



Annette Blühdorn

Das metaphorische Herz

Zeuge des archaischen Bewusstseins (Teil 2)

Im zweiten Teil ihres Beitrags rund um das metaphorische Herz führt uns die Autorin weiter durch die Kulturgeschichte des Herzens und legt Parallelen zwischen dem Christentum und den frühindischen Schriften der Veden und Upanishaden rund um das Herz offen. Gleichzeitig geht sie einen Schritt weiter und stellt das Konzept des Leibes und der Leibesinseln vor: der Ort, an dem sich die Seele und Empfindungen mit den körperlichen Regungen treffen und der den Menschen zu seiner ursprünglichen Ganzheit zurückführt.

Augustinus als Schnittstelle zwischen Antike und Christentum

Augustinus nimmt eine vermittelnde Position im Übergang von der griechisch-römischen Antike zum neu entstandenen Christentum und den Schriften des Neuen Testaments ein. Laut Høystad verkörpert Augustinus eine Synthese dieser beiden Traditionen, aus denen letztlich die europäische Kultur entstan-

Plotin Interesse am und auch Kenntnis vom indischen Denken hatte (vgl. Störig, 205).

Plotins philosophisches Modell der Einheit spiegelt sich in Augustinus' Konzept vom Herzen wider, denn der Ort der Versenkung, der Vereinigung und Einheit mit Gott ist bei ihm das Herz. Das Herz bildet einen Kernpunkt von Augustinus' Philosophie und steht folglich auch im Zentrum seiner Autobiografie

mit ihm, nach dem Transzendenten und dem Jenseitigen strebt. Mit dieser Agenda entspricht Augustinus vollkommen den Anforderungen des modernen Yoga, dessen Ziel ebenfalls ist, das eigene Selbst mit dem höheren Gottesprinzip zu vereinen. Einen entsprechenden Artikel von Christian Schmidt (»Mit Yoga zum Seelengrund tauchen«), der die Parallelen zwischen dem christlichen Kirchenvater und dem Yoga weiter herausarbeitet, fin-

Gott kennt die Herzen der Menschen, er ist der »Herzenskenner«.

den ist (74). Aufgewachsen in der Gesellschaft einer spätrömischen Provinz, führte Augustinus in seiner Jugend ein vergnügungsreiches und sinnenfrohes Leben. Viele Jahre lang war er Anhänger des Manichäismus, einer streng dualistisch aufgebauten Religion, bevor er, von den zahlreichen Vorschriften und Ritualen des Manichäismus zunehmend irritiert, Plotin und den Neuplatonismus für sich entdeckte.

Die Philosophie Plotins wiederum bot viele Anknüpfungspunkte an das Christentum, dem Augustinus sich mit 32 Jahren endgültig zuwandte, sich von seinem sinnenfreudigen Leben verabschiedete und schließlich Priester und Bischof wurde. Plotins Lehre war deshalb so attraktiv für Augustinus, weil sie das Ende der Dualität bedeutete, an deren Stelle nicht nur die Vorstellung der Einheit trat, einer »Einheit des Alls von dem Einen her, aus dem alles fließt« (Bernhart, 964), sondern auch die Gewissheit, dass dieses Eine reiner Geist ist, also immateriell. Das höchste Ziel des Menschen und seine Glückseligkeit bestehen darin, seine Seele mit dem Göttlichen, aus dem sie hervorgegangen ist, wiederzuvereinen. Das geschieht in einer vollkommenen Versenkung in das eigene Selbst, nämlich in das Göttliche, das im Menschen ist. Hier sind deutliche Parallelen zur Philosophie Indiens zu erkennen, speziell zur Philosophie des Yoga, und man kann davon ausgehen, dass

Confessiones (Bekenntnisse). Es deckt hier einen semantischen Bereich ab, der die Bedeutungsfelder Seele, Geist, Gesinnung, Einsicht und Vernunft umfasst (vgl. Høystad, 72), was sich laut Ilkner Özen zu der Bedeutung einer personalen Einheit verbindet als die Mitte personaler Existenz, »in der sich alles vermeintlich Gegensätzliche zusammenfinden lässt« (25). Denn das Herz ist in den Confessiones ein unruhiges Herz, das zwischen der Liebe zum Leben in der Welt mit all ihren Genüssen und der Liebe zu Gott hin- und hergerissen ist.

Nur in Gott kann das Herz zur Ruhe finden – das ist die zentrale Aussage dieses Buches, die Augustinus gleich zu Beginn des ersten Kapitels hervorhebt: »Zu dir hin hast du uns geschaffen, und ruhelos ist unser Herz, bis es Ruhe findet, Gott, in dir.« Die Ruhe in Gott bedeutet das Ende der Zerrissenheit, das Ende der Spaltung, das Ende der Dualität. Dahin gelangt der Mensch, wenn er sich von allen Begierden frei macht und ganz auf Gott einlässt. Möglich wird dieses Einheitserlebnis nur im Herzen, »dem Organ der religiösen Erfahrung« (ebd., 27f).

Damit folgt Augustinus Platons Ansatz der Verinnerlichung der Gefühle, den er jedoch erweitert und vertieft. Mit ihm nimmt das Konzept der Innerlichkeit seinen Anfang, das in der deutschen Mystik weiterlebt, und mit ihm wird das Herz zum Sitz einer Seele, die nach Gott als dem All-Einen, nach der Verbindung

det man im *Sonntagsblatt – Evangelische Sonntagszeitung für Bayern*.

Neues Testament und Christentum

Mit seiner Herz-Ideologie bewegt Augustinus sich als bekennender Christ natürlich auch auf den Grundlagen des Neuen Testaments. Wie schon im Alten Testament ist das Herz hier eine klar definierte Größe und nicht, wie bei den Griechen, eine unscharf umrissene Region, die mit verschiedenen Worten beschrieben werden muss. Zwar wird im Neuen Testament nur noch etwa 160-mal der Begriff »Herz« erwähnt, aber auch hier bildet das Herz die identifizierende Mitte des Menschen.

Allerdings ist das Herz im Neuen Testament ambivalent, es kann sowohl Sitz des Guten als auch des Bösen sein. Diese Vorstellung beruht auf der antimaterialistischen Sichtweise, dass es die abstrakten Gedanken sind, die letztlich das Böse oder Gute in Form von konkretem Handeln hervorbringen. Nachdem die Pharisäer Jesus und die Seinen angeprangert haben, weil sie mit ungewaschenen Händen essen und dadurch angeblich den Körper beschmutzen, fragt Jesus die Jünger: »Merkt ihr nicht, dass alles, was von außen in den Menschen hineinkommt, ihn nicht verunreinigen kann? Denn es kommt nicht in sein Herz hinein, sondern in den Bauch, und kommt heraus an seinen Ort (...). Was aus dem

Es gilt die Auffassung, dass das makrokosmische Weltganze im Zentrum des Menschen als Mikrokosmos wiederzufinden ist.

Menschen herauskommt, das verunreinigt den Menschen. Denn von innen, aus dem Herzen der Menschen kommen die bösen Gedanken.« (Mark. 7, 18–21)

Diese Interpretation entfernt sich ausdrücklich von der griechischen Auffassung, wonach Herz und Magen eng miteinander verbunden waren, und bekräftigt stattdessen die Vorstellung vom Herzen als einem immateriellen, abstrakten, metaphorischen Ort, der allerdings Ausgangspunkt sehr konkreter Effekte sein kann. Das Herz bezeichnet die geistig-seelischen Kräfte wie Verstand und Willen, aber auch Gefühl, Leidenschaft, Triebe und ist daher kognitives und emotionales Zentrum zugleich. Insofern ist das Herz im Neuen Testament widersprüchlich, es kann Gutes und Böses hervorbringen. Gerade aufgrund dieser Differenziertheit birgt das Herz jedoch in sich die Möglichkeit zur Veränderung, zum Gesinnungswandel, der letztlich wie bei Augustinus zur Voraussetzung des Glaubens und auch der Erlösung wird, ganz im Sinne der Bergpredigt: »Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.« (Mt. 5, 8)

Wenn Özen das Herz bei Augustinus das Organ der religiösen Erfahrung nennt, entspricht diese Interpretation daher der Bestimmung des Herzens im Neuen Testament, denn hier ist der Glaube eine Herzensangelegenheit. Das bereits erwähnte Glaubensgebot des Alten Testaments (5. Mose 6, 5–6) bildet auch hier die wichtigste und allererste Glaubensgrundlage: »Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deinem ganzen Denken.«

(Mt. 22, 37) Sofern es dafür aufgeschlossen und bereit ist, kann das Herz also zur Empfangs- und Sendestation für die Beziehung zu Gott werden. Demgemäß verkörpert das Herz auch das Göttliche im Menschen, denn »die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen«, (Röm. 5,5) und das Ziel des Glaubens ist, »dass Christus durch den Glauben in euren Herzen wohne« (Eph. 3, 17). Gott kennt die Herzen der Menschen, er ist der »Herzenskenner« (Apg. 1, 24 und 15, 8), der jedem Menschen ins Herz blicken kann (Luk. 16, 15).

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass das Herz sich mit dem Christentum weiter als ein abstrakter, metaphorischer Ort, als ein intimer Innenraum etabliert, der vielschichtig und aufgrund seiner Abgeschlossenheit, Autonomie und jeweiligen Individualität kaum definierbar ist. Das Herz wird als ein Ort der inneren Wahrheit und Authentizität wahrgenommen sowie als ein Ort der Anbindung an Gott. In diesen Punkten lässt das Herz des Neuen Testaments einen Zusammenklang mit den heute im Yoga wie auch in der Alltagswelt gängigen Vorstellungen erkennen, wobei für die Größe »Gott« neben der christlichen Gottesauffassung eine Vielzahl anderer religiöser oder spiritueller Konzepte zur Auswahl steht und angenommen werden kann.

Frühes Indien

Eindeutiger noch als im Neuen Testament wird in den frühindischen Veden und Upanishaden – das heißt in den Schriften, die für den Yoga eine besondere Relevanz haben – das Herz, *hrid*,

als Wohnstatt des Göttlichen dargestellt. Das in den Veden benutzte Sanskritwort *hrid* ist verwandt mit dem lateinischen *cor* und dem neuhochdeutschen »Herz«. Es bezeichnet den Brustraum, der vom Herzen als Körperorgan (*bridaya*) unterschieden wird (Agarwala/Moebus, 121 und 130f). *Hrid* verweist auf einen inneren, verborgenen Raum im Menschen, der eine große Beständigkeit und bewahrende Tiefe hat. Dieser Herzraum scheint grenzenlos zu sein und trägt »viele Züge eines Nicht-Wesenhaften und Über-Individuellen« (ebd., 123).

Hier klingen Parallelen zum europäisch-abendländischen Konzept der nicht-körperlichen, abstrakt gedachten Seele an (vgl. dazu Eichner 2002), und mit diesen Eigenschaften hebt sich das Herz deutlich von dem zweiten den Menschen konstituierenden Element, *manas*, Denken oder Geist, ab. Denn für *manas* charakteristisch sind die beiden Grundqualitäten der Geschwindigkeit und Unbeständigkeit, nur so kann es die vielen Bruchstücke der Wirklichkeit erfassen und zu einem Bild der Realität zusammenfügen. Für die Veräußerlichung dessen, was an ungeformten, tief liegenden Gedanken im *hrid* verborgen liegt, ist das Zusammenspiel zwischen *hrid*, *manas* und *mati*, der Rede vom Göttlichen, zentral. *Manas* erkennt die tief liegenden, ungeformten Gedanken im *hrid* und leitet sie an *mati* weiter, wodurch sie dann nach außen gelangen. Auf diese Weise wird das Herz zum Ausgangspunkt und Zentrum für die Verbindung mit dem Göttlichen. Agarwala und Moebus sprechen an dieser Stelle von der »Torfunktion im Austausch mit der Kräftewelt der Götter« (ebd., 124).

Wie im Neuen Testament ist das Herz also auch hier der Ort der religiösen Erfahrung und Empfindung. Für ein tieferes Verständnis dieses Aspektes ist der im frühindischen Denken wichtige Zusammenhang zwischen Makro- und Mikrokosmos zu berücksichtigen. Dem Schöpfungsmythos der frühen Aitareya Upanishad zufolge erschafft der uranfängliche *Atman* aus dem Urmenschen *Purusha* die göttlichen Ur-Elemente, die dann, weil sie eine Heimstatt brauchen,

in den Körper des Menschen einfahren, wo sie sich jeweils als eine mikrokosmische Entsprechung manifestieren. Der Mond lässt sich als *manas* im menschlichen Herzen nieder. Das erinnert an die altägyptische und auch alttestamentliche Vorstellung, wonach ebenfalls die Denkfähigkeit ihren Sitz im Herzen hat. Am Ende des Schöpfungsprozesses sucht *Atman* selbst eine Bleibe in dem von ihm geschaffenen Menschen und dringt in die drei Bewusstseinszustände des Menschen, Wachen, Träumen und Tiefschlaf; während des Tiefschlafs wohnt er im Herzen (I, 3, 12).

Das Herz ist zur Wohnstatt des göttlichen Bewusstseins geworden und besitzt damit eindeutig auch kognitive Eigenschaften: »Was dieses Herz und Manas ist, das Überdenken, Ausdenken, Bedenken, Erdenken, Verstand, Einsicht, Entschluss, Absicht, Verlangen, Leidenschaft, Erinnerung, Vorstellung, Kraft, Leben, Liebe, Wille – diese alle sind Namen des Bewusstseins.« (III, 2) Mit der Entsprechung zwischen Makro- und Mikrokosmos verschwimmt – im Unterschied zu den bisher genannten Kulturtraditionen – die Trennung zwischen Innen- und Au-

ßenwelt des Menschen. Es gilt die Auffassung, dass das makrokosmische Weltganze im Zentrum des Menschen als Mikrokosmos wiederzufinden ist. Dabei spielt das Herz als der Sitz des Göttlichen eine besondere Rolle, und dieser Gedanke wird bestimmend für die Upanischaden, »deren praktisches Ziel die »mystische Einheit« mit dem Absoluten ist« (Agarwala/ Moebus, 136).

Denn das Herz ist hier identisch mit dem höchsten Brahman und umfasst daher als Urgrund alle Wesen (Brihadaranyaka Upanishad IV, 1, 7).

Zugleich ist auch das Selbst, die Seele (*atman*) des Menschen, »als das von den Sinnen umgebene Licht im Innern des Herzens« beheimatet (ebd., IV, 3, 7). Die absolute Identität zwischen dem Göttlichen, dem unendlichen Brahman und dem im Innenraum des menschlichen Herzens angesiedelten individuellen *atman* wird in der Chandogya Upanishad bekräftigt: »Der Allwirkende, Allwünschende, Allriechende, Allschmeckende, das All Umfassende, Schweigende, Unbekümmerte, dieser ist in meiner Seele im inneren Herzen, dieser ist das Brahman; zu ihm werde ich, von hier abscheidend, eingehen.« (III, 12, 7; vgl. auch III, 14, 3 und 4)

Der Herzraum ist damit einerseits ein Ort der Transzendenz und auch Ausgangspunkt der Erlösung, andererseits ist er der innerste, wahrhaftigste und authentischste Teil des Menschen. Diese Gedanken leben in der Bhagavad Gita weiter, wenn Krishna erklärt: »Als die Lichtquelle aller Lichter wohnt



© Adobe Photostock – Benjaminet

**Denn das Herz ist hier identisch mit dem höchsten Brahman
und umfasst daher als Urgrund alle Wesen.**

das Brahman, die universelle absolute Gottheit, in allen und jedem Herzen, jenseits der Finsternis und Unwissenheit. Es ist das wahre innere Selbst, das einzige Erkenntnisziel; und es ist tatsächlich selbst Erkenntnis.« (XIII, 17; ähnlich X, 20; XV, 15 und XVIII, 61)

Im Yoga-Sutra Patanjalis wird das Herz nur einmal erwähnt, allerdings bündelt die aphoristische Aussage die Erkenntnisse der frühindischen Philosophie: »Indem man sich auf das Herz ausrichtet, erlangt man Wissen über die Natur des Geistes.« (III, 35) Damit ist indirekt ausgesagt, dass *citta*, hier mit ›Geist‹ übersetzt, im Herzen wohnt. Entsprechend verweist Bryant auf den Kommentar Vyasas, der das Herz ›city of Brahman, a lotus-like abode‹ nennt (Bryant, 363). Die Erwähnung des Lotus wiederum ist die Brücke für Bryant, um auf die sieben Chakren einzugehen, also auf die im Sinne der Yoga-Philosophie entlang der Wirbelsäule liegenden Ener-

Als Verbindungsort des seelenlosen Körpers und der körperlosen Seele schafft der Leib dem unmittelbaren Erleben von Gefühlen und Empfindungen in der konkreten Wirklichkeit einen Raum.

giezentren, die bildlich als Lotusblüten mit unterschiedlich vielen Blättern dargestellt werden. Das Herz-Chakra ist in der Mitte des Menschen platziert und gilt gemäß den von Bryant genannten Kommentatoren des Yoga-Sutras als der Sitz der Intelligenz. Da sowohl *atman* als auch *citta* im Herzen angesiedelt sind, führt die Meditation auf die Herzregion zu Erkenntnis über *citta* und seine Ausdrucksformen (vgl. Bryant, 364).

metaphorischen Herzen in Verbindung gebracht werden. Mit Descartes setzte sich außerdem endgültig und radikal die strikte Trennung zwischen Körper und Geist beziehungsweise Seele durch, die im Altertum bereits von Platon vorbereitet worden war. Der Körper gilt jetzt als messbar, kontrollierbar, beherrschbar, Gefühle und Emotionen sind dagegen unberechenbar und vage, gelten als weniger zuverlässig.

Wie bereits oben erwähnt, weist Rappe in seinem Artikel ›Das Herz im Kulturvergleich‹ darauf hin, dass »die Auffassung von dem, was wir Denken nennen, historischen Schwankungen unterliegt« (232). Vor der Absonderung der Seele vom Körper galt der Denkprozess nicht als rein abstrakter Vorgang, sondern schloss die Imagination von Bildern ebenso wie Empfindungen und Intuition ein. Beispielhaft für dieses sogenannte »archaische Bewusstsein« (Stockinger, 178), das seelische und körperliche Empfindungen noch nicht trennte, ist die *Ilias*.

Als ein wesentliches Ergebnis der interkulturellen Forschungsstudie von Berkemer und Rappe (1996) hält Ilknur Özen daher richtig fest, dass sich »die für das westliche Denken typische Trennung von Gedanken, die örtlich dem Gehirn, und Gefühlen, die örtlich dem Herzen zugeschrieben werden, deutlich als konstruiert« erweist (89). Noch Schiller schreibt im sechsten Brief der *Ästhetischen Erziehung*: »Der abstrakte Denker hat daher oft ein kaltes Herz, weil er die Eindrücke zergliedert, die doch nur als ein Ganzes die Seele rüh-

Anzeige



Vom Leben nach dem Tod

Zwölf Verstorbene berichten über ihre Heimkehr in die jenseitige Welt. Diese Berichte sind auf ungewöhnliche, aber doch erklärbare Weise zustande gekommen. Ein eindrückliches Dokument und Zeugnis.

Was uns erwartet

Beatrice Brunner
297 Seiten, € 9,50
ABZ Verlag Zürich
ISBN 978-3-85516-010-5

Bisheriges Fazit

Mit Patanjalis knapper Aussage soll die Herzengeschichte an dieser Stelle enden. Zusammenfassend kann man festhalten, dass das Herz in den verschiedenen vorgestellten Kulturen bereits sehr früh ein besonderer Ort der persönlichen Identifikation war, ein Ort der Wahrheit und Authentizität ebenso wie ein Raum des Göttlichen und der eigenen Seele, des eigenen Selbst. Dieses Verständnis vom metaphorischen Herzen gilt weitgehend in der modernen europäisch-abendländischen Gegenwart weiter. Im Unterschied jedoch zu unserer heutigen Auffassung war das Herz im Altertum sowohl für Fühlen als auch für Denken, Emotionen und Rationalität gleichermaßen verantwortlich.

Auch für Patanjali ist das Herz der Ort des Geistes und des Bewusstseins. In der europäischen Neuzeit dagegen ist das Denken ein Prozess, der weitgehend im Gehirn stattfindet, während Gefühle und Emotionen eine Angelegenheit der nicht eindeutig greifbaren Psyche, also der Seele, sind und weiterhin mit dem

ren; der Geschäftsmann hat gar oft ein *enges* Herz, weil seine Einbildungskraft in den einförmigen Kreis seines Berufs eingeschlossen, sich zu fremder Vorstellungsart nicht erweitern kann.« (154)

Denken war im archaischen Bewusstsein ein ganzheitlicher Prozess, der auch körperlich erfahren wurde, und das Herz als einerseits durch Interozeption gut wahrnehmbares physisches Organ und andererseits als etablierter metaphorischer Ort bot sich als Heimat des Denkens an. Dass Denken und Konzentration »seit frühester Zeit und in allen

Innerhalb der Philosophie des Leibes, die sich im 20. Jahrhundert etablierte mit Repräsentanten wie Maurice Merleau-Ponty (1908–1961) und Hermann Schmitz (1928–2021), wird der Körper als der Raum interpretiert, den wir im Sehen und Tasten erleben, während der Leib im Spüren und Empfinden wahrnehmbar ist.

Der Leib ist als der Treffpunkt zwischen den Sphären Körper und Seele beziehungsweise Geist zu denken, die sich im europäisch-abendländischen Denken ansatzweise seit Platon und kon-

bereits in den Veden unterschieden wird zwischen einerseits *śarīra*, dem physischen und nach außen sichtbaren Körper, der sterblich ist, und andererseits dem Konzept *tanū*, das auf eine das rein Physische überschreitende Körperlichkeit verweist und den Raum beschreibt, den eine Person einnimmt (Agarwala/Moebus, 122).

Als Empfindungsort unterliegt der Leib laut Schmitz immer einer bestimmten Dynamik. Die Grundphänomene dieser Dynamik sind die Prinzipien der Enge und Weite, die sich als bewegte, je-

Denken war im archaischen Bewusstsein ein ganzheitlicher Prozess, der auch körperlich erfahren wurde.

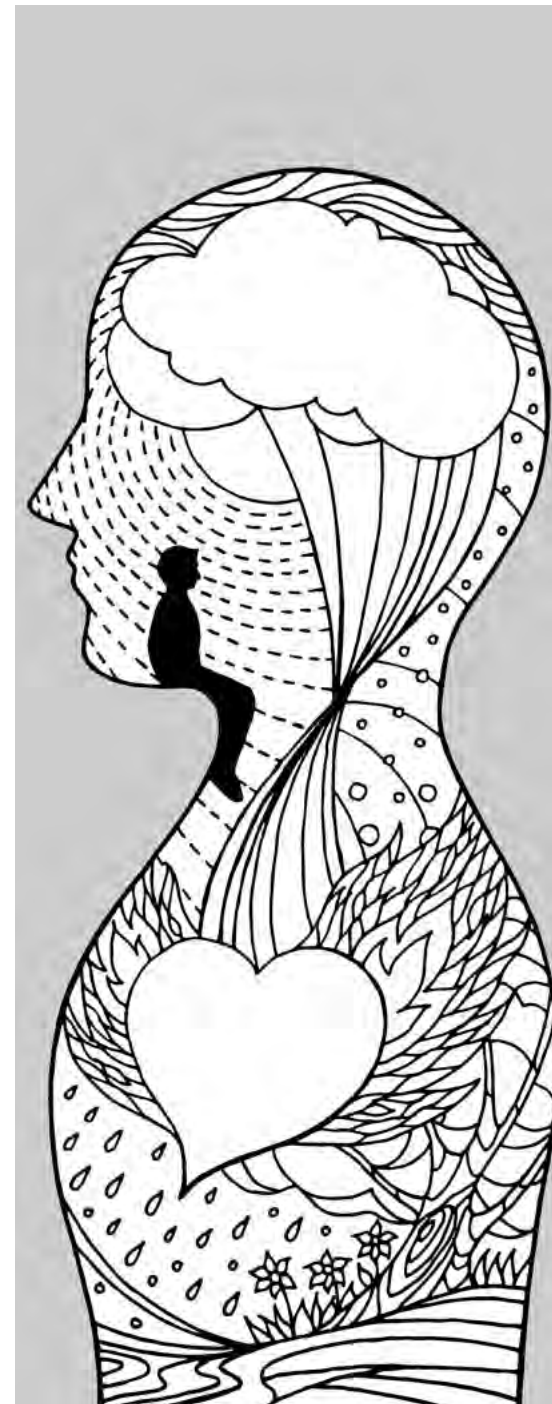
Kulturen im Herzen lokalisiert wurden«, das heißt in einem fühlbaren, spürbaren Raum, ist für Rappe ein Hinweis »auf die ursprüngliche Leibgebundenheit der kognitiven Aktivitäten« (233). Daher soll hier abschließend auf die Philosophie des Leibes eingegangen werden, die ein plausibles Fundament zur Erklärung des archaischen Bewusstseins und zur Bedeutung des metaphorischen Herzens bietet.

Das Konzept des Leibes und die Leibesinsel Herz

Das Wort *Leib*, das zu mittelhochdeutsch *leben* gehört (vgl. im Englischen *to live* und *life*), ist laut Hermann Schmitz »ein Sondergut der deutschen Sprache« (2019, 1). Als solches erleichtert es eine klare Abgrenzung von dem Konzept *Körper*. Allerdings sind den meisten Sprachbenutzer:innen die Unterschiede zwischen den Begriffen *Körper* und *Leib* nicht bewusst, und das Wort *Leib* wird daher meist unreflektiert und nicht korrekt verwendet.

sequent seit Descartes in einem krassen Dualismus gegenüberstehen. Insofern überwindet das Konzept des Leibes die dualistische Aufspaltung des Menschen in einen zwar sicht- und tastbaren, aber nicht empfindungsfähigen Körper und eine zwar empfindende, fühlende, aber unsichtbar und abstrakt bleibende Seele, die körperliche Reaktionen auf geistig-seelische Regungen rätselhaft erscheinen lässt, »wie verschwunden in der Spalte zwischen beiden vermeintlichen Hälften des Menschseins« (Schmitz 1996, 13). Als Verbindungsort des seelenlosen Körpers und der körperlosen Seele schafft der Leib dem unmittelbaren Erleben von Gefühlen und Empfindungen in der konkreten Wirklichkeit einen Raum.

Sehr eindrücklich wird die unterschiedliche Wahrnehmung der beiden Sphären *Körper* und *Leib* in einem Satz, der dem französischen Philosophen Gabriel Marcel zugeschrieben wird: »Ich habe einen Körper, aber ich bin mein Leib.« (Schmitz 2019, 1) In diesem Zusammenhang ist erwähnenswert, dass



Durch seine Inselstruktur wird der Leib zu einem Regungsherd und Impulsgeber, zu einem offenen System und energetischen Zusammenschluss pulsierender Kräfte.



weils aufeinander bezogene Tendenzen der Engung und Weitung bzw. Spannung und Schwellung ausleben. Beide Impulse treten nicht statisch, sondern in dialogischem Wechsel und in Bewegung auf. Das Prinzip der Engung kann beispielsweise verdeutlicht werden durch ein beklemmendes Gefühl bei Angst, Bedrücktsein, bei Schwermut und Depression oder den Moment des Zusammenfahrens beim Erschrecken. Weitung dagegen tritt als Gefühl der Erleichterung oder als erhebendes Gefühl auf, wenn man etwa eine schöne Landschaft betrachtet und es »weit ums Herz« wird (Schmitz 2011, 19). Schillers oben zitierte Erwähnung eines »engen Herzens« erhält so eine ganz neue Sinndimension, und auch die von Enzensberger angedeuteten Redewendungen »etwas auf dem Herzen haben« und »jemandem fällt ein Stein vom Herzen« deuten Bedrücktsein beziehungsweise Enge und Erleichterung beziehungsweise Weite an.

Schmitz erklärt außerdem, dass wir unseren Leib sowohl ganzheitlich als auch gegliedert in Teilbereiche wahrnehmen. Diese sogenannten Leibesinseln bilden keine starre, feste Masse und haben keine klaren Umrisse, sondern sie bleiben schemenhaft. Im Gegensatz zum sicht- und tastbaren Körper ist der spürbare Leib also »ein diskretes Gewoge verschwommener Inseln« (Schmitz 2019, 3f). Das für die Leibesinseln charakteristische Gefühl der Unschärfe erlebt man, wenn man Schmerzen wie beispielsweise Kopf-, Zahn- oder Bauchschmerzen nicht genau lokalisieren kann. Durch seine Inselstruktur wird der Leib zu einem Regungsherd und Impulsgeber, zu einem offenen System und energetischen Zusammenschluss pulsierender Kräfte – so wie ihn der homerische Mensch der Ilias mit seinem archaischen Bewusstsein noch empfand. Prinzipiell kann jede Gegend des Leibes als Leibesinsel gespürt werden, besonders intensiv erfahrbar sind laut Schmitz jedoch der Mund, die anale Zone sowie die erogenen Zonen. Eine solche Leibesinsel ist auch das Herz.

Auf keine andere Leibregion geht Schmitz so detailliert ein wie auf den Brustbereich. Ein Grund dafür ist die

oben bereits angeführte Begriffsvielfalt zur Bezeichnung des Brust- und Herzraums im antiken Griechenland, besonders in Homers *Ilias*. Schmitz argumentiert, dass die Welt der *Ilias* uns fremd sei, denn hier werde »die Natur des menschlichen Erlebens mit naiver Sicherheit und genau treffender Beobachtung zugleich als primär leibliches Betroffensein verstanden«. Gefühle seien noch nicht in einen seelischen Bereich abgeschoben, sondern »als abgründig-erregende, den Menschen in seiner leiblichen Natur packende und erschütternde Mächte« erlebt worden (Schmitz 1998, 365). Der homerische Mensch unterscheidet nicht zwischen Körper und Seele, man kann ihn sich »als eine Sinfonie aus Impulsen und Stimmen vorstellen, (...) als eine üppige Vielfalt verschiedenster, voneinander unabhängiger Kräfte« (2006, 35).

Mit diesen Worten nimmt Høystad Bezug auf Schmitz' »Leibesinseln«, die als eigenständige Impulszentren zusammen den Leib bilden. Die Entstehung der Schriftkultur, die in die Zeit der homerischen Werke fällt, gilt als einer der Katalysatoren dafür, dass der Mensch selbst zum Gegenstand seiner Reflexion wird und damit seine leibliche Einheit verliert. Laut Schmitz findet die »Ver-

Entwicklung hervor und formuliert pointiert: »Die Entdeckung des Geistes ist die Verdeckung des Leibes.« (Schmitz 1998, 366)

Gemäß Schmitz scheint es vor dieser Verdeckung des Leibes »eine Zeit gegeben zu haben, in der nichts erlebt wurde, ohne dass dieses Erleben am eigenen Leibe gespürt worden wäre« (ebd., 440). Dabei kommt der Leibesinsel Herz eine zentrale Bedeutung zu. Die vielen Begriffe für den Brust- und Herzraum demonstrieren, dass in der mythisch-archaischen Periode die menschliche Brust und damit die Herzregion beziehungsweise die Leibesinsel Herz den Impulsen des Betroffenseins am meisten ausgesetzt war. Sie ist der bevorzugte Ort der Empfindungen und des göttlichen Wirkens, wobei – wie die Vielfalt der Bezeichnungen belegt – diese Impulse sehr heterogen sind und sowohl kognitive als auch emotionale Prozesse einschließen.

Die Leibesinsel Herz kann also als ein Raum interpretiert werden, in dem solche Empfindungen leiblich spürbar sind, die mit der Verdeckung des Leibes in den abstrakten Bereich der Seele und des Geistes ausgelagert wurden. Wenn heute einerseits Entscheidungen aus dem Herzen heraus getroffen werden, was als

Zur Autorin

Dr. Annette Blühdorn; Studium der Klassischen Philologie, Slawistik, Germanistik; Promotion über zeitgenössische deutsche Lyrik; langjährige Lehrtätigkeit als Universitätsdozentin in England; Yoga-Praktizierende seit über 35 Jahren; zertifizierte Iyengar-Yoga-Lehrerin, seit 2014 mit eigenem Yoga-Studio in Millstatt, Kärnten; Mitarbeiterin im Redaktionsteam der Verbandszeitschrift von »Iyengar-Yoga Deutschland e. V.«; verschiedene Veröffentlichungen. www.yoga-weinleiten.at



Schmitz begründet die bis heute andauernde enorme Bedeutung der Herzmetaphorik damit, »daß sie im Gebiet der Metaphern so etwas wie eine Negation der Negation ist, nämlich Aufhebung der das menschliche Selbstverständnis verzerrenden Metapher *Seele*« und gleichzeitig deren Rückübertragung »in das der faktischen Lebenserfahrung angemessenere Milieu des Spürens am eigenen Leibe« (Schmitz 1996, 13). Die häufige Bezugnahme auf die Leibesinsel Herz interpretiert er als eine Art Notlösung oder Ventil der Menschen, »die eigentlich von dem, was sie an dem anders beschaffenen eigenen Leib spüren, sprechen wollen und dabei im Rahmen des gesellschaftlich als normal vorgeschriebenen menschlichen Selbstverständnisses so tun müssen, als ob sie bloß eine Metapher für einen Seelenzustand brauchten, und wohl gar selbst davon überzeugt sind« (ebd., 14). Das metaphorische Herz stellt sich somit dar als ein letzter noch zugänglicher Überrest des ansonsten verdeckten Leibes, zu dem wir nur zu gerne Zuflucht nehmen.

Plädoyer für die Wiederbelebung des archaischen Bewusstseins und der Leibesinsel Herz

Mit dem Gebrauch der Herzmetapher führen wir Vorstellungen weiter, die in der Kulturgeschichte tief verankert sind,

Der Leib als der Integrationsraum von Körper und Seele nimmt beides wahr, körperliche und seelische Regungen.

schüttung dieses unbefangenen menschlichen Selbstverständnisses« ihren Höhepunkt bei Platon, der die abstrakte Seele als den Ort des Empfindens etabliert und sie, zusammen mit Geist und Vernunft, vom Körper isoliert. Der bekannte Altphilologe Bruno Snell nannte diesen Prozess »die Entdeckung des Geistes« (Titel eines Buches von 1946). Schmitz hebt jedoch auch die Kehrseite dieser

kognitiver Vorgang einzuordnen ist, andererseits das Herz als der Gefühlsort schlechthin und auch Sitz der Seele gilt, dann liegen die Ursprünge dieser Doppelnatur des Herzens in einer Tradition, die bis zu Homer und der Kultur des antiken Griechenlands zurückreicht, die aber auch, wie oben gezeigt, in anderen alten Kulturen und Religionen ihren Ursprung hat.

allerdings ohne uns dabei über ihren Ursprung im Klaren zu sein. Viele Untersuchungen zum nicht-physischen Herzen gehen chronologisch bzw. historisch vor und zeigen, welche Bedeutung dem Herzen in den verschiedenen Kulturen und zu verschiedenen Zeiten zugesprochen wurde (vgl. Høystad 2006, Nager 1993); auch dieser Aufsatz ist zunächst so aufgebaut. Das Zurückgehen in der Kulturgeschichte und die dadurch gewonnenen Belege aus der Vergangenheit erklären allerdings nur, *dass* das metaphorische Herz schon früh als ein besonderer Empfindungsort wahrgenommen wurde, nicht aber, *warum*. Die kulturgeschichtliche Darstellung des metaphorischen Herzens bringt nur dann einen Erkenntnisgewinn, wenn man die von Schmitz diagnostizierte Verdeckung des Leibes zumindest theoretisch wieder aufhebt und sich auf dem Fundament eines ganzheitlichen Leibverständnisses bewegt. Denn das Konzept des Leibes und der

Leibesinseln liefert Antworten auf die eingangs gestellte Frage, was eigentlich mit der Herzmeterapher gemeint sei, die in vielen Kontexten – innerhalb und außerhalb des Yoga – so selbstverständlich und unhinterfragt benutzt wird. Der Leib als der Integrationsraum von Körper und Seele nimmt beides wahr, körperliche und seelische Regungen, und die Herzregion, die Leibesinsel Herz, ist ein bevorzugter Empfindungsort und ein Ausdrucksventil dafür.

Hermann Schmitz stellt in seinen Untersuchungen den Leib anschaulich und sehr sachlich dar. Umso erstaunlicher ist es, in einem seiner späten Texte ein fast leidenschaftliches Plädoyer für die Wiederbelebung des Leibes und des archaischen Bewusstseins zu lesen. Die Verdeckung des Leibes nennt er einen Skandal und fährt fort:

»Wenn der Leib aus der Jahrtausende langen Versenkung zwischen Körper und

Seele wieder an das Licht systematischer und kontrollierter Besinnung hervorgeholt wird, ergibt sich die Aussicht auf Möglichkeiten des Empfangens und der Gestaltung, die den Menschen erlauben würden, den Boden der sie ergreifenden Wirklichkeit zu betreten, statt als Passanten im Schienennetz technisch vorbereiteter Möglichkeiten darüber zu schweben. (2019, 4)«

Es ist offensichtlich genau diese Verdrängung des Leibes, die das metaphorische Herz mit seiner langen Tradition als Ort des Empfindens so deutlich hervortreten lässt. Hier ist ein letzter Bereich, der es uns ermöglicht, den Leib wahrzunehmen, der sonst weitgehend ignoriert oder verleugnet wird. Doch die Sehnsucht nach einer Leiblichkeit, die Körper und Seele verbindet, existiert ungeachtet dieser Verdrängung und ist möglicherweise auch ein Grund für den seit Langem zu beobachtenden Yoga-Boom sowie den Zulauf zu ande-

Anzeige

NEU VON ARMIN RISI



Zeitloses Wissen neu entdeckt

Matrix, Multiversum, morphogenetische Felder – auch die moderne holistische („ganzheitliche“) Wissenschaft spricht von höheren Dimensionen und Parallelwelten. Was für sie heute noch Theorie ist, war für die Eingeweihten der alten Mysterienschulen eine persönlich erlebte Realität: Die sichtbare Welt ist verbunden mit unsichtbaren Welten, d.h. mit feinstofflichen Dimensionen; in allen Welten existieren Wesen; das Leben beruht auf einem nicht-materiellen Urgrund; der Kosmos ist multidimensional, ebenso der Mensch („wie oben, so unten“).

Aus dem Inhalt: Körper, Geist und Seele (und „Überseele“) • Reinkarnation, Karma und freier Wille • Atheistische und theistische Esoterik • Spirituelle Psychologie: Die Macht des Bewusstseins • Magie, Religion und Spiritualität • Mythische Dualität: Licht- und Schattenwelten • Götter, Engel, astrale Wesen • Warum entstand der Mensch? • Die Schöpfungsaufgabe der Tiere


Vollständig überarbeitete Neuauflage (April 2022), gebunden, 360 Seiten (inkl. Glossar und Stichwortverzeichnis)

Govinda-Verlag
ISBN 978-3-905831-86-3
CHF 36.00 / € 24,00

Zu beziehen über jede Buchhandlung sowie direkt beim Govinda-Verlag: info@govinda-verlag.de | govinda.ch | armin-risi.ch

ren körpernahen fernöstlichen Bewegungsformen.

Für ein tieferes Verständnis des Leibes und dessen, was mit der Leibesinsel Herz, also dem metaphorischen Herzen, gemeint ist, genügt aber nicht das Aufsaugen von Herz-Phrasen oder von Aufforderungen wie der von Doris Iding, in die Mitte des eigenen Herzens zu springen. Vielmehr müssen wir zu einem fundierten, ganzheitlichen Leibverständnis zurückfinden. Das zu vermitteln ist unsere Aufgabe als Yogalehrer:innen, das zu erkennen und zu erspüren unsere Aufgabe als Yoga-Praktizierende und darüber hinaus als spirituell wache und zugleich kritisch denkende Menschen.

Eine konsequente Anwendung der Philosophie des Leibes auf das feinstoffliche und grobstoffliche Körpermodell des Yoga könnte möglicherweise zu ganz neuen Einsichten in Theorie und Praxis des Yoga führen. Und eine Wiederbelebung des archaischen Bewusstseins, die, wie Schmitz formuliert, den Leib aus der Versenkung zwischen Körper und Seele hervorholt, eröffnet neue, ganzheitliche Möglichkeiten der Selbstwahrnehmung – auch neue, gleichzeitig ursprüngliche Wahrnehmungszugänge zu der Leibesinsel Herz, die wir aufgrund der Verdeckung des Leibes in den abstrakt-metaphorischen Bereich abgeschoben haben. 

Teil 1 erschien in Tattva Viveka 90.

Quellenangaben

(Bücher, Aufsätze, Webseiten)

Agarwala, Atul / Moebus, Oliver, ›Der frühindische Gedanke vom bewohnten Herzen‹, in: Berkemer / Rappe 1996, 121–142

Assmann, Jan, ›Zur Geschichte des Herzens im Alten Ägypten‹, in: Berkemer / Rappe 1996, 143–172

Bastian, Till, Die Sprache des Herzens. Von der Taubheit der Schulmedizin, Beck Verlag (Beck'sche Reihe; 1250) 1998

Berkemer, Georg / Rappe, Guido (Hrsg.), Das Herz im Kulturvergleich, Akademie Verlag, Berlin 1996

Bernhart, Josef, ›Anhang‹ zu: Augustinus, Confessiones – Bekenntnisse, lateinisch und deutsch, eingeleitet, übersetzt und erläutert von

Josef Bernhart, Kösel-Verlag, München 41980 (11955), 927–1014

Bryant, Edwin F., The Yoga Sutras of Patanjali. A New Edition, Translation, and Commentary. With Insight from the Traditional Commentators, North Point Press, New York 2009

Bynum, William, Geschichte der Medizin, aus dem Englischen übersetzt von Christian Roehow, Reclam, Stuttgart 2010 (englische Originalausgabe Oxford 2008)

Easwaran, Eknath (Hrsg.), Die Upanishaden, Goldmann, München 2008

Eckart, Wolfgang U., Geschichte, Theorie und Ethik der Medizin, 8. überarbeitete Auflage, Springer, Berlin 2017

Eichner, Heiner, ›Indogermanische Seelenbegriffe‹, in: Johann Figl / Hans-Dieter Klein (Hrsg.), Der Begriff der Seele in der Religionswissenschaft, Königshausen & Neumann, Würzburg 2002

Høystad, Ole Martin, Kulturgeschichte des Herzens. Von der Antike bis zur Gegenwart, Böhlau Verlag, Köln 2006

Iding, Doris, ›Folge deinem Herzen‹, <https://www.yoga-aktuell.de/yoga-praxis/folge-deinem-herzen/>, aufgerufen am 16.03.2021

Michel, Peter (Hrsg.), Upanishaden. Die Geheimlehre des Veda. In der Übersetzung von Paul Deussen, Marix Verlag, Wiesbaden 2007

Nager, Frank, Das Herz als Symbol, Edition Roche, Basel 1993

Özen, Ilknur, Philosophie des Herzens, Verlag Traugott Bautz GmbH, Nordhausen 2012

Rappe, Guido, ›Das Herz im Kulturvergleich‹, in: Berkemer / Rappe 1996, 211–235

Schiller, Friedrich, Über das Schöne und die Kunst. Schriften zur Ästhetik, Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1984

Schipperges, Heinrich, Die Welt des Herzens. Sinnbild, Organ, Mitte des Menschen, Topos, Kevlaer 2017

Schmidt, Christian, ›Mit Yoga zum Seelengrund tauchen‹, in: Sonntagsblatt. Evangelische Sonntagszeitung für Bayern, 01.07.2009, online verfügbar unter: <https://www.sonntagsblatt.de/artikel/spiritualitaet-mystik/mit-yoga-zum-seelengrund-tauchen> (aufgerufen am 18.09.2021)

Schmitz, Hermann, Der Leib, System der Philosophie, Zweiter Band, Erster Teil, 11965/31998

Schmitz, Hermann, ›Leibliche Quellen der Herzmetaphorik‹, in: Berkemer / Rappe 1996, 13–21

Schmitz, Hermann, Der Leib, Walter der Gruyter, Berlin/Boston 2011

Schmitz, Hermann, ›Leib‹, in: Kirchhoff, Thomas (Hrsg.), Online Encyclopedia Philosophy of Nature / Online Lexikon Naturphilosophie, 2019, ISSN 2629-8821

Selbmann, Rolf, Vom Herzen. Ein Insel-Buch, Insel Verlag, Frankfurt am Main 1988

Skuban, Ralph, Patanjalis Yogasutra. Der Königsweg zu einem weisen Leben, Arkana, München 2011

Stockinger, Ludwig, ›Herz‹ in Sprache und Literatur der Goethezeit. Goethe – Novalis – Hauff, in: Berkemer / Rappe 1996, 173–209

Störig, Hans Joachim, Kleine Weltgeschichte der Philosophie, Kohlhammer, Stuttgart, Berlin, Köln, Mainz 141988 (11950)

Trökes, Anna, Yoga der Verbundenheit. Die Kraft des Herzens wahrnehmen und entfalten, O. W. Barth-Verlag, München 2017

Wolff, Hans Walter, Anthropologie des Alten Testaments, Chr. Kaiser Verlag, München 1973

Weitere Artikel zum Thema

TV 84: Gabi Bott – Handeln aus dem Herzen. Tiefenökologie als Lebenshaltung

TV 83: Dr. Dr. Klaus von Ploetz – Die Innerlichkeit des Außen. Zur Rehabilitierung einer diskreditierten Wirklichkeit

TV 75: Michael Raab – Das Herz im Qigong

TV 71: Schwerpunkt – Das Herz. Quelle der Weisheit & Wahrheit

TV 67: Prof. Dr. Peter Hubral – Sóma (Körper) = séma (Grab). Wiederentdeckung der altgriechischen Schöpfungslehre

TV 56: Ph. D. Rollin McCraty – Das HerzGehirn. Das neu entdeckte Gehirn des Menschen

TV 51: Josephine Selander – Auf der Reise zur Höchsten Realität. Die Philosophie des Yoga

OS 17: Ilknur Özen – Philosophie des Herzens

OS 17: Mini-Symposium: Raum, Intuition, Erkenntnis, Heilung

OS 20: Prof. Dr. Irmela Neu – Mit Empathie Menschen verbinden

Viele weitere Beiträge auf unserer Webseite: www.tattva.de/artikelsuche

Online-Symposium OS 2017 und 2019: www.wissenschaft-und-spiritualitaet.de

Online-Symposium OS 2020: www.gesellschaft-und-spiritualitaet.de



Tattva Viveka

Zeitschrift für Wissenschaft, Philosophie & spirituelle Kultur

Print-Abo im Jahr nur
33,00 €
Sie sparen die Versandkosten und 7,00 €!

»Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaften macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott.«
Werner Heisenberg, Physiker und Nobelpreisträger

Unser Mission-Statement:

Die Tattva Viveka ist seit 1994 ein unabhängiges, nicht-kommerzielles Wissensmagazin zur Integration von Wissenschaft und Spiritualität. Tattva Viveka hat sich zur Aufgabe gesetzt, zur Entwicklung des menschlichen Bewusstseins beizutragen. Hierzu gehören die spirituellen Traditionen der Menschheit sowie Wissen und Weisheit aus der Philosophie und den Wissenschaften. Der Name »Tattva Viveka« stammt aus dem altindischen Sankrit und bedeutet »Die Unterscheidung von Wahrheit und Illusion«. Besuchen Sie uns im Internet: www.tattva.de



Im eAbo pro Jahr nur
20,00 €
Sofort downloaden und lesen!


www.tattva.de/abo

Alle Abonnements im Überblick im Internet
(reguläres Abo, digitales Abo, ermäßigtes Abo, Geschenkabo, Förderabo, Schnupperabo).

Jetzt mit Abopremien:

Bitte schauen Sie auf der Homepage, was die aktuellen Abopremien sind!

Das digitale Test-Abo: 4 Ausgaben für nur 4,00 € !!! gibt es hier: www.tattva.de/testabo
(Verlängert sich danach zum reguläre Digital-Abo zum Preis von 20,00 €/Jahr, falls nicht vorher gekündigt wird.)

Das Jahres-Abo Print: 4 Ausgaben/Jahr für nur 33,00 € incl. Versand in Deutschland
(Ausland zzgl. 15,00 € Versandkosten) (fortlaufend, Kündigung jederzeit möglich)

Das Jahres-Abo digital: 4 Ausgaben/Jahr für nur 20,00 €, versandkostenfrei
Mit Paypal, Sofortüberweisung oder Kreditkarte zahlen und sofort downloaden.

Einzelheft Print: 10,00 € zzgl. 1,80 € Versand (Ausland zzgl. 3,70 €)

Einzelheft digital: 6,00 €, versandkostenfrei

Ebenfalls lieferbar: ermäßigtes Abo, Förderabo, Einzeltexte als PDF, Themen-Pakete u. v. m.

Ausführliche Themenübersicht mit Artikelsuche auf unserer Homepage!

Stand: März 2022
Preise und Adressen können sich ändern.

 **Redaktion, digitale Bestellung:**
Tattva Viveka, Ebersstr. 7, 10827 Berlin
Tel.: 0162-1954627
eMail: kontakt@tattva.de

 **Print-Bestellungen:**
Sandila Handels-GmbH, Sägestr. 37
D-79737 Herrischried
Tel. 07764-93970
eMail: info@sandila.de



Besuchen und liken Sie uns
facebook.com/tattva.viveka
instagram.com/tattva_viveka

Kostenloses Probeheft
als ePaper hier abholen:
www.bit.ly/gratisheft

Gratisheft hier lesen




Die Zeitschrift für die Essenz