

DIE  ZEIT

Unser geheimnisvolles Ich

Das Rätsel Bewusstsein

Wie unser Ich entsteht

Band 2

 Springer Spektrum

Impressum

Herausgegeben von Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. KG und Springer Verlag GmbH Berlin Heidelberg

Herausgeber Andreas Sentker, DIE ZEIT

VERLAG Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. KG
Pressehaus, Buceriusstraße, Eingang Speersort 1, 20095 Hamburg
Springer Verlag GmbH Berlin Heidelberg
Tiergartenstraße 17, 69121 Heidelberg

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2015 Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. KG und Springer Verlag GmbH Berlin Heidelberg. Springer Verlag GmbH Berlin Heidelberg ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Dieser Band ist ein Teil des dreibändigen Gesamtwerks »Unser geheimnisvolles Ich« (ISBN 978-3-662-46973-6)

Projektleitung Sabine M. Müller

Lektorat Andreas Sentker, Sabine M. Müller

Lektorat Springer Spektrum Frank Wigger

Einbandgestaltung und Layout Ingrid Wernitz

Layout Simone Detlefsen

Herstellung Torsten Bastian (verantw.), Dirk Woschei

Druck und Bindung Mohn Media Mohndruck GmbH, Gütersloh

Printed in Germany

Die Texte der in diesem Werk verwendeten »Stichworte« sind den folgenden Bänden der bei Springer Spektrum erscheinenden Reihe »50 Schlüsselideen« (englische Originalausgabe bei Quercus, UK) entnommen:

Adrian Furnham, 50 Schlüsselideen Psychologie (ISBN 978-3-8274-2378-8), Moheb Costandi, 50 Schlüsselideen Hirnforschung (978-3-662-44190-9), Richard Watson, 50 Schlüsselideen der Zukunft (978-3-642-40743-7), Ben Dupré, 50 Schlüsselideen Philosophie (978-3-8274-2394-8), Peter Stanford, 50 Schlüsselideen Religion (978-3-8274-2638-3), Mark Henderson, 50 Schlüsselideen Genetik (978-3-8274-2380-1), Edmund Conway, 50 Schlüsselideen Wirtschaftswissenschaft (978-3-8274-2634-5).

VORWORT

Wer die Welt bereist, stößt auf ein eigentümliches Phänomen: So unterschiedlich die Kulturen, die Weltanschauungen, ja selbst die Klimazonen sein mögen, überall sieht man Menschen in Ringel-T-Shirts. Auch die lässige Kombination Jeansjacke/Jeanshose ist globalisiert. Dunkle Anzüge mit Krawatten sind es sowieso. Kapuzen mit Pelzbesatz, wohin man auch sieht. Der niederländische Fotograf Hans Eijkelboom hat das Phänomen dokumentiert. Er war in Paris, New York und Shanghai. Er hat Passanten auf der Straße fotografiert und seine Bilder sorgsam sortiert.

Erstaunlich, fast erschreckend, welche Konformität diese Aufnahmen zeigen. Sind wir nicht alle Individuen? Ist unser Auftritt nicht Ausdruck unseres Ichs? Selbstverständlich. Und selbst die Träger von dunklen Anzügen lassen ihre Individualität durchaus sichtbar werden. Nur scheinen sich in einer globalisierten Welt auch die Rollen, die Kostümierungen des Ichs zu globalisieren.

Das Phänomen spiegelt die Sichtweise der modernen Hirnforschung auf das Ich wider. Unser Gehirn mag höchst individuell sein, seine Erfahrungen unvergleichlich, die Inhalte seiner Speicher einzigartig, aber es ist auch ein soziales Organ.

Unser Ich reift nicht in stiller Einsamkeit heran. Es steckt nur bedingt in unseren Genen. Es entsteht und verändert sich in der Interaktion mit der Welt, im Dialog mit unserem Gegenüber.

Doch was ist dieses Ich eigentlich? Wen meinen wir, wenn wir »ich« sagen? Für uns ist dieses Ich eine starke Konstante. Doch jedes Mal, wenn wir »ich« sagen, ist das in den Augen der Bewusstseinsforscher eher Selbstvergewisserung als Gewissheit. Das Ich ist die Geschichte, die wir uns selbst über uns erzählen – und mit der wir uns beständig verwechseln. Manche Forscher sagen es drastischer: Das Ich ist eine Illusion.

Denn mit jeder Erzählung verändert es sich. Jeder Aufruf von Gedächtnisinhalten kann diese unbewusst manipulieren. Manchmal halten wir fremde Erinnerungen für die eigenen, einen Kinofilm für selbst erlebt.

Aber warum hat sich dann im Laufe der Evolution ein Ich-Bewusstsein entwickelt? Wenn es uns so oft täuscht, warum leisten wir uns dann ein so komplexes und energiehungriges Organ wie das in unserem Kopf?

Vermutlich war es die gesellschaftliche Herausforderung, die Organisation des Lebens in größer werdenden Horden, die bei unseren Urahnen das Gehirn zum Sozialorgan heranwachsen ließ, die die Unterscheidung zwischen »ich« und »ihr« notwendig werden ließ.

Wir haben noch ein wertvolles Erbe aus dieser Zeit – unsere Intuition. Sie ist mit Bauchgefühl nur schlecht beschrieben. Der Begriff ist sogar irreführend. Denn Intuition ist die Summe unserer Erfahrungen – und deren Bewertung. Das Gute daran ist: Oft können wir nicht lange über etwas nachdenken. Das Gehirn versorgt uns dennoch mit Informationen. Nicht bewusst und nicht im Detail. Das würde uns überfordern. Uns reicht, was unter dem Strich steht.

Die aktuelle Hirnforschung macht aber nicht nur immer deutlicher sichtbar, was unser Ich eigentlich ist, sie gibt uns auch Möglichkeiten an die Hand, es zu gestalten. Wir haben uns bereits daran gewöhnt, unseren Körper zu optimieren. Wir trainieren, wir fasten, wir lassen uns operieren. Allmählich gerät auch das Gehirn in die Reichweite der Optimierer. Wir können

mit Medikamenten unsere Konzentrationsfähigkeit erhöhen, unsere Gedächtnisleistung steigern, unsere Aufregung dimmen.

Das wird die neue Debatte über das Ich werden: Darf man es optimieren? Die Antwort einiger Forscher ist so naheliegend wie provozierend: Warum nicht? Wir haben es doch ohnehin selbst geschaffen.

Hamburg und Heidelberg
März 2015

*Andreas Sentker
und Frank Wigger*

Kapitel

1. Bewusstsein und Identität	16–83
2. Authentizität	84–125
3. Unser Gedächtnis	126–173
4. Unsere Intuition	174–207
5. Wie wir uns manipulieren (lassen)	208–253

Inhalt

1. Bewusstsein und Identität

Was ist das Ich?	17
Natur- und Geisteswissenschaftler ergründen jenen mysteriösen Kern, der Menschen zu Individuen macht.	
Wenn der Geist fliegt	29
Ein Gespräch mit dem Philosophen Thomas Metzinger.	
Die Ich-Perspektive	37
Wie wir unsere Umgebung und unsere Mitmenschen wahrnehmen.	
Stichwort: <i>Sich einfügen</i>	43
Das Sozialorgan	48
Unser Gehirn erzeugt Subjektivität.	
Die Biologie der Seele	54
Wissenschaftler entziffern den biologischen Code unseres Charakters.	
Stichwort: <i>Cogito ergo sum</i>	64
Der Mensch bleibt sich ein Rätsel	68
Die menschliche Freiheit, sagen Hirnforscher, ist eine weit verbreitete Illusion.	
Der unbewusste Wille	79
Deutsche Hirnforscher geben der Debatte um den freien Willen neue Nahrung.	

2. Authentizität

Mein wahres Gesicht	85
Heute ist das Echte, Authentische gefragt.	
Stichwort: <i>Der freie Wille</i>	92
»Hier kann ich ganz sein, wie ich bin«	96
Warum wir am glücklichsten sind, wenn wir mit anderen mitschwingen können.	
Bin das wirklich ich?	99
Das Großprojekt des modernen Menschen	
Stichwort: <i>Die Verteidigung der Willensfreiheit</i>	105

Wie bin ich wirklich?	109
Ein modernes Abenteuer zwischen Anpassung und Individualität.	
Stichwort: Persönlichkeit	119
»Sie müssen sich selbst sehr gut kennenlernen«	123
Kann man seinen Charakter als Erwachsener überhaupt noch verändern?	

3. Unser Gedächtnis

Im Bann der Erinnerung	127
Hirnforscher und Psychologen sind dem Geheimnis unserer Erinnerung auf der Spur	
Stichwort: Erinnerungen an Vergangenes	138
Das betrogene Ich	143
Das Ich, so scheint es, muss sich selbst täuschen, um die Gegenwart zu bewältigen.	
Stichwort: Was der Zeuge gesehen hat	152
Erinnerung, lass nach	157
Menschen, die Schreckliches erlebt haben, quälen die Gedanken daran noch lange.	
Stichwort: Der Versuch, zu vergessen	164
Tief im Hirn	169
Wir vergessen, was wir schon mal wussten, und verlernen, was wir konnten.	

4. Unsere Intuition

Die richtige Entscheidung	175
Viele Möglichkeiten machen uns oft das Leben schwer.	
Stichwort: Urteilsfähigkeit und Problemlösen	188
Mit Bauch und Hirn	193
Der Mensch unterscheidet sich von allen anderen Lebewesen durch seine Fähigkeit, langfristig zu planen.	
Stichwort: Rationale Entscheidungsfindung	199

5. Wie wir uns manipulieren (lassen)

Achtung, Ihre Zeit läuft 204
Ob wir uns verlieben oder einfach nur aufwachen:
Alles hat eine erste Minute.

Das tollere Ich 209
Wie Menschen sich mithilfe der Technik selbst optimieren.

Stichwort: Mensch – Version 2.0 218

Die Tricks der anderen 222
Wie wir täglich manipuliert werden.

Schneller und schlauer dank Pillen 230
Während die einen sich mit Yoga entschleunigen, nehmen die anderen noch mehr Fahrt auf.

Stichwort: Cognitive Enhancement 234

Im Rausch der Petersilie 238
Leistungsfähiger durch »Gehirndoping«.

Das On-Leid 241
Wie viel online macht krank?

Die Macht der Lampen 247
Das richtige Licht kann Menschen glücklicher machen.

Anhang

Autorenverzeichnis 255
Bildnachweis 259

1

Bewusstsein und Identität

Wir können kaum zählen, wie oft wir dieses Wort mit innerer Selbstgewissheit aussprechen: Ich. Doch was ist das eigentlich? Damit wir unser Ich bewusst erleben, müssen wir wach sein, aufmerksam, wir müssen ein Ziel haben, eine Absicht – und ein Gegenüber. Es wird gespeist aus unseren Erfahrungen und Erlebnissen. So scheint das Ich zu wachsen. Doch Forscher stellen unsere Selbstgewissheit deutlich infrage: Ist das Ich vielleicht nur eine Illusion?

Was ist das Ich?

Natur- und Geisteswissenschaftler ergründen jenen mysteriösen Kern, der Menschen zu Individuen macht. Mit Kinderstudien und Zaubertricks kommen sie dem Geheimnis des Selbst-Bewusstseins auf die Spur

Wohin wir unterwegs seien, will der Taxifahrer wissen, während er seinen Wagen in Richtung Flughafen steuert. Als er hört, dass wir Hirnforscher, Evolutionsbiologen und Philosophen besuchen, um zu ergründen, wie das »Ich« entsteht, ist er sichtlich begeistert. Darüber habe er sich auch schon Gedanken gemacht, sagt er eifrig – und liefert prompt eine prägnante Definition: »Das Ich ist ein Sammelsurium«, doziert unser Chauffeur. »Es entsteht aus all den Erfahrungen, die wir im Laufe unseres Lebens machen, wird also im wahrsten Sinne des Wortes gebildet.« Während wir noch über diese treffende Diagnose staunen, schiebt der Mann gelassen nach: »Und das Ich drückt sich durch sein Interesse aus. Wissen Sie, ich erlebe in meinem Wagen ja die unterschiedlichsten Typen – vom Professor bis zum Zuhälter. Aber eines haben alle gemeinsam: Jeder hat mindestens ein Interesse.«

Ein Sammelsurium, das ein Interesse hat – für den Anfang nicht die schlechteste Antwort auf die Frage nach dem Ich. Sie kann jedenfalls mit manchen Erklärversuchen mithalten, die von der Wissenschaft bislang präsentiert wurden. Denn bei der Frage nach dem Kern unseres Menschseins sind sich die verschiedenen Disziplinen alles andere als einig. Klar ist lediglich, dass sich die Gattung Homo sapiens vor allem durch ihr hoch entwickeltes Ich-Bewusstsein auszeichnet. Auch stimmen Natur- und Geisteswissenschaftler darin überein, dass wir alle über einen höchst subjektiven Blick auf die Welt verfügen – eine »Erste-Person-Perspektive«, wie Philosophen das nennen. Doch damit enden die Gemeinsamkeiten meist schon.

Wie dieses Ich im Laufe der Menschheitsgeschichte entstanden ist, ob es eine Art unzerstörbaren Kern darstellt oder nur eine flüchtige Illusion und ob es sich jemals gänzlich entschlüsseln lassen – über all diese Fragen streiten die Gelehrten auch heute noch, trotz (oder gerade wegen) der rasanten Fortschritte der Neurowissenschaft. Die Konfliktlinie verläuft zwischen Naturwissenschaft und Philosophie, geht aber mitunter auch quer durch die Disziplinen.

Immerhin: Nachdem das Ich-Bewusstsein jahrhundertlang als rein geisteswissenschaftliches Problem galt, ist es in den vergangenen Jahren zunehmend zum Gegenstand knallharter empirischer Forschung geworden. Und deren Ergebnisse setzen Baustein für Baustein ein faszinierendes Bild des Ichs zusammen, das dazu angetan ist, den tiefen Graben zwischen den Disziplinen zu überbrücken. Zeit für eine Reise durch die verschiedenen Fachrichtungen, in ihre Labors und Denkerstuben, in denen diese neue Sicht auf das Ich Gestalt annimmt.

Die Evolutionspsychologen

Es ist wohl eines der ungewöhnlichsten Labors in Deutschland: Zwischen den Versuchsräumen gibt es Ecken mit Kindermöbeln und Spielzeugbergen. Männer, sonst die vorherrschende Spezies in Forschungsstätten, fehlen gänzlich – im Child Lab des Leipziger Max-Planck-Instituts (MPI) für Evolutionäre Anthropologie forschen nur junge Frauen. »Weiblich zu sein ist aber keine Einstellungsvoraussetzung«, stellt Jana Jurkat, die hier die Abläufe organisiert, lächelnd klar. Es ist eher so, dass Männer an dieser Forschung weniger Interesse haben. Denn hier wird mit Kindern gearbeitet. Etwa 6600 Versuche gab es im vergangenen Jahr. »In lebhaften Wochen haben wir schon mal über 100 Kinder hier«, sagt Jurkat.

Die achtjährige Lisa gehört bereits zu den alten Hasen. »Könnt ihr mein Mikro schon mal verkabeln?«, fragt sie routiniert und nimmt Platz in einem engen Raum voller Computer. Durch eine Glasscheibe späht sie in ein Labor. »Das ist aber wieder öde«, entfährt es ihr. Die beiden Testpersonen, zwei fünfjährige Mädchen, sind schon da. Aber die Vorbereitungen ziehen sich hin. Lisa ist »Forschungsassistentin« und soll vor allem eines: beobachten, was andere Kinder tun.

Als der Versuch im Nebenraum endlich beginnt, sitzen sich die zwei Mädchen an einem Tisch gegenüber. Zwischen ihnen ist eine Spanplatte aufgebaut, sodass sie einander nicht sehen. Durch kurze Röhren aber können die Kinder sich bunte Spielzeugkugeln hin- und herreichen. Wie viele ihrer Kugeln sie hergeben, ist allein ihre Entscheidung. Sie können auch alle behalten. Die Forscher wollen zunächst herausfinden, wie bereitwillig die Kinder teilen und wie sie auf die Bereitschaft zu teilen des Gegenübers reagieren.

Dann kommt der entscheidende Teil des Versuchs: Die Mädchen erfahren, dass sie von der älteren Lisa beobachtet werden. Was bewirkt diese Information, wollen die Forscher wissen. Ändern die Testpersonen ihr Verhalten? Die beiden Mädchen heute werden tatsächlich großzügiger. Aber ob das allgemein gilt, können die Forscher erst sagen, wenn sie viele weitere Testpaare untersucht haben. Es könnte auch sein, dass Kinder unter Beobachtung noch strenger auf einen korrekten Kugelaustausch achten.

Experimente wie dieses dienen in Leipzig zur Untermauerung einer grundlegenden Hypothese: Das menschliche Selbstbewusstsein existiere nicht für sich allein, behauptet Michael Tomasello, der Leiter der Abteilung

Entwicklungspsychologie. Es sei wesentlich das Produkt der Interaktion mit anderen. Genau in diesem Punkt unterscheiden sich Menschen grundlegend von ihren nächsten Verwandten, den Schimpansen, Orang-Utans oder Gorillas. Das zeigen ausgeklügelte Studien mit jungen Menschenaffen, die ebenfalls am Leipziger MPI laufen. Die Entwicklungspsychologen Josep Call und Esther Herrmann etwa verglichen 2007 die Fähigkeiten zweieinhalbjähriger Kinder mit denen von jungen Schimpansen. Solange motorische Fähigkeiten geprüft wurden, hatten die Affen die Nase vorn. Doch in Aufgaben, die soziale Kognition erforderten, drehte sich der Befund um: In diesem Punkt sind Menschen den Affenkindern haushoch überlegen. »Da sind sie von Anfang an sehr viel besser«, sagt Josep Call.

In einem hellen Büro in den modernen Institutsräumen philosophiert sein Chef Michael Tomasello über die Folgerungen aus solchen Experimenten. Menschliches Selbstbewusstsein, sagt der gebürtige Amerikaner, sei weniger ein Ausdruck individueller geistiger Fähigkeiten, sondern vor allem das Talent, ein kulturelles System aufzusaugen, mit anderen Menschen zu kommunizieren, zusammenzuarbeiten und von anderen zu lernen. »Ein Kind, das auf einer isolierten Insel ohne sozialen Kontakt aufwachsen würde, hätte als Erwachsener nicht mehr Geist als ein Affe. Wir Menschen sind dafür gemacht, die Köpfe zusammenzustecken.«

Denn Menschen nehmen nicht nur ihre eigenen Handlungen wahr, sondern beherrschen auch die Kunst der *joint attention*, der gemeinsamen Aufmerksamkeit. Wie die beiden Mädchen im Versuch haben sie ein Gespür dafür, wenn sie ihre Aufmerksamkeit mit anderen zur selben Zeit auf denselben Vorgang oder ein Objekt fokussieren. »Das hat eine reflexive Qualität«, sagt Tomasello und erklärt dies anhand seines Sitzmöbels: »Ich sehe den Stuhl, Sie sehen den Stuhl. Ich weiß, dass Sie den Stuhl sehen. Sie wissen, dass ich weiß, dass Sie den Stuhl sehen. Ich weiß, dass Sie wissen, dass ich weiß, dass Sie den Stuhl sehen, und so weiter.«

Diese Art von reflexivem Wissen ist die Bedingung für Zusammenarbeit. Menschen bringen diese Fähigkeit nahezu von Anfang an mit, wie Tomasellos Forschung zeigt. Als Beleg führt er ein Video vor: zwei fünfjährige Jungen bei einem Kartenspiel. Die Karten weisen Zahlen in verschiedenen Farben auf. Was die Jungen nicht wissen: Ihnen wurden unterschiedliche Regeln für das Spiel gegeben. Einer glaubt, es gehe um die Zahlenfolge, der andere meint, die Farben seien entscheidend. Bald geraten die beiden in heftigen Streit. Doch trotz des perfiden Versuchsdesigns siegt am Ende der Wille, gemeinsam eine Lösung zu finden. Den Jungen sind die richtigen Regeln der Kooperation so wichtig, dass sie beschließen, den Versuchsleiter zu fragen.

Mit experimentellen Ergebnissen wie diesen begründen die Leipziger Forscher ihre Sicht auf die Bewusstseinsleistungen von Menschen: Alle Primaten entwickeln zwar vielfältige Interaktionen in ihren Gruppen. Doch die Menschen stechen als »ultrasoziale Wesen« hervor. Ihr Bewusstsein entsteht durch spezielle und hoch entwickelte Formen sozialer Fähigkeiten, bei der Interaktion mit anderen – etwas, das Tomasello »kulturelle Intelligenz« nennt. Und diese Art von

Stichwort

Der freie Wille

Der freie Wille spielt für unsere Vorstellung davon, was es bedeutet, ein Mensch zu sein, eine zentrale Rolle und ist ein Thema, das Philosophen seit Jahrhunderten in seinen Bann zieht. Wir alle möchten gern glauben, dass wir einen freien Willen besitzen und unsere Handlungen und Entscheidungen kontrollieren, doch die Hirnforschung spricht dafür, dass dies vielleicht nur eine Täuschung ist.

Eine uralte Debatte über menschliches Verhalten teilt die Philosophen bis heute in zwei Lager. Die Verfechter des freien Willens, wie es etwa René Descartes war, glauben, dass wir rational handelnde Akteure sind, die frei über ihr Tun entscheiden können, während Deterministen wie John Locke argumentieren, unsere Entscheidungen seien durch die physischen Kräfte begrenzt, die unseren Körper steuern. Vor rund 30 Jahren griffen Neurowissenschaftler in die Debatte ein, nachdem eine Studie darauf hingedeutet hatte, dass unsere Entscheidungen das Ergebnis unbewusster Abläufe im Gehirn sind. Diese Studie gilt eigentlich als Beleg für die Nichtexistenz eines freien Willens, doch nicht alle Neurowissenschaftler sehen das so.

Freies Nichtwollen? Frühe Hinweise, die gegen einen freien Willen sprechen, stammen aus einer klassischen Studie aus dem Jahr 1938, in der die Gehirnaktivität im Zusammenhang mit willkürlichen Handbewegungen gemessen wurde. In einem relativ simplen Experiment wurden die Versuchspersonen aufgefordert, ihren Finger zu bewegen, wann immer sie den Drang dazu verspürten. Zudem sollten sie auf ein leeres Ziffernblatt schauen, auf dem ein Punkt rundum wanderte, und sich die Position

des Punktes merken, wenn sie sich ihrer Absicht, den Finger zu bewegen, bewusst wurden.

Die Forscher bedienten sich der Elektroenzephalografie (EEG), um die Gehirnaktivität der Probanden zu registrieren, und entdeckten im supplementär-motorischen Kortex, einem an der Planung von Bewegungen beteiligten Teil des frontalen Kortex, ein typisches Signal, das sogenannte Bereitschaftspotenzial. Überraschenderweise trat das Signal eine Drittelsekunde vor dem Zeitpunkt auf, an dem die Teilnehmer nach eigenem Bekunden die Absicht verspürten, den Finger zu bewegen.

Mehrere andere Forschungsgruppen kamen mithilfe moderner Techniken zu ähnlichen Resultaten. Im Jahr 2008 setzten Forscher in London die funktionelle Magnetresonanztomografie (fMRT) ein, um das Gehirn von Versuchspersonen zu scannen, während diese überlegten, ob sie einen von zwei Knöpfen mit dem rechten oder dem linken Zeigefinger drücken wollten. Auf einem kleinen Bildschirm im Scanner erschien eine Reihe von Buchstaben, und die Teilnehmer mussten sich merken, welcher Buchstabe auf dem Schirm stand, wenn sie sich entschlossen, einen der Knöpfe zu drücken. Diese Forscher fanden, dass sich aus der Aktivität des Motorkortex mit einer Sicherheit von 60 Prozent voraussagen ließ, welchen der beiden Knöpfe die Teilnehmer drücken würden,

FREMDE-HAND-SYNDROM

In Stanley Kubricks klassischer schwarzer Komödie von 1964 führt die rechte Hand der von Peter Sellers gespielten Titelfigur *Dr. Strangelove* ein Eigenleben. Manchmal packt sie seinen Hals, und er muss seine andere Hand einsetzen, um sie zu kontrollieren, und in der berühmten Schlusszene zeigt sie den Hitlergruß. Das ist eine fiktive Beschreibung des Fremde-Hand-Syndroms, einer psychischen Störung, bei der die Hand eines Patienten scheinbar einen eigenen Willen hat und nicht unter bewusster Kontrolle steht. Das Fremde-Hand-Syndrom kann bei Split-

Brain-Patienten auftreten, bei denen die Verbindung zwischen rechter und linker Hirnhälfte durchtrennt wurde, um schwere epileptische Anfälle zu kontrollieren; es kann aber auch nach einem Schlaganfall oder einer Infektion auftreten. Das Syndrom ist zudem mit einer Schädigung des supplementär-motorischen Kortex in Verbindung gebracht worden. Im wirklichen Leben betrachten die Patienten die betroffene Hand oft als »ungehorsam« und glauben manchmal sogar, sie werde von einer äußeren Kraft gesteuert.

»Hier kann ich ganz sein, wie ich bin«

Warum wir am glücklichsten sind, wenn wir mit anderen mitschwingen können

DIE ZEIT: Herr Rosa, die Psychologie erklärt uns, dass unser Ich-Gefühl zu weiten Teilen nur eine Art Konstrukt ist. Trotzdem haben wir intuitiv immer wieder den Eindruck, in bestimmten Situationen authentischer zu sein als in anderen. Was zeichnet diese Situationen aus?

Hartmut Rosa: In solchen Momenten spürt man: Hier kann ich ganz sein, wie ich bin; man fühlt sich in seinem innersten Wesen angesprochen. Dieses Gefühl hängt damit zusammen, dass sich zwischen uns und den jeweiligen Menschen oder Dingen so etwas wie eine Verbindung herstellt. Was uns als Spezies auszeichnet, ist ja unser sozialer Sinn und unsere Fähigkeit, Kontakt aufzunehmen, uns in die Gedankenwelt anderer hineinzusetzen. Und am beglückendsten ist es, wenn wir das Gefühl haben: Da antwortet mir etwas, wir schwingen sozusagen auf derselben Wellenlänge. Dieses Weltverhältnis beschreibe ich mit dem Begriff der Resonanz.

ZEIT: Meinen Sie damit, dass man eine Art Wiederhall spürt?

Rosa: Ja, aber nicht im Sinne eines Echos, sondern einer Antwort. Das ist wie bei einer Stimmgabel: Wenn sie mit dem rechten Ton angeregt wird, beginnt sie automatisch mitzuschwingen. Das Gefühl, lebendig und authentisch zu sein, ist für uns Menschen stark mit dieser Erfahrung verknüpft.

ZEIT: Kommt diese Resonanz von außen oder von innen?

Rosa: Beides ist möglich. Es kann von außen kommen, zum Beispiel durch Menschen, die etwas Besonderes ausstrahlen, die Resonanz vermitteln und andere sozusagen anstecken. Diese Menschen erleben wir dann in der Regel als besonders »authentisch«. Das Resonanzmoment kann aber auch von innen kommen, wenn mich eine Emotion bewegt, ich gewissermaßen einen Draht zur Welt spüre und das Gefühl habe: Ich kann da draußen was erreichen! Resonanz meint also einen Zustand, in dem ich mich berührt oder bewegt fühle, aber zugleich auch die Erfahrung mache, selbst etwas oder jemanden berühren oder bewegen zu können. Interessanterweise fühlt man sich gerade dann am ehesten im Einklang mit sich selbst.

ZEIT: Und wenn nichts schwingt?

Rosa: Dann sind das Situationen, die einen kaltlassen, die einem nichts sagen, bei denen man sich fehl am Platze fühlt. Selbst wenn man etwa einen spannenden

Film im Kino sieht, kann man doch das schale Gefühl haben: Eigentlich spielt es keine Rolle, ob ich da bin oder nicht. Es fehlt das Selbstwirksamkeitsgefühl, das wichtig ist für die Erfahrung der Resonanz.

ZEIT: Gilt das in allen Lebensbereichen?

Rosa: Ja, Resonanz hat viel damit zu tun, ob sich Menschen als selbstwirksam erleben. Beispiel Politik. Immer mehr Menschen haben das Gefühl: Es ist egal, wen ich wähle, das macht ohnehin keinen Unterschied. Denn auch Demokratie bedeutet Resonanzversprechen. Sie beruht darauf, dass eine Wechselwirkung zwischen Bürger und Politiker stattfindet, dass uns die öffentlichen Institutionen gleichsam antworten: Wir erreichen sie und sie uns. Aber diese Erwartung geht zunehmend verloren. Deshalb kommt es so häufig zu Protesten von Bürgern gegen politische Entscheidungen.

ZEIT: Und wie geht es Ihnen persönlich? Fühlen Sie sich eher in Resonanz oder nicht?

Rosa: (lacht) Natürlich kenne auch ich das Gefühl der Entfremdung. Wenn ich etwa Forschungsanträge schreibe, denke ich oft: Das bin eigentlich gar nicht ich, da schwingt nichts.

ZEIT: Und wo findet man Resonanzräume?

Rosa: Die einen finden sie in der Kunst, beim Malen, Dichten oder Musizieren. Singen zum Beispiel ist ja Resonanz per se, da spürt man die Schwingung ganz körperlich. Andere zieht es in die Natur. Sie gehen in den Wald, in die Berge oder ans Meer und fühlen sich dort auf besondere Weise berührt. Und dann gibt es natürlich noch die Religion. Die Bibel ist ja ein einziges Dokument des Schreiens, Betens und Harrens auf Antwort. Alle religiösen Traditionen kennen verschiedene Resonanzpraktiken. Deshalb ist die Religion auch nicht totzukriegen.

ZEIT: Muss man für diese Art von Resonanz besonders begabt sein? Gilt für andere sinngemäß der Ausspruch von Max Weber, der sich für »religiös unmusikalisch« hielt?

Rosa: Ich glaube, wir alle haben schon einmal Resonanzerfahrungen gemacht. Kinder können ohne Resonanz nicht aufwachsen. Aber nicht jeder ist dazu glei-



Hartmut Rosa

ist Direktor des Max-Weber-Kollegs in Erfurt und lehrt Soziologie an der Universität Jena. Er wurde bekannt mit seiner Theorie der modernen Beschleunigung. Derzeit arbeitet er an einem Buch über das Phänomen der Resonanz.