen, etwa vom Hypnotiseur angeregte oder *suggestierte* Vorstellungen wie beim nächtlichen Träumen so hochgradig *eingengt*, dass die *Selbstwahrnehmung* wie im Schlaf vollständig reduziert und wegen ihres Fehlens auch keine an Selbstwahrnehmung gekoppelte *Selbststeuerung* mehr möglich ist. (Die "Tiefe" einer Hypnose oder genauer formuliert: die Vollständigkeit der hypnotischen *Aufmerksamkeitseinengung* kann deswegen beispielsweise durch Heben eines Arms des in hypnotischer Trance befindlichen Menschen geprüft werden: ist tatsächlich seine Wahrnehmung für sich selbst aufgehoben, bemerkt er die von außen herbeigeführte Veränderung der Position seines Arms nicht und behält sie bei; erst muskulären Erschöpfung führt dazu, dass der levitierte Arm langsam absinkt.)

Der Gegenpol zu jeder Art von Wach- oder tieferer Trance ist das von Chögyam Trungpa treffend so genannten *Panoramabewusstsein*,²⁵ die *Mahavipassana* als das "Gewahrwerden des umfassenden Gesamtbildes" statt einer "Konzentration der Aufmerksamkeit" auf Einzelheiten davon. *Konzentration* besteht wie jede Trance bis in ihre höchsten Ausprägungsgrade darin, Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Bereich der Wahrnehmung zu *begrenzen* oder zu *beschränken* und darauf zu *fokussieren* oder zu *zentrieren*. In Gegensatz dazu besteht das *Panoramabewusstsein* in maximaler *Ausweitung* oder *Ausbreitung* der Aufmerksamkeit, der *Öffnung* des Aufmerksamkeitsfokus auf das komplette zur

²⁵ Chögyam Trungpa: *Spirituellen Materialismus durchschneiden*. Theseus, Künsnacht 1989 S. 181ff (*Der Weg des Bodhisattva*); nach http://www.sustainability.org/sustainability/THEORY_DOCS/s-g_of_s-c.htm#_ftnref5 pp. 167ff des englischen Originals *Cutting through spiritual materialism*. Shambala Publ. Inc., Boston 1973; ähnlich zuvor schon in: *Jenseits von Hoffnung und Furcht*. Octopus, Wien 1978, S. 96 (Übers. v. *Glimpses of Abhidharma*. Shambala Publ., Boulder)

Verfügung stehende Wahrnehmungsspektrum oder wie auch formuliert werden könnte: in einer *Verteilung* der Aufmerksamkeit auf den gesamten zur Verfügung stehenden Wahrnehmungsbereich.

Eine derartige Leistung über längere Zeit und dabei auch noch stabil aufrecht zu erhalten, ist wohl nur durch gezieltes *Aufmerksamkeitsstraining* zu erreichen. *Aufmerksamkeit* ist die schnellstmögliche und subtilste psychische Leistung, zu der wir imstande sind. Sie ist von Natur aus vor allem auf alles Wahrnehmbare ausgerichtet, an dem sie solange *haften* bleibt, bis ein anderer Wahrnehmungsreiz sie "fesselt", wie der Volksmund plastisch formuliert. Aufmerksamkeit von sich aus *willentlich* und vor allem stetig selbst auszurichten steht daher vor besonderen Schwierigkeiten, zu der u.a. gehört, dass bereits Aufmerksamkeit benötigt wird, um zu üben sie *selbst* zu steuern.

Im Zusammenhang irgendeiner *Änderung* einer momentanen oder gewohnheitsmäßig eingenommenen *Aufmerksamkeits-* bzw. *Konzentrationseinstellung* zugleich von einer Veränderung des *Bewusstseins* zu sprechen, ist wenig sinnvoll weil leicht irreführend. Nach der unterschiedlichen Häufigkeit des Vorkommens der verschiedenen Ausprägungsgrade von *Bewusstheit* erscheint es zweckmäßiger, von *gewöhnlichen* und *außergewöhnlichen* Bewusstseinszuständen zu reden, wobei es sogar ratsam erscheint, genauer von *Bewusst h e i t szuständen* zu sprechen. Normalerweise lassen wir nämlich Grad und Umfang unserer momentanen *Aufmerksamkeit* in dem Ausmaß oberhalb der Schwelle zum Schlaf schwanken, das zur Ausübung alltäglicher Leistungen einschließlich der dabei erforderlichen *Beachtung* von Details der Lebensumstände nötig ist, in denen wir uns dabei befinden. Der amerikanische Bewusstseinsforscher Charles Tart bezeichnet den für den Alltag erforderlichen und ausreichenden und deswegen auch von dem meisten Menschen entwickelten Grad von *Bewusstheit* konsequent als *Alltagstrance*.²⁶

Ausgesprochen unzweckmäßig und wenigstens verwirrend ist es aber, sogar *Bewusstseinsstörungen* als *Bewusstseinsveränderung* auszugeben, wenn man diesem Begriff nicht einen völlig ausufernden und damit beliebigen Sinn geben möchte.²⁷ Durch die neutral lediglich erscheinende, tatsächlich jedoch verharmlosende und von "Interessierten" deswegen gern gebrauchte Ausdrucksweise wird verschleiert, dass nicht nur die angeblich bewusstseinsverändernde, real die Aufrechterhaltung der normalen Bewusstseinsfunktionen erschwerende Wirkung von Alkohol auf seiner Eigenschaft als Zellgift beruht; auch die mehr oder weniger psychotische Wirkung psychotroper Substanzen beruht auf einem massiven Eingriff in den normalen Hirnstoffwechsel. Der Vollständigkeit halber sei erwähnt, dass auch psychische *Belastungsreaktionen* bei Extremerlebnissen auf zumindest eine akute Gesundheitsbelastung, wenn nicht -gefährdung verweisen.

Dabei oder bei Operationen gemachte ungewöhnliche Erlebnisse, bei Unfällen und sonstigen Gefahrensituationen, die reflexartig hochgradige *Bewusstseinsengungen* mit *gleichzeitiger hoher Erregtheit* zur Folge haben, bei außergewöhnlichen Erfahrungen etwa bei Abenteuerurlauben oder Extremsportarten, bei der chemischen Manipulation von Hirnprozessen oder bei der neuerdings möglichen transcraniellen oder operativen cerebralen Elektrostimulation führen für sich allein wohl kaum zu einer, jedenfalls zu keiner physiologischen *Bewusstseins-* oder *Bewusstheitserweiterung*. Sachlich handelt es sich bei derartigen Erlebnissen in erster Linie um eine *Wissenserweiterung*, die durchaus weitreichende Auswirkungen auf Einstellungen und Überzeugungen Betroffener haben kann.

²⁶ Charles Tart: *Hellwach und Bewusst leben*. Scherz, Bern und München 1988, seit 1995 Arbor-Verlag Freiamt, Kap. 10; im Hinblick auf gemeinsam geteilte inhaltliche Elemente oder den Gehalt der *Alltagstrance* wie gleiche Denkgewohnheiten, Glaubens- und Überzeugungssysteme u.v.a. spricht er auch von *Konsensustrance*.

²⁷ Jedem *denkbaren* Sinngehalt des weithin derart beliebig verwendeten *Begriff* "Bewusstseinsveränderung" ebenso beliebige und beliebig viele *Realitätsebenen* gegenüber zu stellen - als hypothetische *Denkmöglichkeit* oder als fraglos unterstellte *Existenz* - hieße, aus der sprachlichen Vielfalt als Ausdruck des Fehlens einer allgemein akzeptierten Definition des Begriffs *Bewusstsein* (vgl. Anm. 2) auch noch eine *ontologische* Beliebigkeit zu machen. Logisch handelt es sich dabei um den bekannten Kunstgriff der *Reifizierung* oder *Vergegenständlichung* von Begriffen. Er hat seit jeher zur Folge, sprachliche Rede und Verständigung nur noch weiter zu erschweren und diejenige über *Bewusstsein* und seine Phänomene nahezu vollständig ins Dunkel unklarer Rede zu hüllen.

Bewusstseinsweiterung besteht psychologisch gesehen in *Aufmerksamkeitsweitung*, jedenfalls im spezifischen Sinn einer Weitstellung der eigenen *Wahrnehmung* oder anders ausgedrückt: der weitest gehenden *Öffnung* des *gewöhnlich begrenzten* Wahrnehmungsfokus.

Neben der dafür als Grundbedingung erforderlichen allgemeinen *Wachheit*, wegen der eine "gesunde Lebensweise" unabdingbar ist, bedarf es zur *Ausdehnung von Aufmerksamkeit* des unablässigen Bemühens um die Erweiterung des Bereiches der individuell gewöhnlich aufrecht erhaltenen Aufmerksamkeit, und zwar *entgegen* der unablässigen natürlichen Tendenz zur physiologischen *Engstellung* oder *Zentrierung* von Aufmerksamkeit (sie ist beispielsweise bei jedem Scharf- oder *Hinsehen* erforderlich) sowie gegen die noch bekanntere Tendenz zur *Reduktion* eines aktuell nicht erforderlichen Grades von Wachheit in Richtung eines abgesenkten Vigilanzniveaus bis hin zur Dösigkeit oder zum Wechsel in den Schlaf.

Unterstützung bei einem auf *Aufmerksamkeitsweitung* ausgerichteten *Aufmerksamkeitstraining* ist durch die natürliche Fähigkeit zur Gewohnheitsbildung möglich; praktisch ist deswegen stetige *Übung* sinnvoll. Gewohnheiten sind generell die Grundlage dafür, dass wir im Prinzip auch ohne äußere Veranlassung und damit von uns aus, also eigenständig all das wiederholen und damit tun können, was wir zuvor einmal auf irgendeine Anregung oder einen Anlass hin wiederholt getan oder auf einen Entschluss hin eingeübt haben (*Fähigkeiten* oder *Fertigkeiten* sind real nützliche Gewohnheiten). Man könnte es das Geheimnis allen Lernens nennen: Lernen ermöglicht prinzipiell, von Umständen und anderen Personen *unabhängig oder frei* und somit im besten Sinn dieses Begriffes *selbständig* zu werden.

In begrenztem Ausmaß sind dazu selbst Tiere imstande, die über ein höher entwickeltes Nervensystem verfügen; alle Säugetierjungen verlassen irgendwann die Elterntiere. Allerdings muss man auch – und das ist der nun der entscheidende Punkt – auf irgendeine Weise darauf kommen, es irgendwie *bemerken, erfassen und sich merken*, oder in anderer Ausdrucksweise: man muss sich dessen *gewahr und bewusst* werden und bleiben, dass man *auch von sich aus aktiv werden und agieren* kann und *nicht* auf Impulse innerlicher oder Anregungen äußerer Art zu warten braucht, auf die man dann reflexhaft oder gewohnheitsmäßig *re-*agiert. *Wissen* um die Möglichkeit *selbst initiierten* Tuns ermöglicht, von sich aus *tätig* zu werden und damit in spezifischem Sinn zu *handeln*²⁸ – rational überlegt, zweckmäßig, gezielt und willentlich und vielleicht sogar vernünftig.²⁹

Lebewesen, die sich dieses Umstandes nicht oder noch nicht gewahr sind wie Kleinkinder, *verhalten* sich lediglich. In ihrem reflexhaften Reagieren auf innere oder äußere Reize bleiben sie in angeborenen oder erworbenen (gelernten) Reiz-Reaktions-Konstellationen gefangen oder *verhaftet*.

Bei uns Menschen entwickelt sich dagegen etwa im vierten bis fünften Lebensjahr eine weitere und womöglich sogar einzigartige, jedenfalls für uns typische Fähigkeit: ältere Kleinkinder beginnen in diesen Jahren nach und nach auch von sich aus von Erlebnissen zu *erzählen*, die sie zuvor und damit zu anderer Zeit beispielsweise am Vormittag im Kindergarten hatten. Neben einer dazu nötigen sprachlichen Ausdrucksfähigkeit setzt die Fähigkeit zu Erzählungen, Berichten und Geschichten von vorgängigen Erlebnissen wenigstens zweierlei weitere Fähigkeiten voraus.

Zum einen müssen wir dabei imstande sind, *neben* Ereignissen in unserer Umgebung mehr oder weniger aufmerksam auch *innere Vorgänge wahrzunehmen* oder zu *fühlen*, wie alltagspsychologisch meist für die *Selbstwahrnehmung* gesagt wird (auch *spüren* oder *empfinden*). Insbesondere ist dazu erforderlich, sei es spontan sich einstellende, sei es durch Nachfragen anderer oder selbst gezielt angeregte *Erinnerungen*³⁰ zu bemerken, sie als solche zu erkennen und zu identifizieren sowie sich in seinem Reden konsequent auf sie zu beziehen.

²⁸ Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, S.42ff, insb. 64-81

²⁹ Die hierfür nötigen Reflexionen führen unmittelbar zur Philosophie - s. Jürgen Mittelstraß: *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie*. Band 4. Metzler, Stuttgart 1996, S. 519: "Die Geschichte der Versuche, die Möglichkeiten menschlicher Vernunft zu rekonstruieren, ist die Geschichte der Philosophie selbst."

³⁰ Dirk Hartmann: *Philosophische Grundlagen der Psychologie*. WBG, Darmstadt 1998, S. 200-214

Entscheidend an Erinnerungen ist nun die im wörtlichen Sinn verstanden *Tatsache* oder Tätigkeit, dass wir dabei sprachlich darstellen oder "wiedergeben", was wir uns *gleichzeitig* erinnernd oder – wie umgangs- bzw. alltagssprachlich auch gesagt wird – "innerlich", "in der Erinnerung", "im Geist" oder Kopf sei es unwillkürlich oder aber absichtlich *vorstellen*.³¹ Es ist genau diese, aus verwickelten historischen Gründen und gegen den ursprünglich *emotionalen* Sinn³² dieses Wortes "geistig" genannte innere *Vorstellungs-* oder *Imitationsfähigkeit*, die uns ermöglicht, sich an Träume in der Nacht zu *erinnern*, just damit auch anzufangen *am Tag zu träumen*, darüber *Phantasie* zu entwickeln sowie *Gedankenspiele*³³ jeglicher Art – Voraussetzung und Grundlage von *Kreativität* und *Gedankenfreiheit* als Voraussetzung aller *Kultur und Wissenschaft*.³⁴

Seitdem sind wir nicht nur imstande, zu jeder momentanen Wahrnehmung irgendetwas *hinzu* zu denken oder zu *assoziiieren*; wir sind damit gleichzeitig auch in ständiger Gefahr, Wahrnehmungen mit Kenntnissen aus anderen Quellen zu vermengen und zu vermischen oder sogar durcheinander zu bringen, *wie immer auch umgekehrt*: weniger auf Wahrnehmungen selbst als vielmehr *auf durch sie angesprochene Erinnerungen, Vorstellungen, Ansichten oder Überzeugungen und sonstigem Wissen aus anderen Quellen zu reagieren*.

Selbstverständlich können auch *Bewusstseinsinhalte* aller Art wie eben Erinnerungen, Überzeugungs-Glaubens- und Wissenssysteme, An- und Einsichten, prinzipielle und sonstige Einstellungen, Vorlieben und Abneigungen, Einschätzungen, Gewichtungen und Bewertungen, Überlegungen, Pläne, Strategien, Absichten, Zwecke und Ziele variiert, erweitert und auf jede andere Weise nahezu beliebig *verändert* werden, vor allem wenn ihre Grundlagen in Frage gestellt werden oder erschüttert erscheinen.

Selbst bei der weitestreichenden Veränderung persönlicher Überzeugungen aller Art handelt es sich jedoch dabei eher, wenn nicht immer um eine *Meinungs-* oder vielleicht auch *Wissensänderung*, keinesfalls aber allein deswegen auch schon um eine *Bewusstseinsveränderung* im spezifischen und vorstehend verwendeten Sinn dieses Begriffes.

Postskriptum II – Hinweise:

In der deutschen *Wikipedia* findet sich ein Eintrag zu Person, Leben und Werk von *Julian Jaynes* auf http://de.wikipedia.org/wiki/Julian_Jaynes; der größte Teil der deutschen Übersetzung seines Buches *Die Entstehung des Bewusstseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche* ist online bei ungestörtem Empfang über <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/index.htm> zu erreichen; im speziellen: v. Ersten Buch *Bewußtsein, Geist, Gehirn und Seele*

Kap.1 *Das Bewußtsein des Bewußtseins* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s033.htm>

Kap.2 *Das Bewußtsein* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s065.htm>

Kap.3 *Die Psychologie der ILIAS* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s088.htm>

Kap.4 *Die bikamerale Psyche* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s109.htm>

Kap.5 *Das Doppelhirn* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s128.htm> und

Kap.6 *Der Ursprung der Kultur* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s159.htm>;

v. Zweiten Buch *Das Beweismaterial der Geschichte*

Kap.1 *Götter, Gräber und Idole* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s185.htm>

Kap.2 *Bikamerale Theokratien mit Schriftkultur* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s218.htm> und

Kap.3 *Bedingungen für Bewußtsein* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s251.htm>;

³¹ ebd. S. 146-164

³² s. *Herkunftswörterbuch* des Grossen Dudens Bd. 7, Bibliographisches Institut, Mannheim 1963 S.206

³³ Von lateinischen Wort für 'spielen' - *ludere* - ist auch der Begriff *Illusion* gebildet. Nähme man 'in-ludere' wörtlich in der Bedeutung von 'inneres Spiel', wäre diese Auffassung unserem Ausdruck *Gedankenspiel* analog. Unter diesem Blickwinkel würde *Illusion* nicht von vornherein schon Täuschung bedeuten, gleichwohl aber der Tatsache *entsprechen*, dass jedes *Vorstellen* und damit im weiteren auch jedes Denken immer *Einbildung*, schöpferische Selbstgestaltung und insofern sogar eine "creatio ex nihilo" ist.

³⁴vgl. Ingo-Wolf Kittel: "*Freiheit die ich meine..*" - <http://sprache-werner.info/index.php?id=2901>

v. Dritten Buch *Gegenwart: Relikte der bikameralen Psyche in der modernen Welt*
Kap.6 *Die Augurien der Wissenschaft* auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/s529.htm> sowie das
Register auf <http://www.u1u1.de/J/Jaynes-Julian/Register.htm>.