



WER BIN ICH UND WENN JA, WIE VIELE?  
VON RICHARD DAVID PRECHT

*Richard David Precht, Philosoph, Publizist und Autor wird 1964 in Solingen geboren. Er promovierte 1994 an der Universität Köln und wird im Jahr 2000 mit dem Publizistikpreis für Biomedizin ausgezeichnet. Er verbindet in diesem Werk geschickt die aktuelle Hirnforschung mit philosophischem Gedankengut.*

Copyright 2007  
Wilhelm Goldmann Verlag, München  
Originalsprache Deutsch  
397 Seiten (Taschenbuchausgabe)  
ISBN 3-442-15528-2

## AUF EMPFEHLUNG VON

Cherry Pickings Team

### CHERRY-LUSTMACHER

Worauf du dich in diesem Cherry freuen kannst:

- ▶ Rosinen aus einer philosophischen Reise: Warum die Hirnforschung das Bewusstsein und das <Ich> nicht ohne weiteres finden.
- ▶ Wie in einem Satz unsere Welt probeweise zusammengestellt wird.
- ▶ Ob der Eindruck (oder sollte ich sagen unsere Hoffnung), einen freien Willen zu haben, trägt?
- ▶ Inwiefern Gefühle lernfähig sind.

## HER MIT DEM GANZEN BUCH!


Dieses Buch solltest du ganz lesen, weil du eintauchen kannst ...

- ▶ in eine Rückblende der grossen Philosophen und ihre Weisheiten wie Irrtümer
- ▶ in spannende Titel wie «*Kluge Tiere im All. Was ist Wahrheit?*», «*Lucy in the Sky. Woher kommen wir?*», «*Eine ganz normale Unwahrscheinlichkeit. Was ist Liebe?*» oder «*Mr. Spock liebt. Was sind Gefühle?*»
- ▶ in eine unglaubliche Vielfalt an philosophischen Fragen: «*Woher weiss ich, wer ich bin?*», «*Was ist mein Unterbewusstsein?*», «*Darf man Menschen kopieren?*» oder «*Was ist Sprache?*», und falls du immer noch nicht genug hast, in Begriffe wie Freiheit, Glück, Gerechtigkeit, Moral und Ethik
- ▶ und «Wenn wir heute ständig Wissen vergangener Erkenntnisse widerlegen, wie aktuell ist unser heutiges Wissen wirklich?»

Wenn du das Buch in seiner ganzen Fülle lesen möchtest, hier der Link zum Verlag:

[Goldmann Verlag](#)

## GOOD TO KNOW

- ▶ Die nachfolgenden Seiten beinhalten einzelne aus dem Buch herausgepickte Rosinen, die aus unserer Sicht bemerkenswert sind. Klar, das ist eine subjektive Auswahl. Insofern handelt es sich nicht um eine Buch-Zusammenfassung, sondern um einige wenige Highlights, welche wir in unseren Worten zusammengestellt haben. Fast so, als würden wir unserer besten Freundin oder unserem besten Freund von diesem Buch vorschwärmen.
- ▶ Anschauliche Zitate aus dem Buch, welche wir dir nicht vorenthalten wollen, sind als solche (mit Anführungs- und Schlusszeichen) hervorgehoben.
- ▶ Gedanken, Inspirationen, Tipps und Links, die über den effektiven Buchinhalt hinausgehen und sich so nicht im Buch wiederfinden, sind mit dem Symbol  gekennzeichnet.

## SCHLAGWORTE

HIRNFORSCHUNG  
PHILOSOPHIE  
SUCHE NACH DER WAHRHEIT  
VERHALTENSFORSCHUNG



---

Dieses Buch stand schon eine Weile geduldig in meinem Regal und obwohl ich den Titel sehr faszinierend fand, hatte dieses es offensichtlich nicht eilig, gelesen zu werden: Und warum auch? Philosophische Fragen und Antworten überdauern offensichtlich Jahrhunderte, halten sich hartnäckig in Glaubenssystemen fest und fast bei jeder Theorie finden sich Befürworter und Gegner. So ging es mir beim Lesen auch: Im einen Kapitel sah ich mich zustimmend nicken, im anderen vehement den Kopf schütteln – je nachdem, ob eine Aussage gerade mit meinen eigenen Erfahrungen übereinstimmte oder nicht.

Und am Schluss des Buches waren nur noch zwei Gedanken <Wie soll ich bloss ein Cherry zu diesem Buch, vollgepackt mit philosophischem Gedankengut und Erkenntnissen aus der Hirnforschung, schreiben? Warum nur hatte ich dieses Buch vorgeschlagen?> Und dann erinnerte ich mich an mein <schreibendes Selbst>, den Teil in mir, der intuitiv weiss, was er schreiben soll, und plötzlich waren die Rosinen, die ich herauspicken wollte, klar. Et voilà! Ich hoffe, sie gefallen dir.

---

01  
**DIE SUCHE NACH  
DEM <ICH>**

*«Wer bin ich und  
wenn ja, wie viele?»*

Allein dieser Titel gibt einiges an Denkstoff, wenn man sich damit auseinandersetzt. Die Frage, ob es ein <Ich> gibt, beschäftigt schon seit jeher sowohl Psychologen, Philosophen wie Hirnforscher. Letztere versuchen vergeblich, das <Ich> physisch nachzuweisen, und scheitern bisher kläglich daran, was sie mitunter zu der Antwort verleitet, dass es kein <Ich> gibt, sondern nur Ich-Zustände. Da sie bei <Gesunden> offenbar zu wenig fündig werden, konzentrieren sich viele Forscher auf Patienten mit gewissen Störungen dieser Zustände. Zum Beispiel sorgt ein Körper-Ich dafür, dass ich mir meines Körpers bewusst sein kann, «ein Verortungs-Ich sagt mir, wo ich gerade bin», das moralische Ich bezeichnet mein Gewissen über richtig/falsch usw. Bei Störungen lassen sich nun durchaus Gehirnareale auffinden, welche beeinträchtigt und von denen somit die Defizite auszugehen scheinen.

*«Man kann also,  
wenn man so will, sagen, dass  
es mehrere Ichs gibt.  
Aber auch das ist natürlich  
nur ein Schema.»*

Aber beweist die Tatsache, dass die Hirnforscher kein <Ich> auf der Landkarte Gehirn aufzeichnen können, wirklich, dass es dieses nicht gibt? Gibt es nicht unbestreitbar (zumindest beim gesunden Menschen) ein Ichgefühl, das jeder von uns irgendwie erlebt?



---

Spannend fand ich hierzu den Gedanken: «Wenn ich ein Orchester untersuche, finde ich ja auch keine Melodie!» Wenn ich also das Gehirn in seinen Einzelteilen erforsche, wie soll ich dann ein <Ich> (= die Melodie) finden? Und es geht ja noch viel weiter: Wenn unser <Ich> ein Teil unserer Seele ist, ist es nicht unsinnig, diese im Körper zu suchen? Und wenn nicht im Körper, wo dann? Und schon bist du mitten in einer philosophischen Auseinandersetzung!

Gerade kürzlich war ich an einem Kongress mit dem Hauptthema Bewusstsein, an dem einige Ärzte aus ihrer Forschungsarbeit berichteten. Fazit (ihr ahnt es schon!): Es gelingt ihnen nicht herauszufinden, wie Bewusstsein entsteht und vor allem nicht, wo im Gehirn es angesiedelt ist. Prof. Dr. Jürg Kesselring: «Bewusstsein ist nach wie vor nicht messbar oder fassbar.» Eindrücklich aber war vor allem sein Folgesatz, dass nur, weil er als Neurologe etwas nicht beweisen könne, dies noch lange nicht heisse, dass etwas nicht existiere.

---

Die Zusammenfassung von Richard Precht lautet:

*«Denn die Hirnforschung beweist nicht, dass es kein Ich gibt, sondern dass unser gefühltes Ich ein unglaublich komplizierter Vorgang im Gehirn ist, so faszinierend, dass wir nach wie vor allen Grund haben, darüber zu staunen.»*

Weist *du*, ob du ein <Ich> hast? Und wenn ja, wie viele?

02

## «IM SATZ WIRD EINE WELT PROBEWEISE ZUSAMMENGESTELLT»

Ludwig Wittgenstein, einer der einflussreichsten Philosophen des 20. Jahrhunderts, prägte diese Aussage, welche Ausgangspunkt seiner nachfolgenden Forschungen war. «Radikaler als jeder andere vor ihm stellte er die Logik der Sprache in den Mittelpunkt des Denkens.» Wittgenstein ging so weit zu deklarieren, dass wenn die Substantive und der Satzbau mit den Dingen in der Realität übereinstimmten, ein Satz wahr ist. Bei allen anderen wäre es demnach unsinnig, diese überhaupt zu äussern. Dies führte soweit, «dass er selbst alle moralischen Aussagen aus der Sprache verbannen wollte, weil <Gut> und <Schlecht> ja gar keine Dinge abbilden, die es in der Realität gibt».

*«Was sich überhaupt  
sagen lässt, lässt sich klar  
sagen, und wovon man  
nicht sprechen kann, darüber  
muss man schweigen.»  
(Wittgenstein)*

Wittgensteins Wunsch nach einer Präzisionssprache scheiterte: «Denn der Motor in der Entwicklung der Sprache war ganz offensichtlich nicht die Sehnsucht nach Wahrheit und Selbsterkenntnis. Vielmehr dürfte der Antrieb aus den sozialen Bedürfnissen der Verständigung entstanden sein.»

Die Frage beim Verständnis von Aussagen ist also offensichtlich nicht die, ob etwas wahr ist oder nicht, sondern ob die Verständigung im beabsichtigten Sinne gelingt. Damit kamen Themen der sozialen Kommunikation, welche Wittgenstein vernachlässigte, wieder mehr zum Tragen.

*«Wer unterschiedliche  
Dinge wahrnimmt, der erlebt  
auch anders. Und  
wer anders erlebt, der denkt  
auch anders. Und wer  
anders denkt, der benutzt auch  
eine andere Sprache.»*



Kürzlich habe ich wieder mal eine Katze beobachtet, die versucht hat, ihren eigenen Schwanz einzufangen. Ein für mich als Beobachterin witziges, aber für die Katze doch ziemlich aussichtsloses Unterfangen: Ähnlich erscheint mir Wittgensteins Versuch, mit der Sprache nur die effektive Realität abbilden zu wollen. Denn eine objektive Realität gibt es letztlich kaum, der grösste Teil unserer Aussagen besteht aus Interpretationen von dem, was wir sehen, fühlen und denken. Äusserst spannend finde ich jedoch die Aussage, dass in einem Satz unsere Welt probeweise zusammengestellt wird. Indem ich nämlich etwas formuliere, bekomme ich zumindest einen Eindruck davon, wie sich etwas anfühlt. Und ein Gedanke – egal, ob negativ oder positiv – hat ja meistens noch nichts mit der Realität oder einer Wahrheit zu tun, aber bestimmt in dem Moment trotzdem unsere gedankliche und gefühlte Welt. Und sicher kennst du Momente, in denen du froh gewesen wärst, du könntest deine Gedanken einfach abstellen oder hättest etwas Gesagtes zurücknehmen können. «Im Satz wird eine Welt probeweise zusammengestellt.» Das <probeweise> versinnbildlicht also, dass es sich nicht um die effektive Realität handelt, auch wenn es sich manchmal so anfühlt. Aber deine Sprache kreiert in der Tat eine <Welt>, deine <Welt>!

03

## DER <FREIE WILLE>, NUR EINE ILLUSION?

Was unseren freien Willen betrifft, so sind die heutigen Hirnforscher ziemlich anderer Meinung als die früheren Philosophen wie Sartre oder Kant. Für erstere ist der Mensch unfrei: «Erstens ist er ein Produkt seiner Anlagen, seiner Erfahrungen und seiner Erziehung. Und zweitens: Nicht unser taghelles Bewusstsein sagt uns, was wir zu tun haben, sondern unser [...] Unterbewusstsein.»



Gemäss dem Hirnforscher Gerhard Roth entscheidet das limbische System darüber, was wir tun, indem es Impulse setzt, welche unsere Handlungen einleiten. Unser Wille (= Verstand) hätte eigentlich nichts zu sagen und sei eine reine Illusion, da wir uns ein freies Handeln nur einbilden. Impulse seien automatisch gesteuert und meistens unbewusst. Dies meint, dass auch unsere Bedürfnisse und unser Handeln nicht aufgrund einer bewussten Wahl entstehen, sondern letztlich ein Ergebnis unserer Gene, unserer Erfahrungen und Erziehung sind.



Dem – so entgegnet Precht – würde aber seine Erfahrung (zumindest teilweise) widersprechen. Denn Gefühle seien auch lernfähig und können durch unseren Verstand beeinflusst und auch gesteuert werden. Dass dem so ist, erkennen wir gemäss Precht daran, dass wir durchaus in der Lage sind, mit unserem Willen auf unsere Gefühle einzuwirken: Zum Beispiel, indem wir uns vornehmen, in Zukunft gelassener mit gewissen Situationen umzugehen und uns weniger zu ärgern. Der Impuls mag zwar noch da und von unserem Unbewussten ausgelöst worden sein, aber der Wille hilft uns gleichwohl, anders zu reagieren, wenn uns dieser Impuls rechtzeitig bewusst wird. Je häufiger ich das übe, umso leichter fällt es mir. *«Und dieses Lernen der Gefühle hat durchaus etwas mit dem Verstand zu tun».*



---

Zurück bleibt die Frage: Haben wir nun einen freien Willen oder nicht? Da Hirnforscher diesen freien Willen nicht finden können (ähnlich wie beim <Ich>), gehen sie in der Folge auch davon aus, dass es ihn nicht gibt.

Meinen Coachees sage ich häufig, dass sie an das glauben sollen, was sie befähigt, ihre Ziele zu erreichen. Daran zu glauben, <keinen freien Willen zu haben>, empfinde ich als nicht sehr inspirierend. Gleichzeitig gibt es mir jede Menge Ausreden, nicht an mich zu glauben, mich nur halbherzig für meine Ziele einzusetzen, den Umständen die Schuld zu geben, wenn ich nicht ein Leben gestalte, das ich liebe. Meine Erfahrung als Coach zeigt mir zudem, dass gewisse Verhaltensweisen zwar unbewusst und quasi automatisch initiiert werden, dass Menschen aber durchaus den Willen entwickeln können, diese zu unterbrechen und sich anders zu verhalten als in der Vergangenheit. Dies bedingt allerdings, sich der eigenen Mechanismen bewusst zu werden. Ohne Bewusstheit hingegen würde ich Gerhard Roth durchaus zustimmen, dass Menschen oft ohne freien Willen (und somit unbewusst) handeln.

*«[.] wer sich selbst  
nichts zutraut, der entwickelt  
sich auch nicht.»*

Da die medizinische Forschung inzwischen weiss und anerkennt, dass der Placeboeffekt durchaus real ist und den Gesundheitsverlauf (in beide Richtungen) massgeblich beeinflussen kann, lohnt es sich vielleicht einfach, daran zu glauben, einen freien Willen zu haben – schon nur, weil es eben befähigender ist und das Leben spannender macht.

---



Der Einstieg in dieses Buch fällt leicht, wenn man sich gerne Fragen über das Leben stellt und sich mit verschiedenen Denkansätzen auseinandersetzt. Es handelt sich hierbei aber durchaus um eine anspruchsvolle Lektüre, welche einen wachen Verstand voraussetzt. Ich habe es fast in einem Zug durchgelesen, würde aber eher empfehlen, Kapitel für Kapitel vorzugehen und sich Zeit zu lassen. Zwar flüssig geschrieben, entfaltet es definitiv seinen Mehrwert, wenn du Geschriebenes mit deinen eigenen Erfahrungen vergleichst und dir ein eigenes Bild machst. Nur zu leicht kann man sogenannten wissenschaftlichen Erkenntnissen Glauben schenken, weil Argumente logisch klingen – aber stimmen sie auch mit den eigenen Erfahrungen überein? Und wem traust du mehr?

Wenn ich sehe, welche Überzeugungen oder Forschungsergebnisse manchmal als Wahrheit <verkauft> werden, nur um ein paar Jahre oder Jahrzehnte später widerlegt zu werden, ist die Frage berechtigt: Was stimmt denn nun wirklich?

Und was uns selbst betrifft: Auch wenn ich nicht immer alles erklären kann, so kann ich beobachten und Auswirkungen erkennen. Vielleicht ist weniger die Frage <Wer bin ich?>, sondern die Frage <Wer will ich sein?> von grösserer Bedeutung? Denn davon habe ich definitiv eine klare Vorstellung.

## LUST AUF MEHR?

Die Ausgabe 2015 von med&move über das Thema Bewusstsein bietet ein paar spannende Artikel über Nah-toderfahrungen, Plazeboeffekte, Neuroplastizität oder Klarträume (Träume bei vollem Bewusstsein). Du kannst diese bestellen beim Verlag Rosenfluh Publikationen in Neuhausen am Rheinfall:

**S.TOMASI@ROSENFLUH.CH**

med&move ist eine Beilage zu ARS MEDICI, einer medizinischen Fachzeitschrift, Einzelpreis CHF 10.-:

**WWW.ROSENFLUH.CH**

Gerhard Roth hat mehrere Bücher über das Thema Hirnforschung geschrieben. Zum Beispiel: «Fühlen, Denken, Handeln – Wie das Gehirn unser Verhalten steuert»:

**WWW.SUHRKAMP.DE**

Und natürlich kannst du dich in alle Werke der im Buch erwähnten Philosophen vertiefen. Mir selbst hat diese philosophische Reise einen intensiven Einblick über mögliche Wahrheiten und Irrtümer der bisherigen philosophischen Entwicklung geliefert, und ich fühlte mich nach dieser Lektüre diesbezüglich gerade gut genährt.