

Achtsamkeit in der Hochschul-Didaktik

HORST TIWALD

www.horst-tiwald.de

07. 12. 2001

I.

Elsa Gindler sagte bereits **1926**, dass es ihr darum gehe, „**Konzentration**“ zu entfalten. Deshalb wies sie bei ihrer praktischen Arbeit eindringlich darauf hin, dass es darum gehe, „**nicht Übungen zu lernen**“, sondern „**beim Üben zu lernen**“: Sie schrieb:

"Es ist für mich schwer, über Gymnastik zu sprechen, weil das Ziel meiner Arbeit nicht in der Erlernung bestimmter Bewegungen liegt, sondern in der Erreichung von Konzentration.

Nur von der Konzentration her kann ein tadelloses Funktionieren des körperlichen Apparates im Zusammenhang mit dem geistigen und seelischen Leben erreicht werden. Wir halten darum unsere Schüler von der ersten Stunde dazu an, ihre Arbeit mit Bewusstsein zu verfolgen und zu durchdringen."

"Ich unterlasse es absichtlich, dieses Bewusstsein als Seele, Psyche, Geist, Gefühl, Unterbewusstsein, Individualität oder gar Körperseele zu definieren. Für mich fasst das kleine Wort 'ich' dies alles zusammen, und ich rate meinen Schülern immer, ihr eigenes Wort, mit dem sie sich anreden, an die Stelle meines Wortes zu setzen, damit sie nicht erst einen Knoten in die Psyche bekommen und stundenlang darüber philosophieren, wie es und was nun gemeint ist, denn in derselben Zeit kann man immer etwas Nützliches tun."

"Die meisten Menschen haben sich daran gewöhnt, unter Gymnastik bestimmte Übungen zu verstehen, und so ist die erste Frage an uns immer die nach den 'typischen Übungen'. Da können wir nur sagen: die Gymnastik tuts freilich nicht, sondern der Geist, der mit und bei der Sache ist."

"Wir erreichen dadurch sehr Wesentliches. Der Schüler fängt an zu spüren, dass er selbst etwas mit seinen Körper anfangen kann. Er fühlt plötzlich, dass er, wenn er nur will, sich genau so, wie eben den Schultergürtel, den ganzen Körper erarbeiten kann. Sein Selbstbewusstsein wird erhöht."

"Als Wesentliches muss man festhalten: alles Korrigieren von außen her hat wenig Wert. Es muss eins mit dem andern so durchdacht, durchfühlt, mit den tausendfachen Vorkommnissen im Leben untrennbar verbunden werden, dass es zum Wesen des Menschen wird, dass es jeden Augenblick instinktiv ausgeführt wird. Nicht das ist erworbener Besitz, was wir auf Kommando ausführen können, sondern dasjenige, was bei plötzlicher Veranlassung ohne Überlegung sofort geschieht." ¹

II.

Ich will nun diesen Grund-Gedanken auf die **Hochschul-Didaktik** übertragen und reflektieren, was bei der Wissens-Vermittlung in der Regel geschieht.

Hier drängt sich für mich der Vergleich von „**Übung**“ mit „**Wissen**“ auf.

In dieser Hinsicht umformuliert, würde der Gedanke von **Elsa Gindler** dann bedeuten, dass es in der *Hochschul-Didaktik* darum gehen könne:

- „**nicht Wissen zu lernen**“;
- sondern beim „**Umgang mit Wissen zu lernen**“.

Dieser Vergleich verweist natürlich sofort auf den „**Umgang**“².

Es geht also nicht um *Wissen* schlecht hin, sondern um jenes *Wissen*, das mir in meinem *Umgang* mit *mir* selbst und mit der *Welt*, „**zweckmäßig**“ und „**brauchbar**“ ist.

Mein **achtsamer Umgang** mit der **Praxis**, auf die ja letztlich jedes **Wissen** verweist, ruft mir erst jenes *Wissen* auf, das mir für meinen *Umgang* mit der *Praxis* vermutlich *brauchbar* ist.

Vom **achtsamen Umgang** mit der **Praxis** her könnte also ein **Sog** erzeugt werden, der **brauchbares Wissen** anfordert:

- einerseits von anderen in Form einer Mitteilung;
- andererseits aber von mir selbst;
- d. h. ich selbst werde **kreativ gefordert**.

¹ ELSA GINDLER: „Die Gymnastik des Berufsmenschen“, in: „Gymnastik“, Jg. 1, Karlsruhe 1926.

² vgl. HORST TIWALD: „Bewegen zum Selbst - Diesseits und jenseits des Gestaltkreises. Für Bewegungswissenschaftler, Philosophen, Mediziner, Psychologen und Pädagogen als Hinführung zum Grundgedanken der 'Theorie des Gestaltkreises'“, Hamburg 1997, Verlag Edition Lietzberg, (ISBN 3-9804972-3-2)

Ich will nun eines der vorherigen Zitate von **Elsa Gindler** umformulieren und sagen:

*"Wir erreichen dadurch sehr Wesentliches.
Der Student fängt an zu spüren, dass er selbst etwas mit **seinem eigenen Wissen und Denken** anfangen kann.
Er fühlt plötzlich, dass er, wenn er nur will, sich genau so, wie eben **diesen Praxis-Aspekt, weitere Praxis-Bereiche** erarbeiten kann.
Sein Selbstbewusstsein wird erhöht."*

III.

Dieser Gedanke, **„vom achtsamen Umgang mit der Praxis her einen sinnorientierten Sog zu erzeugen, der im Studierenden ein Verlangen nach brauchbarem Wissen erzeugt“**, liegt dem Konzept des **Projekt-Studiums** zu Grunde.

Anfang der **70er Jahre** wurde versucht, am **Fachbereich Sportwissenschaft** der **Universität Hamburg** dieses Konzept in die *Praxis* um zu setzen.

Seither wurden viele brauchbare **hochschuldidaktische Erfahrungen** gesammelt.

Ein wesentlicher Baustein dieses *Projekt-Studiums* war und ist die sogenannte **„POEST“** (die „*Problemorientierte-Eingangsstufe*“, bzw. die „*problemorientierte Einführung in das Studium*“). Die „POEST“ bereitet auf das **Projekt-Studium** vor, das für unsere Ausbildung wesentlich ist.

Es gilt daher, bereits am Anfang des Studiums darauf **richtig eingestellt** zu sein.

IV.

Was ist mit dem „*Projekt-Studium*“ gemeint, was soll mit ihm erreicht werden?

Das Wort „*Projekt*“ gibt uns bereits etwas Auskunft darüber:

- es leitet sich nämlich vom lateinischen Wort "*proiectum*" her, das soviel wie "*das nach vorne Geworfene*" bedeutet;
- "*proicere*" bedeutet "*vorwärts-werfen*", "*hervor-treten lassen*".

Das **Projekt** lässt also:

- einerseits etwas *hervortreten*. Es präpariert etwas heraus, was vorher gar nicht so deutlich sichtbar war. Dieses „*auf-werfende*“ Sichtbarmachen geschieht im **„forschenden Lernen“** etwa so, wie der

Goldwäscher in seiner Schale den Sand mit Wasser *aufwirft* und dadurch die Goldkörner sichtbar macht.

- andererseits werden aber in *Projekten* zukunftsweisende Visionen entworfen; Projekte **wähnen** etwas, ohne deshalb schon im krankhaften Sinne „*wahn-sinnig*“ zu sein; sie entwerfen Pläne für die Lösung dessen, was **tätig hervor-geworfen**, was sichtbar gemacht wurde.
- Ein *Projekt* ist also etwas, das voll von **leidenschaftlicher Bewegung**³ ist. Es ist ein **kreativ wähnendes** Aufwerfen und Vorwerfen;
- das *Projekt* ist das aktive Moment *menschlichen Handelns*.

Der Mensch ist es, der *auf-* und *vorwirft*, der *Probleme* aufgreift und Lösungswege in die Zukunft hinein *entwirft* bzw. *vorwirft*.

Das *Projekt* ist ein vielseitiges **aktives Werfen**.

Das gleiche Wort-Material enthält das Wort **"Problem"**.

Der Unterschied ist bloß, dass es nicht auf das Lateinische, sondern auf das Griechische verweist:

- das *Problem* ist "die zu lösende Aufgabe", "die Fragestellung", "die Schwierigkeit", "der schwierige Vorwurf";
- das Wort "Problem" leitet sich vom griechischen Verb "pro-ballein" ab, was "vorwerfen", "hinwerfen", "aufwerfen" bedeutet;
- dieses griechische Wort steckt zwar nicht im Wort "Ball", den wir werfen, wohl aber im "Ball", auf dem wir tanzen.

Ein *Problem* ist aber, im Unterschied zum *Projekt*:

- nicht das, was **wir** hin-werfen;
- sondern das, was uns **begegnet** und **uns** hin-geworfen wird, das uns **betrifft**.

Das *Problem* hat auch etwas mit einer „Herausforderung“ für mich zu tun, es ist etwas, was mich *proviziert*.

Ein **Problem** ist also das, was uns vorerst und primär in einer **leidenschaftlichen Betroffenheit** gegeben ist, wenn es uns **begegnet** und uns **trifft**.

³ Zum Thema der Einheit von **Wahrnehmen und Bewegen** und der Einheit von **Leidenschaft und Bewegen** sowie zum Thema „**Wähnen**“ und des inneren Zusammenhanges von „**Dürfen**“, „**Müssen**“, „**Wollen**“, „**Sollen**“ und „**Können**“ vgl. VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „*Pathosophie*“, Göttingen 1956.

V.

Ein *Problem* betrifft uns existenziell in unserem **Sein** und fordert uns als **Aufgabe** und **Frage** heraus.

Diese *Betroffenheit* kann positive oder negative Gefühle auslösen. Sie kann zum Beispiel als Freude, aber auch als Angst **erlebt** werden.

Der eigentliche und **unmittelbare** Weg zum "**Problem-Haben**" führt über das **leidenschaftliche** "**Betroffen-Sein**".

Man kann aber auch **mittelbar** Probleme bekommen.

Dies ist zum Beispiel dann der Fall, wenn uns das *Problem* von einem anderen Menschen *sprachlich* **vermittelt** wird.

In diesem Fall ist der **Bericht** über das *Problem* zuerst da.

Man kann sich in diesem Falle aber nur dann aufrufen, für die Lösung des *Problems* aktiv zu werden, wenn auch eine **primäre** *Betroffenheit* geweckt oder eine **sekundäre**, die nicht unmittelbar mit dem gegebenen Problem zusammenhängt, vermittelt wird.

Diese *sekundäre Betroffenheit* hängt dann aber **für mich**, als den Geforderten, nicht mehr mit dem für mich *objektiv* gegebenen *Problem* unmittelbar zusammen. In diesem Falle sind dann mein "**Betroffen-Sein**" und mein "**Problem-Haben**" eigentlich einander **fremd**, bzw. ich bin vom *eigentlichen Sein* meines *Problems* **entfremdet**.

Ich *erlebe* mich dann irgendwie *daneben-stehend* und nicht voll *ergriffen*. Mein Engagement ist dann entweder *halbherzig* oder *euphorisch aufgebläht*, was meist nicht lange anhält oder sich fanatisch durchquält.

Das *achtsame Wahrnehmen* der **Realität selbst** macht dagegen *meine* Probleme *für mich* in einer **angemessenen** *Leidenschaft* sichtbar, was Grundlage für *zweckmäßiges Handeln* ist.

Diese **Achtsamkeit für Probleme**⁴ ist nicht nur wichtig, damit ich das *sachgerechte Maß* zwischen *Halbherzigkeit* und *Euphorie* finde, sondern sie ist auch die Grundlage dafür, dass ich über das **leidenschaftliche Betroffen-Sein** hinaus und zum *Projekt*, d.h. zum **zweckmäßigen Handeln** komme.

⁴ zum Thema „**Achtsamkeit**“ vgl. meine *Projektpapiere* zum „*Gewandtheit- und Achtsamkeits-Training*“, die als Texte zum herunterladen im Internet abgelegt sind: Internet: <http://www.horst-tiwald.de>

Man kann nämlich auch **unmittelbar Probleme haben** und gegenüber dem eigenen "*Betroffen-Sein*" mehr oder weniger "**taub**" sein.

Es gibt nicht wenige Menschen, die zwar *echte Probleme*, zum Beispiel mit ihrem Rücken **haben**, denen aber das für das **problemlösende Tun** erforderliche *Betroffen-Sein* völlig fehlt.

In diesem Falle geht es beim Helfen dann darum, einen Weg "**vom Haben zum Sein**" zu finden, wie ihn **Erich Fromm**⁵ zum Schlagwort gemacht hat.

Hier muss dann ein *Weg* gefunden werden, der **überhaupt** zum *Sein*, zum sogenannten "*Hier und Jetzt*" hin aufschließt und öffnet. Auf diesem *Weg* eröffnet sich dann ein "*Eins-Sein*", eine "*Kohärenz*" mit dem *Körper* und mit der umfassenden *Welt*.

Das *Problem-Haben* wird hier zum *Betroffen-Sein* hin geöffnet, um **lebendig** zu werden und in *leidenschaftliches Bewegen* zu kommen.

Dies wäre der "**Weg des Kultes**", der ein *Eins-Sein* im *Hier und Jetzt* sucht und im **achtsamen Hinhören** die Orientierung gewinnt.

Auf diesem *Weg* führt einen die **Achtsamkeit** im Sinne von **Heraklit**, der meinte:

*"Klugsein ist die größte Vollkommenheit, und die Weisheit besteht darin, die Wahrheit zu sagen und zu handeln nach der Natur, auf sie hinhörend"*⁶

VI.

Aber auch der umgekehrte *Weg* kann Hilfe bringen.

Es wäre dies der *Weg* vom **diffusen** und **globalen Betroffen-Sein** zum **klaren** und **differenzierten Problem-Haben**.

Die Geburtshilfe würde hier die *Achtsamkeit* in Form der "**Fragehaltung**" leisten.

Diesen *Weg* haben **Elsa Gindler** und **Heinrich Jacoby**⁷ eingeschlagen, indem sie bei ihren Schülern ein sogenanntes "**antenniges Verhalten**" aufbauten.

⁵ ERICH FROMM: „*Vom Haben zum Sein. Wege und Irrwege der Selbsterfahrung*“, Weinheim und Basel 1989.

⁶ HERAKLEITOS, zitiert nach AUGUST BIER: „*Die Seele*“, München-Berlin 1942 (1939).

⁷ ELSA GINDLER: „*Die Gymnastik des Berufsmenschen*“, In: „*Gymnastik*“, Jg.1, Karlsruhe 1926.

In dieser *Einstellung* wird die "**Schau-Absicht**" aufgegeben, um "**erfahrbarkeit**" zu werden.⁸ Die *achtsame Fragehaltung* **setzt** dann das *Eins-Sein* des *Betroffen-Seins* in ein **gegen-stehendes Problem-Haben auseinander**.

Nur dann, wenn ich das *leidenschaftliche Betroffen-Sein* als **mein Problem "zur Welt bringe"**, dann kann ich auch ein *Projekt* entwerfen, das sich auf mein **eigentliches Betroffen-Sein** bezieht.

Ich muss also, wie **Martin Buber** sagte, die *leidenschaftliche Betroffenheit* der "*Ich-Du-Beziehung*" zur abgekühlten "*Es-Welt*" bringen, nur darf mir dabei die *leidenschaftliche "Ich-Du-Grundlage"* nicht verloren gehen.

*"Das uneingeschränkte Walten der Ursächlichkeit in der Es-Welt, für das wissenschaftliche Ordnen der Natur von grundlegender Wichtigkeit, bedrückt den Menschen nicht, der auf die Es-Welt nicht eingeschränkt ist, sondern ihr immer wieder in die Welt der Beziehung entschreiten darf. Hier stehen Ich und Du einander frei gegenüber, in einer Wechselwirkung, die in keine Ursächlichkeit einbezogen und von keiner tangiert ist; hier verbürgt sich dem Menschen die Freiheit... Nur wer Beziehung kennt und um die Gegenwart des Du weiß, ist sich zu entscheiden fähig. Wer sich entscheidet, ist frei, weil er vor das Angesicht getreten ist."*⁹

Dem *Problem* als einem *Haben* kann ich in dreifacher Weise begegnen:

- erstens kann ich danach trachten, das Problem **zu lösen**;
- andererseits kann ich versuchen, mich **vom Problem zu lösen**, indem ich es zum Beispiel verdränge oder selbst meditativ abtauche;
- drittens kann ich mich bemühen, das Problem **aufzulösen**, indem ich es durchschaue und als Scheinproblem entlarve.

Hier sei nur angemerkt, dass es nicht nur um eine für die **Konsumhaltung** typische *individualistische Betroffenheit* geht, sondern auch und letztlich um ein *Betroffen-Sein* durch **leidenschaftliche Identifikation mit Anderen**.

Das Finden einer "*Kohärenz*" mit einem fundamentalen "**Wir**", also eine echte "*Sinn-Orientierung*" ist gemeint, wie sie **Viktor von Weizsäcker** im "**Umgang**" mit dem Patienten entdeckt und zur Grundlage seiner "*Theorie des Gestaltkreises*" gemacht hat.¹⁰

HEINRICH JACOBY (Hrsg. SOPHIE LUDWIG): „Jenseits von ‚Begabt‘ und ‚Unbegabt‘, Zweckmäßige Fragestellung und zweckmäßiges Verhalten. Schlüssel für die Entfaltung des Menschen“, Hamburg 1994.

⁸ HEINRICH JACOBY (Hrsg. SOPHIE LUDWIG): „Jenseits von ‚Begabt‘ und ‚Unbegabt‘, Zweckmäßige Fragestellung und zweckmäßiges Verhalten. Schlüssel für die Entfaltung des Menschen“, Hamburg 1994.

⁹ MARTIN BUBER: „Ich und Du“, in: MARTIN BUBER: „Das Dialogische Prinzip“, Gerlingen 1994⁷

¹⁰ VIKTOR VON WEIZÄCKER: „Natur und Geist“, München 1977.

VII.

Es geht in der heutigen Zeit nicht darum, **individualistische** Probleme im *Gruppen-Egoismus* **demokratisch zu kumulieren** und als **gesellschaftliche** auszugeben, sondern die *gesellschaftlichen und ökologischen Probleme*, in einer *Identifikation* mit ihnen, sich **zu eigenen zu machen**, was auch **Karl Marx** forderte.

Im *Projekt* wird aber **nicht nur** ein *Betroffen-Sein* durch ein **solidarisches** oder **barmherziges**¹¹ *Eins-Werden* und *Identifizieren* mit anderen entwickelt.

Dies wäre bloß der Akzent des **Kultes**.

Es geht vielmehr **auch** und insbesondere um das *achtsame Überhöhen* der *leidenschaftlichen Betroffenheit* zu einem *klar strukturierten Problem-Haben* als **Grund-Lage** des *Handelns*, wie es der Akzent des "*Weges der Magie*" ist.

Man braucht eben beides:

- sowohl das *leidenschaftliche Betroffen-Sein*;
- als auch das *projekt-vorbereitende klare Problem-Haben*.

Es wäre daher vollkommen verkehrt, *Haben* und *Sein* gegeneinander auszuspielen, indem man etwa den Weg "*vom Haben zum Sein*" als erstrebenswert, den "*vom Sein zum Haben*" dagegen als verwerflich propagiert.

Beide *Wege* bilden eine *dialektische Einheit* und sind für sich alleine genommen jeweils nur **Halbheiten**.

VIII.

Das *leidenschaftliche Betroffen-Sein* wird durch die **Frage-Haltung** zu einem **gegenstehenden** *Problem-Haben* überhöht.

Um also **für mich** zu **echten** *Problemen* zu kommen und dann auch etwas tun zu können, brauche ich drei besondere "**Schlüsselqualifikationen**":

- erstens brauche ich eine **unmittelbare** "*Sensibilität*", eine *leidenschaftliche Identifikationsfähigkeit*, wie sie zum Beispiel im *Mitleid*, in der *Liebe*, in der *Solidarität* und in der *Barmherzigkeit* gegeben ist;

¹¹ HORST TIWALD: „*Der Brahmane im dialektischen Widerspruch des Gestaltkreises. – oder - Von der Fülle des praktischen ‚Tuns‘ zum dürftigen technischen ‚Machen‘*“, in: HORST TIWALD: „*Die Kunst des Machens oder der Mut zum Unvollkommenen – Die Theorie der Leistungsfelder und der Gestaltkreis im Bewegenlernen*“, Hamburg 1996: Edition Lietzberg. ISBN 3-9804972-2-4.

- zweitens brauche ich eine **geistesgegenwärtige Frage-Haltung**, die in der *Achtsamkeit* die *Betroffenheit* zu einem kreativ wählenden, aber klar strukturierten Problem auseinandersetzt;
- drittens brauche ich den *Mut zum unvollkommenen Tun*.¹²

Diese drei *Schlüsselqualifikationen* bilden eine Einheit¹³.

IX.

Ich habe den Unterschied zwischen *Kult* und *Magie* angesprochen, weil er das, was in unserem *Projekt-Studium* geschieht, strukturieren hilft.

Hierzu noch einige Anmerkungen:

Kult und *Magie* haben beide einen Bezug zur *Religion*, wenn man unter *Religion* den Glauben an eine höhere Macht und/oder an höhere Mächte und Wesen sowie an die Abhängigkeit von diesen versteht.

Der **kultische** Bezug erscheint als der **kindliche**, aber historisch ältere.

Es geht bei ihm darum, diese höheren Mächte **zufrieden zu stellen**, ihnen zu **opfern**, sie **anzubeten**.

In einem *inneren Eins-Sein* gilt es auf sie im *Hier und Jetzt* hinzuhören und mit ihrem Willen **eins zu werden**.

Diesen **willkürlich** handelnden höheren Wesen fühlt sich der im *kultischen* Bezug befindliche Mensch **voll ausgeliefert**:

- er lebt in einem diffusen und hörigen *Betroffen-Sein*;
- die Zuneigung dieser höheren Wesen wird als *Gnade* empfunden;
- Lebensaufgabe sei es daher, mit ihnen *eins zu werden*, ihnen nahe zu kommen, auf sie *hinzuhören*, ihren Willen zu erspüren und zu erfüllen, ihnen Freude zu machen und sie nicht zu verärgern.

Anders wird dieser Bezug in der **pubertär** erscheinenden **Magie** erlebt:

- hier glaubt man auch an höhere Mächte und Wesen, fühlt sich aber nicht mehr ihrer *Gnade* ausgeliefert;

¹² HORST TIWALD: „*Psycho-Training im Kampf- und Budo-Sport. Zur theoretischen Grundlegung des Kampfsportes aus der Sicht einer auf dem Zen-Buddhismus basierenden Bewegungs- und Trainingstheorie*“, Ahrensburg 1981.

¹³ zur Art, wie ich diese Einheit sehe, vgl. HORST TIWALD: „*Yin und Yang. Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens*“, Immenhausen 2000: prolog Verlag. ISBN 3-934575-10-2.

- es erwacht ein **emanzipatorisches** Bedürfnis nach dem Entdecken von Zaubermitteln, mit denen die Geister und Götter **gezwungen oder neutralisiert** werden können;
- es geht um das *Beherrschen der Natur*;
- es geht um die Suche nach Zauberformeln, nach **wirksamen** Ritualen, nach dem *Stein der Weisen*, nach dem *Lebenselixier* sowie um das in die Zukunft vorausschauende *Wahrsagen*;
- es wird das Abenteuer eingeleitet, vom *Hier und Jetzt* auszubrechen.

Die *Wirklichkeit voraussehen* und **beherrschen**, das sind die beiden zentralen Themen der *Magie*.

Hier entsteht bereits das, was wir heute perfektioniert als *naturwissenschaftliche Technik* und *Naturbeherrschung* vor uns haben: **Diagnose, Prognose** und **Technologie**.

Das diffuse und (zuge-)hörige *Betroffen-Sein* wird zum emanzipierten und gegenstehenden *Problem-Haben* "**auseinander-gesetzt**".

Es entsteht das *Projekt*, der Bitterkeit der Naturereignisse mit **Voraussicht** und **Technik** entgegenzutreten bzw. die Mächte der Natur in die Bahnen des *Projektes* zu kanalisieren.

Wenn irgendwelche Zauber- oder Beschwörungs-Rituale in der *Magie* nicht funktionieren, dann **zweifelt man nicht** am *Konzept der Magie*, sondern sucht den *Fehler im Verfahren*, in dessen **noch** zu geringen **Exaktheit**.

So entsteht ein Streben nach immer **genauerer Erkenntnis** und **exakterer Technologie**.

Hier liegen bereits die **magischen** Wurzeln unserer *naturwissenschaftlichen Fortschrittsgläubigkeit*.

War ursprünglich in der *Magie* der *Kult* im mehrfachen Sinne "**aufgehoben**", so ging der *kultische Aspekt* des *Eins-Werdens* und des *Hinhörens auf die Natur* vielfach verloren.

Das *Problem* und das *Projekt* lösten sich von der zugehörigen *Betroffenheit* im *Hier und Jetzt*.

Die *Magie* löste sich von der *Leidenschaft* und damit vom **Subjekt** und wurde **objektiv**.

Mit der Zeit löste sie sich aber auch von den *unmittelbaren objektiven Bedürfnissen*, wie zum Beispiel vom *Heilen*.

Das *Hier und Jetzt* war dann in der *Magie* nicht mehr als *Betroffenheits-Basis* **aufbewahrt** ("aufgehoben"), sondern wurde **verloren**.

Die *Techniken zur Voraussicht* und die Fähigkeit, *Probleme* klar strukturieren zu können, lösten sich auf diese Weise von ihrer *Betroffenheits-Basis*.

Sie wurden von dieser **lösgelöst** und **entfremdet** bzw. dann auch vor **fremde** Ziele gespannt.

Die auf dem Kult **aufziehende** und als solche **hinhörende** und **heilende** "*weiße Magie*" wurde daher von der späteren "*schwarzen Magie*", die sich praktisch vor jeden Karren spannen lässt, unterschieden.

X.

Der Verlust einer in die *Welt* hinausgreifenden *Betroffenheits-Basis* wird heute auch als "*Sinn-Verlust*" bezeichnet.

Diesem Thema hat **Viktor E. Frankl** seine wissenschaftliche Arbeit gewidmet.¹⁴

Die *Magie* selbst (als eine *Technik der Voraussicht* und des *Mitbewirkens des Weltgeschehens*) ist aber weder gut noch schlecht.

Zum Verhängnis wird bloß deren *Entfremdung* von den **objektiven** *Bedürfnissen*, die dem Menschen im *Erleben* als **unmittelbares** *Betroffen-Sein* und im *Hinhören* als **Sinn** gegeben sind.

Die "*schwarze Magie*" entwickelte auch **Techniken**, die es ermöglichen, dem Menschen statt *Sinn*, **neue** *Bedürfnisse* zu geben. Diese schaffen in ihm **kurzfristig** eine Art von *Lebendigkeit* und setzen ihn dadurch in *Bewegung*.

Durch suggestive Manipulationen bzw. Täuschungen können Menschen **motiviert**, d.h. **bewegt** werden.

Man schafft dabei **mittelbar** "*E-Motionen*", eine Art von "**Schein-Lebendigkeit**", um die "*scheintoten*" und **entfremdeten** *Menschen* für von außen gesetzte Ziele zu motivieren, d. h. zu bewegen.

Durch dieses „*Training*“ wird der Mensch aber auch umorientiert: statt *selbst achtsam Sinn zu suchen*, **fordert** er diesen.

Die **Konsumhaltung**, die auf diese Weise an die Stelle der *Sinn-Orientierung* tritt, fordert daher immer neue und wirksamere *Motivierungen*.

¹⁴ VIKTOR E. FRANKL: „*Logo-Therapie und Existenz-Analyse*“, München 1987.

Sie ruft laut nach *motivierender* Unterhaltung, was wiederum zum **Motor**, d.h. zum *Beweger* des **Marktes** wird und in unserer Medien-Gesellschaft unabsehbare Folgen nach sich zieht.

Es gibt also zwei Möglichkeiten, *künstlich Lebendigkeit* zu schaffen und aus dieser dann *Aktivität* und *Bewegung* zu entwickeln:

- Der eine *Weg* liegt in einer Art "*weißen Magie*". In ihm schafft man über *Achtsamkeit* und "*Kohärenz*" ein unmittelbares *Betroffen-Sein*, aus dem dann in einer klaren *Frage-Haltung*, das *Problem* herausgezogen wird. Wir sprechen in diesem Falle dann von "*Sinn-Orientierung*", oft auch von **primärer** oder **intrinsischer** *Motivation*.
- Der andere *Weg* besteht darin, vorerst über *Lebendigkeit* eine *Bewegung* zu erzeugen und dann auf diese das *Problem* aufzusatteln. Das wäre das Verfahren der "*schwarzen Magie*". Hier werden die *Probleme* mit **problemfremden** Dimensionen **verknüpft**, die "**An-reize**" für *Lebendigkeit* bieten. Diese Zauberkünste der **Ablenkung** vom *Problem* bzw. des *manipulierenden Hinlenkens* zum *Problem* sind die *statistisch normalen* Verfahren einer **entfremdeten** und notwendig **konsumorientierten** *Gesellschaft*.

Leidenschaftliche Lebendigkeit und *Bewegung* alleine reichen also nicht aus.

Es müssen noch weitere Komponenten hinzu kommen:

- die *Achtsamkeit* in Form der *wachen* und *offenen Identifikationsfähigkeit*, die zum *Betroffen-Sein* zur *Realität* hin öffnet;
- die *Achtsamkeit* in Form der *Frage-Haltung*, die aus der *Lebendigkeit* im *kreativen Wähnen* das *klare Problem* herauszieht;
- die *Achtsamkeit* in Form der "*Ver-Antwortung*", die das *Bewegen* hinsichtlich der Dimensionen *dürfen, müssen, wollen, sollen* und *können* begleitet.

Die **leidenschaftlich lebendige Beteiligung am Leben** ist im **Projekt-Studium** Grundlage *wissenschaftlicher Erkenntnis*.

Diese Basis rückt naturgemäß auch eine andere Sicht von *Wissenschaft* in den Vordergrund.

XI.

Das **Hamburger Projekt-Studium**¹⁵ am *Fachbereich Sportwissenschaft* der *Universität Hamburg* ist Anfang der **70er Jahre** mit der Forderung nach mehr **Wissenschaft** im Sport-Studium angetreten.

¹⁵ HORST TIWALD: „25 Jahre Projektstudium am Fachbereich Sportwissenschaft der Universität Hamburg“, in: „DVS - Informationen - Schwerpunktthema Projektstudien - Viertel-

Unser **Projekt-Studium** trat gegen die extreme Wissenschaftslosigkeit des damals etablierten Sport-Studiums auf.

Das **Nur-Sporttreiben** und das **Benoten** der dort erbrachten sportlichen Leistungen war den Studierenden zu wenig.

Die Studierenden wollten damals nicht nur:

- überhaupt **mehr** Wissenschaft;
- sondern sie wollten zugleich auch eine **andere**;
- zum einen sollte diese utopische *Wissenschaft* **interdisziplinär sein**;
- zum anderen an der **gesellschaftlichen Praxis** selbst ihr Maß gewinnen;
- und letztlich sollte diese visionäre Wissenschaft aber auch in einer **neuen Form angeeignet** werden.

Die Studierenden wollten sich, mit Hilfe der Lehrenden, die Wissenschaft im **"forschenden Lernen"** selbst erarbeiten.

Dieses *Erarbeiten* wollten sie am liebsten direkt in der *gesellschaftlichen Praxis* realisieren, die **Quelle** und **Prüfstand** echter *Theorie* sein sollte.

Aber auch hier wollte man nicht mit einem **Konsumieren von Wissen** das *Projekt* vorbereiten, sondern mit **selbständigem Beobachten** und **selbständigem Denken** beginnen.

Bei diesem Vorhaben leistet die **Achtsamkeit** in Form einer **Frage-Haltung** Geburtshilfe.

Es ging in unserer *Projekt-Orientierung des Studiums* daher darum, im *betroffenen Schauen* im *Hier und Jetzt* und im *geistesgegenwärtigen achtsamen Fragen* eine **echte Theorie** zu gewinnen, die sich gerade durch ihre **Blick-Offenheit** von den *pragmatischen Meinungen* unterscheidet.

Die **Partialisierung** der pragmatisch bewährten *Meinungen* sollte aufgebrochen und zu einer **echten Theorie** hingeführt werden.

In einer *solidarisch schauenden Betroffenheit* und im *Staunen* sollte diese erarbeitet werden. Dadurch wollte man auf den umfassend offenen **Ernstfall** *"gesellschaftliche Praxis und Humanität"* orientieren.

Es war klar, dass wir Hochschullehrer durch dieses **studentische Projekt** *herausgefordert* und **überfordert** wurden.

Das *Projekt-Studium* selbst war ein *Problem* für uns.
Diese *Herausforderung* machte uns, einige freudig andere schmerz-
lich, *betroffen*.
Mit dieser *Betroffenheit* gingen wir als Hochschullehrer daher sehr
unterschiedlich um.

Von Kritikern wurde uns vorgeworfen, dass unsere *Projekt-Arbeit* eine neue
theorielose "*Eigenrealisierung*", analog zum vorangegangenen *Nur-
Sporttreiben*, nur eben auf höherer Ebene, sei.

Dieser Vorwurf trifft zwar nicht zu, es muss aber trotzdem gese-
hen werden, dass sehr wohl auch hier die Gefahr besteht, *analog
zu mancher experimentellen oder sozial-empirischen Forschung*,
wo nur *statistische Rezepte* realisiert werden, in einen **theorie-
blinden** "*Projekt-Aktionismus*" abzudriften.

Deswegen geht es uns darum, eben weil wir nicht **theorie-los** sein wollen,
vorerst **rezept-los** zu sein.

Dies tun wir, indem wir unsere Vorhaben zwar in ganz unter-
schiedlichen Varianten vorher durchdenken und vielfältig vorbe-
reiten, aber trotzdem mit der *Praxis* den **unmittelbaren Dialog**
suchen und relativ offen an sie herangehen.

Die Vorbereitungen, wie intensiv sie auch sein mögen, nehmen ja immer nur
Maß an **vorgestellten** Bedingungen, die wir anzutreffen **vermuten**.

In diese *Vermutungen* gehen natürlich vielfältige Erfahrungen
und viel Wissen ein, was auch notwendig ist, aber sie bleiben
trotzdem nur *Vermutungen*.

Es gilt daher, in der *Projekt-Arbeit* die **Schlüssel-Qualifikation** zu entwickeln,
trotz einer intensiven theoretischen Vorbereitung und Vorplanung für den
konkreten Ernstfall **optimal offen** zu sein und mit dem konkreten einmaligen
Ernstfall in *leidenschaftliche "Kohärenz"* zu kommen.

Dies ist auch notwendig, um rechtzeitig und überhaupt wahr-
nehmen zu können, was sich **tatsächlich** ereignet und welche
unvorhergesehenen und oft auch **unvorhersehbaren** Mög-
lichkeiten und Gefahren sich konkret auftun.

XII.

Wir wollten durch diese **Begegnung** mit der *Praxis* eine *echte Theorie* gewin-
nen, die uns in der *leidenschaftlichen Begegnung* auch **unmittelbar ein-
leuchtet**.

Eine *Theorie* **leuchtet** ja nicht deshalb ein, weil sie in sich logisch widerspruchsfrei ist oder weil sie mit anderen *Theorien* übereinstimmt, sondern weil sie **im "Schauen" einleuchtet**.

Diese triviale Feststellung ist von großer Bedeutung.

Mancher Wissenschaftler meint nämlich, den Verhalt umdrehen und eine *einleuchtende Theorie* als **Kriterium für das Einleuchten** nehmen zu können.

Was uns *einleuchtet*, das setzen wir unserem Denken immer voraus, bzw. das, was wir diesem voraussetzen, muss uns *einleuchten*.

Das Denken selbst führt zu keinem *Einleuchten*, sondern bestenfalls zu etwas, das uns einleuchtet, **weil es auf etwas verweist, das uns einleuchtet**.

Im *Einleuchten* leuchtet eine *Theorie* immer innerhalb eines **umfassenden** und **offenen** Kontextes ein.

Deshalb kann eine noch so *einleuchtende Theorie* nicht zum *Maßstab des Einleuchtens* genommen werden.

Der *unmittelbar einleuchtende Blick* auf die *praktische Welt* würde dadurch partialisiert und würde das **weitsichtig Wesentliche** ausblenden.

Theorien sind **Werkzeuge** eines zur *Praxis* im *einleuchtenden "Hausverstand"* **offenen** und durch Wissenschaft **veredelten** Bewusstseins.

Ein von diesem **weltoffenen Einleuchten entfremdetes** Bewusstsein wird auch als **"falsches Bewusstsein"** bezeichnet, was aber nicht bedeutet, dass dieses auch technisch unbrauchbar sein muss.

Dieses *"entfremdete"* Bewusstsein in der Darstellung erneut zu **ver-fremden** ist ein Mittel der Kunst, um aufzudecken und aufzuklären.

Der Unterschied zwischen einer *Theorie*, die immer **offen** ist und einem *Schauen* entspringt, und einer *brauchbaren Meinung* wird in der sog. *Wissenschaftstheorie* heute kaum mehr deutlich gemacht.

Dies führt dazu, dass differenzierte und wissenschaftlich erprobte Meinungen als *Theorien* gehandelt werden.

Heute hält sich daher schon mancher für einen *"Theoretiker"*, nur weil er die *konkrete Praxis* meidet und diese durch eine *technisch-operationale Spielwiese* ersetzt, ja oft sogar auch dieser ausweicht.

Im Bewusstsein dieser Wissenschaftler wird **"Technik"** mit *"Praxis"* und damit mit dem „*Leben*“ verwechselt.

XIII.

Wer sich der *Praxis* selbst in *angemessener Intensität* und *angemessener zeitlicher Quantität* stellt, „dem gehen die Augen auf“, der will dann selbst und muss auch selbst *schauen*.

Der erkennt dann den **Bedarf an echter Theorie**, weil ihn die zur *Theorie* erklärten etablierten *Meinungen* von Wissenschaftlern nicht mehr befriedigen können.

Projekte entlarven *Defizite der Wissenschaft*.

Das *Projekt-Studium* nicht zu betreiben heißt daher auch, die Wissenschaft nicht auf den Prüfstand zu bringen, heißt, die gängige Wissenschaft, die ihren **"Sinn"** verloren hat, zu schützen und zu verhindern, dass sie als kurzatmige Sammlung von sehr differenzierten *"Meinungen"* entlarvt wird.

Die **Sportwissenschaft** sollte daher ernst nehmen, dass sie sich als **eigene** Wissenschaft noch gar nicht aus einer umfassenden „*Theorie der Bewegung und des Bewegens*“ **selbständig** entwickelt hat, sondern auch heute noch dominant von letztlich unpassenden Anleihen aus *Nachbar-Wissenschaften* lebt.

Es sollte ihr bewusst werden, dass sie das **Zentrum ihrer eigenen Wissenschaft**, als einer „*Wissenschaft des Bewegens und der Bewegung*“, **grob vernachlässigt** und sich vorwiegend mit Übertragungen aus anderen Wissenschaften schmückt.

Zu viele Wissenschaftler „**haben keine Theorie**“, sondern *"ihre Theorie hat sie"*.

Diese ist dann für sie nicht mehr *Werkzeug*, sondern **beherrscht sie** wie ein Dogma, von dem her sie dann **selbstgefällig** *"Recht sprechen"*.

Ist nun diese *Theorie* noch dazu gar *keine eigene*, sondern von einer *Nachbarwissenschaft geborgt*, dann können diese Wissenschaftler in ihrer *Sackgasse* nur mehr *im Kreis laufen* und keinen ihre **eigene** Wissenschaft **konstituierenden Sinn** mehr finden. Dieser wird dann all zu bequem in der **Nachfrage des „Marktes“** gesucht.

XIV.

Mit unserer *Projekt-Arbeit* werden wir den galoppierenden Prozess des *Sinn-Verlustes* und der *Entfremdung des Menschen* vermutlich nicht stoppen und die naheliegende Katastrophe nicht verhindern können.

Aber **trotzdem** wehren wir uns als Wissenschaft dagegen, dass auch durch die Wissenschaft selbst die *Konsum-Orientierung* verstärkt wird, indem sie diese *Fehl-Orientierung* schamlos für sich ausnützt und so unkritisch dem *Markt* folgt.

Wir wollen beitragen zur "*Sinn-Findung*" in unserer *konkreten Welt*, auch wenn sie noch so verkommen erscheint.

Wir „*spielen auf Zeit*“ in der Hoffnung, einen „*Punktevorsprung retten zu können*“ und als Welt nicht insgesamt vorzeitig "k.o." zu gehen.

Wir hoffen also, dass uns letztlich der "*Gong*", auch durch unseren Beitrag mitbewirkt, aus einer **überstehbaren** Katastrophe rettet.

Wir können von der *Magie* aber auch lernen!

XV.

Die **Magie** hat sich zu unserer heutigen *Naturwissenschaft* fortentwickelt.

Ihre Produkte, sowohl im "*schwarzen*" als auch im "*weißen*" Sinne, bilden das Milieu, in dem der Mensch heute verzweifelt seine *Entfremdung* zu überwinden sucht.

Die Prozesse der **technisierten, profit- und konsumorientierten** Welt treten uns heute genauso als *fremde Mächte* gegenüber, wie ursprünglich dem *Menschen* die *Natur* als *fremde Gewalt* gegenübertrat.

Die **technische Fortschrittsgläubigkeit** hat sich in letzter Zeit aber relativiert, insbesondere durch das **Aufbäumen der Natur**, die ihre **unkalkulierbare Gewalt** zeigt und uns lehrt, dass sie im Weltdrama das letzte Wort zu sprechen gewillt ist.

Wir stehen heute also zwei Gewalten gegenüber:

- zum einen der **revoltierenden Natur**;
- zum anderen den **selbstgemachten** Prozessen eines heute bereits das Kapital vor sich hertreibenden **Marktes**, der uns als eine immer fremder werdende Macht beherrscht.

Der **Markt** an sich ist weder gut noch schlecht.

Er ist ein Werkzeug der Humanisierung und der Überlebenssicherung der Menschheit.

Ihn jedoch seiner Eigengesetzlichkeit zu überlassen und zuzusehen, wie er sich mit der Natur, diese ausbeutend, anlegt und sich in sie verbeißt, **macht betroffen**.

Diese *anteilnehmende Betroffenheit* sollte nicht in einer **depressiven Resignation** stecken bleiben, sondern in einer **mutigen Fragehaltung** zum **klar strukturierten Problem** überhöht werden.

Dieses wissenschaftlich differenzierte *Problem* könnte dann Grundlage für ein zukunftsorientiertes *Projekt* sein.

Wir sind also nicht gegen den *Markt*, sondern sehen diesen als *Werkzeug* der *Humanisierung* und des *Überlebens*.

Dieses *Werkzeug* kann allerdings missbraucht werden. Seinen Missbrauch treiben auch wir voran, wenn wir am *Markt* selbst Maß nehmen und **nur** für die Nachfrage des *Marktes* produzieren und ausbilden.

Dies tun wir, wenn wir auf den *Markt* **nur reagieren** und seine Forderungen zu eilfertig aufgreifen.

Wir vergessen dann ganz, dass Wissenschaft **auch** dazu da ist, den *Markt* **als Werkzeug der Humanisierung zu sichern**.

Die Wissenschaft muss dazu beizutragen, dass der *Markt* insbesondere auch für *humane meta-ökonomische* Ziele arbeitet.

Es geht also darum, die **Eigen-Dynamik** des *Marktes* zu **erkennen** und **vorauszusehen**.

Genau so, wie es in der *Magie* einst gegenüber der *Natur* geschah.

Nur diese Voraussicht der eigengesetzlichen Entwicklung des *Marktes* gibt der Wissenschaft **Zeit**, sich auf das Kommende **rechtzeitig vorzubereiten** und den *Markt* auch als *Werkzeug* für das Erreichen **sinnorientierter** Ziele **mitzugestalten**.

Der *Markt* wurde zu einer **zweiten "Naturgewalt"**.

Vor dieser sollen wir weder **erstarren**, noch dürfen wir sie **kultisch anbeten**.

Wir sollten uns vielmehr **magisch emanzipieren**.

Wenn wir den *Markt* **voraussehend überholen**, dann können wir seine Macht relativieren.

Dabei könnten wir ganz ähnlich verfahren, wie es unsere Vorfahren bei ihrer **Emanzipation den Naturgewalten gegenüber** mit ihrer *Magie* begonnen haben.

Der *Markt* sollte als **herausfordernder Gegner** und **Partner** zugleich erkannt werden.

Mit diesem gilt es, wie im sportlichen Kampfe zu kämpfen.

Solange ich aber den vom Gegner gespielten Bällen immer nur **hinterher-laufen** muss, kann ich weder siegen, noch das Spiel **offen halten**.

Ich muss daher **vom Reagieren zum Agieren** kommen.

Dies kann geschehen, indem ich für die *Wahrnehmung* des **Tatsächlichen** offen bin und Fehler des Gegners **blitzartig erkennen** und **nutzen lerne**, bzw., wenn ich ihm überhaupt **seine Schwächen vorführe**.

Die *Schwächen des Marktes* sind seine **Kurz-Sichtigkeit**.

Er folgt einer **kurzatmigen** und **scheuklappigen Theorie**, die **Fernfolgen und Nebenwirkungen auszublenden bestrebt ist**.

Seine *Konzepte* oder besser **Rezepte**, die so elegant *operationalisierbar* und **technisierbar** erscheinen, sind der Nährboden der **markt- und konsumorientierten** Wissenschaft.

Unsere Wissenschaft will aber ein anderes Maß, eines gemäß der Aussage von **VIKTOR VON WEIZSÄCKER**:

"Wer das Leben verstehen will, muss sich am Leben beteiligen. Wir sagen aber auch, wer sich am Leben beteiligen will, muss es verstehen. Von da stammt das Maß auch einer Forschung solcher Art."

XVI.

Das *Projekt-Studium* als "*theorie-los*" zu etikettieren, trifft also überhaupt nicht seinen Kern, eher könnte die lobende Bemerkung, dass es "*rezept-los*" sein wolle, zutreffen.

Die *zentrale Schlüssel-Qualifikation* für das *Projekt-Studium* ist aber die Fähigkeit, Enttäuschungen auch als **etwas Positives** erleben zu können.

Dies sollte eigentlich der **normale Zustand** sein, denn es ist ein erfreulicher Anlass, wenn einem eine **Täuschung genommen** und ein **Irrtum beseitigt** wird.

Dass dies aber nicht normal ist, das ist "*fragwürdig*", das heißt, *es ist würdig, hinterfragt zu werden*.

Es macht *betroffen* zu erkennen, wie wohl sich die Menschen auch heute noch in ihrer Täuschung fühlen und wie sie jene verabscheuen, die ihnen die Täuschung nehmen und sie *enttäuschen wollen*.

Das *Projekt-Studium* ist aber **trotzdem** eine auf "*Ent-Täuschung*" angelegte **Provokation**.

Das Wort "*Provokation*" verweist wiederum auf das lateinische Wort "*provocare*", was "*herausrufen*", "*hervorrufen*", "*auffordern*", "*herausfordern*" und "*reizen*" bedeutet.

Die *Provokation* ist also die dem *Betroffen-Sein*, die dem *Problem* und dem *Projekt* gemäßige "**Herausforderung**", womit sich der "*Kreis des Projekt-Studiums*" schließt und "**das Maß auch einer Forschung solcher Art**" angedeutet ist.

Vor diesem Hintergrund geht es in der POEST darum, *leidenschaftlich* zu erkennen, dass man im *lebendigen Freiraum* des *Projekt-Studiums* studieren **darf!**

Das „**Muss**“ und das „**Soll**“ bilden bloß den Rahmen.
Das Entscheidende ist das „**Feld des Dürfens**“.
Hier **darf** man „**Wollen**“!

Das „*Wollen*“ entfaltet sich in dem Maße, wie sich in der *praktischen Projekt-Arbeit* das „**Können**“ entwickelt.

Für den **Studienanfänger** ist es daher wenig hilfreich, sich auf das, was man „**muss**“ und „**soll**“, zu fixieren.

Es gilt vielmehr, sich am „*Dürfen*“ zu orientieren und *kreativ zu tun*, was man „**darf**“ und schon **einigermaßen „kann“**.

In der „*Schere*“ zwischen „*Wollen*“ und „*Können*“ „**darf**“ sich dann im „*Felde des Dürfens*“ der schöpferische „**Mut zum unvollkommenen Tun**“ entfalten.