

Identität und Wandlung – „Es bewegt sich alles, Stillstand gibt es nicht.“

Eine Erörterung zur Problematik der Selbstfindung und des Weges zur individuellen Identität

Autor: Detlef Streich, Kontakt: detlef.streich@gmx.de

28.02.2026

Inhalt: Der Mensch als Rätsel seiner selbst: Identität, Ich und Bewusstsein

Der Artikel beschäftigt sich mit der Komplexität des menschlichen Seins und identitätsbildenden Prozessen aus psychologischer, philosophischer und soziologischer Perspektive und berücksichtigt dabei aktuelle neurowissenschaftliche Erkenntnisse. Er beleuchtet die Formen des Ichs und Selbst, analysiert, wie sie durch äußere Einflüsse geprägt werden, und erörtert die aus diesen Prozessen entstehenden Herausforderungen. Thematisiert werden auch die Gefahren einer unterdrückten Individualität durch indoktrinierte Glaubens- und eingeforderte Lebensvorgaben. Das größte Risiko besteht darin, die eigene Autonomie und das individuelle Ich in sozialen Strukturen, die autoritär die Einhaltung rigider Verhaltensmuster einfordern, aufzugeben. Der Verlust des eigenen Ichs wird als Gefahr dargestellt, die letztlich zum inneren Tod führen kann.

Am Ende bleibt die Erkenntnis, dass der Mensch auf der Basis seiner neuronal verankerter Strukturen eine Konstruktion aus Erinnerung, Entscheidung und ständiger Veränderung ist und sich nicht festlegen lässt, sondern immer auf der Suche bleibt nach einem erfüllten Sein.

Das Gedicht von Antonio Machado lädt abschließend zur Reflexion über individuelle Wege im Leben ein und ermutigt dazu, persönliche Entscheidungen zu treffen, während gleichzeitig die Begrenztheit des menschlichen Daseins anerkannt wird. Abschließend wird die immerwährende Herausforderung diskutiert, der Mensch zu werden, der man sein möchte, ohne sich auf vorgefertigte Vorstellungen zu beschränken.

Identität und Wandlung – „Es bewegt sich alles, Stillstand gibt es nicht.“ (Tinguely)

Eine Erörterung zur Problematik der Selbstfindung und des Weges zur individuellen Identität Autor: Detlef Streich



„Enger und weiter Horizont“, Skulptur von Martin Burchard auf der Ehinger Alb, siehe Bilder mit Beschreibung: [Lebens-Horizont-Weg – Atelier Burchard \(atelier-burchard.de\)](http://atelier-burchard.de)

[▷ Gehen ist Magie: Der Besinnungsweg auf der Ehinger Alb | Reisemagazin HolidayCheck](#)

"Der Mensch ist sich selbst das rätselhafteste Ding der Natur ... " Pascal

Gliederung:

1. **Psychologische Grundlagen:** Mein Ich und ich, ein gemeinsamer Weg zum Selbst *Seite 2*
2. **Vom Objekt zum Subjekt** – Was wir sind oder nicht sind, und doch noch werden wollen und können - Essentielle Anmerkungen *Seite 5*
 Einschub: Zur Problematik von Erinnerungen *Seite 8/9*
3. **Ein meditativer Nachklang:** Assoziationen zum _Gedicht_ „Wanderer“ (publiziert 1917) von Antonio Machado *Seite 14*

1. **Psychologische Grundlagen** - *Mein Ich und ich, ein gemeinsamer Weg zum Selbst*

Wir sind nicht die Schöpfer der uns umgebenden Wirklichkeit, wurden aber ungefragt in diese nicht von uns geschaffene Welt hineingeworfen und sind dazu gezwungen, zu diesem Leben "Ja" zu sagen, uns eine „Heimat“ einzurichten, mit dem nicht gerade einladenden und doch sicheren Ende, letztlich nicht bleiben zu können. Aus diesem Umstand heraus und u.a. den daraus resultierenden Problematiken wird im Laufe des Lebens ein ICH und in Folge Selbst gebildet, dass sich aus verschiedenen Bestandteilen zusammengesetzt. Die damit verbundenen Probleme und Prozesse herauszuarbeiten und die Begriffe Ich, Sein, Selbst und Bewusstsein zu durchleuchten, zu hinterfragen und zu präzisieren, darum bemühen sich die Ausführungen in diesem Aufsatz.

Unser Mensch-Sein, unser ***Da-Sein*** in dieser Welt, bedarf neben dem kleinen *ich* als Personalpronomen (ich setze mich auf einen Stuhl, auf dem mein ICH nie sitzen wird; ich genieße ein Essen, was mein Ich nicht kann, aber es ist dabei, es ist immer und bei allem dabei). Dieses Ich ist ein komplex und multifaktoriell in unserem Leben sich fortwährend bildendes Konstrukt, das in der Psychologie, Philosophie, Ontologie dann wieder in seine verschiedene Bestandteile auseinander dividiert wird, damit ergründet und erforscht werden kann, was dieses ICH im jeweiligen Zusammenhang bedeutet. Je länger dieser Prozess im Leben sich fortsetzt und zur Differenzierung mit dem Blick auf die Welt fähig werdend voranschreitet, desto komplexer gestaltet es sich und auch das noch darüber hinaus vermutete Selbst und das Bewusstsein des Menschen über sich selbst und seinem Sein in der umgebenden Wirklichkeit. Diese Erkenntnisse sind aber keine unveränderlichen Bestandteile des Denkens und Seins, sondern in der Zeit vorhandene, innerlich reaktiv gebildete Konstrukte, durch die der Mensch mit der ihn umgebenden Wirklichkeit und den ihm dabei begegnenden Problemen umzugehen lernt. Obgleich diese Prozesse zumeist nicht bewusst gesteuert werden, ist der Mensch dabei aber nicht ganz sich selbst und seinen inneren Entscheidungen ausgeliefert, weil die zu treffenden Entscheidungen oft zwar blitzschnell, dennoch aber in Abwägung zu dem bisher sich innerlich geformten Bild von sich und der Welt erfolgen und damit übereinstimmen müssen. Diese Formung des Ich und Selbst wird sich aber niemals in völliger Freiheit der Selbstentscheidungen mit unbegrenzten Entfaltungsmöglichkeiten vollziehen. Je nach bislang erfolgter Prägung durch Eltern und sozial-gesellschaftliche Einflüsse können auch dysfunktionale Entscheidungen getroffen werden. Jeder Mensch unterliegt den von außen direkt auf ihn zukommenden Forderungen oder unbemerkt erzeugten Indoktrinationen (Sekten, Staat, Peergroup) und passt sich in seinem Handeln an seine Umgebung und die an ihn gestellten und geforderten Unterordnungen und Erwartungen an. Oder er tut dies nicht, was ebenfalls gravierende Folgen wie Ausgrenzung, Verfolgung, Stigmatisierung etc. haben kann.

Bei allen Systemen, in denen Kritik an dem streng hierarchischen, von oben nach unten strukturierten Führungsstil, verboten ist, wird oft der Wille nach der Formung eines eigenen Seins unterdrückt, und der Mensch fügt sich in die ihn umgebenden Verhältnisse, indem er sich fatalistisch an sein scheinbar gegebenes Schicksal anpasst. Damit gibt er aber sein

eigenes Sein und Leben teilweise auf und kann zum Spielball der ihn von außen steuernden Impulse und Glaubenssätze werden. Die damit verknüpfte Aufgabe des „Selbst sein Dürfens“ kann schlimmsten Falls zum innerlichen Tod des eigenen Ichs vor dem wirklich physischen Tod des Körpers führen. Um dem zu entgehen bedarf es einer reflexiven Hinterfragung der eigenen Handlungsmechanismen und den dabei zu entdeckenden Hintergründen durch die indoktrinierend Einfluss nehmenden Personen oder Institutionen politischer oder religiöser Ausrichtung, in denen das Wir vor dem Ich rangiert und die Unterordnung als oberstes Handlungsprinzip eingefordert wird. Dies kann auch in soziologisch bedingten Beziehungsgeflechten z.B. durch die Elternteile geschehen. Diese Doktrin bestimmt alle faschistisch strukturierten und nationalistisch orientierten Ideologien, aber auch Egoismen narzisstischer Lebenspartner können die gleichen Folgen haben. Das eigene Selbstbewusstsein zu entwickeln in Abgrenzung zu äußerlichen Beeinflussungen ist damit die primär grundlegende Aufgabe des Menschen zur Entwicklung eines wirklich eigenen Sich-Selbst-Bewusstseins und die Grundlage der Entwicklung einer eigenen Willensfreiheit.

"An diesem reflexiven Selbstbewusstseins arbeitet der Mensch – verändernd, differenzierend, erweiternd – während des ganzen Lebens. Die Bildung des Ich oder der persönlichen Identität ist daher auch nicht das selbstverständliche Ergebnis des Älterwerdens, noch eines rein auf der Grundlage seiner intuitiven Erfahrungen und Beobachtungen und andererseits in konstanten Auseinandersetzungen mit seiner sozialen und kulturellen Umwelt und speziell unter Anleitung durch seine Bezugspersonen und Vorbilder. Die begrifflichen Rekonstruktionen bleiben aber immer bruchstückhaft." (Thomas Seiler in [Ich-bewusstsein und seine Konstruktion.pdf](#))

Dadurch entwickelt sich der Mensch und mit ihm sein Ich und Selbst. Diesem Selbst kann die Frage nach der eigenen Identität, *wer bin ich*, gestellt werden. Offen bleibt, ob auf diese Frage eine triftige Antwort gegeben werden kann. Die gleiche Frage an mich als bloße Person gerichtet, wird hingegen bereits in einem tabellarischen Lebenslauf hinreichend beantwortet werden können. Die aber tiefer gehende Frage nach dem ICH schließt Bedeutungsinhalte, die aus dem eigenen Denken hervorgehen mit ein, also Hoffnungen, Wünsche, Ziele, Liebe und das, was vielleicht ein *"erfülltes Sein"* ausmachen kann. Um darüber jedoch sprechen zu können, reicht das Personalpronomen nicht aus. Die Frage, *wer bin ich selbst*, deutet an, dass ICH und Selbst einander bedingen, das Selbst aber noch über das Ich hinausweist. Mein Sein, mein persönliches Selbst-Sein, unterscheidet sich von allen anderen Menschen auf Grund meiner persönlichen Individualität. Und durch das eigene bewusste Ich-Sein und damit verbundene Selbstbewusstsein ist der Mensch auch in der Lage, sich in das Ich-Sein anderer Menschen zu versetzen und mit ihnen zu kommunizieren und emotional zu interagieren. Aber: *"Die eigenen Fähigkeiten liegen dem Denken der Person nicht als offene Begriffe vor, die es nur ein- oder ansehen müsste, sondern müssen auf der Basis ausgeführter und intuitiv erfahrener und beobachteter Handlungen begrifflich erarbeitet, interpretiert und sich zugeschrieben werden."* (Seiler a.a.O.)

Über all das könnten wir Menschen nicht reflektieren, gäbe es die abstrakten Begrifflichkeiten des Ich und Selbst, der Identität und des Bewusstseins nicht, die in einem materiell/substanziell verstandenen Sinn ein nicht wirklich existierendes Ding sind und im jeweiligen

Kontext eigentlich einer definierten Präzisierung bedürften, in diesem Aufsatz aber durch die nicht notwendige Kontextualisierung im Rahmen einer allgemein zu verstehenden Begrifflichkeit auch ohne eine konkrete Definition auskommen können. Zur Formung und Bildung des Ich aber gilt:

"Das persönliche Ich besteht nicht bloß aus den bewussten Kenntnissen und Strebungen eines Menschen, sondern enthält intuitive Sichtweisen und unterliegt ebenso vorbewussten Bestrebungen und verborgenen Wünschen. Sie machen zusammen seine Persönlichkeit aus und bestimmen seine Stellung in und zur Welt und Gesellschaft." (Seiler a.a.O.)

Die grundsätzlich vorhandene Potentialität der sich erweiternden Erkenntnis über sich selbst hängt aber stark von den Interaktionen ab, die als Aktion und Reaktion mit einem gegenüber befindlichen "Du" immer wieder neue Wahrnehmungen und Reflexionen über das eigene Mensch-Sein und das Sein des Anderen ermöglichen.

"Denn um zu erkennen, was und wie er ist, müssen Menschen interagieren. Nur in dieser Interaktion erfährt er sich selbst, kann er wahrnehmen, wie er reagiert und wie seine Reaktionen beim andern ankommen und sich von denen anderer Menschen unterscheiden. Mit einem Wort, Selbsterkenntnis ist nur möglich als kognitive Rekonstruktion des eigenen Tuns und Reagierens vor allem in den sachlichen und verbalen Auseinandersetzungen mit den Personen, denen man nahesteht. Daher verläuft die Entwicklung des „Ich“ parallel zur Konstruktion des «Andern» und des „Du“." (Seiler a.a.O.)

Die sich so entwickelnde Identität und Persönlichkeit wird also in der Auseinandersetzung mit allem, was einen Menschen umgibt, selbst *konstruiert*, ist nicht vorgegeben und zu keiner Zeit unveränderlich. Das Ich ist demnach also kein theoretisches Gebilde, sondern entwickelt sich im Laufe der Zeit und kann faktisch verstanden werden als die Schaltstelle oder das Zentrum von Handlungsimpulsen, die aber weder linear zielgerichtet noch unbedingt kausal logisch sein müssen, sondern durchaus widersprüchlich schwankend sein können. Die Erkenntnis, dass das **Ich** ein „*Handlungszentrum bildet*“, das aus dem Menschen „*eine eigenständige, von anderen unterschiedene und von ihnen zugleich abhängige Persönlichkeit mit ganz bestimmten Fähigkeiten, Pflichten und Rechten macht und das seine Stellung in der Welt und in der Gesellschaft begründet, ist je nach Individuum mehr oder weniger stark ausgebildet.*“ (Seiler a.a.O.)

Die in diesem Prozess sich entwickelnde Persönlichkeit oder Identität ist somit eine ihn von anderen Menschen unterscheidbare, aber nicht von ihnen unabhängige Identität. Sondern der Mensch ist und existiert mit Aufgaben und Rechten in der ihn umgebenden Welt mit gegenseitig aufeinander einwirkenden Impulsen. Einen Stillstand oder ein Ende gibt es in dieser Entwicklung nicht. Wie aber verläuft der individuell persönliche Weg des Menschen auf diesem Weg zu sich selbst? Und welche Probleme stehen dabei im Weg? Diesen Fragen wird im nächsten Kapitel in multifaktoriell orientierten Überlegungen nachgegangen.

2. **Vom Objekt zum Subjekt – Was wir sind oder nicht sind, und doch noch werden wollen und können - Essentielle Anmerkungen**

Drei Behauptungen, denen zu widersprechen ist:

Der Weg ist das Ziel (?)

trifft als Maxime für Westeuropäer kaum zu. Wir leben nicht nur im Augenblick und können nicht ohne Wünsche und Begehren in die Zukunft gehen. Sondern wir haben Ziele und Vorstellungen und streben sie teleologisch an, müssen aber auch damit leben lernen, dass wir Vieles nicht oder nicht mehr erreichen können. Unser Weg kann also nicht von den uns angehenden, vielfältigen Bedingungen, die unser Leben begleiten und den persönlichen Wünschen entkontextualisiert werden, ohne *unser* genuin westlich geprägtes Menschsein zu ignorieren.

Der Weg entsteht beim Gehen (?)

trifft zwar grundsätzlich zu, weil wir bei auftretenden Störungen unsere oft genau strukturierten Vorplanungen und Wünsche immer wieder korrigieren und Entscheidungen neu treffen müssen zwischen A oder B und vielleicht noch C, weil unsere Ziele nicht mehr, wie vormals geplant und gedacht, erreicht werden können. Diese Störungen des Alltäglichen sind meistens jedoch eher marginal, denn wirklich richtungsweisende, erschütternde und lebensverändernde Weichenstellungen finden im Leben nur sehr selten statt. Das Bild des beim Gehen „*entstehenden Weges*“ suggeriert aber zumindest unterschwellig auch, dass wir jederzeit die Richtung unseres Weges nach Belieben ändern könnten. Dies ist aber nur theoretisch der Fall, denn, um es einfach auszudrücken: Aus unserer Haut können wir nicht heraus. Wohl aber können Ereignisse auf uns zukommen – innerliche wie äußerliche –, die in Folge als Konfrontation mit der bisherigen Vorstellung von uns selbst, unserem Leben und einer gewünschten Zukunft zwingend ein vielleicht radikales Umdenken erforderlich machen. Nicht in jedem Fall gelingt dieser Schritt, das Leben kann auch scheitern, Dafür gibt es Gründe und Ursachen.

Werde der du bist (?)

ist bereits ein Widerspruch in sich: Ich bin aktuell immer der, der ich augenblicklich bin. Wenn ich mich aber auf meinem Weg ändere, werde ich der, der ich dann sein werde. Behauptet werden soll mit diesem Satz jedoch, dass ich mich auf mein Ich-Ideal, es wird unterstellt, dass das bereits in mir schlummert und ich mich, von bisherigen Einengungen befreiend, „nur“ darauf zubewegen muss. Das aber ist eine simplifizierende Vorstellung dessen, was unser menschliches Leben und Sein wirklich ausmacht und unterstellt, dass in jedem Menschen sein wahres Ich als eine Art Homunkulus bereits fest vorgegeben ist, er muss es nur zulassen und sich auf dem Weg dahin von äußeren Zwängen befreiend darauf zubewegen kann. Wer das nicht schafft, ist selber schuld und ein Versager. Das Potential zu dieser Identität läge ja in ihm. Auch diesem tendenziell neoliberalen Ansatz, dass jeder immer Alles werden kann und er selbst seines persönlichen Glückes Schmied ist - er muss es nur wollen - ist ein entschiedenes „Nein“ entgegen zu setzen, denn:

„Das Problem besteht nicht allein darin, dass der Begriff des „wahren Ich“ ein Bild von Persönlichkeit vorgaukelt, das wesentliche Bedingungen der Entwicklung verkennt und verfälscht, sondern vielleicht mehr noch, dass man einem abstrakten Begriff Konnotationen unterschiebt und Handlungsmaximen von ihm ableitet, die er nicht hergibt. Gegen ein überzogenes und mit Bewertungen überfrachtetes Begriffsverständnis von Identität helfen nur kritische Analysen und empirische Überprüfungen.“ (Seiler a.a.O.)

Zutreffend ist: Der Weg eines jeden Menschen kann nicht in unbedingter Freiheit gegangen werden, sondern er ist eingeschränkt durch seine sozialen, äußeren Bedingungen und bisher individuell gelernten Verhaltensmuster, die - seine gemachten Lern- und Lebenserfahrungen subsummierend - sein Verhalten mitbestimmen. Besonders in den ersten zwei bis sieben Lebensjahren (die Meinungen darüber gehen auseinander), in denen sich das eigene Ich/Selbst oder: der *Charakter*, die *Persönlichkeit*, die *Personalität* und das *Bewusstsein* formen, sind die in dieser Zeit gemachten Erlebnisse und Erfahrungen bereits grundlegend prägend. Innerhalb der im weiteren Leben hinzukommenden Ereignisse formen sich multifaktoriell beeinflusst konstitutive Verhaltensweisen mit möglichen Entscheidungsvarietäten, in dessen Spielräumen vom Erwachsenen Handlungsentscheidungen getroffen werden. Dabei entscheiden wir teils spontan, teils planerisch und rational überlegt durch Güterabwägungen, oder intuitiv, impulsiv und von Gefühlen geleitet/bestimmt und mitunter sogar wenig bis gar nicht rational begründet. Diese Entscheidungen ähneln als Vergleich Szenen in einem Film, in denen man die begleitende Musik zwar nicht bewusst wahrnimmt, sie uns aber erst gefühlsmäßig in die Lage versetzt, mitzuerleben, was im Bild emotional gezeigt wird. Ähnliches geschieht durch die bei vielen Ereignissen uns begleitend steuernden Emotionen auf unserem Weg der Entscheidungen.

Noch ein weiterer Aspekt ist bedeutend: Der Horizont eines Frosches im Brunnen ist begrenzt durch den Brunnenrand und lässt für ihn nur einen kleinen Ausblick auf die Welt zu. Die riesige weite Welt in all ihren Dimensionen wird er nie wahrnehmen können. Der Mensch aber ist kein Frosch und nicht in dieser sehr engen Begrenztheit festgelegt, sondern er kann sich seiner eigenen Existenz und vielleicht der damit verbundenen Begrenztheit bewusst werden (Selbstbewusstsein) und ist damit zumindest potentiell in der Lage, sich im Rahmen seiner Willensfreiheit zu entscheiden und darüber hinaus weiter zu entwickeln.

Fakt ist: Jedes menschliche Gehirn verarbeitet - vom Bewusstsein und unbemerkt vom Unterbewusstsein gesteuert - permanent alle uns Menschen begegnenden Situationen in der umgebenden Welt und Wirklichkeit und bewertet sie dabei, immer augenblicklich und möglicherweise interaktiv, als richtig oder falsch, als positiv oder negativ, als gefährlich oder ungefährlich und fügt sie zu einem „Bild“ der Wirklichkeit zusammen, auf das wir dann im Moment handelnd reagieren. Vieles wird dabei nur im Ultrakurzzeitgedächtnis verarbeitet, wenn das Geschehen ein sofortiges Handeln erfordert. Beispiele für solche Situationen: Bremse treten beim Autofahren, Kind auf der Straße, oder notwendige Fluchtimpulse bei der Hupe eines Autos als Fußgänger mit notwendigem Sprungreflex nach hinten oder vorn, das Denken ist ausgeschaltet, um zu überleben. Müssten wir diese tägliche Flut zu verarbeitender Impulse bewusst und überlegt steuern, wären wir als Menschen überfordert

und nicht lebensfähig. In der Frühzeit der Menschheit hätte uns längst der Säbelzahn tiger gefressen, bevor wir mit unseren Überlegungen am Ende angelangt wären.

„Das Ultrakurzzeitgedächtnis (auch [sensorische Register](#) oder Immediatgedächtnis) nimmt als 1. Instanz Reize und Informationen aus der Umwelt auf. Die Aufnahme erfolgt über die Sinnesorgane, die Informationen bleiben etwa 0,1 bis 2 Sekunden im Ultrakurzzeitgedächtnis bestehen. Wurden die Reize aufgenommen, werden sie entweder gleich gelöscht, überschrieben oder aber in das [Arbeitsgedächtnis](#) weitergeleitet. Welche Informationen werden weitergeleitet? Besonders wichtige Informationen und überlebensnotwendige Reize gelangen zur Weiterverarbeitung. Sie können das Ultrakurzzeitgedächtnis dementsprechend als eine Art Filter ansehen. **Welche Informationen schlussendlich weiter verarbeitet werden, hängt auch von dem Interesse, Assoziationsmöglichkeiten und störenden anderen Reizen (wie Schmerzen oder lauter Musik) ab.**“ [Das Ultrakurzzeitgedächtnis | NeuroNation](#)

Die als wichtig eingestuften und gespeicherten Ereignisse bestimmen im Verlauf des Lebens mit darüber, was wir reaktiv in Folge bei ähnlichen Ereignissen tun oder lassen und begleitend fühlen, nicht die Wirklichkeit oder Situationen an sich, die phänomenologisch in ihrer differenzierten Komplexität niemals umfänglich vom Menschen wahrgenommen werden kann. Faktisch sind unsere Wahrnehmungen der uns umgebenden Welt mehr ein subjektives Bild des Geschehens in der Art einer mentalen Repräsentanz des Ereignisses, keinesfalls sind sie das reale Abbild des wirklichen Geschehens. Es sind immer nur fragmentarische Eindrücke des Ganzen, quasi Interpretationen und Deutungen der uns umgebenden Wirklichkeit. Besonders problematisch ist es, wenn wir zurückliegende Erinnerungen als Wahrheit ansehen, was sie in objektiver Weise niemals sein können. Bestenfalls sind es subjektive Wahrheiten mit starken Verzerrungen dessen, was ursprünglich wirklich geschah! Trotzdem beeinflussen und bestimmen diese subjektiv erinnerten Bilder unser Handeln, Denken und Fühlen. Dabei können sehr starke Emotionen manchmal auch durch aktuelle Überforderungen von im Moment nicht zu bewältigenden Ereignissen noch als Trigger oder [Intrusionen](#) an Vergangenes anknüpfen, die sich der willentlichen Kontrolle vollständig entziehen und zu irrationalen Handlungen führen, die so stark emotional angstgesteuert sein können, dass der Betroffene aus seiner Gemüts- und Gefühlslage nicht mehr herausfinden kann. Das Denken ist blockiert, man bewegt sich gedanklich im Kreis und ist im Handeln eingeschränkt oder gar völlig handlungsunfähig. Eine Lösung ist nicht in Sicht, und ein nicht beherrschbarer Teufelskreislauf der Angst setzt sich in Gang (Fachbegriff *circulus vitiosus* = fehlerhafter oder verkehrter Kreis).

Legt also, so könnte man daraus schließen, das Gehirn unser Handeln und damit das persönliche Sein fest? Sind wir, wie Sigmund Freud meinte, nicht der Herr im eigenen Hause des Denkens und Handelns? Die Evolutionsgeschichte lehrt uns, dass diese Folgerung zu kurz greift. Es zeigte sich hingegen in der Entwicklung des Menschen zum Homo Sapiens, dass das Gehirn mit zunehmenden Aufgaben und Anforderungen sich anpasst und wächst.

Hier ist zu konstatieren: „**Ich ist nicht das Gehirn**“, wie ein provokanter Titel eines Buches des Philosophen Markus Gabriel lautet. Die unbewusst sich vollziehenden Bewertungen des Gehirns von Ereignissen können zumindest bedingt steuerbar werden, wenn man sich der eigenen, inneren Ursachen seiner Ängste und grundsätzlich multifaktoriellen

Entscheidungsmechanismen durch aktive Reflektion und Hinterfragung analytisch bewusst wird. Dann können die eingepägten Verhaltensmuster und Handlungsstrategien, die, dysfunktional, kontraproduktiv und lebensfeindlich sein können, durchaus erkannt und überwunden werden. In einer introspektiven Analyse – meist unter therapeutischer Begleitung - können diese Muster durchbrochen und in sinnvolle Verhaltensstrategien umgewandelt werden. Jeder Durchbruch eingespielter Verhaltensmuster aufgrund der erinnerten Lebenserfahrungen ist jedoch mit Unsicherheiten verbunden und vollzieht sich meist in langsamen Schritten, Sackgassen und Irrwege inbegriffen. Aber das Gehirn mit den bislang eingepägten Denk- und Gefühlsbahnen ist nicht statisch festgelegt, sondern plastisch und damit wandelbar ist. Was aber bedeutet das für die eigene Wegfindung?

Einschub: Zur Problematik von Erinnerungen

Erinnerungen, so scheint es, sind die subsummiert gespeicherten Spiegelungen der Erfahrungen des bisherigen Lebens im Gehirn und ein mehr oder weniger gültiges Bild der grundlegenden Genese unseres jetzigen Seins und vorhandenen Bewusstseins, was in Folge des Erlebten unser Mensch-Sein bis heute ausmacht. Sokrates – wie sein Schüler Platon überlieferte – verglich unsere Verarbeitung von Ereignissen und die Erinnerung daran bereits vor 2500 Jahren mit der Metapher eines Wachsabdrucks in der Seele. Die „Seele“ ist im Verständnis Sokrates der Ort der Erkenntnis. In das formbare Material Wachs eingepägte Eindrücke können folglich auch wieder geglättet oder weiter verarbeitet/verändert/ergänzt werden.

„Wessen wir uns erinnern wollen von dem Gesehenen oder Gehörten oder auch selbst Gedachten, das drücken wir in diesen Guß ab, indem wir ihn den Wahrnehmungen und Gedanken unterhalten, wie beim Siegeln mit dem Gepräge eines Ringes. Was sich nun abdrückt, dessen erinnern wir uns und wissen es, solange nämlich sein Abbild vorhanden ist. Hat sich aber dieses verlöscht oder hat es gar nicht abgedruckt werden können, so vergessen wir die Sache und wissen sie nicht.“

Die im Gedächtnis an verschiedenen Stellen verankerten Erinnerungsspuren befinden sich im Laufe des Lebens in einem dynamischen Prozess des Wandels. Schon die ursprünglich erlebten Situationen im „Gesehenen oder Gehörten oder auch selbst Gedachten“ hinterlassen bei verschiedenen Menschen bereits Einprägungen in unterschiedlicher Intensität oder Tiefe:

„So setze mir nun, damit wir doch ein Wort haben, in unsern Seelen einen wächsernen Guß, welcher Abdrücke aufnehmen kann, bei dem einen größer, bei dem andern kleiner, bei dem einen von reinerem Wachs, bei dem andern von schmutzigerem, auch härter bei einigen und bei andern feuchter, bei einigen auch gerade so, wie er sein muß.“ (Quelle: Platon: Theaitetos 191c (Übersetzung Friedrich Schleiermacher 1805) zitiert aus [Tabula rasa](#))

Diese alte Erkenntnis ist mehr als bemerkenswert und heute neurowissenschaftlich abgesichert. Dass wir Erlebtes vergessen und Ereignisse mehr oder weniger stark im Gedächtnis verankert werden und unterschiedlich haften bleiben, ist bekannt. Dass aber „Erinnerungen wie Wachsabdrücke im Geist“ verstanden werden können, die als

überformbares Gebilde nachträglich verändert und/oder sogar falsch von uns selbst interpretiert werden können, gehört längst nicht zum Allgemeingut menschlicher Erkenntnis. Nach wie vor halten viele Menschen ihre Erinnerungen für ein objektiv real erlebtes Geschehen und sehen auch ihre aktuell individuellen Wahrnehmungen als tatsächlich erlebte Wirklichkeit an. Es wird für wahr gehalten, was wahrgenommen wird (Zeugenbefragungen der Polizei widerlegen leicht diese Annahme auf Grund der sehr unterschiedlichen Berichte zum eigentlich gleichen Geschehen durch verschiedene Personen!). Ein erlebtes Ereignis wird als Erinnerung bei jeder wiederholten Erinnerung daran unbemerkt immer wieder verändert, angereichert und damit neu rekonstruiert aus den vielschichtigen Einzelaspekten der im Gehirn an verschiedenen Orten im Langzeitgedächtnis abgelegten, einzelnen Komponenten des Geschehens.

„Bei diesem Prozess (...der Rekonstruktion) kommt es allerdings regelmäßig vor, dass wir die Erinnerungen verfälschen, denn mit jedem bewussten Wachrufen verknüpfen wir die betreffenden Inhalte auch mit Emotionen, die mit der Situation ebendieses neuerlichen Erinnerns verknüpft sind. Nicht selten erfinden wir auch – ohne dass uns dies bewusst ist – Neues hinzu oder tilgen Aspekte aus dem Archiv. So ist unser Gedächtnis ein hochdynamisches Konstrukt. Die einzelnen Erinnerungen sind keineswegs statisch, sondern gleichen vielmehr Geschichten, die sich mit jedem Erzählen ein Stückweit wandeln.“ Quelle: [So funktioniert unser Gedächtnis - \[GEO\]](#)

Wir wissen also weder sicher, was in der Vergangenheit „faktisch real“ war oder in einem gegenwärtigen Erlebnis „wirklich real“ ist, weil unsere Möglichkeiten der Wahrnehmung je nach dem Grad unserer Erkenntnisfähigkeit zwar differenziert ausfallen, dennoch aber immer nur auf der Basis unserer menschlich begrenzt subjektiv wahrnehmbaren Eindrücke (das Geschehen an sich) verarbeitet und bewertet (damit verknüpfte Emotionen) werden können. Die dabei als wichtig eingestuft und in Folge im nicht zugänglichen [impliziten Gedächtnis](#) abgelegten Ereignisse sind als Schemata im „Sinne verschieden etikettierter Schubladen eines Schrankes (zu) verstehen, in denen die zugehörigen Dinge gesammelt werden“ und können als ein „Hilfsmittel des Menschen, um Informationen, die er über seine Sinnesorgane aufnimmt, eine Bedeutung zuzuordnen“, verstanden werden und sind dem Bewusstsein unter normalen Umständen nicht zugänglich. Quelle: [Schemata](#)

Die im Bild der „Schubladen“ eingeordneten und gespeicherten Ereignisse und die damit verknüpften Emotionen können uns positiv beeinflussen oder als negative Erinnerungen mit [introsiven Gedanken](#) reaktiv bei ähnlichen Ereignissen im Handeln stark steuern, Es ist also nicht die reale Situation an sich, die – um das nochmals zu unterstreichen - phänomenologisch in ihrer vielseitigen Komplexität niemals in Gänze wahrgenommen werden kann, die unser Handeln bestimmt, sondern, einfach ausgedrückt, unsere gesammelten und neuronal verankerten Erfahrungen und Emotionen neben anderen, noch aufzuzeigenden Faktoren.

Einschub Ende

In unseren Beziehungen mit Menschen, mit denen wir enger verbunden sind, können die bisherigen Reiz-Reaktionsmuster der neuronalen Hauptstraßen im Gehirn mitunter durchaus schnell und stark umgeformt werden, z.B. durch spontanes Verliebt-Sein. Durch die vertrauliche Kommunikation können tief verwurzelte Verhaltensmuster verändert werden und dabei Erkenntnis- und Gefühlsräume öffnen, die wiederum neue Handlungsvarietäten ermöglichen.

Auch konventionelle und/oder durch Gruppenzwang religiöser oder politischer Art indoktrinierte Setzungen, die das persönliche Sein und die individuelle Entscheidungsfreiheit minimieren oder ausschalten wollen, die den Horizont begrenzen und dadurch kreative und funktionale Handlungs- und Lebensfreiheiten behindernd einschränken, lassen sich ebenfalls durchbrechen. Was vorher undenkbar und unerfahrbar oder verboten war, kann bei Aussteigern durch introspektive Analysen und in Folge des veränderten eigenen Handelns neue Wahrnehmungen, Reaktionsmöglichkeiten und Gefühle eröffnen. In wieweit dabei auch genetisch vererbtes, determiniertes Verhalten veränderbar ist, kann nicht beantwortet werden, da die Grenzen zwischen genetisch bedingten und erworbenen Handlungsmustern oder Strategien nicht eindeutig festzumachen sind.

Individualität, Personalität, Persönlichkeit oder das *Ich-Selbst-Sein* ist also mehr als die Summe aller gespeicherten Repräsentanzen und der damit im Gehirn neuronal verknüpften Gefühle und Reaktionsmechanismen. Zwar basieren unser Bewusstsein und die Erkenntnis*konstruktion* unseres ICHs auf diesen gespeicherten Erfahrungen, und ein (Selbst-) Bewusstsein ohne Gehirn ist, dies ist eine neurologische Grunderkenntnis, nicht denkbar. Hinzu kommen aber spezifisch eigene Fähigkeiten und persönliche Präferenzen, z.B. Wünsche und Überzeugungen, und eine notwendige Intensität der Kraft des eigenen Willens, dass wir bei den uns möglichen Handlungsoptionen trotz des Bündels aller vorhandenen Faktoren, Determinationen und Einflüssen durch das soziale oder politische Milieu uns für A, B oder X in gewisser Willensfreiheit entscheiden können.

Denn: „Zwischen Steinen, Dampfmaschinen und Menschen bestehen nach wie vor beträchtliche Unterschiede! Auch folgt aus den neurophilosophischen Aspekten einer Bündeltheorie der Personalität kein neuronaler Chauvinismus oder Reduktionismus. Denn Selbstbewußtsein und -bestimmung basieren, von der Frage nach ihrer multiplen Realisierbarkeit ganz abgesehen, auch auf einem zumindest teilweise intakten Körper und auf der Eingebundenheit in eine Lebenswelt, insbesondere in ein Sozialgefüge. Deshalb läßt sich Personalität weder methodisch noch epistemisch oder theoretisch auf das Vorhandensein bestimmter Gehirne reduzieren, auch wenn diese für uns eine notwendige Bedingung sind.“

Quelle: Essay Rüdiger Vaas [Persönlichkeit und Personalität - Lexikon der Neurowissenschaft](#)

Unser *Ich-Selbst-Sein* - in Umgehung der letztlich nicht allgemeingültig zu definierenden Begriffe ICH, Selbst, Person, Persönlichkeit und Bewusstsein - „wird von dem Reigen der neuronalen Repräsentationen konstituiert. Es entsteht ein mentales Selbstmodell, das in ein Realitätsmodell eingebettet ist und so schnell und zuverlässig aktiviert wird, daß es vom Gehirn gar nicht als Modell erkannt werden kann. [...] Worauf ein solches Selbstmodell

beruht, ist freilich noch weitgehend unbekannt. Grundlegend sind sicherlich kontinuierliche Reaktivierungen von Körperrepräsentationen, der emotionalen Verfassung sowie Erinnerungen (autobiographische Informationen zur Rekonstruktion von Identität: wer wir sind, was und wen wir mögen, welche Objekte wir benutzen, welche Ereignisse wir in welcher Reihenfolge erlebt haben, welche Pläne wir verfolgen usw. [...]) Dieses Ich ist also eine Art Selbsterfindung auf Grundlage einer Selbstorganisation subpersonaler, neuronaler Prozesse einschließlich der darin repräsentierten Zuschreibungen im sozialen Mit- und Gegeneinander [...]) Das Ich anzunehmen, zu postulieren, ist praktisches Bedürfnis. Eine Theorie der Persönlichkeit, die diese Kritik am substanzialistischen Ich-Begriff teilt und von der Neurophilosophie mitgeprägt ist, braucht dieses Bedürfnis nicht zurückzuweisen oder zu eliminieren. Vielmehr versucht sie zu verstehen, wie es faktisch zustande kommt, was notwendig ist für (zumindest menschliche) Subjektivität sowie Perspektivität der ersten Person und Selbstbestimmung. Eine treffendere These zur Ontologie der Persönlichkeit lautet daher: Mein Gehirn ist, also denke ich.“ Vaas a.a.O.

Letztlich ist diese Erkenntnis und bisherige Nichterkenntnis für unser persönliches Leben aber relativ unerheblich, denn wir können und müssen unabhängig von noch zu entdeckenden Erkenntnissen und neurophysiologischen Forschungsergebnissen immer mit dem umgehen, was wir augenblicklich im Leben sind oder zu sein glauben und dem, was wir potentiell (noch) werden wollen, können und anstreben.

Ein weiteres, außerhalb der eigenen Entscheidungen liegendes Phänomen kann das menschliche Verhalten und dessen zukünftiges Leben wesentlich beeinflussen: Die Krümmung der Erde ermöglicht es, in der Ebene ca. 40 km weit zu sehen. Wieweit aber lässt sich der eigene Weg im Leben vorausschauen? Der Mensch, als soziales Wesen in einem offenen System verstanden, lebt immer in starken und schwachen Wechselwirkungen in und mit seiner direkten Umgebung. Dieses dennoch relativ überschaubare Leben kann aber durch kontingente Ereignisse – von lat. *contingentia*: „das, was passiert“, „der Zufall – nicht plan- und vorausschaubar) den Menschen völlig aus der Bahn werfen (das Kind geht aus dem Haus oder der Lebenspartner und kommt nicht lebend zurück ...) . Das Leben ist somit einerseits stets eine potentiell mögliche Quelle der Freiheit und Freude, gleichzeitig aber auch ausgesetzt der Gefahr einer substanziellen Bedrohung durch nicht vorhersagbare Ereignisse. Es gehören ein wacher Geist und die Bereitschaft, sich diesen Problemen zu stellen, dazu, den Prozess vom anfänglich engen und einfachen Horizont des Kindes im Laufe der Jahre zu verstehen und differenziert auszuweiten, sich auf die innerlich eigenen und äußerlich bedrohlich auftretenden Unschärfen im Leben einzulassen und ihnen entgegen zu treten.

Conclusio:

Das Leben ist in Kenntnis der aufgezeigten Problematiken folglich kein volksliedhaftes „Wandern von einem Tag zum andern“, sondern immer auch Anforderung und Arbeit an und mit sich selbst. Es bedarf mitunter eines entschiedenen Handelns auf unerwartete Zwischenrufe, Stolpersteine, kontingente Ereignisse oder Widerfahrnisse, die den Menschen direkt und unbedingt betreffen, um zutiefst kritische Phasen im eigenen Leben zu meistern.

Wie kann der eigene Weg jedoch weiter gehen, wenn ein bislang stabil geglaubtes Leben innerlich völlig fragil wird durch eine beruflich und/oder sozial gescheiterte Existenz, durch beziehungsbedingte Probleme oder wenn ein bislang fest verinnerlichtes Glaubenssystem, was einem zuvor moralischen und ethischen Halt gab, zerbricht? Eine wirklich gültige Antwort auf diese Frage gibt es nicht. Bestenfalls könnte die Folge sein, dass der Mensch sich durch diese Einbrüche in sein Leben und damit in das, was ihn gerade jetzt angeht, positiv weiter entwickelt und er daran wächst, im schlimmsten Fall aber scheitert und zerbricht er!

Mit diesen Fragen zur eigenen Identitätsproblematik führt der Weg des Menschen in ein individuell eigenverantwortetes Leben ohne einfache Lösungen. Und er wird mit den auftretenden Problemen- je nach persönlicher Ausrichtung - vielleicht in religiösen, psychologischen, anthroposophischen, sozialen oder philosophischen, sportlichen oder künstlerischen Orientierungen nach Antworten suchen. Das sich potentiell ständig entwickelnde Ich-Gefühl und damit verbundenes Handeln bedingt, dass man alle seine Kreativität und Produktivität jenseits der bisherigen Konformität und Anpasstheit einsetzt, um wirklich *selbst* sein zu können. Dann erlebt man sich selbst als das Zentrum und *Subjekt* der eigenen Bedürfnisse und ist nicht mehr länger das *Objekt* der Interessen anderer. Dann fühlt man sich auch nicht mehr zu Handlungen und Verhaltensweisen verpflichtet, die den Interessen der eigenen Person entgegenstehen. Dazu „*gehört auch das Prinzip, dass es keine höhere Macht als dieses einzigartige individuelle Selbst gibt, dass der Mensch Mittelpunkt und Zweck seines Lebens ist und dass das Wachstum und die Realisierung der Individualität des Menschen ein Ziel ist, das niemals irgendwelchen Zwecken untergeordnet werden kann, die angeblich noch wertvoller sind.*“ Quelle: Erich Fromm (2000) Authentisch leben, S. 59 ff.

Bei diesem Prozess kann der Mensch das finden, „*was ihn unbedingt angeht*“ (Paul Tillich, Theologe) und dabei selbst aktiv „*all seine emotionalen und intellektuellen Möglichkeiten handelnd zum Ausdruck bringt.*“ (Fromm a.a.O.) Dabei kommt es aber vor allem auf den Prozess selbst an, und nicht oder weniger auf konkret angestrebte Ziele. Solange der Mensch, und/oder das Selbst, der eigene Geist, das Gehirn, die Psyche, die Seele, kurz all das, was jeden Menschen in seiner Ganzheit - neben seiner eindeutig definierbaren physischen Existenz - individuell als die Summe all seiner konstitutiven Seins- Aspekte ausmacht, wird bei geistiger Gesundheit dieser Prozess weitergehen. Diese Suche des Weges zu sich selbst kann einem niemand abnehmen, wohl aber darf und kann man sich dabei begleiten lassen von vertrauten Mitmenschen, Partnern, Freunden und/oder qualifizierten Therapeuten. Die erste Voraussetzung dazu ist, dass man selbst sich ihnen vertrauensvoll und vorbehaltlos öffnen und mitteilen kann. Zweitens ist unabdingbar, dass der Gesprächspartner in der Lage ist, den Anderen, ohne eigene Interessen zu verfolgen, dabei unterstützend begleitet und vorbehaltlos sagen kann: *Schön, das es dich gibt, ich bin für dich da.*

Die Bezeichnungen ICH und SELBST können hier in diesem Zusammenhang ohne konkrete Definition oder gegenseitig abgrenzende Differenzierungen auskommen und sind als sich ergänzende Begriffe zu verstehen, die dem einen Namen geben, was *ICH* im Augenblick aufgrund meiner bisherigen Erfahrungen und den damit verknüpften Emotionen in Summe als Selbst oder Persönlichkeit in der Auffassung meines eigenen, subjektiven Bewusstseins bin, zu sein glaube und noch werden möchte.

Unsere vielfältigen Erinnerungen in der Gesamtheit aller gespeicherten Repräsentanzen und unser daran geknüpftes ICH- und SELBST- SEIN und BEWUSSTSEIN (mit all seinen vielfältigen Teilstrukturen, auf die hier nicht eingegangen werden kann) ist aber auf Grund ständig neu zu verarbeitender Eindrücke nie konsistent, sondern immer plastisch und wandelbar. Ich, Sein, Persönlichkeit und Bewusstsein unterliegen prozesshaft der ständigen Veränderung. Also sind auch meine Erkenntnisse über mich bzw. mein Selbst letztlich einerseits durch die Begrenztheit unserer Wahrnehmungsfähigkeiten stets fragmentarisch, also bruchstückhaft, und andererseits zeitlich begrenzt durch die potentiellen Veränderungsmöglichkeiten meines Selbst und Bewusstseins.

Die Frage aber nach dem eigentlichen Wesen des Mensch-Seins kann aber auch mit diesem um Antworten bemühten Versuch nicht geklärt werden, denn über den Stand der Vorläufigkeit werden wir mit unseren Überlegungen vermutlich nie hinauskommen. Deswegen bleibt die Suche nach einer möglichen Essenz des eigenen Seins unerfüllbar. Folglich wird, und das ist dennoch eine gute Nachricht, *„des Lebens Ruf an uns niemals enden!“* (Hesse, *Stufengedicht*)

„Es bewegt sich alles, Stillstand gibt es nicht. Lasst Euch nicht von überlebten Zeitbegriffen beherrschen. [...]

Hört auf, der Veränderlichkeit zu widerstehen. [...]

Gebt es auf, immer wieder „Werte“ aufzustellen, die doch in sich zusammenfallen. [...]

Lasst es sein, Kathedralen und Pyramiden aufzubauen, die zerbröckeln wie Zuckerwerk. [...]

Lebt im Jetzt, lebt auf und in der Zeit. [...] “

Aus dem Manifest des Bewegungskünstlers Tinguely von 1959, Quelle: [Tinguely History | Museum Tinguely Basel](#)

3. **Ein meditativer Nachklang: Assoziationen zum Gedicht „Wanderer“** (publiziert 1917) von Antonio Machado (1875-1939) als Ergebnis einer gemeinsamen Maildiskussion mit Manfred Gröber und Bodo Bischof (mit ungekennzeichneten Zitaten daraus)

Caminante (Wanderer), (Übersetzung Dr. Manfred Gröber 2026)

*Wanderer, deine Spuren sind der Weg,
und weiter nichts;
Wanderer, es gibt keinen Weg,
den Weg entwirft man im Gehen.
Im Gehen entwirft man den Weg,
und wendet man den Blick zurück
wird jener Pfad sichtbar,
den man niemals mehr beschreiten kann.
Wanderer, es gibt keinen Weg,
sondern nur zerrinnende Spuren im Meer.*

Gedanken und Assoziationen zu den lyrischen Zeilen von Machado über den zu findenden Weg im Leben in einer umfassend nicht zu begreifenden Welt

Was in Kapitel 1 bereits angesprochen wurde, möchte ich hier nun nochmals aufgreifen: Der Mensch wird ungefragt und ohne sein Zutun in eine weglos vor ihm ausgebreitete Welt hineingeboren, die er vorfindet, ohne sie selbst geschaffen zu haben. Er muss sich in ihr orientieren lernen, um seinen persönlichen Weg in dieser determinierten äußerlichen Wirklichkeit einer komplexen physischen, metaphysischen, psychischen und sozialen Realität selbständig zu finden. In diesem Geworfen- und Ausgesetzt-Sein in die zunächst unbegreifbare Welt von Gegenständen, Situationen und den damit verbundenen Prozessen liegt kein offener oder klarer Weg vor ihm. Es gilt, die eigene Wirksamkeit innerhalb dieser ihn umgebenden Wirklichkeit aktiv in eigene Initiativen umzusetzen, um Möglichkeiten für einen für ihn erst noch entstehenden Weg zu eröffnen. Er und jeder geborene Mensch wird diesen Weg entdecken müssen und am Ende des Weges die fatale Gewissheit des eigenen spurlosen Vergehens willig oder widerwillig anerkennen und akzeptieren müssen.

Von diesem Weg zwischen den Polen Geburt und Tod spricht der lyrische Text im Bild des *Wanderers* von Antonio Machado.

Lyrik ist aber selten präzise in dem Sinne, dass sie etwas "auf den Punkt" bringt. Die in einem Gedicht formulierten Gedanken sind auch nicht immer konvergent, sondern meist divergent, sie eröffnen semantische Räume, ja Landschaften und Assoziationen, die vom Leser aufgedeckt und in seine eigene (Gedanken-) Welt hineingenommen oder aber - als unbrauchbar eingeordnet - verworfen werden können. Der erste Raum des vorliegenden Textes ist ein offensichtlich terrestrischer, in den jeder Mensch hineingeboren wird, am Schluss aber führt Machado die Raum-Metapher von einer begrenzten, überschaubaren Welt

zu der Imagination eines unbegrenzten, unfassbaren Raums ins quasi unendliche und immer bewegte Meer, in dem sich alle Spuren des zuvor gelebten Lebens auflösen und wie ein flüchtiger Hauch vergehen.

Dazwischen aber liegt das Leben des ins Sein hineingeworfenen Menschen. Das Gedicht mahnt und ermutigt den Gehenden zur freien Selbstgestaltung der eigenen, individuellen Existenz auf dem Weg, der aber erst dann entsteht, wenn man selber geht. Auf diesem Weg ist nichts festgeschrieben, sondern Vieles wandelbar, er wird *entworfen* und wieder *verworfen*, denn „*den Weg entwirft man im Gehen / Im Gehen entwirft man den Weg.*“

Man kann also auch wieder eine andere als die zuvor als notwendig gedachte Richtung einschlagen. Bleibend aber steht hinter diesen Zeilen: Wanderer, folge den Spuren deines bisherigen Weges, deines eigenen Weges, den du bis heute gegangen bist und weiter gehen wirst, folge weiter dem Weg, den du beim Gehen entscheidest. Gehe links oder rechts und korrigiere deine manchmal falsch getroffenen Entscheidungen, aber gehe nicht rückwärts auf einen Weg zu, „*den du niemals mehr beschreiten wirst.*“ Wanderer, die Vergangenheit liegt hinter dir, die Zukunft in deinen gegenwärtig zu treffenden Entscheidungen vor dir. Entscheide selbst, welche Spuren du auf deinem eigenen persönlichen Weg erzeugen und hinterlassen wirst.

Und hier gilt eben nicht die bereits zitierte, pseudopsychologische Parole, *werde, der du bist*, denn: Wer sollte ich werden, wenn ich als der, der Ich bereits bin, in Zukunft erst noch werden soll? Dieses Paradoxon ist unauflöslich. Die Offenheit der Entwicklung des persönlichen Seins kann nicht nach vorn in die Zukunft gerichtet werden durch etwas, was in der Vergangenheit bereits festgelegt wurde. Sinn macht der Satz in der Modifikation: *Werde, der du sein wirst!* Dahin führen die Spuren, die du jetzt auf deinem Weg setzt. Und solche aus dem aktuellen Jetzt nach vorne gerichteten Entscheidungen lassen sich in jeder Altersstufe, nicht nur in der Jugend oder Mitte des Lebens, sondern auch in den späten Phasen des eigenen Lebens noch treffen.

Durch die freie Umstellung der Worte *Weg* und *Gehen* im Gedicht (*den Weg entwirft man im Gehen./ Im Gehen entwirft man den Weg*) und die damit verbundene unterschiedliche Akzentuierung werden *Weg* und *Gehen* mit einem großen semantisch-metaphorischen Horizont stark und wechselseitig aufeinander bezogen. Einmal auf diesen *Weg* gestellt, kann man nicht mehr stehen bleiben. Spuren entstehen immer, auch wenn man scheinbar auf der Stelle tritt. Auf diesem *Weg* existiert für den Menschen zumindest potentiell die persönliche Freiheit, unabhängig von außen, eigene und weichenstellende Entscheidungen zu treffen und die Freiheit, sie wieder zurückzunehmen und eine andere, neue Richtung einzuschlagen. Nichts ist also - im Gegensatz zu einem terrestrischen Wanderweg, der immer mit einem konkreten Ziel verknüpft und relativ statisch vorgezeichnet ist – im menschlichen Leben wirklich sicher.

Unsere potentiell möglichen Entscheidungen sind aber dennoch vorgeprägt durch Einflüsse unserer Eltern, Verwandten, Lehrer und Mitmenschen, die Spuren in uns hinterlassen haben, wie auch wir mit unseren Handlungen Spuren in den uns umgebenden Menschen, absichtlich oder unabsichtlich, hinterlassen. Jede unserer Äußerungen, Verhaltensweisen, mitgeteilten

Erkenntnisse, Überlegungen, Aktionen und Reaktionen, künstlerischen Ausdrucksformen, Sympathien oder Antipathien, Lob und Tadeln, Vorurteilen, Urteilen und Haltungen etc. sind Bewegungen oder Nichtbewegungen, die Eindrücke und somit Spuren bei anderen Menschen erzeugen. Diese Spuren können nachwirken und durchaus prägend sein. Nur eine Geste, ein Wort von uns kann das Potential haben, weitere Bewegungen in anderen Menschen hervorzurufen und ihren Weg maßgeblich zu beeinflussen, positiv wie negativ.

Das Gedicht selbst bleibt jedoch in der Selbstbezogenheit des Wanderers stehen und lässt diese Einwirkungen außer Acht. Soziale Bezugnahmen und/oder Wechselwirkungen mit anderen Personen werden nicht thematisiert, obwohl das eigene Ich oder Selbst sich gerade in der Wechselbeziehung mit anderen Menschen und deren Innen-Welten definiert. Der Mensch geht und existiert nicht für sich allein, sondern erlebt sich - wie in einem Spiegel - in den auf ihn kommenden Verhaltensreflexionen der ihn umgebenden Mitmenschen. Darauf wiederum selbst reagierend, wenn der Mensch fähig ist für diese Wahrnehmungen, lernt und entwickelt er sich mit ihnen und durch sie und ggf. sie sich auch durch ihn.

Das ist der Prozess, der jeden Menschen lebenslang begleitet, bewusst oder unbewusst, gewollt oder ungewollt. Und „wendet man – dann irgendwann - *im Leben den Blick zurück wird jener Pfad sichtbar*“, den man einst gegangen ist, „den man (aber) *niemals mehr beschreiten kann*.“

Wie der abgeschossene Pfeil, der nicht mehr zurück zu holen ist, kann man zwar über die Erinnerungsspuren den gegangenen Pfad subjektiv für sich rekonstruieren und reflektieren, ändern aber kann man das einst Geschehene nicht mehr, sondern nur noch nach vorn ausgerichtet wieder einen neuen Wegabschnitt entwerfen, der wiederum erst beim Gehen durch das eigene Handeln entstehen wird, solange man sich selbst mental und psychisch frei bzw. im Rahmen der eigenen Möglichkeiten unabhängig bewegen kann.

Was am Ende von uns bleibt, sind flüchtige Spuren im unendlichen Meer des vielfältig Seienden. Jede noch so große persönliche Leistung, auch z.B. in künstlerischen Werken, ist in letzter Konsequenz im Angesicht des Todes auf der letzten Reise auch nicht mehr als die einst scheinbar kleine liebevolle Zuwendung einem Menschen gegenüber, der sie genau in diesem Moment unbedingt brauchte. Ein großartiger Maler oder Komponist hinterlässt zwar über Generationen hinweg unvergängliche und wegweisende Werke, aber auch die unbemerkt bleibenden Worte und Taten einer Krankenschwester, eines Lehrers oder anderer Personen bei der Begleitung eines menschlichen Lebens sind Spuren, die jeder Mensch in seinem Alltag erzeugt. Beide Spuren können wertvoll sein und müssen nicht gegeneinander abgewogen werden, denn mit dem Dahinscheiden des menschlichen Lebens und dem damit verbundenen Prozess des Vergehens nivellieren sich im Augenblick des Abscheidens diese zeitlebens vielleicht als gravierend angesehenen Unterschiede.

Im Gedicht von Machado werden aber auch diese individuellen Weg-Spuren weder angesprochen, noch differenziert, erläutert, spezifiziert oder bewertet, sicher mit Bedacht. Bewertungen ordnen sich oft den jeweiligen gesellschaftlich-kulturellen und politischen Vorgaben unter, die sich mit der Zeit und sich ändernden Zeit-Verhältnissen durchaus wandeln können und somit nur ein begrenzte Gültigkeit haben. Machados Charakterisierung

der individuellen Existenz im menschlichen Leben ist dabei eine radikale Reduzierung und elementare Ausrichtung der menschlichen Existenz auf das jeweils eigene Leben an sich, ohne inhaltliche Spezifizierungen oder gar Bewertungen des Handelns im Sinne von Gut oder Böse .

Kategorisierungen dieser Art entstehen oft durch eine verkürzte, dichotome Betrachtung des Geschehens und können in zweifelhaften, nur durch Indizien oder Hörensagen begleiteten Fällen in den Urteilen darüber, niemals angemessen sein. Oft sind Be- oder Verurteilungen der Handlungen anderer Personen auch Ausdruck eigener, subjektiv geprägter persönlicher Ansichten und Vorurteile, die einem spezifischen sozial-politischen Umfeld oder einengenden moralischen Normierungen unterliegen. Auch persönliche Selbstrechtfertigungen für das unvollkommene eigene Handeln gegenüber den Handlungen des Anderen können der Grund sein (z.B. Neid oder moralische Vorurteile), Mitmenschen extrem subjektiv zu verurteilen. Als Beispiele dafür seien stellvertretend die verschiedenen Haltungen - bis hin zur Kriminalisierung - zur Homosexualität, der Rechte von Frauen oder der Meinungsfreiheit des Einzelnen in einem politisch unterdrückenden System genannt.

Machado spricht auch diese von Zeitgeist und Gesellschaft maßgeblich bedingten Abhängigkeiten des Lebens nicht an, sondern er skizziert mit scheinbar einfachen Worten, quasi übergeordnet und doch auf das Wesentliche reduziert, die zumindest *potentielle* Entscheidungsfreiheit im Leben und Handeln sich selbst und anderen Menschen gegenüber mit den Worten: *Es gibt keinen Weg, den Weg entwirft man beim Gehen, beim Gehen entwirft man der Weg*. Bis zum Ende des Weges postuliert er den Menschen als einen Wanderer, der sich zumindest innerhalb der bestehenden Freiheiten entscheiden und als Individuum eigenverantwortlich handeln kann. Im realen Weltgeschehen gibt es diese ideale Freiheit aber nicht überall, persönliche Entscheidungen nach eigenem Wunsch zu treffen, weil die "reale" Welt zwingend Grenzen setzt, die den Menschen zwangsläufig einengen und in seinem Handeln begrenzen. Daher ist die Entscheidungsfreiheit des Einzelnen immer nur als eine mögliche Potentialität der scheinbar offen gegebenen Möglichkeiten im Rahmen des eigenen individuellen Lebens anzusehen. Somit ist auch der Weg des einen Menschen mit dem Weg anderer Menschen wenig bis gar nicht vergleichbar.

Angemerkt sei, dass es zudem tragische Fälle gibt, wo Menschen keine faktische Freiheit mehr haben, weil sie in Anstalten leben müssen, die ihnen das verunmöglichen. Es gibt außerdem Menschen, deren Wahrnehmungs- und Beurteilungsfähigkeit so geschwunden ist, dass sie mit ihrer Umwelt nicht mehr adäquat umgehen können. Ebenso können psychische Belastungen die Aussicht versperren.

Das Leben ist aber und bleibt in jedem Fall eine ständige Bewegung in Raum und Zeit ohne Stillstand. Die inhärent potentielle Veränderlichkeit und die Plastizität des eigenen Gehirns und der individuellen Existenz ist dabei ein Tatbestand, der es jedem Menschen ohne Ausflüchte zu einer statisch fixierten Beharrlichkeit (*ich bin eben so*) potentiell immer ermöglicht, Positionierungen, Verhaltens- und Denkweisen im eigenen Alltag und Sein auch in den unterschiedlich bestimmenden Systemen zu überdenken und ggf. zu korrigieren.

Möglicherweise schreckt die zweimalige Formulierung im Text, „*Wanderer, es gibt keinen Weg*“, - Unsicherheit erzeugend –davon ab, sich gedanklich und physisch zu bewegen, sich auf den Weg zu begeben. Andererseits steckt aber in dieser Formulierung auch die Hoffnung, dass eben nicht die von außen ständig an den Menschen herangebrachten Forderungen immer fraglos zu erfüllen sind oder er unlösbare Situationen meistern muss, um weiter gehen zu können, sondern dass er, unabhängig von diesen vermeintlichen Notwendigkeiten, dennoch beim Gehen seinen eigenen Weg entwerfen kann und sich nicht vorbehaltlos in das Schema der Erwartungen Anderer pressen lassen muss.

Fazit: Vielleicht ist es die Hauptaufgabe eines jeden Menschen, das gegebene Geschenk des eigenen Lebens auf dem persönlichen Weg, der beim Gehen entschieden wird, in Übereinstimmung mit und nicht gegen seine Mitmenschen, mit Sinnhaftigkeit zu versehen, dabei aber nicht die für ihn unbedingt notwendige Wertschätzung des eigenen „*Selbst sein Dürfens*“ vernachlässigt oder gar ignoriert. Die dazu jeweils abzuwägenden Entscheidungen stellen sich im Leben immer wieder neu und hören erst dann auf, wenn das individuelle Sein am Ende wie „*zerrinnende Spuren im Meer*“ zerfließen wird. Vorher aber ist das Leben ...



