

Astrid Habiba Kreszmeier

Natur-Dialoge

Der sympoietische Ansatz in Therapie,
Beratung und Pädagogik

2021

Im Nachgang

Ökologien der Aufmerksamkeit

»Die Tatsache unseres unvollkommenen Verstehens sollte nicht dazu führen, dass unsere Ängste genährt und damit die Bedürfnisse nach Kontrolle noch erhöht werden. Vielmehr sollten unsere Untersuchungen durch ein älteres, heute aber weniger honoriertes Motiv inspiriert werden: eine Neugier auf die Welt, von der wir ein Teil sind. Der Lohn einer solchen Arbeit ist nicht Macht, sondern Schönheit.«

Gregory Bateson, Ökologie des Geistes, S. 352

Ökologie kann – abgeleitet von den altgriechischen Begriffen *oikos* und *logos* – als sinnvolle Beschreibung des Hauses bzw. des Haushaltes bezeichnet werden. Das Haus steht dabei nicht für ein Ding mit vier Wänden, sondern für den Lebensraum Erde. Ökologie bemüht sich also um das Erkennen, wie sich Zusammenleben auf unserem »Hausplaneten« organisiert und wie Beziehungen zwischen Lebewesen und ihrer Umwelt gestaltet sind. Es geht also um höchst lebendige und komplexe Gefüge, zu denen unsere Sprache kaum hinreicht.

Einigermaßen gewiss ist, dass in diesem irdischen Wunderwerk Kräfte zugange sind, die eine ungeheure Vielfalt im Miteinander erlauben, diese in gemeinsamer Bezogenheit immer wieder neu erschaffen, in einem beweglichen Gleichgewicht halten sowie Entwicklung zulassen.

»Das grundlegende Konzept von Ökologie besteht darin, dass das Land eine Gemeinschaft ist, die man liebt und respektiert«, sagt Andri (S. 197), als sei das selbstverständlich. Auch Maturana und Varela haben in ihrem bekannten und prägenden Werk *Der Baum der Erkenntnis* letztlich auf die Liebe als ontologisches Prinzip der irdischen Koexistenz verwiesen und sie als wesentlichen Zug der *Conditio humana* bezeichnet: »Liebe ist eine biologische Dynamik mit tiefreichenden Wurzeln« (Maturana u. Varela 2020, S. 266).

Vermutlich macht diese biologische Dynamik auch vor der menschlichen Aufmerksamkeit nicht Halt und sorgt dafür, dass wir uns – zusammen mit den Welten, die wir schaffen, und jenen, die sich selbst erschaffen – als zirkuläre Gemeinschaften begreifen.

Eine solche Ökologie der Aufmerksamkeit lenkt unseren Blick liebevoll auf das konkrete Gewebe der Kontexte, in denen wir leben. Zu den vertrauten, aber auch fremden Menschen, zu den Tieren, Pflanzen und Steinen, zu den Elementen, dem Wetter, den Werkzeugen und Dingen. Sie gibt sich nicht mit Repräsentationen zufrieden: Sie will berühren, riechen, schmecken, sie will lieben und handeln, sie will der Teil sein, der sie ist. In dieser ökologischen Dynamik kann sich unsere Aufmerksamkeit sinnvoll ausrichten, sie lädt uns ein, mitzutanzten in dieser Choreografie der Koexistenz, die wir Symptiose nennen.

Sie sucht und lernt von konkreter Begegnung mit der Erde und ihren nicht-menschlichen Mitbewohnern; sie kann in den Erinnerungstiefen Schätze verbundener Denkweisen ausgraben und selbst an den profanen Wirkungen aller gemachten Dinge die Muster des Lebendigen sehen.

Aufmerksamkeitsökologien können selbstverständlich noch viel mehr, doch bieten bereits diese drei Lernfelder – wir haben sie Erdverbundenheit, Erinnerungspraxis und Resonanzkultur genannt – vielzählige konkrete Praxismöglichkeiten für Psychotherapie, Bildung und Beratung.

Der sympoietische Ansatz versteht sich als Teil ökologischer Bewegungen, die vermuten, dass ein Ver-Lernen von Selbstverständlichkeiten nötig ist, um unserem ökologischen Handlungsvermögen wieder näher zu kommen: Ein Ver-Lernen gewisser Weisen, unsere Aufmerksamkeit zu richten, und gewisser Weisen, Erkenntnisse zu gewinnen. Er geht zudem von der Annahme aus, dass Gesundung und gesunde Entwicklungen nicht nur Behandlungen erfordern, sondern *Handlungen*. Handlungen, die Erfahrungen ökologischer Wechselseitigkeit ermöglichen. Sie sind Medizin und Schule zugleich. In sie sind alle Beteiligten einbezogen, und nie kann man genau wissen, was daraus entsteht.

Anfang der 70er-Jahre des 20. Jahrhunderts hat Gregory Bateson eine Essaysammlung unter dem Titel *Steps to an ecology of mind* veröffentlicht. Auf Deutsch erschien sie zehn Jahre später unter dem Titel *Ökologie des Geistes*. Dieser transdisziplinäre Forscher ging den Zusammenhängen von Erkenntnis- und Umweltstrukturen auf den Grund, er gilt als Pionierkraft systemischer Theorie und war Inspirationsquelle für Psychiatrie und Psychologie. Eine seiner wesentli-

chen Thesen war, dass das westliche Denken zentralen Denkfehlern aufgesessen ist. Vor allem, indem es auf Transzendenz ausgerichtet, Körper und Geist getrennt sowie die Menschen aus den ökologischen Gefügen losgelöst gedacht hat. Er war weder der einzige noch der erste, auch nicht der letzte, der auf diese Themen hingewiesen und alternative Praxiswege erkundet hat. Auch vermute ich, dass er bei seinen Bemühungen, *ein* Muster zu finden, sowie bei seiner Begeisterung für *eine* Meta-Theorie möglicherweise selbst von diesem Denkfehler infiziert war. Wie dem auch sei. Dennoch hat mich dieser Klassiker auch während der Entstehung dieses Textes immer wieder begleitet: »Da aber das abendländische Denken so weitgehend nach der Prämisse einer transzendenten Gottheit gestaltet ist, fällt es vielen Menschen schwer, ihre Theorien im Sinne der Immanenz zu überdenken«, schreibt er (Bateson 2017, S. 598).

Trotz vieler mitwirkender Kräfte und Vordenker:innen ist das selbe Ansinnen auch fünfzig Jahre später kein leichtes. So wie wir hier in diesem Ansatz sind immer noch – und immer wieder – viele dabei, ihre Sprache und ihre Praxis im Sinne der Immanenz, im Sinne des leiblichen Miteinander-Werdens zu überdenken und in verschiedene Bereiche zu bringen. Noch immer schwappen dabei in unser Denken, Empfinden und Tun diese alten, tiefsitzenden Trennungen ein. Und noch immer wirken jene alten Paradigmen in hoch virulenten Formen über den gesamten Globus verteilt (vgl. Bateson 2017, S. 627 ff.).

Und doch geht es darum, gemeinsam weiterzumachen, die Fäden weiterzuweben und weiterzugeben. Das heißt, trotz allem nach sorgsamer Sprache und Praxis zu suchen, sodass wir das Miteinanderleben immer wieder neu lernen und die Schönheit dieser Welt sich immer wieder aufs Neue zeigen kann.

Diese Aufgabe liegt nicht nur in den Händen von politischen Strukturen und Entscheidungsträger:innen, von Unternehmer:innen, Jurist:innen, Umwelt-Ingenieur:innen und Landwirt:innen. Sie wirkt tief in unser Bildungs- und Gesundheitssystem hinein. Genau in diesem Feld will dieses Buch einen Beitrag leisten.