Lange Nacht der Philosophie 2020

„ Transformation am Leitfaden des Leibes - eine Selbstverständlichkeit?“

Lange Nacht der Philosophie

13.11.2020

Zentrum für Integrale Medizin
Klaus-Dieter Lübke-Naberhaus
Philosophierender Mediziner
Medizinische Hypnose (M.E.G.), Gestalttherapie (G.I.H.)
Consultant und Sportpsychologischer Coach

00 DER LEIBBEGRIFF

WAS KANN UNTER DEM BEGRIFF DES LEIBES VERSTANDEN WERDEN?

TRENNUNG VON KÖRPER, GEIST UND SEELE?

Wurde getrennt, was nicht zu trennen ist?

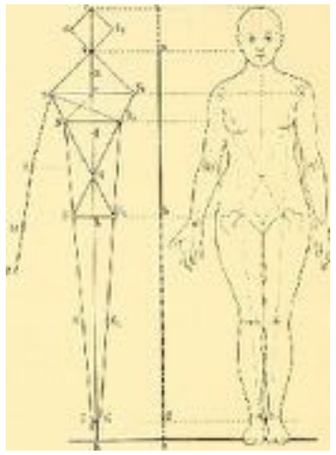
„KANN DIE SEELE DEN TOD DES KÖRPERS ÜBERLEBEN, SO MUSS SIE ETWAS ANDERES ALS DER KÖRPER SEIN.“

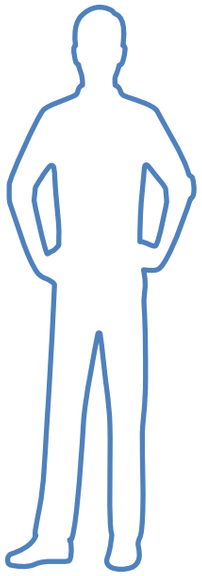
„COGITO, ERGO SUM.“

WAS IST DER KÖRPER, WAS DER LEIB?

Was ist die Physis, ist sie zweigeteilt?

Physis





Physikalisch - materielles
Physiologisch - organisches

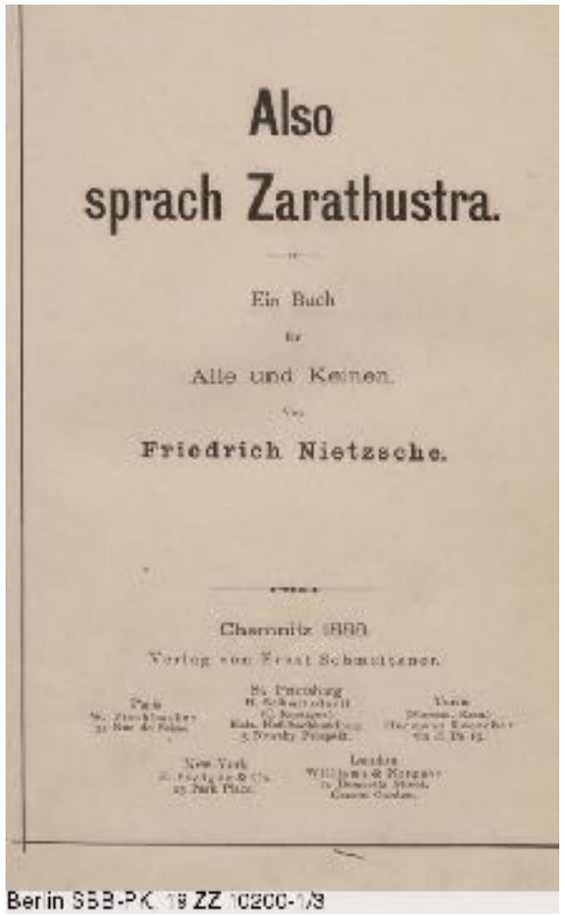
„DIE NATUR, DIE WIR HABEN."

Gelebtes/ Erlebtes
Beseeltes

„DIE NATUR, DIE WIR SIND."

DAS LEIBVERSTÄNDNIS VON NIETZSCHE

Was wollte Nietzsche den Leibverächtern sagen?


Also
sprach Zarathustra.

Ein Buch
für
Alle und Keinen.
Von
Friedrich Nietzsche.

Chemnitz 1883
Verlag von Ernst Schmeitzner.

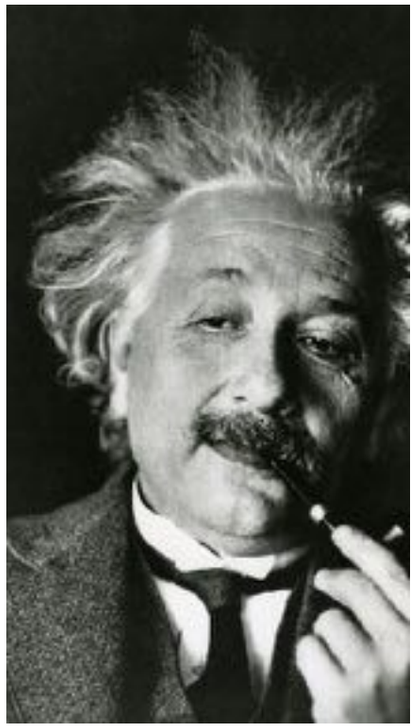
Berlin SBB-PK 19 ZZ 10200-1/3

**»Leib bin ich und Seele« – so redet das Kind. Und warum sollte man nicht wie die Kinder reden?
Aber der Erwachte, der Wissende sagt: Leib bin ich ganz und gar, und nichts außerdem; und Seele ist nur ein Wort für ein Etwas am Leibe.**

… »Ich« sagst du und bist stolz auf dies Wort. Aber das Größere ist, woran du nicht glauben willst – dein Leib und seine große Vernunft: die sagt nicht Ich, aber tut Ich.

DAS LEIBVERSTÄNDNIS VON NIETZSCHE

Sind kleine und große Vernunft vergleichbar mit Ratio und Intuitio?



„DIE INTUITION IST EIN GÖTTLICHES GESCHENK, DER DENKENDE VERSTAND EIN TREUER DIENER. ES IST PARADOX, DASS WIR HEUTZUTAGE ANGEFANGEN HABEN, DEN DIENER ZU VEREHREN UND DIE GÖTTLICH GÄBE ZU ENTWEIHEN.

Kleine Vernunft

Große Vernunft

MEIN MODELL

Wie verstehe ich Körper, Geist und Seele? Was sind Ich und Selbst, Bewusstsein und Unterbewusstsein?

Wie komme ich in die Welt?

Wer bin ich?

01 DAS LEITBILD DES LEIBES

WIE IST DAS GEMEINT?

AM LEITFADEN DES LEIBES

Was ist damit gemeint?

Am Leitfaden des Leibes. – Gesetzt, daß die »*Seele*« ein anziehender und geheimnisvoller Gedanke war, von dem sich die Philosophen mit Recht nur widerstrebend getrennt haben – vielleicht ist das, was sie nunmehr dagegen einzutauschen lernen, noch anziehender, noch geheimnisvoller. Der menschliche *Leib,* an dem die ganze fernste und nächste Vergangenheit alles organischen Werdens wieder lebendig und leibhaft wird, durch den hindurch, über den hinweg und hinaus ein ungeheurer, unhörbarer Strom zu fließen scheint: der Leib ist ein erstaunlicherer Gedanke als die alte »Seele«. Es ist zu allen Zeiten besser an den Leib als an unseren eigentlichsten Besitz, unser gewissestes Sein, kurz unser *ego* geglaubt worden als an den Geist (oder die »Seele« oder das Subjekt, wie die Schulsprache jetzt statt Seele sagt).

„DIE LEIBLICHKEIT IST KEINE DETERMINANTE, SONDERN EIN LEITFADEN..
... FÜR DIE KUNST EINER PRAKTISCHEN LEBENSFÜHRUNG“

AM LEITFADEN DES LEIBES

Eine eigene Lebensphilosophie? Wer oder was ist ist weise?

Befreiung des Denkens und des Bewusstseins aus der Hybris der Leibvergessenheit, aus der Missachtung des Leibes.

Die Philosophie als Lebenskunst, die Erkenntnis als Mittel zum Handeln.

Weise ist der, der aus der Menge des Wiss- und Verfügbaren, dasjenige auszuwählen, herausschmecken kann, was den eigenen Bedingungen und Bedürfnissen gerecht wird, was weiter wirken kann, zum Wachstum, zur Reifung, und der aussortiert, was nicht zum Wohlbefinden beiträgt.

WAS WEISHEIT AUSMACHT

Was ist praktisch an der Weisheit?

„UM WEISE ZU WERDEN, MUSS MAN GEWISSE ERLEBNISSE WOLLEN, ALSO IHNEN IN DEN RACHEN LAUFEN. SEHR GEFÄHRLICH IST DIE FREILICH; MANCHER „WEISE“ WURDE DABEI AUFGEFRESSEN.“

02 SPRACHE DES LEIBES

WIE SPRICHT DER LEIB ZU UNS?

GESUNDHEIT UND KRANKHEIT

Seine Krankheit an den Pflug spannen?

Krank ⟷ Gesund

„GESUNDHEIT UND KRANKHEIT SIND NICHT WESENTLICH VERSCHIEDENES … TATSÄCHLICH GIBT ES ZWISCHEN DIESEN BEIDEN ARTEN DES DASEINS NUR GRADUNTERSCHIEDE …“ (NF)

„DER MENSCH, DER KRANK ZU BETTE LIEGT, KOMMT MITUNTER DAHINTER, DASS ER FÜR GEWÖHNLICH AN SEINE AMTE, GESCHÄFTE ODER SEINER GESELLSCHAFT KRANK IST UND DURCH SIE JEDE BESONNENHEIT ÜBER SICH VERLOREN HAT.“ (MAM)

„…ICH ENTDECKTE DAS LEBEN GLEICHSAM NEU, MICH SELBER EINGERECHNET, ICH SCHMECKE ALLEN GUTEN UND SELBST KLEINE DINGE, WIE SIE ANDERE NICHT LEICHT SCHMECKEN KÖNNEN, - ICH MACHTE AUS MEINEM WILLEN ZUR GESUNDHEIT, ZUM LEBEN, MEINE PHILOSOPHIE“ (EH)

AUF DER SUCHE NACH DEM RICHTIGEN KLIMA

Ist das Unterwegssein eine Chance?

„UND IMMER WIEDER DIESE HARTE INNERE STIMME, WELCHE BEFAHL: FORT VON HIER! VORWÄRTS WANDERER! ES SIND NOCH VIELE MEERE UND LÄNDER FÜR DICH ÜBRIG: WER WEISS, WEM ALLES DU NOCH BEGEGNEN MUSST“ (NF)

BEWEGUNG

Wie finde ich meinen eigenen Rhythmus?

„SO WENIG WIE MÖGLICH SITZEN; KEINEM GEDANKEN GLAUBEN SCHENKEN, DER NICHT IM FREIEN GEBOREN IST UND BEI FREIER BEWEGUNG, - IN DEM NICHT AUCH DIE MUSKELN IHR FEST FEIERN.“ (EH)

„...ICH HABE GEHEN GELERNT: SEITDEM LASSE ICH MICH LAUFEN. ICH HABE FLIEGEN GELERNT: SEITDEM WILL ICH NICHT ERST GESTOSSEN SEIN, UM VON DER STELLE ZU KOMMEN. JETZT BIN ICH LEICHT, JETZT FLIEGE ICH, JETZT SEHE ICH MICH UNTER MIR, JETZT TANZT EIN GOTT DURCH MICH DURCH.“ (ASZ)

RUHE

Wie komme ich in die Muße?

„ICH WILL DEN MENSCHEN DIE RUHE WIEDERGEBEN, OHNE WELCHE KEINE CULTUR WERDEN UND BESTEHEN KANN. EBENSO DIE SCHLICHTHEIT“ (NF)

„...BEI TIEFEN MENSCHEN WIE BEI TIEFEN BRUNNEN DAUERT ES LANGE BIS ETWAS, DAS IN SIE FÄLLT, IHREN GRUND ERREICHT. DIE ZUSCHAUER, WELCHE GEWÖHNLICH NICHT LANGE GENUG WARTEN, HALTEN SOLCHE MENSCHEN LEICHT FÜR UNBEWEGLICH ODER HART - ODER AUCH FÜR LANGWEILIG.“ (MAMII)

ERNÄHRUNG

Wie ernähre ich mich gut?

„ICH GLAUBE DASS DIE VEGETARIANER, MIT IHRER VORSCHRIFT, WENIGER UND EINFACHER ZU ESSEN, MEHR GENÜTZT HABEN ALS ALLE NEUEREN MORALSYSTEM ZUSAMMEN GENOMMEN…“ (NF)

„(…) SOPHOS BEZEICHNET DAS WÄHLENDE, MIT GESCHMACK AUSSCHEIDENDE: WÄHREND SICH DIE WISSENSCHAFT OHNE SOLCHEN FEINGESCHMACK AUF ALLES WISSBARE STÜRZT.“ (KGW)

DER LEIB AN SICH

Ist mehr Vernunft im Leibe, als in deiner besten Wahrheit?

„WIR SPRECHEN VON NATUR UND VERGESSEN UNS DABEI: WIR SELBER SIND NATUR, QUAND MEME -. FOLGLICH IST NATUR ETWAS GANZ ANDERES ALS DAS, WAS WIR BEIM NENNEN IHRES NAMENS EMPFINDEN.“ (MAM II)

„HINTER DEINEN GEDANKEN UND GEFÜHLEN STEHT DEIN LEIB UND DEIN SELBST IM LEIBE: DIE TERRA INCOGNITA. WOZU HAST DU DIESE GEDANKEN UND GEFÜHLE? DEIN SELBST IM LEIB WILL ETWAS DAMIT.“ (NF)

03 TRANSFORMATION AM LEITBILD DES LEIBES

WIE SIEHT DIE VERÄNDERUNG AUS, WAS KANN ICH TUN?

MUT ZUR VERWANDLUNG

Bin ich immer ein anderer?

„DIE SCHLANGE, WELCHE SICH NICHT HÄUTEN KANN, GEHT ZU GRUNDE. EBENSO DIE GEISTER, WELCHE MAN VERHINDERT, IHRE MEINUNGEN ZU WECHSELN; SIE HÖREN AUF, GEIST ZU SEIN.“ (M)

„WENN WIR UNS STARK VERWANDELN, DANN WERDEN UNSERE FREUNDE, DIE NICHT VERWANDELTEN, ZU GESPENSTERN UNSERER EIGENEN VERGANGENHEIT: IHRE STIMME TÖNT SCHATTENHAFT-SCHAUERLICH ZU UNS HERAN- ALS OB WIR UNS SELBER HÖRTEN, ABER JÜNGER, HÄRTER, UNGEREIMTER.“ (MAM II)

MUT ZUR VERWANDLUNG

Wie alt bin ich denn?

„IST DENN DAS, WAS IHR DURCH DIESES FENSTER VON DER WELT SEHR, SO SCHÖN, DASS IHR DURCHAUS DURCH KEIN ANDERES MEHR BLICKEN WOLLT,- JA SELBST ANDERE DAVON ABZUHALTEN DEN VERSUCH MACHT. (MAM II)

„WIE ALT ICH EIGENTLICH SCHON BIN? ICH WEISS ES NICHT; EBENSOWENIG WIE JUNG ICH NOCH SEIN WERDE.“ (KSB)

04 GESCHICHTE MEINER TRANSFORMATION AM LEITBILD DES LEIBES

WIE HABE ICH MICH SELBST TRANSFORMIERT?

DEN EIGENEN WEG SUCHEN

Wie war mein eigener Weg?

05 EINE SPÜRÜBUNG

WIE KANN ICH TRANSFORMATION EINFACH SPÜREN?

DER SCHMERZ

Wie wir uns am Leitfaden des Leibs beeinflussen können?

VIELEN DANK FÜR DIE BEGEGNUNG

SPÜREN IST IN DER BEZIEHUNG UND DEM KONTAKT MÖGLICH

KONTAKT@INTEGRALE-MED.DE

0151-42623048