

Christian Hilse

Warum wir die Inspiration brauchen – und unseren Verstand

Ergebnisse und Erkenntnisse aus der **psychologischen Forschung**¹

Vielleicht fühlt sich das alles schon bekannt an. Oder es kommt Ihnen bekannt vor, so wie ein Deja-Vu. Der Mensch besitzt zwei Gehirnhälften, eine rechte und eine weitere links davon. Wieso eigentlich? Hm. Wir Menschen nennen auch zwei Nieren unser Eigen. Zwei Lungenflügel, zwei Hoden, zwei Eierstöcke ... und all dies verdoppelt die entsprechende Kapazität. Mit einer Hälfte aber würde es, wie wir wissen, auch noch gehen. Beim Gehirn verhält es sich jedoch anders. Gerade in den letzten fünf Jahren hat die Wissenschaft evident festgestellt, dass beide Hälften – im Gegensatz zu den vorgenannten Organpaaren – sehr unterschiedliche Fähigkeiten und Aufgaben haben.

Mit unserer linken Gehirnhälfte denken wir rational, das bedeutet, wir verfügen hier über alles Wissen, was wir über Jahre erlernt und studiert haben, z. B. dass $3 + 3 = 6$ ergibt oder was „Liebe“ auf Englisch heißt. Und Liebe auf Chinesisch? Äh ... Tja, das kennen wir doch. Der Lehrer fragte etwas, manchmal wussten wir es nicht, hatten es nicht gelernt. Im Abitur, Physikum, Examen oder im Kindergarten ging einfach nicht alles. Unser diesbezügliches Wissen war und ist begrenzt, selbst wenn es riesig sein sollte.

Hier kommt die rechte Gehirnhälfte ins Spiel. Sie verfügt über das so genannte irrationale Denken, wir kommen hier in die Lage, Inspirationen und Ideen zu empfangen, wir denken vorausschauend und können erkennen, was aus einer Situation entstehen könnte. Sie symbolisiert also wesentlich mehr die Weisheit.

Die verblüffende Quintessenz aus der jüngsten psychologischen Forschung lautet:

Es ist in uns angelegt zu wissen, obwohl wir es eigentlich nicht wissen (können).

Vielleicht haben wir so etwas schon erfahren. Dann durchfloss es gleichsam unser rechtes Gehirn – „und die Worte waren plötzlich da“. Natürlich können wir nicht erwarten, dass uns plötzlich doch das chinesische Wort für „Liebe“ einfällt. Darauf kommt es ja gar nicht an, denn das können wir schließlich im Lexikon nachschlagen. Einfallen kann uns aber, was sehr viel wichtiger ist, zum Beispiel die Lösung eines Problems. Eine Idee, gar eine Vision. Mancher erlebt dies von Zeit zu Zeit sehr intensiv. Weniger spektakulär, aber nicht minder bedeutsam ist es für die Praxis, wenn man

auf für manchen Klienten wichtige Fragen antworten darf. Dann spricht sich die Antwort manchmal schon von allein.

Lassen Sie uns nun noch einen Schritt weiter gehen.

Möglicherweise finden Sie, dass – in letzter Zeit oder auch immer schon – viele geistig unreife Behauptungen aufgestellt werden. Das resultiert auch einfach gesetzmäßig aus der Tatsache, dass jeder das sagen kann, was er will. Eine Sandburg an einem Strand beispielsweise ist ganz bestimmt kein Bauwerk für Jahrhunderte, selbst wenn uns das ganz bestimmte Menschen manchmal weismachen wollen (und selbst wenn nie jemand nach der Burg schaut). Das ist eine Burg für den Urlaub in Italien, für Kinder, alles ganz hervorragend. Wenn wir aber ein überdauerndes Werk an einem Strand bauen wollen oder sollen, ist Sand ganz sicher nicht die richtige Wahl. Eine dieser sandigen Behauptungen jedenfalls sagt aus, dass der Verstand (oder gleich der ganze Kopf) unwichtig ist, ständig stört und am besten sofort und für immer abzuschalten ist. Also – natürlich kennen wir einige äußerst hartnäckige Zeitgenossen, deren Weltanschauung mutmaßlich der linken Gehirnhälfte entspringt.

Das bedeutet aber nicht, dass die Gleichung „Verstand = Irrtum“ richtig wäre.

Die menschliche Ratio gibt nur das wieder, was sie zuvor an Wissen bekommen hat, unabhängig vom Wahrheitsgehalt oder vom Wert der Informationen.

Es kann also nicht die Aufgabe des Verstandes sein – der nicht zufällig eben nur die Hälfte unseres Gehirnes einnimmt – unser gesamtes Leben zu bedienen und zu erklären. Das kann er schlichtweg nicht, für so etwas ist er aber auch nicht gedacht. Und dennoch erfüllt er wichtige Aufgaben.

Ein gutes Beispiel hierzu liefert – Brahms. Der Komponist und Musiker, der eine Zeitlang in Tutzing lebte und komponierte, ging bei seinem Schaffen folgendermaßen vor (nachzulesen in „Gespräche mit berühmten Komponisten“, dem Reprint eines damaligen Interviews von Arthur M. Abell mit Brahms, Strauß und Puccini u. v. m., Artha Verlag): Zunächst bat er um göttliche Hilfe und kam zur Ruhe. Dann setzte er sich ruhig an sein Klavier und versetzte sich allmählich in einen meditativen Zustand. „Alsbald“, so ist im Interview zu lesen, „befinde ich mich in einem tranceähnlichen Zustand, ich bin wohl bei Bewusstsein, aber hart an der Grenze, dieses zu verlieren. In solchen Augenblicken strömen die Ideen und Melodien ein.“ So erstaunlich es erscheint, dies waren tatsächlich seine Worte.

Brahms hatte jedoch nicht nur schöpferische Begabungen und Fähigkeiten, sondern er war durch sein Wissen aus dem Musikstudium in der absoluten Lage, das Gehörte richtig und mit Einsatz seines Verstandes in Noten umzusetzen und es so erst wirklich zu übertragen. Denn wenn es nach dieser Inspiration keinen Verstand, keine Ratio gegeben hätte, mit deren Hilfe die wunderbaren Klänge und Melodien genau zu Papier gebracht worden wären, dann wären sie in Brahms verhallt und niemals zu den Menschen gelangt. Wir wissen, dass dies nicht geschehen ist. Bis heute haben Milliarden von Menschen die Werke von Bach und Mozart, Brahms und Beethoven gehört und erlebt. Und das sind nur wenige Beispiele von vielen, vielen anderen.

Bekommen wir die Inspiration, die Vision, die Idee – bei der Umsetzung hilft unser Verstand.

¹ Aus: C. Hilse, C. E. Hilse (2011): Inspiration and Genius – deep relaxation phenomena in nanophysically supervised, Psychology Review (3/2011), Bd. II, S. 150-159



Christian Hilse

ist Kurs- und Seminarleiter mit den Schwerpunkten Tiefen- und Heilentspannungstherapie, mentales Training, Meditation und psychologische Beratung und seit 2002 in eigener Praxis tätig. 2006 Studium der Psychologie an der LMU (Ludwig-Maximilian-Universität) in München. Sowohl in der Praxis als auch im Zuge der Diplomarbeit Untersuchung und Erforschung neuer mentaler Behandlungsmöglichkeiten. Seit 2008 Autor verschiedener medizinisch-psychologischer Publikationen.

Kontakt:

Murnauerstraße 15
D-82449 Uffing a. Staffelsee
Tel.: 08846 / 921777
Christian.Hilse@campus.lmu.de

ferischen Kraft, von der Brahms und viele andere sprachen, und mit der wir alle und immer schon verbunden sind. Wenn diese Kraft unser Bewusstsein berührt oder gar erfüllt, wird es augenblicklich heller, wärmer und klarer. Unabhängig davon, ob wir Automechaniker, Bäcker oder auch Schriftsteller sind: Unsere Taten und Werke werden unmittelbar davon inspiriert und geführt, und die Ergebnisse sprechen für sich – siehe oben. Es könnte sein, dass der Mensch erst dann wirklich zu leben beginnt, und zumindest lebt er schon einen Schritt wesentlicher.

Lassen Sie uns nicht vergessen, dass wir alle die Möglichkeit haben, durch eine heilvoll geführte, echte Meditation oder eine tiefe Entspannung zu mehr Erkenntnis zu kommen. Anders als den Schlaf müssen wir dies manchmal erst lernen, ein anderes Mal dürfen wir das bereits Gelernte anwenden und – handelnd – umsetzen, damit es gelingt. Ich wünsche Ihnen dies in jedem Falle von ganzem Herzen.



Der David-Bildhauer Michelangelo sagte: „Nach einer Zeit sah ich bereits die Schemen, dann die ganze Skulptur im Marmor, und ich musste nur noch das Überflüssige entfernen.“ Der David ist heute noch ein gefeiertes Kunstwerk.

Dieses Gelingen der Symbiose von Inspiration und Verstand erfüllt mich mit Ehrfurcht. Schritt für Schritt verwirklicht sich so das Großartige, das zunächst nur aus einer geistigen Idee geboren wurde und sich alsbald in der Materie wiederfindet – im Dienste der Menschheit.

Und – was folgt in der Konsequenz für den Einzelnen? Nehmen wir den geneigten Leser dieses Essays.

Es gibt einen essentiellen Zustand des Menschen, ohne den er nicht leben kann. Vom Schlaf ist hier die Rede. Unabhängig, wo wir leben, was wir denken, an was wir glauben – schlafen müssen wir alle. Sie und ich – wir schlafen sogar annähernd zur gleichen Zeit. Und: Mussten wir das Schlafen lernen? Wir konnten das doch schon immer, zu allen Zeiten, von Geburt an, und sogar vor der Geburt schliefen wir schon, als wir noch gar nicht atmeten.

Aber noch etwas macht einen großen und eigentlich den dimensional Unterschied schlechthin in unserem Leben aus: Unser Bewusstsein. Auch jenes von uns selbst, also das Selbstbewusstsein. Das bedeutet:

Sind wir inspiriert, denken und fühlen wir (selbst)bewusster, handeln wir auch (selbst)bewusster – glücklicher, freier, ruhiger und kraftvoller, mehr achtsam und auch sinnvoller.

Dazu müssen wir nicht unbedingt unser bisheriges Leben aufgeben, nein, wir durchwirken es gleichsam mehr denn je mit jener schöp-