

„Wir“

eine etwas andere Sicht auf uns.

Heute machen wir einen kleinen Ausflug.

Nicht in Physik oder Biologie –
sondern in das, **was Erkennen überhaupt bedeutet.**

Dafür lassen wir für einen Moment alles Materielle los.
nur das, **was wahrnimmt.**

Erkenntnistheorie fragt nicht: *Was ist da draußen?*

Sondern: *Wie kommt es überhaupt dazu, dass etwas erkannt wird?*

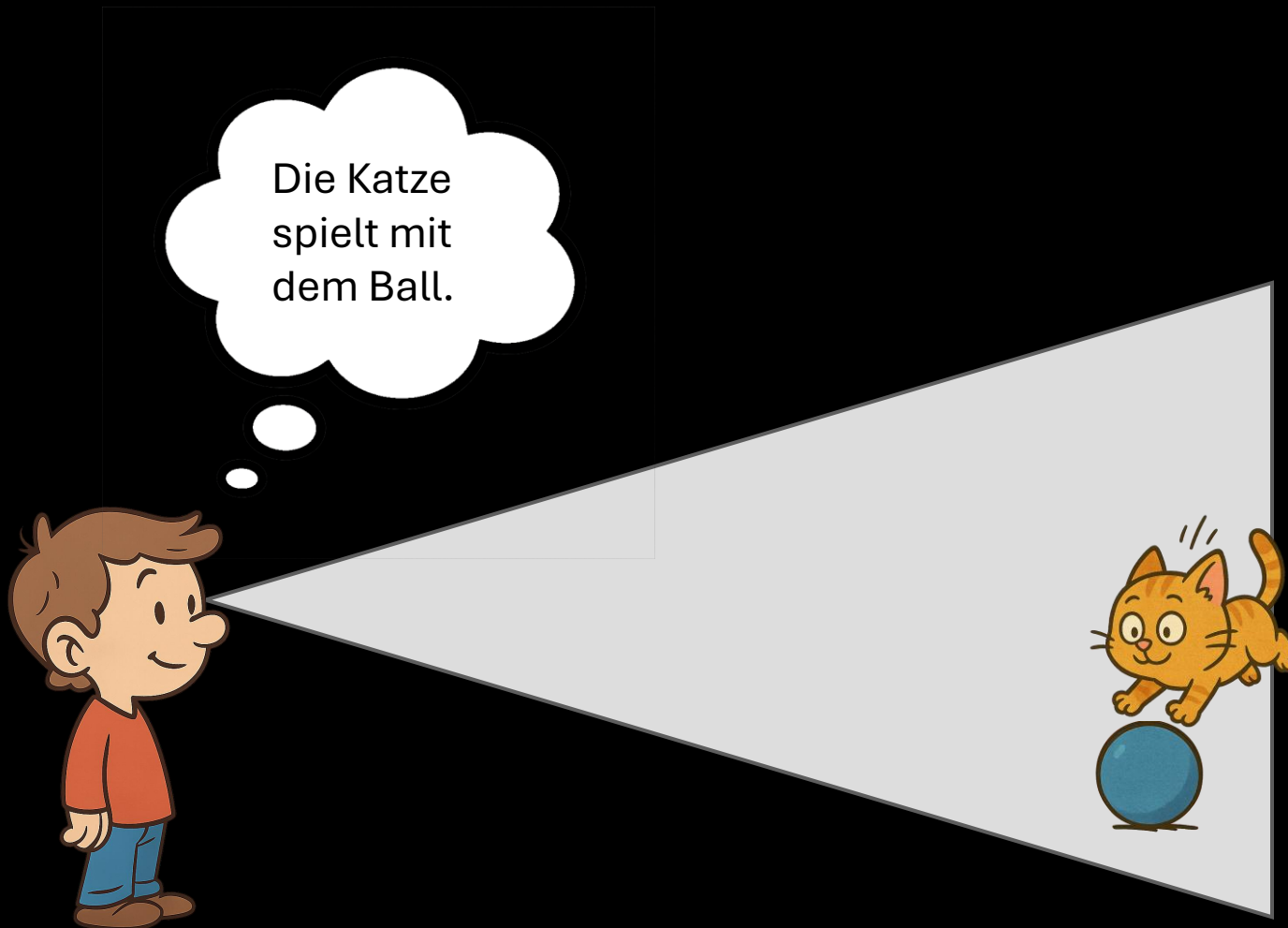
Sie beginnt also nicht mit Dingen –
sondern mit dem **Akt des Erkennens selbst.**



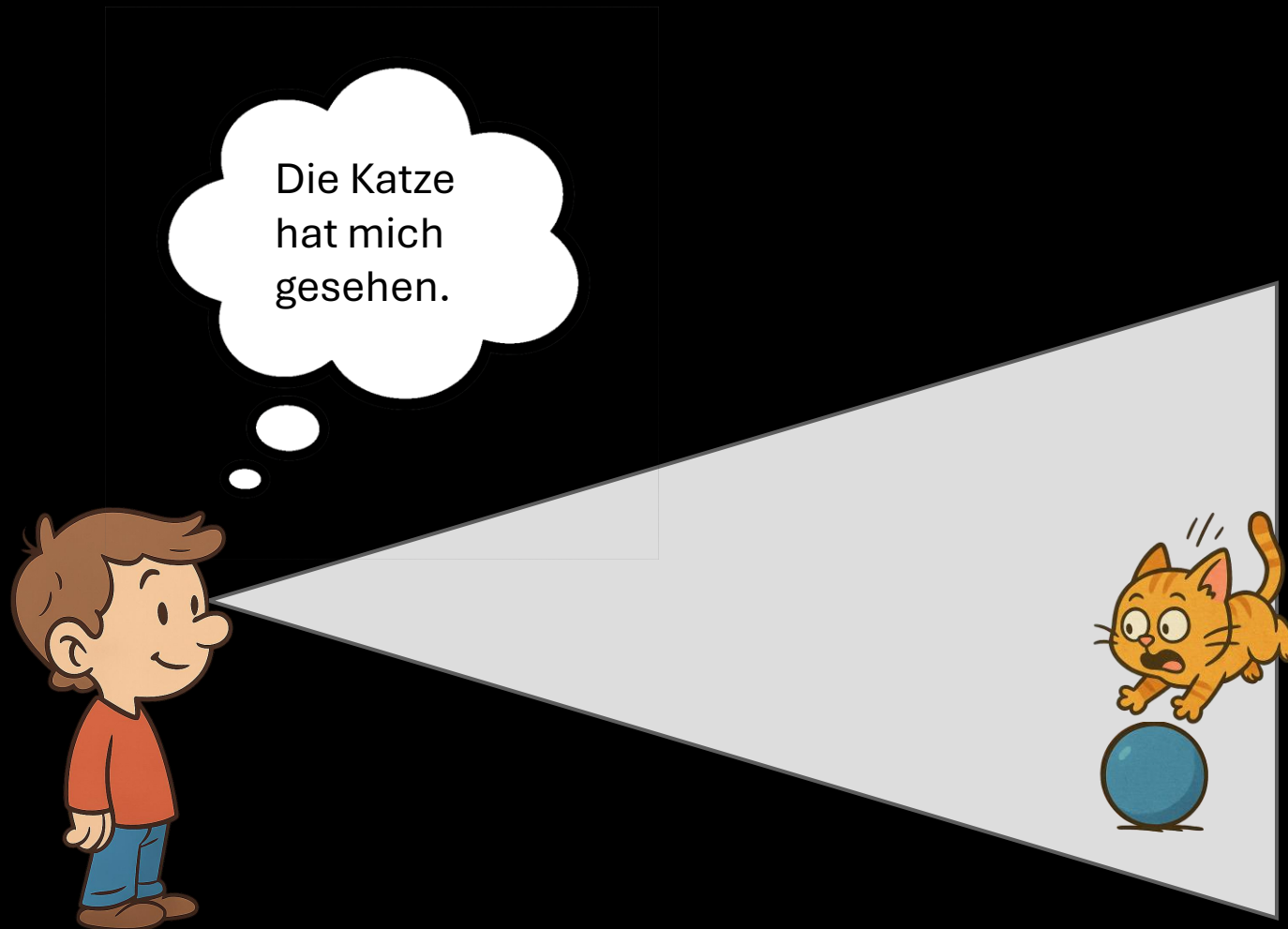
Ein Objekt wird erkannt.
Wahrnehmen beginnt.



Etwas Neues tritt hinzu.
Bewegung entsteht.



Das Erkannte reagiert.
Erkennen verändert sich.



Was wir draußen sehen,
geschieht auch innen –
mit Gedanken, Gefühlen und Reaktionen.

Hier wird das Erkennen lebendig:
es fühlt, reagiert und verändert sich selbst.

Schauen wir uns das an.

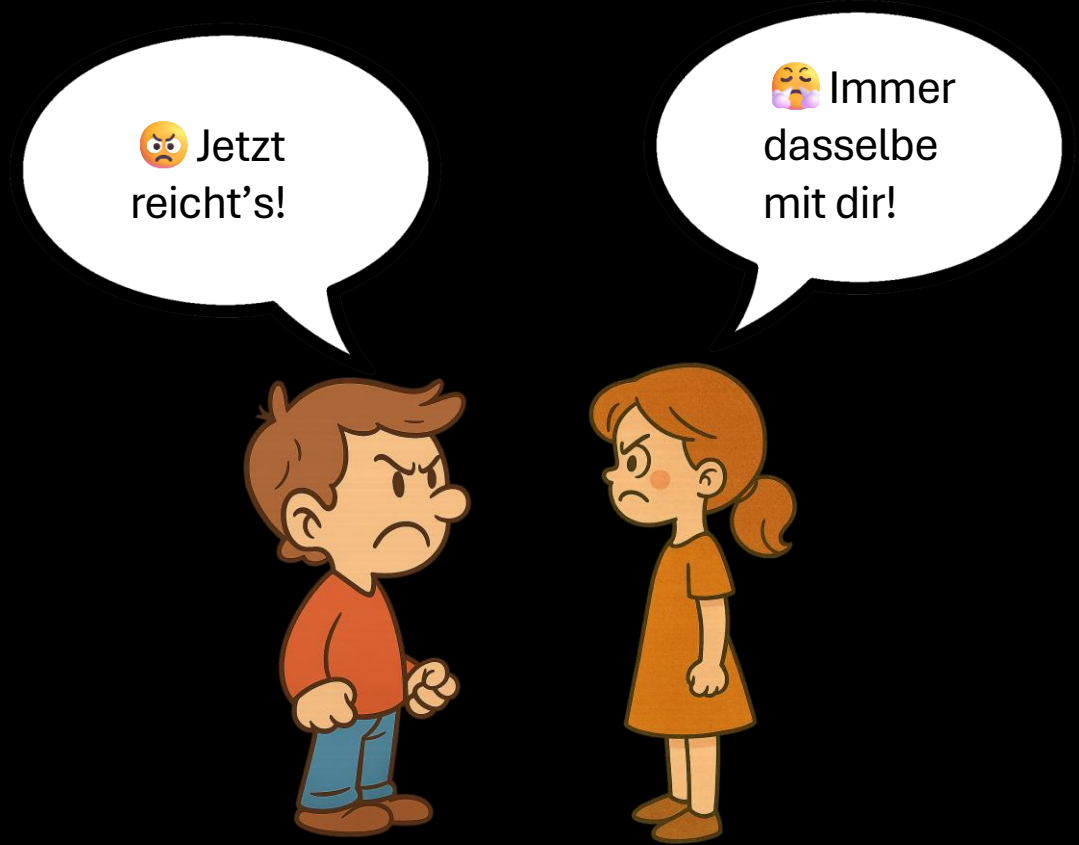
Jeder kennt das:

Wenn jemand **grantig** ist – und plötzlich wird alles laut.

Anfang der Spannung –
einseitiger Ausdruck.



Reaktion entsteht – Emotion
springt über.



Wenn einer wütend wird 😡 , reagiert der andere darauf 😡 .

Doch schon beim nächsten Satz hat sich etwas verändert:
die Stimmung **springt über**.

Jetzt reagieren beide – laut, angespannt, verletzt.

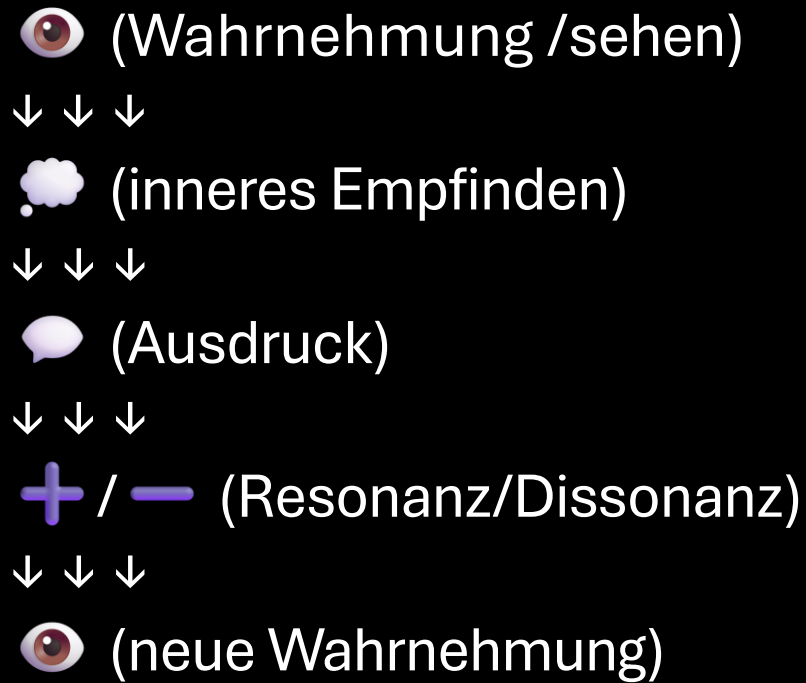
Das zeigt, wie schnell sich Gefühle **gegenseitig anstecken**.
Jeder wirkt auf den anderen, und beide verändern sich miteinander.

Was da draußen passiert,
geschieht auch in uns – als Kreislauf von Wahrnehmen, Fühlen und
Reagieren.

Statt Figuren zu sehen,
schauen wir uns jetzt an, wie dieser Kreislauf **innen** abläuft.



Was im Außen geschieht, läuft auch im Inneren ab.





Das innere geschlossenes System:

Alles, was wir wahrnehmen,
verändert unser Inneres.
Daraus entsteht Ausdruck,
der wieder wirkt.



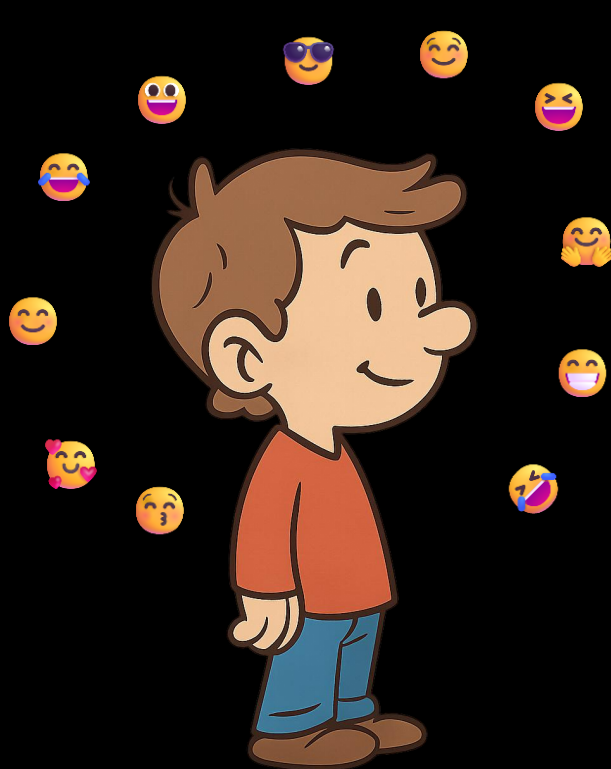
So entstehen Rückkopplung und Bewusstsein –
ein fortlaufender Kreislauf aus Wahrnehmen und Wirken.

Manchmal fühlt sich etwas angenehm(+) an –
manchmal eng oder unangenehm(–).
Beides sind Antworten unseres inneren Systems.



Positive Resonanz(+) öffnet den Kreislauf – Wahrnehmen und Ausdruck fließen leicht.

Negative Resonanz(—) verengt ihn – alles dreht sich stärker um das Innere.



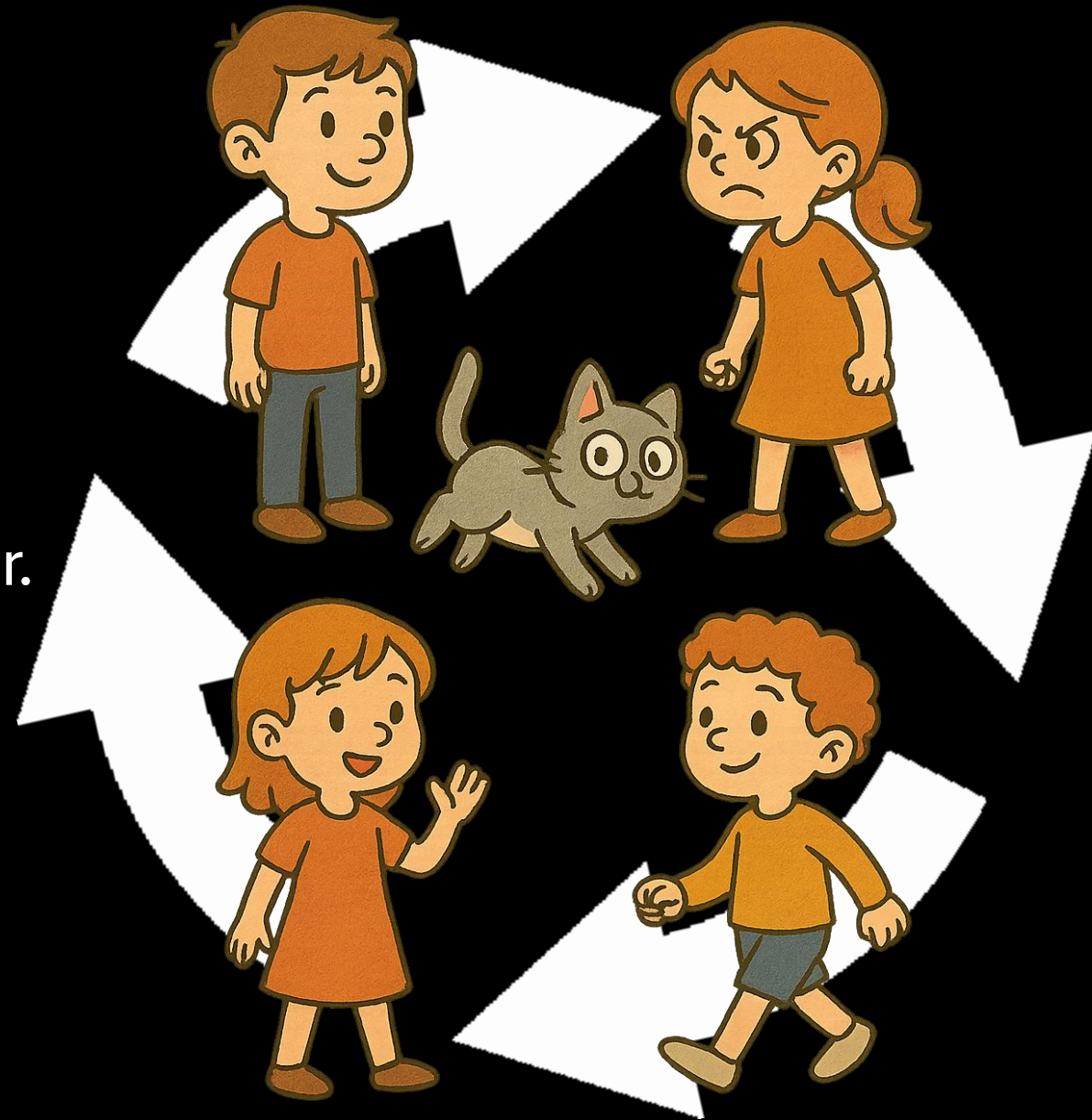
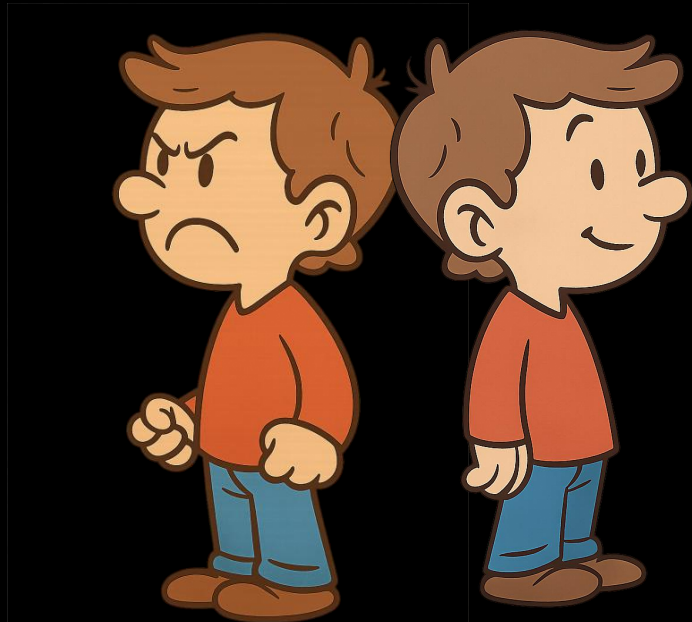
Manchmal sagen oder tun wir etwas,
das den Kontakt schließt statt öffnet.

Kennst du Sätze oder Reaktionen,
bei denen das passiert?



Noch komplexer wird es,
wenn viele Menschen miteinander in
Resonanz stehen.

Jeder reagiert auf jeden –
Gefühle, Gedanken und Stimmungen
geraten in Wechselwirkung miteinander.



Fast jeder kennt das.

Mama ist grantig 🙄,
weil Papa grantig heimkommt 😡.

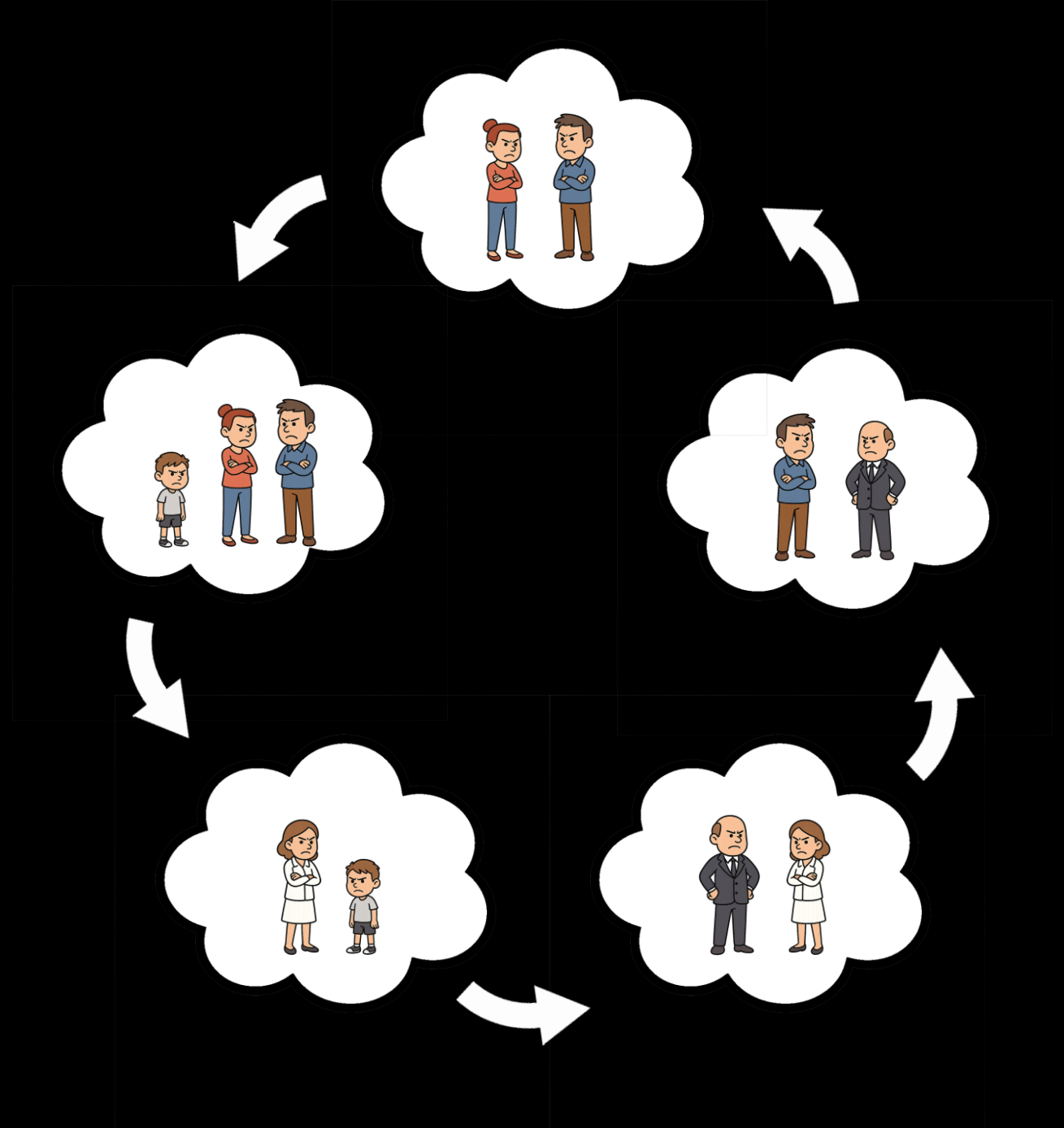
Papa ist grantig,
weil ihn der Chef angeschnauzt hat 😡.

Der Chef war grantig,
weil die Lehrerin seiner Tochter
ihn auf ein Problem angesprochen hat 🙄.

Die Lehrerin war grantig,
weil das Kind anstrengend war 🙄.

Und das Kind ist grantig,
weil Mama und Papa so gereizt waren 🙄.

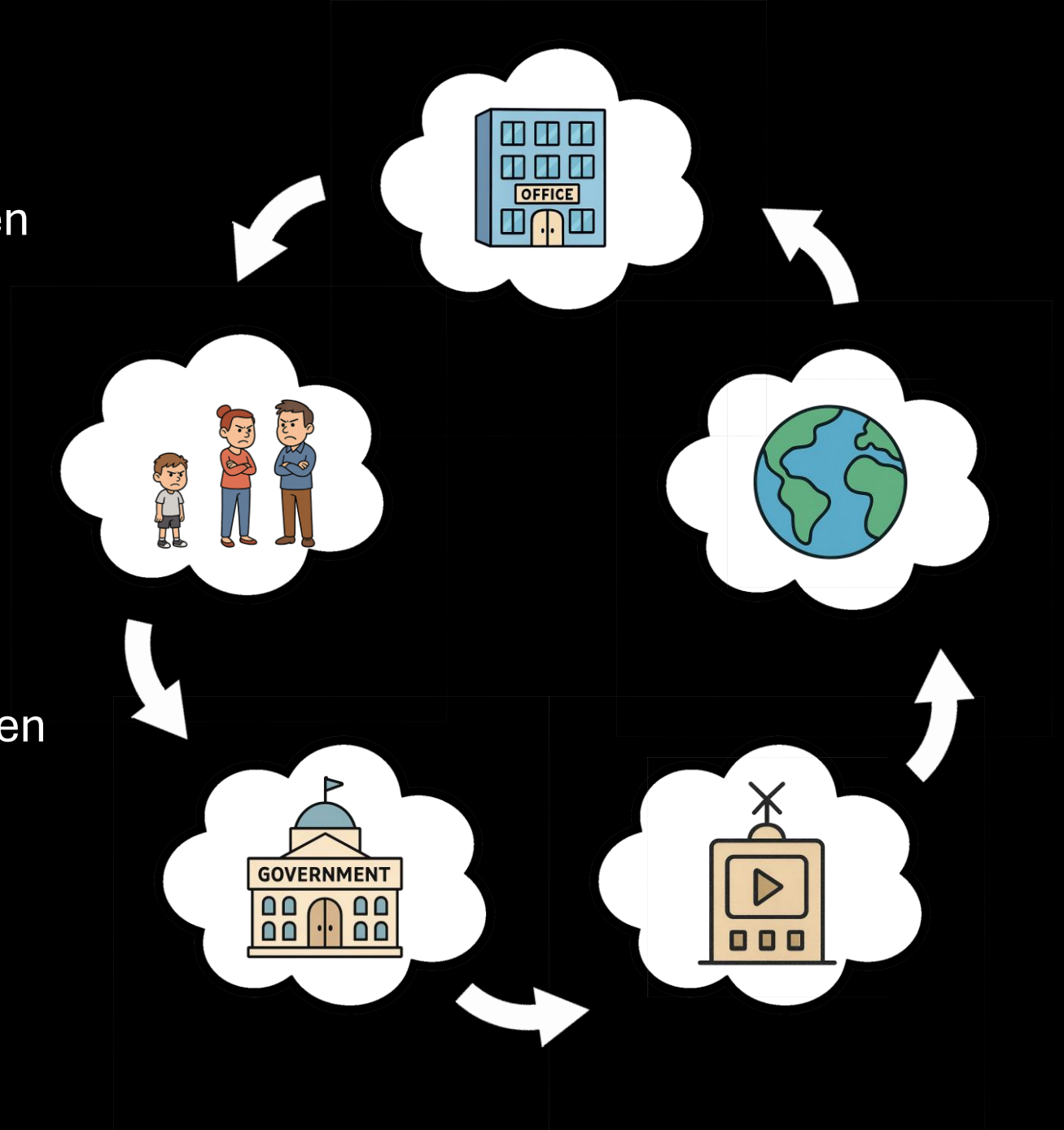
So dreht sich die Spannung im Kreis –
von einem zum anderen,
bis jemand sie erkennt und anhält.



Dieses Prinzip wirkt nicht nur zwischen Menschen.

Es zeigt sich überall,
wo Systeme miteinander verbunden
sind –
in Familien, Medien, Organisationen,
Gesellschaften ...

Überall dort entstehen Rückkopplungen
–
Spannungen, Resonanz und
Veränderung.



Wenn man das so sieht,
ist alles miteinander verwoben.

Jede Wahrnehmung, jedes Gefühl,
jede Handlung verändert das Ganze –
auch wenn wir es oft nicht bemerken.

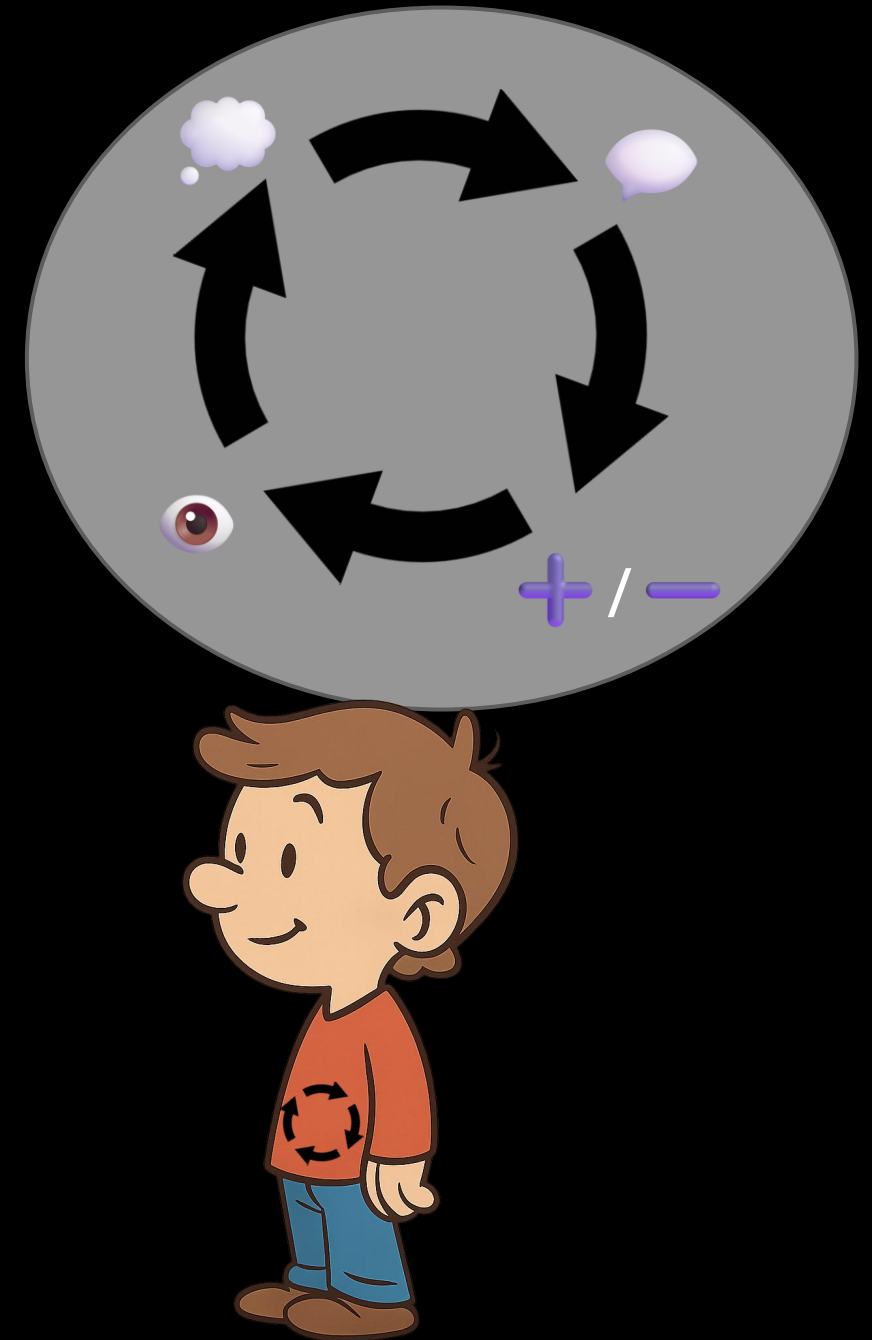
Man nennt so ein System *autopoietisch* –
das heißt:
Es erschafft und erhält sich selbst
durch das, was in ihm geschieht.

Auch wir selbst sind autopoietisch.

Alles, was wir wahrnehmen, fühlen und tun,
formt uns ständig neu.

Unsere Gedanken, Erinnerungen und Handlungen
erschaffen fortwährend das,
was wir für *uns selbst* halten.

So entsteht ein lebendiger Kreislauf –
wir sind Prozess, kein festes Ding.



Jedes System folgt seinen eigenen Regeln,
seiner eigenen Sicht und Wahrheit.

Man kann es nicht von außen mit Druck
verändern –
das gilt auch für uns Menschen.

Wird jemand gedrängt oder gezwungen,
reagiert er meist mit Widerstand.

Auf Spannung folgt Dissonanz.

Auf Offenheit – Resonanz.

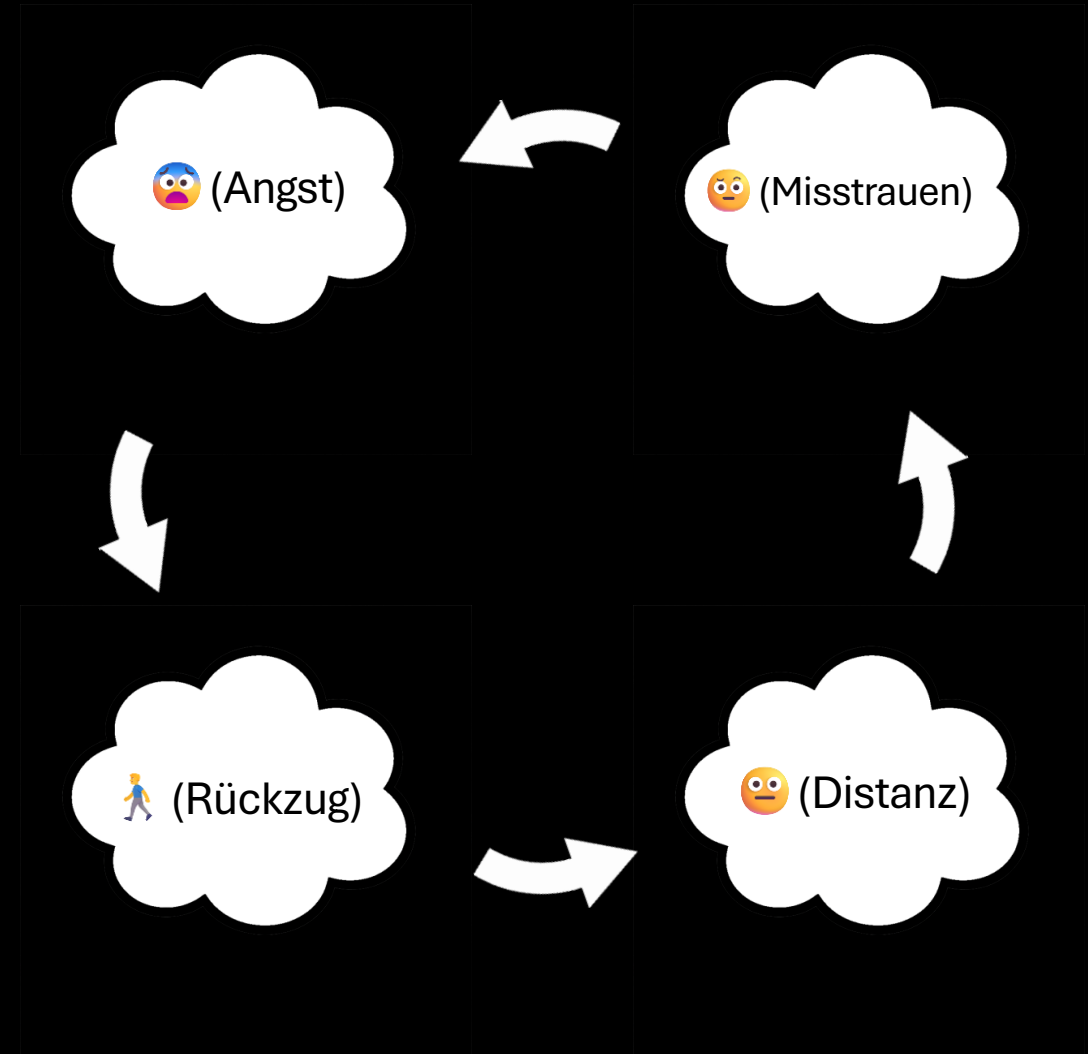
Deshalb wirkt ein „Du musst!“ verschließend,
während ein „Du kannst ...“ öffnet.



Manche Schleifen halten uns fest.

Sie drehen sich immer weiter –
aus Angst wird Rückzug,
aus Rückzug entsteht Distanz,
aus Distanz entsteht Misstrauen,
und aus Misstrauen wieder Angst.

So bleibt das System in sich gefangen.

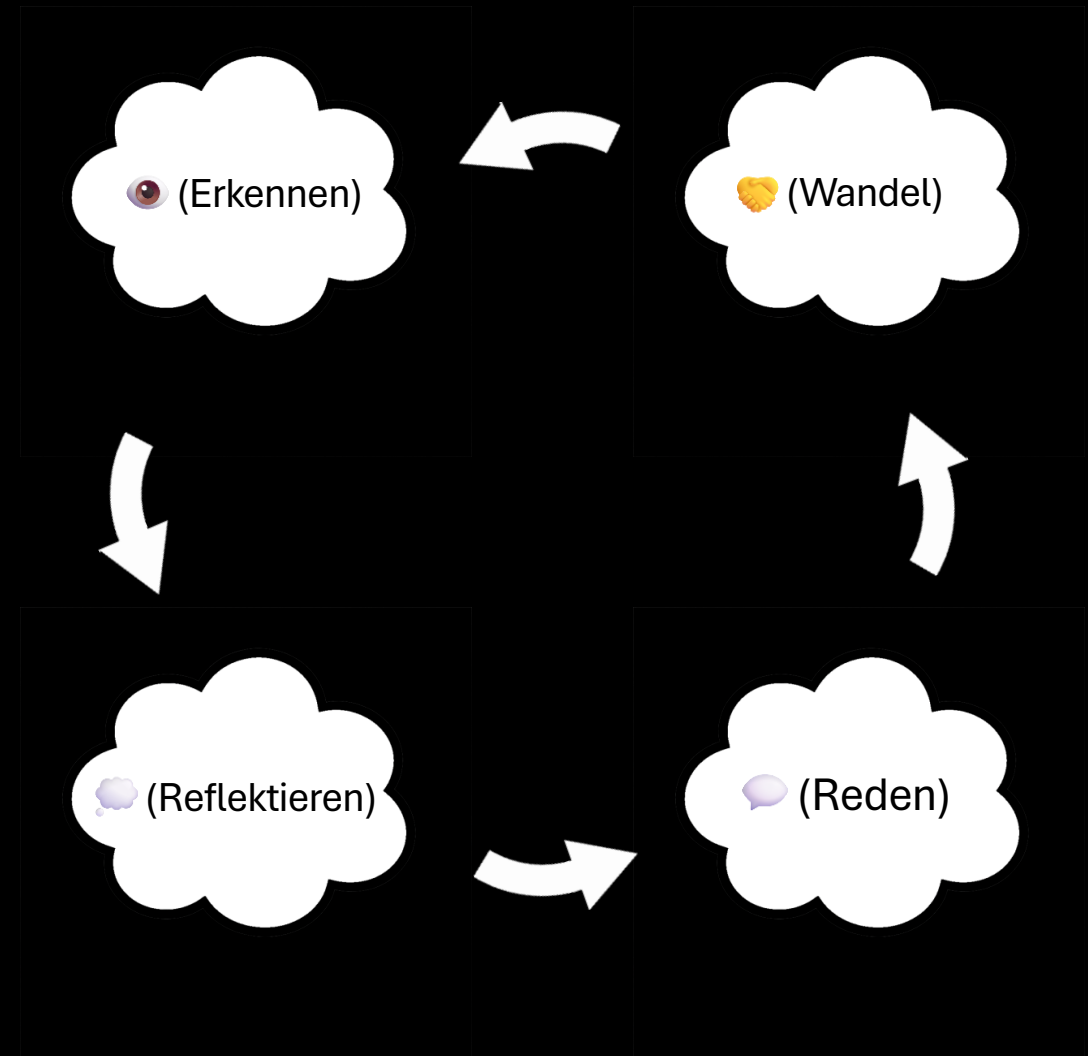


Vielleicht hat diese Schleife
bei manchen von euch etwas ausgelöst.

Eine kleine innere Bewegung –
vielleicht ein Wiedererkennen,
vielleicht ein Unbehagen.

In der Kybernetik nennt man das
Perturbation –
eine kleine Störung,
die ein System in Bewegung bringt.

Und manchmal
ist genau das der Anfang von
Veränderung. 🌱



Was als Forschung über Steuerung und Rückkopplung begann – mit Wiener, Bertalanffy und den frühen Systemdenkern – wuchs durch Foerster, Bateson, Maturana und Varela zu einer neuen Sicht auf Leben und Bewusstsein.

Luhmann, Laszlo und viele andere öffneten diese Perspektive weiter – hin zu Gesellschaft, Sinn und Welt.

Heute erkennen wir:
all das war nie nur Technik oder Theorie.
Es war der Versuch, zu verstehen,
wie sich das Leben selbst versteht.

Jede Beobachtung, jedes Fühlen,
jedes Handeln ist Teil dieser Bewegung.

Und vielleicht –
sind auch wir gerade
ein Moment davon.

