

Kontrolle

Von Dr. Detlef Eichberg



„Habe nun, ach! Philosophie, Juristerei und Medizin....
Durchaus studiert, mit heißem Bemühn. Da steh ich nun, ich
armer Tor! Und bin so klug als wie zuvor.“ - Dieses Zitat aus
J.W. von Goethe's „Faust“ zeigt uns eindringlich, wie sehr
die Überbetonung unseres Verstandes den Menschen nicht
wirklich weiter gebracht und in Zukunft auch nicht weiter
bringen wird. Was das Ego des Menschen liebt, ist die Kon-
trolle. Nicht nur über uns selbst, dass wir nur ja nicht unsere
wahren Gefühle und Ohnmacht unserem Schicksal gegen-
über eingestehen - nein, wir wollen auch alles in unserem
menschlichen Umfeld kontrollieren, am besten über alles im
Universum Bescheid wissen, vielleicht sogar darüber, wer
oder was der liebe Gott ist. Wir zerlegen alles, was existiert,
in Einzelteile. Wir analysieren immer tiefere Ebenen der
Schöpfung, z. B. ob das Higgs-Teilchen schneller ist als das
Licht. Und manchmal öffnen wir ein Erkenntnis -Türchen
(im Moment hat Einstein noch recht, dass es nichts schnel-
leres gibt als das Licht), aber es ist immer wieder ein Türchen
hinter dem Türchen. Und so verlieren wir den Blick für das
Ganze. Wir benamen Blumen, Bäume und Landschaften mit
naturwissenschaftlich oder geographisch höchster Präzis-
ion, nehmen aber die Fülle der nichtrationalen Sinnlichkeit
von Farben, Gerüchen und nicht bewusst wahrnehmbaren,
harmonisierenden Schwingungen des Waldes kaum noch
wahr. Es wird getrieben und „mit Schmackes“ an den unzäh-
ligen kleinen Wundern der Natur vorbeigewalkt, respektive

mit dem Mountainbike vorbeigerast. Dann kontrollieren wir, was wir sportlich geleistet haben. Das ist auch absolut OK und hat durchaus seinen Platz im Zusammenspiel vorbeugender Gesunderhaltung. Nur: die Leistung und deren Kontrolle ist keine ganzheitliche Prophylaxe. Der Wechsel zwischen Anstrengung und Muße, zwischen Verstand und Gefühl, aber vor allem auch zwischen Überprüfung und Geschehenlassen das ist Ganzheit. Vielleicht riskieren wir mal das Abenteuer, nicht ständig alles kontrollieren zu wollen, sondern „es laufen zu lassen“, im Vertrauen in den Moment, wo nichts wichtig ist nur dieser eine Atemzug.