MIND FOUNDATION

Die körperlichen Wurzeln bewussten Erlebens verstehen

VERÖFFENTLICHUNGSDATUM

12. Februar 2021



> *Obwohl nicht alle Menschen erleben, wie es ist, schwanger zu sein oder ein Baby zu tragen, ist es auf entscheidende Weise eine universelle Erfahrung, getragen zu werden und im Körper einer anderen Person zu wachsen.*

Das „Ich“ in Beziehung zur Welt

Stellen Sie sich vor, dass sie auf warmem Sand spazieren, es ist ein sonniger Sommertag, Sie halten die Hand Ihres Partners. Während Sie die Umgebung wahrnehmen, erhält Ihr Gehirn eine Kaskade sensorischer Informationen, die sowohl von außerhalb als auch innerhalb Ihres Körpers stammen und integriert werden müssen: die Wärme des Sandes, die Helligkeit des Sonnenlichts, der salzige Geruch der Luft, das Geräusch Ihres Herzens, das in Ihrer Brust schlägt, die Wärme der Haut Ihres Partners, die Ihre Hand berührt.

Wir erfahren üblicherweise ein „echtes Ich“, das im Zusammenhang mit dem Körper steht und all unseren sensorischen Erfahrungen, Emotionen, Erinnerungen und Gedanken zugrunde liegt. Dieses „Ich“ ist auf irgendeine Art immer da, wenn auch nur im Hintergrund – gewissermaßen transparent; und es unterscheidet sich von der Welt und anderen Menschen (zum Beispiel mit dem Sand und Ihrem Partner).

Dieses Gefühl, ein „echtes Ich“ zu sein, das mit einer realen Welt „da draußen“ verbunden ist, gibt uns dein Eindruck, präsent zu sein und in den Fluss unseres alltäglichen Lebens einzutauchen. Aber wie genau funktioniert dies?

In einer bahnbrechenden Arbeit mit dem Titel „Whatever next? Predictive brains, situated agents, and the future of cognitive science” (Deutsch: “Was nun? Vorhersagende Gehirne, Umwelteinflüsse, und die Zukunft der Kognitionswissenschaft”) schlägt Andy Clark1 vor, dass die Aufgabe des Gehirns darin besteht,

vorherzusagen welche Information als nächstes kommt, basierend auf den zuvor wahrgenommenen Informationen. Statt ein passiver Schwamm zu sein, der Informationen von innerhalb und außerhalb unseres Körper erhält, antizipiert das Gehirn aktiv die Welt durch die Linse vergangener Erfahrungen. Was immer wir zuvor wahrgenommen und erlebt haben, hinterlässt in unserem Nerven- und Wahrnehmungssystem sozusagen Spuren. Das Gehirn verwendet diese „Spuren“ vorwiegend, um Gefahren zu erkennen. Deshalb ist es so schwierig, negative Erfahrungen zu vergessen: das Gehirn möchte uns aus Schwierigkeiten heraushalten. Harmlose Informationen wie die Farbe des Türgriffes in einem Hotel werden wahrscheinlich als langweilig behandelt werden und aus dem Gedächtnis gelöscht. Die Farbe der Jacke des Diebes jedoch, der mich auf der Straße attackierte, bleibt mir im Gedächtnis. Das ist eine wichtige Erkenntnis, wie von Clark und anderen Wissenschaftlern wie Karl Friston2 und Jakob Howhy3 betont wird.

Wahrnehmung dient dem Überleben im Hier und Jetzt

Lassen Sie uns einen näheren Blick auf den einflussreichen Ausdruck „Was nun?“ werfen. In der Tat ist alles, das für unser Überleben maßgeblich ist, die korrekte Wahrnehmung nicht nur von dem, was *als nächstes* geschehen wird, sondern auch was *im Jetzt* geschieht, das heißt *neben* meinem Körper. Ziehen wir folgendes Beispiel heran.

Wir nehmen an, dass ich eine Tasse Kaffee auf einer Terrasse auf einer griechischen Insel trinke (ach – ich darf wohl noch träumen, da Terrassen momentan in meinem Land geschlossen sind). Aber stellen wir uns diese Szene vor: Ich nehme einen Schluck und als nächstes möchte ich die Wolken über mir bewundern. Als ich meine Aufmerksamkeit dem Himmel zuwende, bemerke ich nahe meiner Hand eine Spinne auf dem Tisch. Plötzlich ist die Wahrnehmung dessen, was sich neben meiner Hand befindet, von hoher Priorität. Zeitlich gesehen kommen sowohl die Wahrnehmung des Himmels als auch der Spinne ‚als nächstes‘, das heißt nach dem Nippen am Kaffee. Aber die Wahrnehmung der Spinne neben meiner Hand versetzt mein Abwehrsystem in Alarmbereitschaft. Nun kümmert mich die Schönheit des Himmels oder der Geschmack meines Kaffees nicht mehr. Nun bündeln sich all meine Wahrnehmungen, Gedanken und Emotionen um eine einzige wichtige Tatsache: die Spinne neben meiner Hand und wie ich ihr sicher entkommen kann.

Warum ist diese Beobachtung wichtig?

Sie ist wichtig, weil sich Philosophen und Wissenschaftler über zahlreiche Disziplinen und Traditionen hinweg hauptsächlich auf das Sehen und die distale Wahrnehmung konzentriert haben: ich sehe die Welt / einen Apfel / eine rote Tomate „dort“. In Wahrheit jedoch sind unsere Wahrnehmungen in ihrem Wesen proximal und multisensorisch.4 Wir nehmen die Welt und was sich neben unserem Körper befindet, beispielsweise über unsere Haut oder unseren Geruchssinn, unentwegt wahr. Obwohl diese „bescheidenen“ Sinne uns nur die wesentlichsten Informationen über unser Überleben geben, tendieren wir allerdings dazu, sie zu vernachlässigen, sie abzutun oder sie als selbstverständlich anzusehen.

Häufig wird uns erst bewusst, wie wichtig etwas ist, wenn wir es verlieren. Beispielsweise haben viele von uns im Zuge der aktuellen, durch das COVID-19 Virus ausgelöste Gesundheitskrise vorübergehend unseren Geruchssinn verloren. Menschen beginnen zu realisieren, wie wichtig dieser proximale Sinn für die Wahrnehmung unserer selbst und unserer Präsenz in der Welt war.5

Taktiles Erleben als transparenter Erfahrungshintergrund

Paradoxerweise unterschätzen wir üblicherweise die Bedeutsamkeit der proximalen Sinne wie dem Tast- oder Geruchssinn gerade weil sie so nahe zu, oder ‚neben‘ unserem Körper sind. Unter diesen proximalen Sinnen, die zu einem geradezu transparenten Erfahrungshintergrund verschmelzen, besitzt das taktile Erleben eine

Sonderstellung in der Orchestrierung unseres Lebens.18 Ich kann zumindest zwei Hauptgründe hierfür identifizieren.

Erstens wird der Tastsinn über die Haut vermittelt, dem ältesten und in Bezug auf Größe und Funktion ausgedehntesten Organ.6,7 Das bedeutet, dass der primitivste Weg, die Welt um uns herum kennenzulernen und wahrzunehmen, im den Tastsinn besteht. Er gibt uns das grundlegendste Gefühl für Präsenz, für Wirklichkeit. Vergegenwärtigen Sie sich die berühmte Anekdote über St. Thomas: um zu glauben, dass eine Wunde auf dem Körper eines anderen echt war, verspürte er das Bedürfnis, sie zu berühren. Sie zu sehen allein reichte nicht aus.

Haut vermittelt auch die Grenze zwischen dem Selbst und der äußeren Welt. Sie unterscheidet uns zugleich von ihr und stellt uns in Beziehung zu der Realität „da draußen". Taktiles Erleben besitzt die unausweichliche Dualität, die der französische Philosoph Maurice Merleau-Ponty mit „touchant/touché" (deutsch: „berührend/berührt") bezeichnet: ich kann jemanden sehen, ohne zurück gesehen zu werden, aber ich kann kein Objekt und keine Person berühren, ohne auch zurück berührt zu werden. Zwangsläufig erhalte ich beim Halten der Hand meines Partners Informationen nicht nur über meine Hand, sondern auch über seine Hand (zum Beispiel, dass seine Haut warm und meine Haut kalt ist). Diese unentrinnbare Dualität bestärkte Wissenschaftler die Haut als Beziehungsorgan *par excellence* zu betrachten.8

Unsere Wahrnehmung beginnt im Körper eines anderen

Zweitens, und das ist wichtig, spielt der Tastsinn eine Schlüsselrolle in Erkundung und sozialer Bindung, die ein Gefühl von Nähe und Zugehörigkeit vermitteln.

Ein wichtiger und zugleich übersehener Aspekt des aktuellen Diskurses über das Wesen der Wahrnehmung ist, dass unsere primitivsten Wahrnehmungserlebnisse im Körper einer anderen Person entstehen. Mit anderen Worten ist das primitivste Körperbewusstsein ein geteiltes Körperbewusstsein oder ‚Partner-Körperbewusstsein'.9 Obwohl nicht alle Menschen erleben werden, wie es ist, schwanger zu sein oder ein Baby zu tragen, ist es auf entscheidende Weise eine universelle Erfahrung, *getragen zu werden und im Körper einer anderen Person zu wachsen*.

Das bedeutet, dass unsere primitivsten Erfahrungen fundamental geteilte Erfahrungen sein mögen.10, 11, 12, 13 In der Tat lernen wir die Körper anderer Menschen kennen, lange bevor wir auf ihren Geist treffen – und unser Überleben hängt von ihnen ab. Erinnern Sie sich, dass das Überleben für das Gehirn wesentlich ist. Lebende Organismen wie wir selbst haben einen unausweichlichen Antrieb weiterzuleben und sich eventuell fortzupflanzen. Menschen kommen im Körper eines anderen in die Welt und bleiben für ihr Überleben und ihr Glück auf die körperliche Nähe und die Zuneigung einer Bezugsperson angewiesen.

Zwischen Körpern

Die Beobachtung, dass Menschen im Körper eines anderen zur Welt kommen, könnte zwei wichtige Implikationen für entscheidende Fragen haben, die den aktuellen Diskurs um die Natur von Wahrnehmungserlebnissen, Bewusstsein und Selbstgewahrsein anfachen.14

Erstens braucht ein dynamisches und komplexes System wie der menschliche Körper die Fähigkeit ein Doppelspiel zu spielen, um zu überleben, und sich eventuell zu vermehren. Zum einen muss es ihm gelingen, sensorische Zustände innerhalb gewisser physiologischer Grenzen zu halten: wenn wir für einen zu langen Zeitraum zu kalt oder zu heiß werden, sterben wir. Andererseits muss der Körper zwischen diesen Zuständen flexibel wechseln, um sich an eine sich ständig verändernde Umwelt anzupassen.15

Wenn wir den Körper durch diese dynamische Linse betrachten, wird es offensichtlich, dass das, was *zwischen* dem Organismus und seiner Umwelt geschieht – an den Grenzen – eine Schlüsselrolle darin spielt, dass dieses Spiel erfolgreich und flexibel genug gespielt wird, um den Organismus am Leben zu halten. Zukünftige Arbeiten zu Wahrnehmung und Bewusstsein müssen daher den kritischen Begriff der „Grenze“ oder des „Dazwischens“ erfassen: mit anderen Worten den Prozess des Austausches zwischen zwei Zuständen oder zwei Organismen.

Das Konzept der „Markov-Decke“ wurde kürzlich als vielversprechender Weg befürwortet, die Idee einer Grenze zu gestalten, die Interaktionen zwischen einem System und seiner Umwelt vermittelt.16 Eine Markov-Decke kann grob als eine statistische Grenze beschrieben werden, die ein Paar von Zuständen trennt. Ein typisches Beispiel ist eine Zellmembran, die intrazelluläre und extrazelluläre Dynamiken trennt. Die Grenze trennt nicht nur das System von seiner Umgebung, sondern stellt auch von Natur aus eine Beziehung zwischen dem System und seiner Umgebung her.

Körperliche Wurzeln des Bewusstseins

Eine zweite grundlegende Implikation, die sich aus unserem verkörperten Auftauchen ergibt, betrifft das Bewusstsein selbst und die eigentliche Definition des Begriffs „minimales Selbst“ (Ciaunica, im Erscheinen). Vorhergehende Ansätze sind auf diese Frage durch den Versuch eingegangen, eine grundlegende Basis einer minimalen Selbstheit zu finden.14, 17 Eine weitere Alternative ist sich auf die Entstehung von Selbstheit und bewusste Erfahrungen zu fokussieren und wie sie sich über die eigene Lebensspanne entfalten. Um eine Metapher zu verwenden würde sich „minimal“ in diesem Sinne auf den Samen beziehen, der alle verborgenen Informationen über den aufkeimenden Baum enthält, und nicht auf die schematisierte und abstrakte Struktur eines ausgewachsenen Baumes.

Und wenn wir einen Blick darauf werfen, wie (sozusagen) der „menschliche Baum“ in utero beginnt, dann können wir seine Wurzeln im körperlichen sowie im Beziehungaustausch einfach nicht ignorieren.

So wie man nicht verstehen kann, was ein Baum ist und wie er funktioniert, indem man nur seine sichtbaren Bestandteile – Zweige, Blätter, Stamm – betrachtet und die unsichtbaren Wurzeln ignoriert, kann man unser bewusstes Erleben nicht verstehen, ohne seine unsichtbare Grundlage zu berücksichtigen: seine leiblichen gemeinsamen Wurzeln.

Disclaimer: Dieser Blogpost wurde von Volontären übersetzt und editiert. Die Mitwirkenden repräsentieren nicht die MIND Foundation. Wenn Ihnen Fehler oder Unklarheiten auffallen, lassen Sie es uns bitte wissen – wir sind für jede Verbesserung dankbar (mailto:blog-translation@mind-foundation.org). Wenn Sie unser Projekt zur Mehrsprachigkeit unterstützen wollen, kontaktieren Sie uns bitte um der MIND Blog Translation Group beizutreten!

Referenzen

1. Clark A. Whatever next? Predictive brains, situated agents, and the future of cognitive science. Behav Brain Sci. 2013;36(3):181–204.
2. Friston K. A theory of cortical responses. Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci. 2005;360(1456):815–36.
3. Hohwy J. The predictive mind. London, England: Oxford University Press; 2013.
4. Faivre N, Arzi A, Lunghi C, Salomon R. Consciousness is more than meets the eye: a call for a multisensory study of subjective experience. Neurosci Conscious [Internet]. 2017;2017(1). Available from: http://dx.doi.org/10.1093/nc/nix003

5. Barwich AS. Smellosophy: What the nose tells the mind. Harvard University Press; 2020.
6. Field T. Touch. London, England: MIT Press; 2001.
7. Gallace A, Spence C. The science of interpersonal touch: an overview. Neurosci Biobehav Rev. 2010;34(2):246–59.
8. Ratcliffe M. Touch and the sense of reality. In: Radman Z, editor. The Hand, an Organ of the Mind. The MIT Press; 2013.
9. Ciaunica A, Constant A, Preissl H, Fotopoulou A. The first prior: From co-embodiment to co-homeostasis in early life [Internet]. PsyArXiv. 2021. Available from:http://dx.doi.org/10.31234/osf.io/twubr
10. Ciaunica A. Basic Forms of Pre-Reflective Self-Consciousness: a Developmental Perspective. In: Miguens S, Preyer G, Morando C, editors. Pre-Reflective Consciousness. Routledge; 2016.
11. Ciaunica, A. (2017). 'The Meeting of Bodies: Basic Forms of Shared Experiences, Topoi, an International Journal of Philosophy. https://doi.org/10.1007/s11245-017-9500-x
12. Ciaunica A, Fotopoulou A. The touched self: Psychological and philosophical perspectives on proximal intersubjectivity and the self. In: Embodiment, Enaction, and Culture. The MIT Press; 2017.
13. Ciaunica A, Crucianelli L. Minimal Self-Consciousness from within – a Developmental Perspective. Journal of Consciousness Studie. 2019;26(3–4):207-226(20).
14. Blanke O, Metzinger T. Full-body illusions and minimal phenomenal selfhood. Trends Cogn Sci. 2009;13(1):7–13.
15. Seth AK, Tsakiris M. Being a beast machine: The somatic basis of selfhood. Trends Cogn Sci. 2018;22(11):969–81.
16. Ramstead MJD, Kirchhoff MD, Constant A, Friston KJ. Multiscale integration: beyond internalism and externalism. Synthese [Internet]. 2019; Available from:http://dx.doi.org/10.1007/s11229-019-02115-x
17. Zahavi D. Subjectivity and selfhood: Investigating the first-person perspective. The MIT Press; 2005.
18. Ciaunica A, Petreca B, Fotopoulou A, Roepstorff A. Whatever Next and Close to my Self – The Transparent Senses and the 'Second Skin': Implications for the Case of Depersonalisation 2021. doi:10.31234/osf.io/u8ky6.