

abenteuer
philosophie

abenteuer philosophie

MAGAZIN FÜR PRAKTISCHE PHILOSOPHIE

AUSGABE 3 | JULI - SEPTEMBER 2020 | NR. 161

STÄRKE

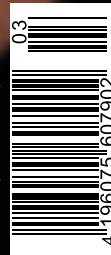
Warum wir
mehr können als
wir glauben

Wo bleibt die
Wahrheit?

Eine andere Welt
ist möglich

V. E. Frankl: Der
Sinn von Corona

D € 7,90 / A € 7,90 / CH SFr 12,60



Lust auf mehr Abenteuer?

abenteuer philosophie

DIE KUNST ZU LEBEN – MAGAZIN FÜR PRAKTISCHE PHILOSOPHIE

- versteht Philosophie nach klassischem Vorbild als Lebenshaltung und Lebensstil – Leben als Abenteuer, Lernen und Entwicklung.
- schöpft aus dem überzeitlichen Wissen der Menschheit und verbindet es mit den aktuellen Erkenntnissen und Herausforderungen.
- wird mit ehrenamtlichem Engagement von Idealisten für Idealisten herausgegeben.

Jahresabo:
(4 Magazine)

€ 24 (Österreich inkl. Versand)
€ 27 (Deutschland inkl. Versand)
€ 29 (Schweiz inkl. Versand)
€ 22 (andere Länder, exkl. Versandkosten, derzeit € 11)

Geschenkabo:

Machen Sie Ihren Freunden ein Geschenk.
Die Zustellung endet automatisch nach 4 Ausgaben.

Schnupperabo:

für Österreich: 2 Magazine zum Preis von € 12 inkl. Versandkosten
für andere Länder: 2 Magazine zum Preis von € 10 exkl. Versandkosten

Konto:

IBAN: AT26 5600 0201 4134 3638, BIC: HYSTAT2G
Verlag Filosofica



Besuchen
Sie uns auch
auf unserer
Homepage



Bestellung unter:

Handy +43 (0)676 311 80 31

vertrieb@abenteuer-philosophie.com

www.abenteuer-philosophie.com

Hinsichtlich der Stärke hat das Vergleichen seine Schwächen.

Liebe Leserin, lieber Leser!

Sind drei Monate lang oder kurz? Im Normalfall erlebe ich sie als kurz und wundere mich, dass schon das Editorial für die nächste Ausgabe ansteht. Diesmal jedoch scheint ein ganzes Zeitalter dazwischen zu liegen. Das Zeitalter des Lockdown, Shutdown, Massenquarantäne, oder einfach Pandemie COVID-19? Jedenfalls schrieb ich das letzte Editorial ca. 2 Wochen vor Beginn dieses „Zeitalters“. Ich schrieb über die Gefahr der Angst, die oft mehr Schaden anrichtet als das Problem selbst. Und ich beschrieb das derzeit so berühmte Virus als „im Vergleich zur Grippe relativ harmlos“.

Jetzt – drei Monate später – hinterfrage ich diesen Vergleich. Natürlich gehört das Vergleichen zu den zentralen Erkenntnismethoden. Und nichts scheint natürlicher als zu vergleichen. Kälter, wärmer, kleiner, größer, besser, schlechter, mehr und weniger. Wir vergleichen ständig und alles. Und das hat seine Tücken. Als „das Ende des Glücks und den Anfang der Unzufriedenheit“ bezeichnete der dänische Philosoph Sören Kierkegaard das Vergleichen. Wir neigen schon allgemein dazu, das Glück der anderen zu überschätzen, doch Facebook und Co steigern diesen Irrglauben ins Unvergleichliche. Und das im wahrsten Sinne dieses Wortes: Denn welcher Familien-Wochenendausflug hält einem Vergleich mit den aufregenden und exotischen Posts vom anderen Ende der Welt stand? Und wie sich nicht unglücklich fühlen, wenn die Kinder der anderen aus allen Screens zufrieden herauslachen, während das eigene unentwegt schreit? Es wurde nachgewiesen, dass wir umso unsicherer und unzufriedener werden, je mehr Zeit wir mit dem „geteilten Glück“ der anderen verbringen. Wer teilt auch schon sein Unglück?

Das Vergleichen macht also etwas mit uns. Weshalb mit Vergleichen auch Politik gemacht wird – so wie gerade jetzt im „Corona-Zeitalter“. Vergleiche machen Angst, wenn etwa Statistiken mit Sterblichkeitsraten von über 16 Prozent veröffentlicht werden. Als Laien könnten wir denken, dass

also jeder sechste Erkrankte am Virus stirbt. Oder wenn uns täglich Bilder von völlig überfüllten und überforderten Krankenhäusern ins Wohnzimmer geliefert werden. Solche Vergleiche machen aber auch stolz, weil sie uns zeigen, wie gut wir im Vergleich sind, wie richtig und wirkungsvoll man hier bei uns (re)agiert hat – im Vergleich zu den anderen.



Chefredakteur
Hannes Weinelt

Wenn man aber mit Vergleichen nicht Politik machen, sondern daraus wirklich Erkenntnisse gewinnen will, dann gilt es, sich an die gute alte Definition von Alfred Brunswig zu halten: „Zwei Objekte vergleichen heißt: sie aufmerksam ... mit spezieller Hinsicht auf ihr gegenseitiges Verhältnis betrachten.“ Heißt das auf Deutsch gesagt, nicht Äpfel mit Birnen zu vergleichen? Eben genau nicht. Ich kann Äpfel mit Birnen vergleichen, aber in welcher Hinsicht ist entscheidend. Hinsichtlich der Breite sind zum Beispiel Äpfel und Birnen gleich, hinsichtlich der Höhe sind sie verschieden.

Ich empfehle also achtsam zu sein, mit welcher Absicht Vergleiche gemacht werden und was sie mit uns machen. Gerade hinsichtlich der Stärke hat das Vergleichen so seine Schwächen. Ohne den Inhalten dieser Ausgabe von Abenteuer Philosophie vorgreifen zu wollen, vergleichen Sie sich hinsichtlich Ihrer Stärke nur mit sich selbst. Zum Einstieg: Wie waren SIE vor 5 Jahren im Vergleich zu heute, fragt Sie

Ihr Hannes Weinelt

Schreiben Sie uns:
redaktion@abenteuer-philosophie.com

Liebe Lesende!

Wir verwenden Naturpapier für den Innenteil unseres Magazins. Das Papier kommt aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung in Österreich. Die Umwelt liegt auch uns am Herzen.

Ihr Redaktionsteam

Inhalt

PHILOSCIENCE

- 8 Barbara Fripertinger
Wo bleibt die Wahrheit?
Aufruf zu eigenständigem und mutigem Denken in Zeiten von Corona und Co

- 14 Heribert Holzinger
Corona: Die Natur ist nicht unser Feind
Unser mechanistisches Weltbild gerät ins Wanken

PHILOSPIRIT

- 18 Andreas Stock
Stärke
Warum wir mehr können, als wir glauben
- 22 Aubet Gassner
Artemis und Maria in Ephesos
Über die antike Mutterstadt
- 26 ZUM NACHDENKEN
Innere Stärke von A bis Z

PHILOSOCIETY

- 28 Walter Krejci
Der Weltinfarkt
Eine philosophische Notoperation
- 34 Matthias Lohmann
Bienen und Bauern retten
Europäische Bürgerinitiative braucht eine Million Unterschriften
- 35 Marijana Bosnar und Walter Krejci
Eine andere Welt ist möglich
Begegnung mit Vandana Shiva, Pionierin des Wandels
- 39 ZUM NACHDENKEN
Stärke

PHILOART

- 40 Sophie von Allersleben
Kühne Momente der Wahrheit
Caravaggios Blitz in der Dunkelheit
- 44 Oscar Steinscherer
Das Geheimnis von Uruwashii
Oder: Sei stark wie ein Samurai!
- 48 ZUM NACHDENKEN
Hannes Weinelt
Der Glaube versetzt Berge
Kommentar zum Gedicht „Fides“ von Amado Nervo

PHILOSOPHICS

- 50 **LEBENSKUNST**
Gudrun Gutdeutsch
Eiche oder Schilfrohr
Welche Stärke brauchen wir?
- 53 **GESUNDSEIN**
Renate Knoblauch
Der Sinn der Corona-Krise
Ein fiktives Interview mit dem Experten für Krisen: Viktor E. Frankl
- 56 **LESERBRIEFE**
Christine Mages
Wer bin ich?
Frage einer 23-jährigen Psychologiestudentin nach einmonatiger Corona-Ausgangssperre
- Wilhelm Gürtler
Einfach zum Nachdenken ...
Appell eines 80-Jährigen anlässlich seines 20. Geburtstages am 29. Feber 2020
- 58 **SYMBOLISCHES**
Astrid Ringe
Entschlüsselt
Jeder braucht ihn, jeder hat einen und doch sind wir ständig auf der Suche nach ihm: Der Schlüssel

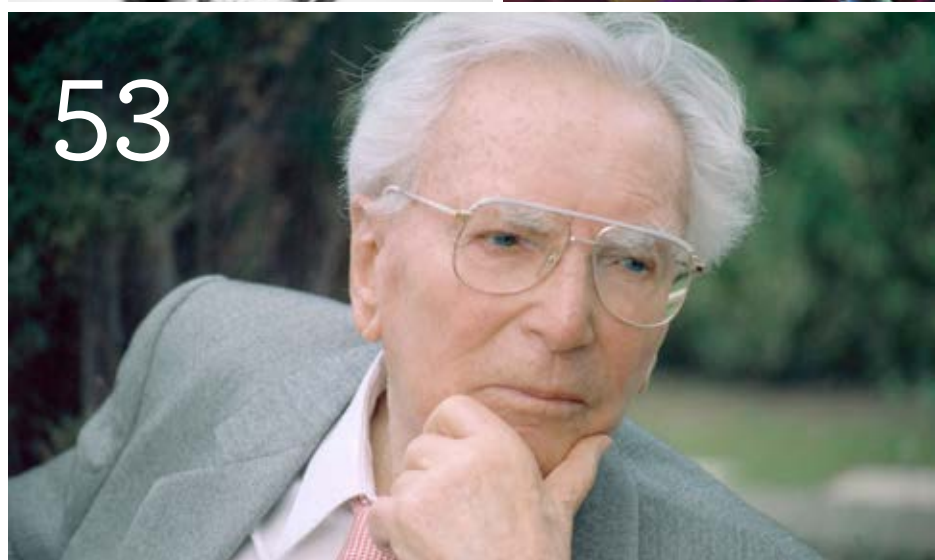
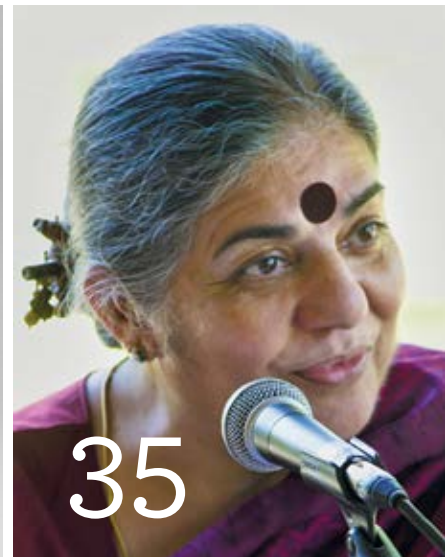


60 PHILOSOPHISCHREISEN
Sabina Jarosch
**Triest – Die unbekannte
Schöne**

66 PHILOSOPHISCHREISEN
Brigitte Schmidt
Die Welt steht still
Reisen in Zeiten von Corona

68 PHILOSTORY
Ingrid Kammerer
Wahre Stärke

70 PHILOKIDS
Barbara Friepertinger
Einheit macht stark



-
- 2 AboService
 - 3 Editorial
 - 6 GOOD NEWS
 - 72 ELESENES
 - 74 Lach- und Gehirntraining
 - 75 Vorschau 161: Wandel
 - 76 Ausbildungskurs „Praktische Philosophie“

BARBARA FRIPERTINGER

Wo bleibt die Wahrheit?

Aufruf zu eigenständigem und mutigem Denken
in Zeiten von Corona und Co

„Wir haben ein Recht auf Wahrheit!“, behaupten die einen. „Ich will es gar nicht so genau wissen!“, sagen andere. Aber jeder schmiedet sich seine eigene Realität, weil er – aufgrund verschiedener Ursachen – Angst vor der Wahrheit hat.

Wahrheit ist ein großes Wort. Es allein in den Mund zu nehmen, ist ein Wagnis. Nicht nur unter dem Aspekt einer philosophischen Bescheidenheit im Sinne des Sokrates: „Ich weiß, dass ich nicht weiß!“ Grund genug, der Wahrheit näher auf den Grund zu gehen.

Im Dschungel der Meinungen

Es gibt viele Wahrheiten angesichts von Corona: Das Spektrum reicht von einer äußerst gefährlichen Pandemie über eine grippeähnliche Krankheit, über (absichtlich) im Labor zusammengebastelte Viren, über eine offensichtliche und erklärende Ursache für den (sowieso fälligen und selbst verschuldeten) Zusammenbruch unseres Geld- und Wirt-

schaftssystems, über autoritäre Machtergreifung bis hin zu einer Rechtfertigung für eine flächendeckende Zwangsimpfung für rund sieben Milliarden Menschen. Dieser Artikel will und kann hier nicht die Wahrheit anbieten, sondern diese nur philosophisch betrachten. Was dabei aber jedenfalls auffällt, ist das Spiel mit der Angst. Es wird Panik erzeugt und die beruhigenden Stimmen werden als Fake News abgestempelt und vielleicht sogar zensuriert oder polizeilich geahndet. Warum? Die Angst rechtfertigt alles. Und das auf allen Meinungsseiten.

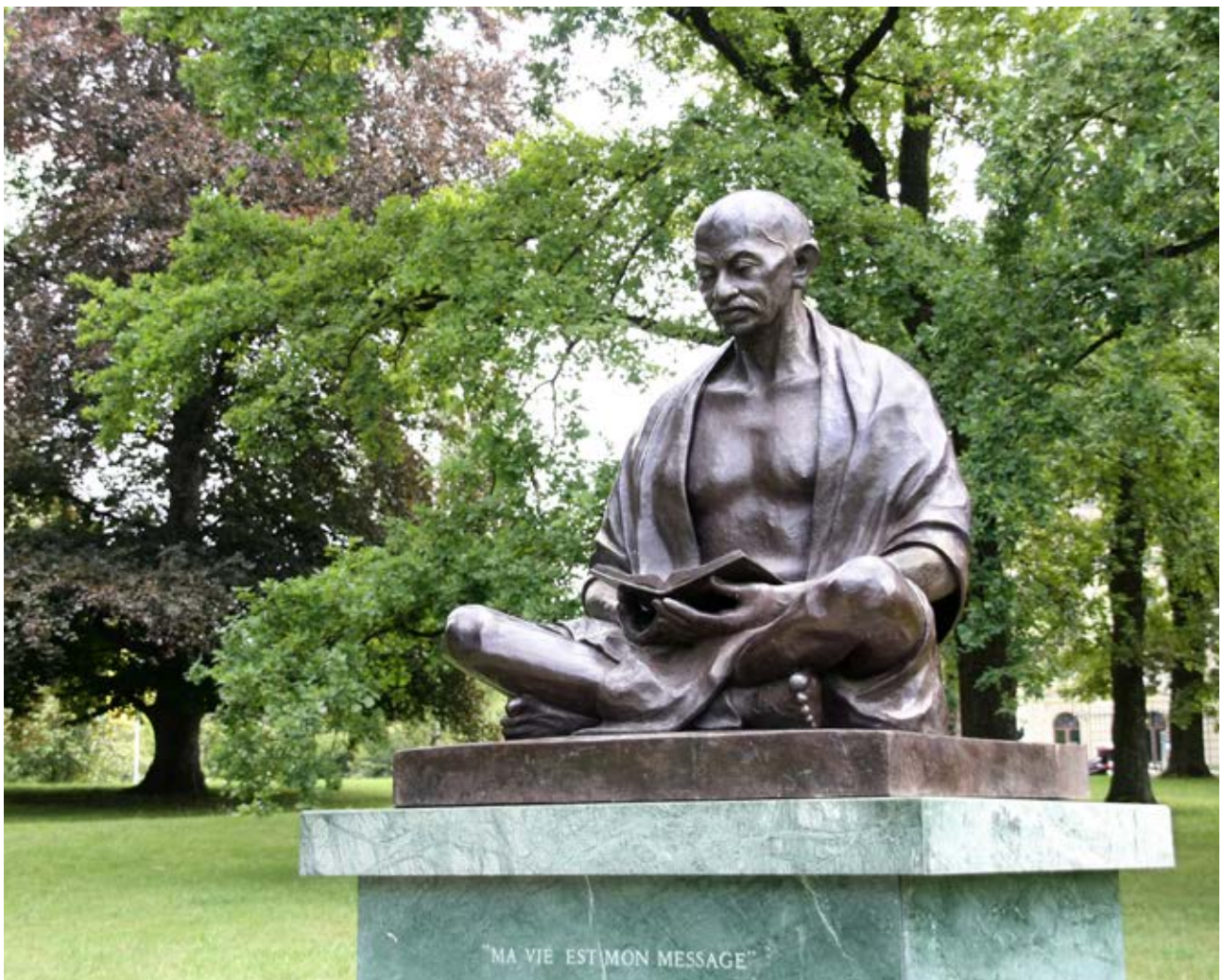
Es gibt aber auch die Aufrufe zur Einheit (z. B. Prof. Dr. med. Bhakdi in seinem beeindruckenden Interview zu COVID-19): Experten mögen sich an einen Tisch setzen und gemeinsam eine so objektiv wie mögliche Einigung erzielen. Ein durchaus verständlicher und in dieser Situa-

„Die Aufgabe des Menschen besteht darin, auf die Wahrheit hin zu leben, so wie er sie erkennt, und dabei zu den reinsten Mittel zu greifen. Der Sieg der Wahrheit wird mit der Kraft der Seele und der Liebe errungen.“

Mahatma Gandhi

Photo 40640271 © Yulan - Dreamstime.com

Statue von Mahatma Gandhi im Ariana Park in Genf mit der Aufschrift: „Mein Leben ist meine Botschaft.“



HERIBERT HOLZINGER

Corona: Die Natur ist nicht unser Feind

Immer mehr Menschen erkennen, dass wir dabei sind, unsere natürliche Lebensgrundlage, die Natur und unseren Planeten Erde zu zerstören. Viele sind auch bereit, Teile ihres Lebensstiles zu hinterfragen und zu verändern. Sie reduzieren ihren Fleischkonsum oder denken darüber nach, weniger Flugreisen zu machen. Die Ursache dieser Krise liegt allerdings tiefer. Unser Welt- und Menschenbild ist nicht nachhaltig und daher nicht zukunftsfähig. Mit dem Coronavirus kommt das mechanistische Weltbild der Moderne an einen Kipppunkt.

ANDREAS STOCK

Stärke

Warum wir mehr können, als wir glauben

In einem philosophischen Kongress Anfang des Jahres hat ein Vortragender folgendes Statement abgegeben. : „Hätten wir Europäer nur ein Viertel der Probleme eines durchschnittlichen Menschen aus Bangladesch, würden wir verzweifeln. Uns fehlt die moralische Stärke.“ Jetzt, einige Monate später, wird die Notwendigkeit von Stärke angesichts der Krise immer deutlicher ...

Ist Stärke überhaupt ein Wert, eine erstrebenswerte Eigenschaft? Der Stärke haftet in unseren Ländern ein zweifelhafter Ruf an. Dunkle historische Zyklen haben sie uns suspekt gemacht. Und es stimmt: „Starke Männer“ haben in vielen Ländern mehr Schaden als Nutzen gebracht. Doch wird der Ruf nach ihnen nicht vor allem dann laut, wenn es den meisten Menschen an Stärke fehlt und sie deshalb von anderen gefordert wird?

Im Internet bin ich auf das folgende Bild mit einer zwar vereinfachten, dennoch treffenden Botschaft aufmerksam geworden:

Der Kreislauf des Lebens:

*„Harte Zeiten schaffen starke Menschen.
Starke Menschen schaffen gute Zeiten.
Gute Zeiten schaffen schwache Menschen.
Und schwache Menschen
schaffen schwere Zeiten.“*

G. Michael Hopf

Wohlstand birgt eine gut getarnte, aber umso heimtückischere Gefahr in sich: die Bequemlichkeit. Viele philosophische Schulen haben das erkannt und versucht, gegenzusteuern: die griechischen Kyniker, die indischen Asketen oder die gemäßigeren Stoiker.

Im einen oder anderen Aspekt braucht jeder Stärke. Egal, in welchem Lebensbereich: Ohne Wille, Durchhaltevermögen und Stärke angesichts von Widrigkeiten ist kaum ein größeres Ziel zu erreichen. Wer diesen moralischen Wert stärken will, dem seien folgende Punkte aus den Schriften verschiedener Philosophen empfohlen:

Schwierigkeiten akzeptieren

„Man muss es nötig haben, stark zu sein: sonst wird man's nie.“ Friedrich Nietzsche

Auch wenn wir es in unserem eigenen Leben oft nicht wahrhaben wollen: Es sind die schwierigen Zeiten und Phasen, die uns wirklich weiterbringen. Entweder die Schwierigkeiten, die uns das Leben beschert oder die Herausforderungen, für die wir uns selbst entscheiden, um an ihnen zu wachsen. Ein Sportler kann niemals stärker werden, wenn er nicht trainiert. Er muss an seine Grenzen gehen, sonst kann er sie nicht überschreiten. Das ist ein Naturgesetz, das auch im übertragenen Sinn gilt.



Eine Geschichte aus Indien bringt die Notwendigkeit der Schwierigkeiten prägnant auf den Punkt:

Als Gott Brahma die Welt erschaffen hatte, betrachtete er sein Werk, seine Schöpfung. Da sah er einige verpuppte Raupen, die sich abmühten, aus ihrem engen Kokon zu schlüpfen. Eine der Raupen mühte sich besonders stark und da empfand Brahma Mitleid. Er öffnete den Kokon und half somit dem kleinen Geschöpf, leichter herauszuschlüpfen. Ein wenig später sah er bunte Schmetterlinge, die sich in die Lüfte erhoben. Doch bei genauerem Hinsehen stellte er fest, dass ein Wesen noch am Boden kauerte: dasjenige, das er aus dem Kokon befreit hatte. Daraufhin – sagt die Geschichte – erkannte er, dass die Wesen der Schöpfung die Schwierigkeiten und den Schmerz brauchen, um zu dem zu werden, was ihre Bestimmung ist. So wie der Schmetterling, der erst durch seine Anstrengung genügend Blut in die Flügel zu pumpen vermag, damit sich diese entfalten können.

Die Schwierigkeiten alleine genügen nicht, auch das zu akzeptieren ist wichtig: ein (Grund-)Vertrauen ins Leben bzw. ein spirituelles Weltbild aufzubauen und sich immer wieder daran zu erinnern. Das Gute sowie Schwierige anzunehmen und es als Gelegenheit bzw. sogar als Geschenk zu sehen, um sich zu entwickeln. Also Dankbarkeit zu empfinden für das, was man im Leben hat. Menschen mit

spirituellem Weltbild sind nachweislich resilienter, d. h., sie sind in der Lage, konstruktiver mit Schwierigkeiten umzugehen*.

Ein klares Ziel vor Augen haben

*„Wer ein Warum hat zu leben, erträgt fast jedes Wie.“
Friedrich Nietzsche (angeblich)*

Es gibt Berichte darüber, dass Menschen in Extremsituationen unglaubliche Kräfte entwickeln:

Eine Frau in den USA, die das Auto ihres Vaters hochhob, als ihn dieses einquetschte. Eine Mutter in Kanada, die mit einem Eisbären kämpfte, als dieser ihren Sohn angriff. Soldaten, die – selbst schwer verwundet – Kameraden retteten etc**. In Extremsituationen ist das Warum so evident, dass es keine Alternative gibt. Und genau darin liegt das Geheimnis starker Menschen: Sie haben – nicht nur in Extremsituationen – ein klares Bild davon, warum bzw. wofür sie sich anstrengen, wofür sie etwas aushalten bzw. wofür sie Schmerzen ertragen.

Arnold Schwarzenegger hat es geschafft, in drei vollkommen unterschiedlichen Bereichen stark und erfolgreich zu sein: im Bodybuilding (im wahrsten Sinne des Wortes „stark“), als Schauspieler und in der Politik. In einem Vortrag über das Geheimnis seines Erfolges sagte er, dass das

Wichtigste im Leben ist, herauszufinden, wo man hinmöchte: „Finde deine Vision, nicht die deiner Eltern, deiner Lehrer oder deiner Freunde, sondern deine eigene Vision.“ Wer diese Vision klar vor sich hat und sich immer wieder vergegenwärtigt, hat die Basis dafür geschaffen, sie trotz aller Hindernisse zu verwirklichen. Und diese Vision, so fügte er hinzu, solle kühn sein. Von Michelangelo ist folgendes Zitat überliefert: „Die größere Gefahr besteht nicht darin, dass wir uns zu hohe Ziele setzen und sie nicht erreichen, sondern darin, dass wir uns zu niedrige Ziele setzen und sie erreichen.“

Ein großes Ziel, das man zwar nicht vollkommen erreicht, ist dennoch der beständige Motor, der uns antreibt, es immer wieder von Neuem anzupfeilen.

Emotionale Bekräftigung

Vielfach ist das Warum für unsere Anstrengungen im täglichen Leben nicht so evident wie bei den großen Persönlichkeiten der Geschichte. Oder wir bewahren unsere Vision nur für kurze Zeit und verlieren sie dann wieder aus den Augen.

Florian Wildgruber, Ironman-Teilnehmer und Motivationstrainer, beschreibt in seinem Buch „Stärke“, warum die meisten Menschen, die sich als Ziel setzen, ein paar Kilo abzunehmen, scheitern: Meistens haben sie keine emotionale Beziehung zu ihren Zielen. Er berichtet von einem Manager, der nach einem Herzinfarkt von seinem Arzt die Empfehlung bekam, zehn Kilogramm abzunehmen und Sport zu betreiben. Die anfänglichen Versuche waren erfolglos, denn aufgrund der zeitlichen Knappheit wollte er nicht zusätzlich noch zwei Abende der Woche „opfern“, an denen er seine Kinder nicht sehen konnte, um Sport zu betreiben. Daraufhin stellte der Motivationstrainer die Frage: „Wie wäre es, wenn du zweimal die Woche trainierst und du siehst deine Töchter an diesen beiden Abenden nicht, dafür aber 20 Jahre länger?“ Das war die nötige „emotionale Ladung“, die er als Motivation brauchte.

Das Warum, das nicht nur den Kopf, sondern auch das Herz anspricht, muss natürlich jeder selbst finden. Roberto Assagioli, italienischer Psychotherapeut, empfiehlt in seinem Buch „Die Schulung des Willens“ folgende Übung:

„Bringe dich in eine bequeme Position und entspanne die Muskeln. Dann stelle dir so lebendig wie möglich vor, wie du die Sache, die du dir vorgenommen hast, nicht schaffst. Stelle dir den Schaden und das Leiden für dich und andere vor. Schreibe diese Begebenheit nieder und erlaube den Gefühlen, die diese Situation mit sich bringt, intensiv auf dich zu wirken, sodass sich der starke Wunsch regt, diesen Zustand zu ändern.“

Nun stelle dir vor, was passiert, wenn du das Vorgenommene erreichst. Schreibe alles nieder, versetze dich in die Freude und positiven Emotionen, die damit in Verbindung stehen, und verspüre den Drang, sofort damit anzufangen.“

4. Disziplin

Auch wenn es wichtig ist, den Gipfel immer im Bewusstsein zu haben, so wird ihn niemand erklimmen, wenn er den Weg nicht geht. Und dieser Weg ist der Weg der Disziplin. Jeder Sportler weiß: No pain, no gain. Ohne Schmerz und tägliche Anstrengung geht es nicht. „Die meisten Menschen finden das Wort Disziplin ungefähr so sexy wie das Wort Finanzamt“, sagt Florian Wildgruber, aber den schlechten Ruf hat die Disziplin zu Unrecht.

Disziplin bedeutet nicht, sich so sehr zu kasteien, dass man jegliche Freude verliert. Sie ist keine Unterdrückung oder Verdrängung von Bedürfnissen, sondern lenkt sie. Und gerade diese Fähigkeit des Willens, nicht jedem Impuls seiner Persönlichkeit unmittelbar nachgehen zu müssen, führt zu einem höheren Genuss, wenn man sich für ihn entscheidet. Das zehnte Stück Schokolade schmeckt nicht so gut wie das eine, das man bewusst genießt. Die Erholung nach dem Sport ist schöner, als wenn man sich vorher nicht angestrengt hat etc. Das Resultat einer adäquaten Disziplin ist also ein Gefühl von Freude, Selbstvertrauen und Zufriedenheit.

Stärke gewinnt man nicht unmittelbar: Ein starker Baum braucht Jahrzehnte, um stark zu werden. Stärke ist das Produkt vom Glauben an das Leben und an sich selbst, der Sinnfindung bzw. der eigenen Mission, der vielen kleinen Entscheidungen und einem oftmaligen „Wieder-von-vorne-Anfangen“, wenn man hingefallen ist. Sie ist nicht Starrheit, sondern Elastizität. Und sie kann trainiert werden. Fangen wir damit an! Unsere Welt braucht starke Menschen!

❧

Literaturhinweis:

- WILDGRUBER, Florian. Stärke: Warum wir alle mehr können, als wir glauben. Verlag BoD, 2017
 ASSAGIOLI, Roberto. Die Schulung des Willens. Verlag Junfermann, 2008
 GRUHL*, Monika. Resilienz – Die Strategie der Stehauf-Menschen, Herder, 2014
 ** <https://web.de/magazine/wissen/mystery/hysterische-kraft-gefahr-ploetzlich-superhelden-32248928>

*„Fest und stark ist nur der Baum, der unablässig Winden
ausgesetzt war, denn im Kampffestigen und verstärken
sich seine Wurzeln.“*

Lucius Annaeus Seneca

ID 4078034 © Gianluca Scarano | Dreamstime.com



„Wer andere besiegt,
hat Muskelkraft.
Wer sich selbst
besiegt, ist stark.
Wer andere erkennt,
ist gelehrt.
Wer sich selbst
erkennt, ist weise.
Wer zufrieden ist,
ist reich.
Wer seine Mitte
nicht verliert, ist
unüberwindlich.“

Lao Tse (6. Jh. v. Chr.)

Photo 4872491 © Og-vision - Dreamstime.com

OSCAR STEINSCHERER

Das Geheimnis von Uruwashii

Oder: Sei stark wie ein Samurai!



Illustration 4125094 © Emirsimek - Dreamstime.com

LINKS: Zwei Samurai im Kampf

RECHTS: Das Schriftzeichen für Uruwashii



Mutig, stolz und stark. Fest entschlossen, sich jedem Kampf zu stellen und stets bereit für den Tod – durch die Waffe des Feindes oder durch die eigene. Das ist ein Samurai. Wir sehen ihn vor unseren Augen als Krieger in einer handgemachten, bunt verzierten Rüstung aus Leder und Holz mit seinen typischen Waffen, einem Bogen und einem Schwert, dem Katana. Dieses äußere Erscheinungsbild ist aber nur Fassade, wenn durch sie nicht die innere Stärke zum Ausdruck kommt.

Befindet sich das Äußere eines Samurai in Harmonie mit dem Inneren, verwirklicht sich das Prinzip des „uruwashii“. Es bedeutet Harmonie, aber auch Schönheit und bezeichnet das Idealbild eines Kriegers. In diesem Prinzip stellt das Innere die Essenz, den Ursprung der Dinge dar. Das Äußere passt sich an das Innere an und so stellt sich eine Harmonie ein, die wir, wenn auch nur subtil, als Stärke wahrnehmen können.

Aber nicht nur die Samurai kannten dieses Prinzip. Auch heute erkennen wir in einem Menschen Stärke, wenn er seinen inneren Werten gemäß denkt, fühlt und handelt. Die Gründe, wie sich Stärke und auch viele andere Tugenden bei einem Samurai entwickeln, sind vielfältig. Hier möchte ich drei Gründe anführen, die auch für uns in der heutigen Zeit hilfreich sein können.

Ein Samurai hat ein Ideal

Was wir heute als Ideal der Samurai kennen, hat Dr. Inazo Nitobe, ein japanischer Philosoph und Abkömmling einer Samurai-Familie, im Jahr 1900 im Kodex der Samurai, dem so genannten „Bushido“ zusammengefasst. Es ist eine Sammlung von sieben Tugenden, die das Leben eines Samurai bestimmten.

Diese sieben Tugenden waren:

- Gi: Aufrichtigkeit – bedingt eine innere Prüfung seiner eigenen Handlungen gegenüber anderen unter dem Aspekt der Gerechtigkeit und Ehrlichkeit
- Yu: Mut – das Leben intensiv leben und jeden Moment auskosten, aber immer bereit sein, zu sterben
- Jin: Milde – die Tugend des Herrschenden, die ihn zu einer fürsorglichen und mitfühlenden Person macht
- Rei: Höflichkeit – eine ständige Disziplinierung seiner selbst zum Wohle des anderen
- Makoto: Ehrlichkeit, Wahrhaftigkeit – sein Wort niemals brechen und niemals lügen, denn das bedeutet Schwäche
- Meiyo: Ehre – seine Pflicht als Mensch und Krieger im besten Sinne erfüllen
- Chū: Loyalität – eine reflektierte Treue gegenüber seinem Herren und seinen Idealen

men Leben oder einem schönen Haus am Land oder einer schmucken Wohnung in der Stadt. Dies sind aber alles vergängliche Vorstellungen und so vergänglich, wie sie sind, so wenig lassen sie den Menschen erstarken.

Der Samurai hatte ein Ideal, das er würdevoll umzusetzen versucht hat, das ihm Stärke verliehen hat in jeder Lebenssituation, ob in einer Krise oder in guten Zeiten. Haben auch Sie ein solches Ideal?

Ein Samurai hat ein Dojo

Ein Dojo ist ein Trainingsraum für verschiedene japanische Kampfkunststile. Übersetzt bedeutet es „Ort des Weges“. Mit dieser Übersetzung kommen wir der eigentlichen Idee schon näher.

Ein Samurai musste sich in den verschiedensten Kampfkunststilen üben, um im Kriegshandwerk fähig zu sein. Jedoch war das Dojo nicht nur ein Ort der physischen Übung. Es war ein Ort, an dem man im besten Sinne versucht hat, sich für den Weg, für den man sich entschieden hat, vorzubereiten. Es war ein Ort intensiver Arbeit mit Körper und Geist.

Für den Samurai war das Dojo ein heiliger Ort, in dem strenge Verhaltensregeln galten, die jeden Trainierenden zu einer vorbildlichen Moral zwangen. Trat ein Schüler ein, verneigte er sich zuerst und gleichzeitig sagt er zu sich



Dieser Kodex wurde nicht von einem bestimmten Samurai niedergeschrieben, vielmehr entstand er im Laufe der Jahrhunderte langen Kriegstradition. Er wurde mündlich überliefert und blühte in der Hochkultur der Samurai auf. Bis heute prägt der Bushido die Kultur Japans.

Durch dieses Ideal des Bushido erfährt der Samurai Identität, er richtet sein ganzes Leben danach aus. Er glaubt fest an diese Prinzipien und lässt sie durch nichts und niemanden entwürdigen. Für ihn ist der Bushido wie ein Gott, zu dem er eine seelische Beziehung aufbaut.

In der heutigen Zeit findet man wenig Ideale, die einen rein ideellen und zugleich identitätsstiftenden Charakter haben. Vielmehr orientieren wir uns in unseren Lebenszielen eher am Eigennutz. Wir träumen von einem angeneh-

selbst: „Hier nun möchte ich ernsthaft an mir selbst arbeiten, bei jeder Übung mein Bestes geben und mich in Mut, Stärke und Technik verbessern.“

Ein Dojo hat aber auch einen Meister, einen „Sensei“, wie er in Japan genannt wird. Er konfrontiert den Schüler mit immer schwierigeren Übungen, damit er seine Grenzen auslotet, sie überwindet und über sich selbst hinauswächst. Der Sensei ist aber auch jener, der auf Fehler hinweist und der immer mehr fordert. So lernt der Schüler und entwickelt sich Schritt für Schritt.

Das Dojo ist ein Ort, der ständig aufgesucht wird und wo die Überwindung seiner selbst zur dauerhaften Disziplin wird. Selbstverständlich mit der realistischen Haltung einer langsamen und kontinuierlichen Entwicklung. Es ist

der Ort des Lernens, wo Fehler gemacht werden dürfen, ja sogar erwünscht sind, um dadurch ein nützliches Instrument zur eigenen Entwicklung zu sein.

Meine Frage gilt nun Ihnen: Haben Sie ein Dojo, einen Ort, an dem Sie sich geistig und physisch an Ihre Grenzen wagen, um Ihren Weg zu verwirklichen und in dem ein Sensei Ihnen dabei Vorbild und Lehrer ist?

Ein Samurai hat eine gute Erziehung

Platon wäre wohl ein großer Fan der Samurai gewesen, zumindest in Hinsicht auf ihre Erziehung. In seinem Buch „Der Staat“ beschreibt er die Erziehung der Kriegerkaste über zwei Wege, den der Gymnastik und den musisch-philosophischen Weg. Der Weg der Gymnastik erfolgt über die Ertüchtigung des Körpers und der musisch-philosophische über die Beschäftigung mit den Künsten und der Philosophie. Beide Wege gemeinsam sind es, die einen harmonischen Charakter bewirken, da die Extreme beider Seiten ausgeglichen werden.

Die Erziehung der Samurai bestand aus einem Training in Judo, Bogenschießen, Schwertkampf, Reiten, Speerwurf, aber auch den künstlerischen Elementen der Kaligrafie, der

© www.wikipedia.de

Der Samurai Miyamoto Musashi entdeckte den Weg der Kunst



Dichtkunst, Literatur und der Philosophie. So formte man starke Krieger, die weder grobe Raufbolde noch verweichelte Poeten waren.

Eine Figur der japanischen Samurai-Geschichte gilt wohl als besonders erwähnenswert in diesem Zusammenhang: Miyamoto Musashi, der wohl bedeutendste Samurai des 16. Jahrhunderts. Er war in über 60 Kämpfen auf Leben und Tod unbesiegt und gleichzeitig ein großer Künstler der Kaligrafie und Malerei. Seine Werke sind heute noch beliebte Sammlerstücke.

Bemerkenswert ist aber, dass Musashi den Weg der Kunst selbst entdeckte. Kein strenger Erzieher oder Vater hat ihn dazu gezwungen, sondern er selbst erkannte die Notwendigkeit der Kunst, um sich zu vervollkommen. Schlussendlich waren es beide Elemente, das kriegerische und das künstlerische, die ihn so stark und unbesiegbar machten.

Erziehung darf man aber nicht als einen Prozess im Kindes- und Jugendalter verstehen, sondern vielmehr ist es ein ständiges Bemühen, in sich die besten Qualitäten zu aktivieren und sich selbst zu harmonisieren. Musashi darf uns hier als Beispiel dienen, denn sein Training in der Schwertkunst sowie in den künstlerischen Disziplinen verfolgte er bis ins hohe Alter.

Überlegen Sie einmal, wie viel Erziehung Sie sich selbst „gönnen“ und welches der beiden erzieherischen Elemente eher überwiegt, das der Gymnastik oder das musische?

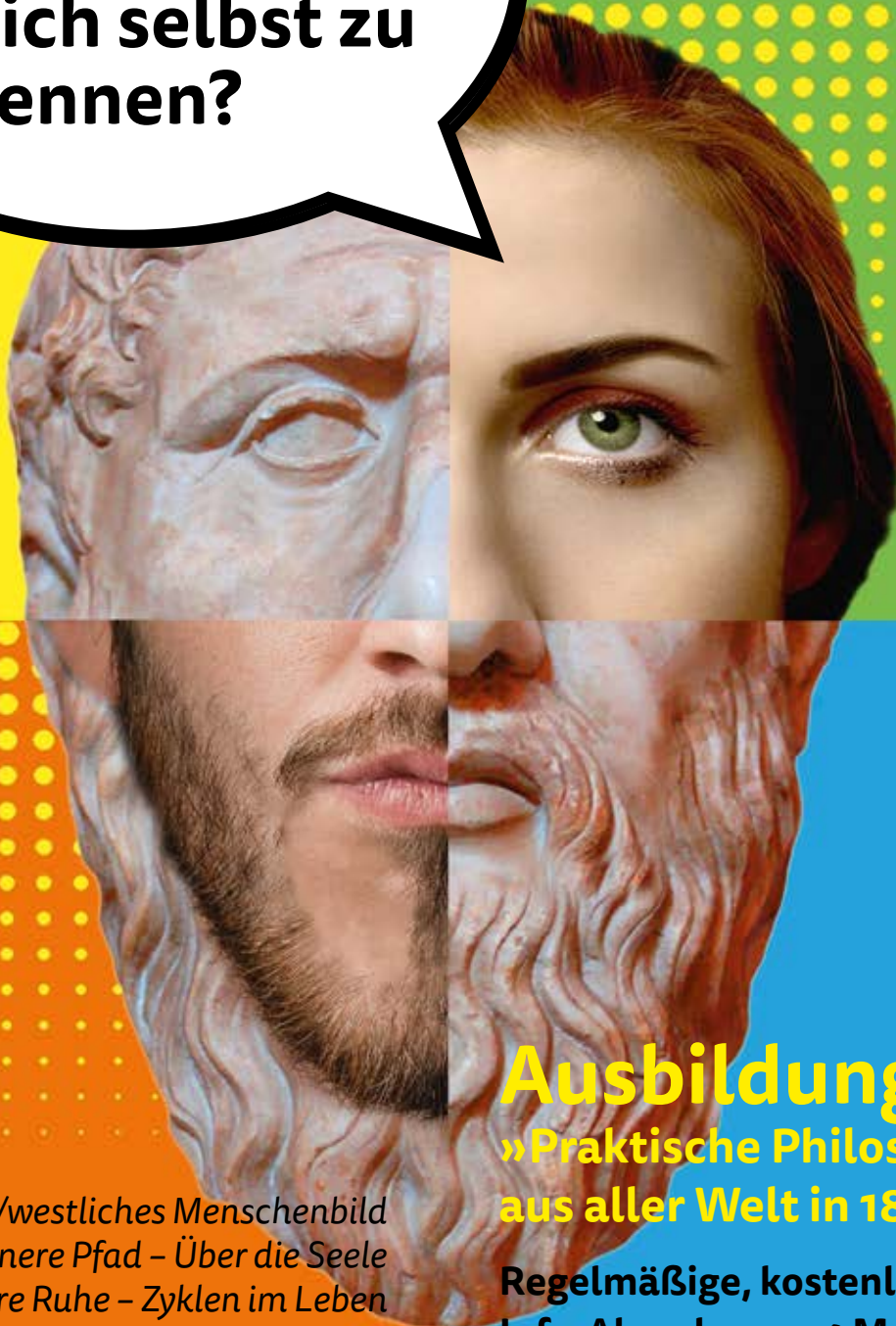
Zu Recht könnten Sie behaupten, dass ich hier nur über das Ideal der Samurai geschrieben habe, denn der Großteil der japanischen Kriegerkaste entsprach nicht diesem Anforderungsprofil. Doch sollten wir uns an den großen Vorbildern dieses Volkes orientieren.

Gerade jetzt, wo ein Virus die gesamte Welt dominiert und uns in eine Krise stürzt, brauchen wir innere Stärke, um mit diesen Herausforderungen umgehen zu können. Die Samurai können uns ein Vorbild sein, denn sie zeigen uns, welche Möglichkeiten wir als Mensch haben. Wir müssen nur die richtigen Werkzeuge nutzen, um diese in uns herauszuarbeiten. Sei also stark wie ein Samurai. ☯

Literaturhinweis:

- SCOTT WILSON, William: Ideals of the Samurai, Writings of Japanese Warriors. USA, 1982
- PRESTON, Thomas: Samurai – Geist: Der Weg eines Kriegers in den japanischen Kampfkünsten. Leimen/Heidelberg, 1991
- KURE, Mitsuo und KRUIT, Ghislaine: Die Geschichte der berühmten Kriegerklasse Japans. Deutschland, Verlag Heel, 2000
- NITTOBE, Inazo: Bushido, Die innere Kraft der Samurai. Schweiz, 1985

**Wie viele Selfies
muss man machen,
um sich selbst zu
erkennen?**



Östliches/westliches Menschenbild
Der innere Pfad – Über die Seele
Innere Ruhe – Zyklen im Leben
Die Kraft der Entscheidung
Der Mensch als Teil des Kosmos
Buddhismus – Hinduismus
Griechisch/römische Philosophie
China – Ägypten – Tibet – Dialog
Philosophie anwendbar aufbereitet
Praktische Übungen

Ausbildungskurs »Praktische Philosophie« aus aller Welt in 18 Abenden

**Regelmäßige, kostenlose
Info-Abende zum 4 Monats-Kurs in:**

**A: Dornbirn • Graz • Innsbruck
Klagenfurt • Linz
Salzburg • Villach • Wien
D: München • Nürnberg • Stuttgart
CH: Lausanne • Zürich**



TREFFPUNKT PHILOSOPHIE
NEUE AKROPOLIS
PHILOSOPHIE KULTUR VOLUNTEERING

www.treffpunkt-philosophie.at
www.treffpunkt-philosophie.de
www.treffpunkt-philosophie.ch