

THEOLOGISCHE REVUE

121. Jahrgang

– August 2025 –

Metzinger, Thomas: Der Elefant und die Blinden. Auf dem Weg zu einer Kultur der Bewusstheit. – Berlin / München: Berlin-Verlag 2023. 960 S., geb. € 48,00 ISBN: 978-3-8270-1487-0

Im Zeitalter von Veränderungen im planetaren Ausmaß ist die Auseinandersetzung mit dem „reinen Bewusstsein“ und das heißt das Ernstnehmen der Erfahrungsberichte von Menschen, die heute auf der ganzen Welt meditieren, von entscheidender Bedeutung. Die Menschheit kennt das Phänomen des reinen Bewusstseins schon seit langer Zeit. Das hier vorgestellte Buch sei eigentlich kein Buch, so der Vf., sondern eine Art „einleitende Diskussion [...] zu einer Phänomenologie des reinen Bewusstseins“ (827), deren Zweck es ist, künftig ein minimales Modell des „reinen Bewusstseins“ darzustellen. Ein Modell solcher „minimalen phänomenalen Erfahrung“ (MPE) soll ein besseres Verständnis davon geben, was es hinsichtlich des reinen Bewusstseins überhaupt zu verstehen gilt, damit dessen Möglichkeiten zur epistemischen und praktischen „Anwendung“ kommen können.

Denn ein besseres Wissen um das reine Bewusstsein (MPE) könnte eine wichtige Grundlage für eine neue Bewusstseinskultur bilden, die wir dringend brauchen. Im Angesicht der eskalierenden planetaren Krise stellt sich die Frage eines angemessenen Menschenbildes und der Menschenwürde: „Wie bewahrt man seine Selbstachtung in einer historischen Epoche, in der die Menschheit als Ganze ihre Würde verliert?“ (886). Die Frage ist berechtigt, wenn man bedenkt, dass die Menschheit den künftigen menschlichen und nichtmenschlichen Lebewesen ihre Würde vorenthält. Und unvoreingenommen betrachtet, scheine es (aus kognitionswissenschaftlicher und politikwissenschaftlicher Sicht) nicht realistisch, die Erderwärmung unter 1,5 oder 2° C zu halten (886). Es geht somit um die Tiefendimension des Menschseins im Angesicht der planetaren Krise. Angesichts dieser Krise gebe es aber „etwas, das wir [...] in uns selbst und in anderen noch respektieren können, [nämlich]: die nicht-egoische Form von Selbstbewusstsein, wie sie sich etwa in der kontemplativen Praxis nach und nach von selbst offenbart. Diese Form bewusster Selbsterkenntnis [...] stellt eine viel grundlegendere Beziehung zwischen dem Individuum und der Gemeinschaft aller fühlenden und lebenden Wesen her, die fähig sind, sie zu erfahren. Sie kann wertgeschätzt werden – aber zuerst müssen wir sie wiederentdecken“ (888). Diese Form der bewussten Selbsterkenntnis ist nicht an begriffliche Bedeutung gebunden. Sie vollzieht sich jenseits der Namen.

Dieses Buch stellt die Frage „nach der Denkbarkeit einer säkularisierten Form von Spiritualität“ (885f) eben in dieser „besondere[n] historische[n] Epoche, in der sie gestellt wird“ (ebd.). In diesem Sinne nimmt es die Berichte von Meditierenden der ganzen Welt als Ausgangspunkt, um die Zustände des reinen Bewusstseins, wie sie sich u. a. durch Meditationsweisen einstellen, phänomenologisch zu untersuchen und die verschiedenen Aspekte des MPE besser zu beschreiben. Es

ist auch ein praktisches Buch über Meditationserfahrungen. Der Vf. lädt die Leser:innen dazu ein, sich auf eine Reise durch die phänomenale Landschaft von Meditationserfahrungen einzulassen. V. a. eben, um sich inspirieren zu lassen; dann aber auch, um das „reine Bewusstsein“ phänomenologisch zu beleuchten, d. h. jenen durch Meditation freigelegten Zustand von reinem Gewahrsein, das als „inhaltlos“ und „gedankenfrei“ (im Sinne von nicht-satzhaft); als „klare“ Wahrnehmung dessen, was ist (d. h. ohne begriffliche Überlagerungen); und auch als „nonduales“ und „nichtegoisches“ Bewusstsein beschrieben werden kann (834f). Ein solches Minimalmodell soll wesentliche Einsichten über das reine Bewusstsein erlauben und zu einer rationalen und empirischen Theorie des reinen Bewusstseins führen. Nicht um es wissenschaftlich zu verdinglichen, sondern um die Meditationspraxis als eine „epistemische Praxis“ ernst zu nehmen und ihre Bedeutsamkeit für die Entwicklung einer Bewusstseinskultur freizulegen.

In methodischer Hinsicht bedient sich dieses Werk dreier ineinander integrierter Untersuchungsebenen: eine erste stellt eine semantische Analyse dar: sie befasst sich mit Begriffen, die in verschiedenen kulturellen Kontexten und historischen Epochen zur Bezeichnung des reinen Bewusstseins verwendet werden. Eine zweite Ebene wertet einen psychometrischen Datensatz von 1403 Fragebögen zur MPE (von Frauen und Männern aus 57 Ländern) nach 92 robusten phänomenologischen Aspekten (Items) aus. Eine dritte Ebene zielte auf eine Phänomenologie des reinen Bewusstseins auf der Grundlage von fünfhundert freien Berichten über erlebte Episoden reinen Gewahrseins von Menschen, die regelmäßig meditieren. Nach und nach werden dabei kap.weise 33 Aspekte gemäß den Erfahrungsberichten phänomenologisch diskutiert und so begriffliche Werkzeuge gebildet, die helfen sollen, sowohl eine Phänomenologie der Meditation als auch das alte philosophische Thema des Bewusstseins klarer zu beschreiben (53).

Einer dieser Bedeutungsfelder ist z. B. das „sensationslose Staunen“. Diese Bezeichnung bezieht sich etwa auf ein hintergründig feines Gefühl des Staunens, das Meditierende wie auch nicht-Meditierende kennen (53). Auch das Bedeutungsfeld „existentielle Leichtigkeit“, das mit der Erfahrung von Frieden und Gelassenheit einhergeht ist ein solcher phänomenaler Marker, der sich aus den vielen feinkörnigen Berichten von Meditierenden explizit machen lässt. Die Diskussionen dieses Buches um Meditationserfahrungen und deren Marker wie: Entspannung, Frieden, Stille, Wachheit, Klarheit, Soheit, Verbundenheit, Nichts-mehr-zu-tun-haben, Einfachheit, Leerheit und Fülle, Zeitlosigkeit und zentrumsloses Raumerleben; körperlose Körpererfahrung und non-duales Bewusstsein u. a., werden in diesem Buch diskutiert, um der Erfahrung des „Bewusstsein an sich“ (21) näher zu kommen. Es geht um das „vollständig nicht-begriffliche Erleben der Bewusstheit selbst“ (ebd.).

Dieses Buch stellt die Frage nach einer säkularisierten Form von Spiritualität (885f). Theol. Forschung, die sich mit Spiritualität befasst muss sich im Angesicht der historischen Situation, deren Signatur sich im Namen des Anthropozäns anzeigt, davon herausfordern lassen. Es gilt die Frage nach spirituellen Praxisformen so zu denken, dass sie weder allein aus der eigenen Tradition heraus beantwortet wird, noch vorschnell nach religiösen Lehrgehalten bewertet werden. Spiritualität und religiöse Lehren sind niemals deckungsgleich gewesen. Und Spiritualität erwächst nicht aus theol. Sätzen. Wohl kann Theol. spirituelle Praktiken, darunter Gebete und Meditation als „begeisternde“ Lebenspraktiken ernst nehmen und ihre eigenen Lehrgehalte im Lichte dieser und der Zeichen der Zeit reinterpretieren und so ihren Weisheitsgehalt aktualisieren.

Theol. Reflexion und Praxis wären gut beraten, die phänomenologische Erforschung von Meditationspraktiken als Formen epistemischer Praxis wahrzunehmen und im Sinne theol.

Anthropologie und politischer Theol. zu reflektieren. Sie soteriologisch und pneumatologisch ernst nehmen hieße, ihre Erkenntnisse mit der christl. Überlieferung zu vertiefen, und das – angesichts der planetaren Situation – in einem interreligiösen Gespräch über spirituelle Formen auch mit anderen religiösen Traditionen, die die Stille und das reine Gewahrsein im Sinne eines befreiten und guten Lebens zum Ausdruck gebracht haben. Das Buch stellt eine Herausforderung für die Theol. dar, insofern sie auf der Grundlage der Mediationsforschung einen theol. Begriff von Spiritualität entwickeln könnte, der sich mit einem säkularen Begriff von Spiritualität auf dem Weg zu einer Kultur der Bewusstheit in einen Dialog begibt.

Das Buch kommt zu dem Schluss, dass wir die Antwort auf die Frage, was reines Bewusstsein sei, noch nicht wirklich kennen: „Wir stehen gerade an einem Neuanfang und werden deshalb zunächst auch nur langsam Fortschritte machen“ (829). Die in diesem Buch versammelten Erfahrungsberichte lassen aber nachvollziehen, wie sich das von innen anfühlt.

Über den Autor:

Thomas Hilker, Dr., Münster (t_hilk02@uni-muenster.de)