

# Lebendiges Netz

Das neue Paradigma in den Wissenschaften heißt: Verbundenheit



Sich verbunden fühlen, *connected*, ist die Basis für Mitgefühl – und Mitgefühl pflegt diese Verbundenheit. Nun haben der Neurobiologe Gerald Hüther und die Journalistin Christa Spannbauer ein Buch herausgegeben, das »Connectedness« heißt. Es widmet sich dem neuen Paradigma in den Wissenschaften, dass alles mit allem verbunden ist; nichts lässt sich ungestraft aus diesem Ganzen herauslösen (Dies ist der zweite Teil unseres Interviews mit Gerald Hüther, mit Auszügen aus »Connectedness«)

INTERVIEW MIT GERALD HÜTHER

In unserer Mai-Juni Ausgabe (*Connection Spirit* 5-6/12), die den Schwerpunkt »Mitgefühl« hatte, sprach Gerald Hüther über die Zukunft der Wissenschaft: »Erst jetzt ist die Menschheit in einem Stadium angekommen, in dem die weitere Zerlegung, Analyse und Herauslösung einzelner Phänomene nicht mehr dazu beiträgt, noch bessere Kontrolle zu erlangen und Gefahren abzuwenden. Deshalb wird uns künftig nichts anderes übrig bleiben, als dieses Vereinzelte und Abgetrennte wieder zusammenzufügen, es zu integrieren.«

Das ist die Zukunft der Wissenschaft. Und was ist die Zukunft der Ethik? Werden wir weiterhin moralische Appelle brauchen, um unser Zusammenleben auf der dicht bevölkerten Erde mit ihren schwindenden Ressourcen zu organisieren, oder genügt dafür die Einsicht, das Wissen um unsere Verbundenheit? Welche Rolle spielt dabei das Mitgefühl, das wir Menschen als soziale Wesen ja alle haben, die einen mehr, die anderen weniger? Können wir dem vertrauen, dass wir dieses Gefühl von Natur aus haben, dass es in uns angelegt ist, oder müssen wir es trainieren? Mit moralischen Appellen hat sich bisher nichts verbessert, daran wird sich wohl auch in Zukunft nichts ändern. Mit Aufklärung, klugen Ratschlägen und Wissensvermittlung lassen sich einmal entstandene innere Einstellungen und Haltungen von Menschen nicht ändern. Noch mehr Wissen um unsere Verbundenheit hilft also nichts, es sei denn, dieses Wissen geht wirklich unter die Haut, berührt die Menschen und löst ein Gefühl aus, eben ein Verbundenheitsgefühl. Wenn das hinreichend wachgerufen ist, erlebt ein

Mensch ganz automatisch, was Mitgefühl bedeutet, wie wichtig ein achtsamer und behutsamer Umgang miteinander und mit allen anderen Lebewesen ist.

Dann kann man nicht mehr auf Kosten anderer leben, sich an ihnen bereichern und sie wie Objekte benutzen. Dieses Gefühl hatten wir alle schon einmal, als wir noch kleine Kinder waren, noch unerzogen und noch nicht in die Erfordernisse einer vom Konkurrenzdenken geprägten Beziehungskultur eingepasst waren. Es geht also eigentlich darum, etwas wiederzufinden, was wir beim Hineinwachsen in diese Kultur verloren haben. Das kann man nicht trainieren, das kann man nur in sich als Erfahrung wieder wachrufen. Dann ist es aber – anders als bei einem Kind – nicht nur ein Gefühl, sondern auch gleichzeitig ein Wissen um die eigene Eingebundenheit. Das kindliche Verbundenheitsgefühl hat sich dann transformiert.

Das heißt, wir Publizisten, die wir diese Themen an die Öffentlichkeit tragen, haben nicht nur, und nicht einmal wesentlich, eine Aufgabe der Informationsvermittlung, sondern eher eine künstlerische: dieses Gefühl der Verbundenheit in den Menschen wieder wachzurufen, das sie als Kinder schon mal hatten und durch die Akkulturation verloren haben?

Damit es Menschen gut geht, sie gesund bleiben und die in ihnen steckenden Potenziale entfalten können – das wissen wir spätestens seit den bahnbrechenden Untersuchungen von Antonovsky und den von ihm gefundenen salutogenetischen Grundregeln – brauchen Menschen dreierlei: erstens das Gefühl, dass sie einigermaßen verstehen, was in ih-

»Mit moralischen Appellen hat sich bisher nichts verbessert, daran wird sich wohl auch in Zukunft nichts ändern«

## NEUES WELTBILD IN DER BIOLOGIE

»Unsere mechanistischen Vorstellungen und unsere Unfähigkeit, sich gegenseitig bedingende Wirkungsgefüge zu beschreiben, haben uns dazu verleitet, nach Programmen zu suchen, die die Entwicklung der verschiedenen Lebensformen steuern. Dadurch haben wir uns selbst den Blick dafür verstellt, dass das wichtigste Merkmal alles Lebendigen seine Fähigkeit zur Selbstorganisation ist. Bis heute können sich nur wenige Menschen vorstellen, was solche eine Autopoiesis bedeutet.«

Weil wir so viel Wert auf die Herausarbeitung all dessen gelegt haben, was ein einzelnes Lebewesen oder eine einzelne Art ausmacht, wodurch sie sich von anderen Lebewesen und anderen Arten unterscheidet und was sie voneinander trennt, haben wir bisher weitgehend übersehen, was alle Lebensformen miteinander verbindet.

Indem wir uns diese Betrachtungsweise der alten Biologie selbst zueigen gemacht haben und sie bis heute in Schulen und Universitäten an unsere Kinder weitergeben, verhindern wir, dass endlich eine neue Generation von Menschen heranwächst, die sich in andere Lebewesen hineinversetzen und sich mit ihnen verbunden fühlen kann.

Angesichts dieser Überlegungen ist es an der Zeit, die Biologie als Wissenschaft vom Leben neu zu begründen, die alte Biologie des Zerlegens und voneinander Abgrenzens in eine neue Biologie der Verbundenheit alles Lebendigen und des miteinander Wachsens zu verwandeln.«

(Gerald Hüther in »Connectedness – Warum wir ein neues Weltbild brauchen«)



PIXELIO.DE © RAINER HÖRSTER

FOTOLIA.COM ©

»Die Erfahrung der Verbundenheit erwirbt man nicht dadurch, dass man schlaue Bücher liest oder kluge Ratschläge bekommt«

nen und in ihrer Lebenswelt abläuft. Hier geht es also um das Verfügbarmachen von Wissen, und das können Publizisten ja auch ganz gut. Neben dieser Verstehbarkeit brauchen Menschen zweitens aber auch noch das Gefühl eigener Gestaltbarkeit. Sie müssen in der Lage sein, die Prozesse, die sie verstanden haben, auch zu beeinflussen, sich einbringen zu können und sich als selbstwirksam zu erleben. Das lässt sich über Medien, die nur informieren, schlecht erreichen. Es sei denn, Publizisten gelingt es, bestimmte Entwicklungen so darzustellen, dass die Menschen Mut bekommen. Ähnliches auch selbst umzusetzen. Das dritte salutogenetische Grundprinzip ist das Schwierigste: Hier geht es um die Sinnhaftigkeit dessen, was wir erleben. Um unsere Eingebettetheit in ein größeres Ganzes, um etwas Transpersonales. Hier tun sich Journalisten und Publizisten – wenn sie nicht gerade für so eine Zeitschrift wie *Connection* arbeiten, ziemlich schwer. Ihr »Zielpublikum« sind ja meist Menschen, die selbst nicht wissen, wofür sie unterwegs sind und was sie im Leben trägt.

**Das Erleben von Sinnhaftigkeit, damit sind wir bei einem Kernthema von Psychologie, Philosophie, Spiritualität und Religion angelangt. Und zwar einem, bei dem viel in die Welt hineinprojiziert wird und meist ungefähr so, wie es der Weltanschauung unserer jeweiligen Herkunftsfamilie entspricht. Die Frage, die sich mir dabei**

**stellt, ist, ob nicht das Wissen um unsere Einbettung in ein größeres Ganzes um uns herum schon genügt. Das Wissen um die biologische und ökologische Einbindung unseres Körper in seiner Umgebung, mit den Wirkungszyklen zwischen Pflanzen und Tieren, anorganischer und organischer Materie, Geborenwerden und Sterben einerseits und andererseits die Eingebundenheit unseres Geistes in unserer Kultur, mit der wir ja lebenslang in Kommunikation stehen, von der wir unsere Muttersprache haben und die meisten unserer Lebensgewohnheiten. Erzeugt nicht das Wissen um diese Einbettung quasi automatisch das Gefühl einer transpersonalen Geborgenheit im Kosmos? Dieses Gefühl »von guten Mächten wunderbar geborgen« zu sein, wie es in dem Bonhoeffergedicht so schön heißt. Dann könnten wir uns die anderen metaphysischen Sinnprojektionen sparen, die ja von Kultur zu Kultur meist in Widerstreit zueinander stehen.**

Wir Menschen wissen so viel. Woran es aber hapert, ist die Umsetzung all dieses Wissens in unsere eigene Lebenspraxis. Wir haben also weniger ein Erkenntnisproblem, sondern vielmehr ganz offenkundig ein erhebliches Umsetzungsproblem. Wissen muss offenbar erst individuell mit subjektiver Bedeutsamkeit aufgeladen werden; es muss zu einem Gefühl, einen inneren Bedürfnis, einer Intention werden, bevor es handlungsleitend wird. Wenn das geschieht, wenn also im Gehirn kognitive neuronale Netzwerke mit emotionalen Netzwerken verkoppelt werden, haben wir uns nicht einfach nur neues Wissen angeeignet, sondern eine Erfahrung gemacht. Wer in dieser Weise erfahren hat, dass er als einzelner Teil eines größeren Ganzen, dass er in diesem großen Ganzen eingebettet ist, dass er »von guten Mächten wunderbar geborgen ist«, wird diese Erfahrung dann auch automatisch zur Grundlage seines künftigen Handelns machen.

Diese Erfahrung und die daraus im Frontalhirn herausgeformten neuronalen Netzwerke erwirbt man nicht dadurch, dass man schlaue Bücher liest oder kluge Ratschläge bekommt. Diese Erfahrung muss man selbst und am eigenen Leib machen. Und das scheint das Problem zu sein. Viele Menschen haben in unserer gegenwärtigen Welt immer seltener die Gelegenheit, eine solche Verbundenheitserfahrung zu machen. Manche scheuen sich auch ganz offensichtlich davor. Der Grund dafür ist leicht auszumachen: Für das, womit ich mich verbunden fühle, fühle ich mich dann auch verantwortlich – und davor schrecken die meisten Menschen eben gegenwärtig zurück. Wie der Teufel vor dem Weihwasser, wie es so schön heißt.

**Verbreichen wir also dem Teufel das Weihwasser, dem Wissenden die Verbundenheitserfahrung! Damit die Welt eine bessere wird, in der wir Menschen mehr zusammenhalten und einander helfen. Mir selbst geht es so, dass ich der**

## DIE WELT ALS EIN INTEGRALES GANZES



»Versuchten in den vergangenen Jahrhunderten die Wissenschaften noch, der Welt ihre Geheimnisse zu entreißen, indem sie diese in immer kleinere Teile zerlegten, so sind heute immer mehr Wissenschaftler darum bemüht, die auseinander gebrochenen Teile über die Grenzen der Disziplinen zu einem Ganzen zusammenzufügen. Die Pioniere und Wegbereiter eines neuen systemischen Weltbilds aus Physik, Biologie und Ökologie zeigen eindrücklich auf, dass die wesentlichen Eigenschaften jedes lebenden Systems nicht in den isolierten Einzelteilen zu finden sind, sondern erst durch die Wechselwirkung und die Beziehungen zwischen den Teilen entstehen. Die Welt enthüllt sich somit als ein integrales Ganzes, das weit mehr ist als eine Ansammlung von unverbundenen Teilen, als ein Lebensnetz, das auf Verbundenheit,

Kooperation und gegenseitiger Abhängigkeit basiert. Mit diesem Systemdenken vollzieht sich eine tiefgreifende Umwälzung in den wissenschaftlichen Disziplinen.

»Der Verlust der geistigen Welt in der modernen Welt wiegt schwer«, schreibt Hans-Peter Dürr (s.a. *Connection* 5-6/12, S. 20-25) und fordert als Konsequenz dazu auf, die spirituelle Dimension der menschlichen Existenz zu erkennen, die wir so lange verdrängt haben. Dieser Schulterstoß zwischen moderner Wissenschaft und Spiritualität mag manchen zwar erst einmal verwundern, doch innerhalb der modernen Physik ist er alles andere als ungewöhnlich. Im Gegenteil: Viele der großen Naturwissenschaftler, die durch die Erforschung der atomaren und subatomaren Welten in Fühlung mit einer unerwarteten und überaus seltsamen Wirklichkeit gerieten, bei der ihnen die Grundlage ihrer wissenschaftlichen Disziplin – die Materie – förmlich zwischen den Fingern zerrann, wurden sich der Begrenztheit rein analytischer und rationaler Erkenntnismethoden bewusst. Als Folge wandte sich die Quantenphysik von der mechanistischen Betrachtungsweise der Welt ab und einer holistischen und systemischen Weltansicht zu, die die Verbundenheit aller Phänomene in einem komplexen Netz von Beziehungen betont.

(Christa Spannauer und Gerald Hüther in »Connectedness – Warum wir ein neues Weltbild brauchen«)

## SELBSTZERSTÖRERISCHE MÄRKTE

»Die ökonomische Grundlagentheorie von der »Vernunft des Marktes«, die Idee also, dass die Märkte sich rational verhalten und daher selbst korrigieren würden, hat sich mittlerweile nicht nur als unhaltbar, sondern sogar als geradezu absurd erwiesen. Die Märkte zeigen sich vielmehr als Spielfeld von globalen Playern, deren Egoismus und Geldgier einen weltweiten Wettbewerb um die Überlebensressourcen der Menschheit anheizt. Der homo oeconomicus, der mit der Entstehung des kapitalistischen Wirtschaftssystems im 19. Jahrhundert auf der Bildfläche erschienene Menschentyp, zu dessen Charakteristika rationales Kalkül, selbstsüchtiges Verhalten und Profitgier zählen, feierte mit ihnen seine Exzesse im entfesselten Neoliberalismus des ausgehenden 20. Jahrhunderts und mutierte zur neuen Kaste der moneyboys, superreicher Spekulanten und Investmentbanker, in deren Spekulationsblase 2008 die Existenzgrundlage von Millionen Menschen zerplatzte.

Es ist zweifelsohne an uns, den Wandel von einem egoistischen und destruktiven Wirtschaftssystem hin zu einem auf das Leben und die Zukunft ausgerichteten Wirtschaften der Nachhaltigkeit zu vollziehen. Denn wir haben zugelassen und haben sogar aktiv dazu beigetragen, dass dieses Wirtschaftssystem sich in dieser Weise entwickeln konnte. Es verschaffte uns Vorteile, es eröffnete uns Möglichkeiten, die wir bis dahin nicht hatten. Wir haben es dazu benutzt, um ein möglichst angenehmes und bequemes Leben zu führen – und das auf Kosten anderer, die in diesem inzwischen global gewordenen Wettbewerb auf der Strecke geblieben sind. Die heutige Krise wurzelt tief in unseren Einstellungen und Ansichten. Sie ist die Folge unserer Abspaltung und Trennung aus dem lebendigen Netz des Lebens. Gingen Gründerväter der Marktwirtschaft wie Adam Smith noch unbesehen davon aus, dass in der Brust eines jeden Menschen selbstbezogene Interessen dominieren, widerlegen neueste Untersuchungen aus der Gehirn- und Verhaltensforschung ebenso wie Experimente aus der Spieltheorie diese ökonomischen Glaubenssätze des Eigennutzes. Vertreter aus allen Wissenschaftsdisziplinen fördern mittlerweile ein Menschenbild zutage, dem Empathie, Altruismus und Mitgefühl eingeschrieben ist und innewohnt.«

(Christa Spannauer und Gerald Hüther in »Connectedness – Warum wir ein neues Weltbild brauchen«)

»Bloccupy« Frankfurt



»Die heutige Krise ... ist die Folge unserer Abspaltung und Trennung aus dem lebendigen Netz des Lebens«

**Erfahrung der Verbundenheit nicht mehr ausweichen kann. Ich muss oft weinen, wenn ich im TV die Nachrichten sehe. Dann versuche ich, die Balance zu finden zwischen einem Zuviel an Gefühl und einem Zuwenig. Denn wenn ich mich zu sehr eins fühle mit den Leidenden und Gedeütigten, dann bin ich nicht mehr fähig, auf eine Art tätig zu werden, die uns weiterhilft.**

Da haben Sie nun gleich das zweite Problem benannt, das dann auftaucht, wenn wir uns in dieser tiefen Weise mit allem verbunden fühlen. Dann tut es plötzlich sehr weh, weiter zuzuschauen, wie Menschen mit sich selbst, mit anderen oder mit der Natur umgehen. Dann fühlt man mit, wenn es in der Realität nicht so ist, wie es sein sollte. Manchmal leidet man sogar mit. Um diesen Schmerz nicht ständig aushalten zu müssen, versuchen sich die meisten dann doch wieder innerlich so gut es geht abzutrennen von dieser allumfassenden Verbundenheit.

Ein bisschen ist das dann so, als ob man einen Teil von sich selbst abzutrennen, nicht mehr wahrzunehmen, nicht mehr zu fühlen versucht.

Kein Wunder, das das weh tut und man zu Weinen beginnt. Deshalb ist das »Mitleiden« erstens nicht hilfreich für diejenigen, mit denen man mit leidet und zweitens auch nicht für einen selbst. Mitfühlen ist günstiger. Es lässt einem noch genügend Raum, um sich zu überlegen, was man dazu beitragen könnte, damit es besser wird. Und wenn man nicht gleich leidet, sondern nur fühlt, dann kann man auch noch nachdenken und muss nicht sofort eine Lösung finden. Und wenn man

angesichts des Elends in allen Gegenden dieser Welt nachzudenken beginnt, was sich dagegen tun lässt, dann fällt einem wahrscheinlich auch recht schnell ein, dass es am Besten wäre, damit vor der eigenen Haustür zu beginnen. Also genau dort, wo man auch wirklich etwas bewirken kann, wo man das, was uns von uns selbst, von anderen Menschen, anderen Lebewesen und der Natur trennt, überwinden kann. Dann fängt man an, Verbundenheit zu leben.

Die Fragen an Gerald Hüther stellte Wolf Schneider. Der erste Teil dieses Interviews befindet sich in unsere Mai-Juni Ausgabe (5-6/2012).



**PROF. DR. DR. GERALD HÜTHER**, Jg. 51, leitet die Zentralstelle für neurobiologische Präventionsforschung der psychiatrischen Universitätsklinik Göttingen und des Instituts für Public Health der Universität Mannheim/Heidelberg. Er ist Autor zahlreicher Sachbücher, hält Vorträge, organisiert Kongresse und arbeitet als Berater für Politiker und Unternehmer. Als Mitherausgeber wissenschaftlicher Zeitschriften, Mitbegründer des Netzwerkes für Erziehung und Bildung und häufiger Gesprächspartner in Rundfunk und Fernsehen ist er Wissensvermittler und -umsetzer in einer Person. [www.gerald-huether.de](http://www.gerald-huether.de)