

Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e. V.
Band 11

Horst Tiwald

Talent im ,Hier und Jetzt'

Eine Zusammenschau von buddhistischen Sichtweisen mit abendländischem Denken mit dem Ziel, Gesichtspunkte östlicher und fernöstlicher Trainings-Praktiken in die Talent-Entfaltung fördernd einzubringen

Hamburg 2003
ISBN 393-6212-10-4

Dieses Buch ist in der Forschungs-Werkstatt: „*Talent-Reifung im Fußball*“ des „*Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie*“ (siehe <www.bewegen.org>) bei der Betreuung des Lehrveranstaltungs-Projektes „*Talententfaltung im Jugendfußball*“ des Fachbereiches Sportwissenschaft der Universität Hamburg unter der Leitung von HORST TIWALD und DIETMAR BEIERSDORFER entstanden (siehe: www.poest.de und <www.talenttag.de>).

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht der Übersetzungen, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form - durch Fotokopie, Mikrofilm o. a. Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Institut für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e. V.
Hamburg 2003

ISBN 393-6212-10-4

Inhalt

Vorwort	4
Einleitung	8
Eignung	13
Leistungs-Anforderung und Umfeld	20
Begabung und Talent	25
Motivation und Willens-Energie	30
Hier und Jetzt	35
Buddhistische Sicht	43
Westliche Wissenschaft – östliche Weisheit	50
Rhythmus und Kreativität	55
Blick-Richtungen	58
Praxis-Orientierung	61
Bedeutung der Achtsamkeit	64
Bedeutung der tatsächlichen Situation	67
Gewandtheit und Geschicklichkeit	69

Vorwort

„*Begabung*“, „*Eignung*“, „*Talent*“, das sind Wörter, die synonym gebraucht werden. Im Bemühen, mit ihnen Unterschiedliches zu benennen, werden sie von verschiedenen Autoren mehr oder weniger willkürlich festgelegt.

Es kann daher nicht darum gehen, zu fragen: „*Was ist ein Talent?*“, sondern man muss präziser fragen: „*Was bezeichnet dieser oder jener mit dem Wort ‚Talent‘?*“

Je nach Interesse werden diese Wörter unterschiedlich festgelegt. Mein eigenes Interesse ist nicht zu fragen, woher eine Begabung kommt, zum Beispiel von Gott, von den Genen usw., sondern ich frage mich, was eine Begabung bringt und ob und wie weit diese Begabung in ihrer Entwicklung auch Spielraum hat, der durch spezifisches Training positiv genutzt werden kann.

Wenn ich mir daher Gedanken darüber machen würde, woher etymologisch das Wort „*Begabung*“ kommt und dann entdecken würde, dass es mit „*Gaben*“ und „*geben*“ zu tun hat, dann würde ich nicht fragen, woher diese „*Gabe der Begabung*“ kommt, sondern welche „*Gaben*“ eine sogenannte Begabung „*geben*“ kann.

Was eine Begabung ist, das zeigt sich ohnehin nur dann, wenn der Begabte „*gibt*“. Nur im „*Geben*“ des Begabten wird seine Begabung sichtbar.

Das Wort „*Begabung*“ wird insbesondere im Zusammenhang mit künstlerischen Tätigkeiten gebraucht. Man erkennt dort zum Beispiel die Begabung eines jungen Pianisten dann, wenn dieser Begabte ein

Konzert „gibt“. Erst nach diesem „Geben“ staunt man über diese außergewöhnliche Leistung und grübelt, je nach eigenem Weltbild, dann darüber, ob dieses Talent „gottbegnadet“ sei oder ob es genetisch außergewöhnlich „veranlagt“ sei, was sich unter Umständen ja auch schon in seiner ganzen Familie zeige.

In meinem Gedanken-Modell, das nicht „selektionstheoretisch“ sondern „trainings-theoretisch“ ausgerichtet ist, sehe ich also die Begabung als etwas, das nicht als „Gabe“ einem Menschen gegeben wurde, sondern als etwas, das der Mensch selbst zu „geben“ in der Lage ist.

Da ich die Wörter „Eignung“, „Begabung“ und „Talent“ nicht ganz neu zuordnen möchte, akzeptiere ich den Gebrauch des Wortes „Eignung“, der insbesondere in das eingeflossen ist, was mit „Eignungs-Diagnostik“ und „Eignungs-Test“ bezeichnet wird.

Dort geht es um die Feststellung von „Tatsachen“ zum Zwecke einer prognostischen „Vermutung“.

Die in „Test-Situationen“ jeweils beobachtete Tatsache ist die „konkrete Begabung“ des Untersuchten, mit der „spezifischen Test-Situation“ tatsächlich umzugehen. Festgestellt werden also in Test-Situationen die ihnen entsprechenden „Begabungen“ der Versuchspersonen. Aus diesen „Fakten“ wird dann die „Vermutung“ abgeleitet, dass sich die Versuchsperson auch für etwas anderes „eignen“ könnte.

Die „Eignung“ ist also keine „Tatsache“, wie es die „Begabung“ oder das Talent“ sind, sondern sie ist eine „Vermutung“.¹

¹ Dass ich die „*Begabung*“ als die konkret beobachtbare „*Tatsache*“ und die „*Eignung*“ dagegen als eine „*Vermutung*“ betrachte, will ich so verdeutlichen: Es gibt Menschen, die besonders „*begabt*“ sind, aber im Bobachter keine „*Vermutung*“ aufkommen lassen, wofür sie eigentlich auch „*geeignet*“ und brauchbar sein könnten. Für diese besonderen Begabungen kann es zum Beispiel zu einer

So gesehen wird aus der „Begabung“ für das Bewältigen einer „einfacheren“ Situation auf die „Eignung“ für das Bewältigen einer komplexeren Situation geschlossen.

Um die Wahrscheinlichkeit der vermuteten Eignung zu erhöhen, werden dann mehrere festgestellte Begabungen in verschiedenen vereinfachten Test-Situationen, die vermutlich alle eine Affinität zur komplexen Situation haben, festgestellt und zu einem prognostischen Eignungs-Profil zusammengesetzt.

In dieses Profil gehen dann auch Werte ein, die wenig mit einer Begabung im Sinne einer „Tätigkeit des Gebens“ zu tun haben, wie zum Beispiel Blutwerte und Körpermaße. Der „Eignungs-Begriff“ umfasst daher als eine „Vermutung“ mehr Leistungs-Voraussetzungen als nur jene, die sich in einer Tätigkeit als Begabung äußern.

Allen gemeinsam ist aber, dass aus festgestellten „Fakten“ die Eignung als eine „Vermutung“ hinsichtlich einer ganz spezifischen Beanspruchung abgeleitet wird.

In den Eignungs-Tests, zum Beispiel beim Sichtbarmachen der sogenannten „koordinativen Fähigkeiten“, wird der Sportler in eine ganz spezifische Situation gestellt und es wird beobachtet und registriert, was er in dieser Situation „gibt“.

Es wird also seine „Begabung mit der spezifischen Test-Situation umzugehen“ quantitativ festgestellt.

Aufgrund dieser test-spezifischen Begabung wird (in Kombination mit den festgestellten Begabungen in anderen Test-Situationen) dann auf

bestimmten Zeit in einer bestimmten Kultur noch keine bereits kulturell anerkannten Aufgaben geben. Es bleibt dann eben bei der Vielfalt der begabten Tätigkeit in beobachtbaren Situationen, für die allerdings keine Nachfrage besteht.

die „Eignung“ für eine hinsichtlich der Test-Situationen mehr oder weniger komplexen Sportart, also auf eine „umfassendere Begabung“ geschlossen.

Diese sportartspezifische Begabung zeigt sich aber erst in der komplexen sportlichen Praxis selbst und gibt dann von dort her erst der prognostisch vermuteten Eignung mehr oder weniger recht.

Wenn ich also in diesem Buch von „Begabung“ spreche, dann ist damit immer die „sportart-spezifische Begabung“ gemeint, die sich erst in der konkreten Sportpraxis zeigt. Innerhalb dieser Begabung unterscheide ich dann zwischen der vom Rhythmus geprägten „Begabung“ (der Begabung im engeren Sinne) und dem kreativen „Talent“.

Das Wort „*Eignung*“ fällt damit zurück auf eine virtuelle Ebene.

Ich werde in diesem Buch tatsächliche „Begabungen für isolierte Test-Situationen“ nicht mehr gesondert erwähnen und auch nicht von der „Eignung als einer Vermutung“ unterscheiden.

Einleitung

Östliche und fernöstliche Methoden der Entspannung, der Konzentration, der Selbsterfahrung, der Regeneration und der Selbstaktivierung werden im Sport immer mehr mit westlichen Methoden der Leistungs-Optimierung verknüpft.

Nicht immer bringen diese als Trainings-Ergänzungen eingesetzten Maßnahmen aber den erhofften Erfolg.

Ich möchte deshalb hier keine psychisch orientierten Trainings-Ergänzungen beschreiben oder empfehlen, sondern Aspekte dieser östlichen Methoden mit westlichem Denken verbinden und deren Relevanz für die Talent-Entfaltung aufzeigen.

Diesen Text habe ich für jene geschrieben, die Freude am eigenen Denken haben, auf Sprache hinhören können, auch an buddhistischen Gedanken interessiert sind und letztlich in der Praxis ihr eigenes Handeln optimieren wollen.

Niemand muss allerdings meine Gedanken verstehen, um selbst Talent zu sein, für den aber, der mit Talenten fördernd umgehen will, können die dargelegten „gedachten Erfahrungen“ von Vorteil sein.

Für ein Talent selbst ist es entscheidend, ob es überhaupt „in-Form-sein“ kann. Dieses „In-Form-Sein“ hängt eng mit dem sogenannten „Hier und Jetzt“ zusammen. In diesem „unmittelbaren“ Bezug zur aktuellen Situation stellt sich ein „spontanes“ Tun ein, das nicht durch

eine „Motivation“ geführt, sondern von einer „Willens-Stärke“ erfüllt ist.

Um ein Talent zu verstehen, ist es daher von Vorteil, wenn man sich klar wird, was es mit dem sogenannten „Hier und Jetzt“ auf sich hat und was einen „willensstarken“ Menschen von einem „hochmotivierten“ Menschen unterscheidet.

Wenn man Experten der Sportpraxis, die oft ein sehr gutes Auge für Talente haben, fragt, woran sie ein Talent erkennen, dann bekommt man nicht selten die scheinbar unbefriedigende Antwort: „*Das sieht man doch!*“

Damit hat der Experte zwar den Fragenden nicht zufrieden gestellt, aber den Sachverhalt genau getroffen.

Ich habe daher meine Studierenden in unserem Projekt: „*Talent-Entfaltung im Jugendfußball*“ darauf aufmerksam gemacht:

- dass sie „beachten“ sollen, was sie sehen,
- damit sie nicht nur das sehen, was sie „beobachten“.

Genau darauf kommt es an!

Das „Beobachten“ ist analog zu den Eignungs-Tests von einem „Denken“ geleitet, das die bereits vorhandene Erfahrung, soweit sie begrifflich gefasst wurde, einbringt. Dieses Denken erfasst aber weniger, als man im unmittelbaren Bezug zur Praxis „schaut“. Das Denken erreicht daher nicht jenes „Ganze“, das man sehr wohl „schauend“ wahrnimmt, weil man es eben „sieht“, wie jene Experten antworten, die als Praktiker ihr Sehen mit Erfolg in effektives Handeln umsetzen können.

Die „Summe“ dessen, was man „denkend beobachten“ kann, erreicht also nie das „Ganze“, das man „schauend“ wahrnehmen kann.

Die Formulierung: „*Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile!*“ ist aber irreführend und letztlich falsch. Treffender ausgedrückt müsste es heißen:

„*Die Summe der Teile ist weniger als das Ganze!*“

Diese Umformulierung mag überflüssig erscheinen, weil es logisch scheinbar auf das Gleiche hinausläuft. Dies tut es aber nur „scheinbar“.

In der ersten Behauptung liegt nämlich die Beweislast im Aufweis, was dieses gespenstische „Mehr“ eigentlich sein soll. In meiner Umformulierung geht es dagegen um das Aufzeigen, wodurch dieses „Weniger“ eigentlich verursacht ist. Dies ist ein ganz anderes und leichter lösbares Problem.

Wenn man diesen Gedanken auf den Begriff „Talent“ überträgt, dann erscheint dieses nicht mehr als die Summe aller Daten aller möglichen Eignungs-Tests, sondern die Summe aller möglichen Eignungs-Test erreicht nie das Ganze des Talents in seinem praktischen Wirken.

Wenn ich nun meine Studenten beim Sichten von Talenten auffordere, das zu „beachten“, was sie „sehen“ bzw. „unmittelbar“ in der Praxis „schauen“, dann soll sich dadurch:

- einerseits ihr Schauen differenzieren; sie „begreifen“ dann auch neue Merkmale und die zugeordneten spezifischen Situationen, in denen sich diese zeigen; das „gedanklich Beobachtbare“ wird dadurch mehr und das bisher „Nur-Geschaute“ wird dadurch immer mehr „denkbar gemacht“;
- andererseits wird aber durch dieses „Denkbar-Machen des Geschauten“ auch das „Sehen“ besser und man „schaut“ immer intensiver, lebendiger und treffender, was das eigene Handeln optimiert.

Es geht also darum, beide Beine auf den Boden zu bringen,

- sowohl das „denkende Beobachten“

- als auch das unmittelbar „beachtende Schauen“.

Verliert man das „Schauen“, dann sieht man nur mehr das, was man bereits „beobachten“ kann. Dies kann im Ernstfall aber zu wenig sein!

Das Talent wird durch sein „denkendes Beobachten“ nicht in seinem „achtsamen Schauen“ behindert. Es kann beides miteinander vereinen und „erschaut“ zum Beispiel im Fußballspiel blitzartig Lücken, die dem denkenden Beobachter zu spät auffallen oder ihm überhaupt entgehen.

Dieses „Schauen“ von neuen Chancen ist Grundlage für die Kreativität des Talents in seinem „In-Form-Sein.“

Ich werde nun versuchen, zuerst zu verdeutlichen, was in meinem Denkmodell der Unterschied zwischen „Eignung“, „Begabung“ und „Talent“ ist. Dann werde ich mich dem Verständnis des Unterschiedes zwischen „Willens-Stärke“ und „Motivation“ zu wenden.

Um das Talent-Problem zu vertiefen, werde ich dann unterschiedliche Auffassungen des sogenannten „Hier und Jetzt“ aufzeigen. Dadurch soll verständlich werden, was eigentlich mit der „Unmittelbarkeit“ des „In-Form-Seins“ gemeint ist.

Dieses „In-Form-Sein“ könnte man auch als ein „Im-Wirken-Sein“ betrachten.

Man ist nämlich in seinem „unmittelbaren“ Bezug zur Praxis in diese gleichsam hineingestellt, man ist im „Wirken“, das um einen „da ist“ und kann sich von diesem „Wirken“ dann „einstellen“ und sich letztlich von ihm „tragen“ lassen.

Dies ist die Grundlage für das eigene zweckmäßige und ökonomische Handeln, das im Wirken in der Welt außer sich „Lücken“ erkennt und das Wirken außer sich für sich nutzen kann, wie der Segler den Wind.

Es geht also um das Aufnehmen des Einstellwirkens im „Hier und Jetzt“, was das „In-Form-Sein“ prägt.

In diesem Zusammenhang werde ich dann auf chinesische Auffassungen Bezug nehmen, die ähnlich dem Gedanken von VIKTOR VON WEIZSÄCKER² sind, der die Meinung vertrat, dass, wer das Leben erkennen will, sich auch an ihm beteiligen muss. Diese Formulierung ist eine andere Fassung des für den Marxismus grundlegenden Gedankens, dass das Sein als die gesellschaftliche Praxis das Bewusstsein bestimmt und nicht das Bewusstsein „wirkend“ jenes erschafft.

Der Mensch „wirkt“ zumindest am Beginn seines Werdens nicht einem vorgegebenen Bewusstsein entsprechend, sondern er lernt, sich an dem, was ohne ihn sowieso als Wirken „vorhanden“ ist, zu „beteiligen“, sich auf es einzulassen, sich „selbstbewegend“ von ihm „tragen“ zu lassen.

Man muss sich also auf das Getragen-Werden „hinhörend“ und „sanft hinwirkend“ einlassen, damit man für seinen eigenen transformierenden Wirk-Beitrag „eingestellt“ werden kann, woraus dann das „Erkennen“ entsteht.

Das Leben ist „Wirken“, ich darf mich von ihm „tragen“ lassen, damit ich mich an ihm „beteiligen“ und es erst dadurch „erkennen“ und letztlich dann auch zweckmäßig „gestalten“ kann.

² Vgl. HORST TIWALD: *„Bewegen zum Selbst – diesseits und jenseits des Gestaltkreises.“* Hamburg 1997. ISBN 3-9804972-3-2.

Eignung

„Eignung“, „Begabung“ und „Talent“ sind in meinem Gedanken-Modell drei qualitativ verschiedene Gegebenheiten. Man würde mich missverstehen, wenn man meinte, ich würde die Begabung als eine besondere Eignung und das Talent als eine quantitative Steigerung der Begabung betrachten.

Unter „Eignung“ verstehe ich das Insgesamt aller, hinsichtlich eines bestimmten Anforderungs-Profils, relevanten „Leistungs-Voraussetzungen“, die eine Prognose hinsichtlich der sportlichen Leistungsfähigkeit ermöglichen.

Verbreitet ist die Unterscheidung dieser Leistungs-Voraussetzungen in „ererbte“ und „erworbene“. Ich folge aber nicht dieser umgangssprachlich gut brauchbaren Unterscheidung, weil sie wissenschaftlich eine geringe Suchkraft aufweist und letztlich sogar in die Irre führt.

Es reicht für die Diskussion des Talent-Problems, wenn man vorerst zwischen Voraussetzungen unterscheidet, die relativ wenig „Veränderungs-Spielraum“ haben und jenen, die innerhalb von ebenfalls gesetzten Grenzen mehr Spielraum für Veränderungen, z. B. durch Training, aufweisen.

Jene Voraussetzungen, die wenig Spielraum aufweisen, kann man nun „statisch“ in ihrer jeweiligen Ausformung, zum Beispiel die jeweilige Körpergröße, aber auch hinsichtlich ihrer Entwicklungs-Chance „dynamisch“ betrachten. Dieser Rahmen ist dann aber ebenfalls ein mehr oder weniger festgelegtes und nicht durch Training deutlich veränderbares Schicksal. So versucht man mit Tests bereits bei Kindern schon sehr früh ihre maximal erreichbare Körpergröße zu ermitteln.

Diese durch Training unveränderbaren Merkmale sind die eigentliche Domäne der Eignungs-Tests, deren Theoretiker davon träumen, künftig das festgelegte und durch Training unveränderbare Schicksal des Menschen aus seinen Genen ablesen zu können oder gegebenenfalls durch Klonen Schicksal spielen zu können.

Derartige Tests haben insbesondere Bedeutung bei der Selektion von Menschen hinsichtlich bestimmter Leistungs-Profile. Man kann mit ihrer Hilfe nämlich relativ früh sagen, ob es sich „lohnt“, in den jeweiligen Menschen zu „investieren“ oder nicht.

Da diese Tests auf mehr oder weniger unveränderbare Merkmale bezug nehmen, haben sie hinsichtlich des Trainings dieser Menschen keine Bedeutung.³

Für das Training interessant sind erst jene Tests, die sich auf veränderbare Merkmale beziehen und einerseits Aussagen darüber machen,

³ ROLAND WERTHNER meint hinsichtlich des Fußballspiels: *„Prognostisch von besonderer Bedeutung sind jene Faktoren bzw. Parameter der Leistungsfähigkeit, die im Spitzenbereich wesentliche Relevanz haben, die durch Training nicht bzw. nur gering veränderbar sind und im Kindes- und Jugendalter bereits in hoher Leistungsausprägung diagnostizierbar sind.“*

Dies erscheint ihm als Leichtathleten vielleicht deshalb so, weil er auch die Meinung vertritt: *„Je höher das angestrebte Leistungsniveau in einer weltweit betriebenen Sportart, desto geringer sind die Kompensationsmöglichkeiten und umso höher ist daher die Bedeutung der genetischen Veranlagung“.*

Dies mag für die Leichtathletik und andere einfache Sportarten, die Domäne der heutigen Trainingswissenschaft sind, durchaus zutreffen. Für komplexe Sportarten, wie Fußball, die letztlich gar nicht individuelle Leistungen sondern Teamleistungen verlangen, ist dieser Schluss sicher voreilig und ohne empirische Grundlage. WERTHNER gibt ja auch zu, dass bloß *„ein inhaltlich logischer Bezug zum modernen Fußball herstellbar“* ist.

Da diese „Logik“ anscheinend hinkt, muss er letztlich doch ausweichen und feststellen: *„Eine Abrundung erfährt die aufgezeigte Strategie durch Einbeziehen von Expertenurteilen.“*

Vgl. ROLAND WERTHNER *„Sportmotorische Leistungsdiagnostik als Grundlage für Selektionsentscheidungen bzw. eine prognostisch orientierte ‚Talent‘-Förderung im Fußball.“* Siehe hierzu im Internet: <www.werthner.at>

wo die individuellen Grenzen der möglichen Ausprägung dieser Merkmale liegen, d.h. über welche Leistung man auch mit bestem Training nicht hinauskommen wird, und wo der einzelne Athlet hinsichtlich seiner ganz individuellen Chancen gerade steht, d.h. in welchem Grad er sein persönliches Entwicklungs-Potenzial bereits ausgeschöpft hat. Diese Ausschöpfung kann nun vom biologischen Alter und/oder vom Trainings-Alter abhängen. Das Trainings-Alter alleine ohne Berücksichtigung der Trainings-Qualität sagt aber eigentlich gar nichts aus, denn es hängt von der Qualität des Trainings ab, wie weit ein Athlet seine durch Training ausschöpfbaren Chancen überhaupt realisieren kann.

Dieses optimale Training ist in einfachen Sportarten, wie Leichtathletik und Schwimmen, die selbst nicht viel komplexer sind als jene Test-Situationen, in denen die einzelnen Leistungs-Voraussetzungen isoliert gemessen werden, relativ einfach zu realisieren. Deshalb entscheidet ja hier in der Weltspitze, da alle Spitzen-Athleten ähnlich gutes Training realisieren, dann die Größe des mehr oder weniger festgelegten Entwicklungs-Rahmens, den jeder für sich durch sein gutes Training ohnehin optimal ausschöpfen kann.

In komplexeren Sportarten, wie Fußball, ist das optimale Training keineswegs eine „Kunst“, die jeder kann. Deshalb hängt es hier oft weniger von der „Größe“ des auszuschöpfenden Rahmens ab, sondern vom „Grad“ seiner Ausschöpfung, was auf eine „Trainings-Kunst“ verweist.

Eine „geringere Leistungs-Voraussetzung“ in einzelnen Dimensionen in größerem Maße ausgeschöpft kann hier mehr sein, als eine der Chance nach höher diagnostizierte „Eignung“, die durch schlechtes Training geringer ausgeschöpft wurde.

Es kann daher effektiver und ökonomischer sein, sich mehr um ein gutes Training zu kümmern, als Energie dafür aufzuwenden, jene als weniger geeignet diagnostizierten Talente

rechtzeitig auszusortieren, für die sich aus der Sicht der Eignungs-Tester angeblich die Investitionen nicht lohnen.

Wenn man daher sichtet, dann gilt es insbesondere darauf zu achten, dass eine gute Leistung bei geringerer Ausschöpfung der Entwicklungs-Chancen hinsichtlich der Talent-Sichtung interessanter ist, als die gleiche Leistung mit großer Ausschöpfung der Entwicklungs-Chancen.

Bei den Leistungs-Voraussetzungen gibt es also solche:

- die kaum veränderbar sind und die man deshalb „akzeptieren“ muss. Man bezeichnet diese kaum veränderbaren Voraussetzungen auch als „Konstitution“, wie Körpergröße, Charakter; hierher gehören aber auch bestimmte psychische und physische Merkmale;
- die innerhalb von Grenzen „quantitativ“ veränderbar, d.h. „trainierbar“ sind. Sie bezeichnet man in ihrer Gesamtheit auch als „Kondition“. Hierher gehören die „motorischen Fähigkeiten bzw. Eigenschaften“, wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit. Hierher gehören aber auch die „koordinativen Fähigkeiten“ und bestimmte psychologische und physiologische „Eigenschaften/Fähigkeiten“;
- die innerhalb von Grenzen „qualitativ“ verändert werden können, d.h. „gelernt“ und „geübt“ werden können, wie die „motorischen Fertigkeiten“, also letztlich die sportlichen Techniken. In diese Gruppe gehören aber auch andere Leistungs-Voraussetzungen, die man „lernen“ und „üben“ kann, wie Kommunikations-Techniken, Aktivierungs-Techniken, Entspannungs-Techniken, Regenerations-Techniken usw.

In allen drei Bereichen können die Leistungs-Voraussetzungen mehr oder weniger isoliert voneinander gemessen und/oder geschätzt werden. Diese Gesamtheit der isoliert gemessenen und/oder geschätzten

Leistungsvoraussetzungen fasse ich als diagnostizierte „Eignung“ zusammen. Die „Eignung“ ist also für mich das, worüber man aufgrund „isolierter“ diagnostischer Zugriffe Bescheid weiß. Es gibt in dieser Hinsicht bereits eine große Menge von diagnostischen Zugriffsmöglichkeiten, die schon erwähnten „Eignungs-Tests“.

Sowohl die dynamische Eignung (als den geschätzten Entwicklungs-Rahmen eines Sportlers), als auch die statische Eignung (als aktuellen Zustand) kann man mit Tests gut feststellen. Diese Eignungs-Tests messen aber in beiden Fällen in isolierten Test-Situationen die einzelnen Eignungs-Merkmale jeweils „möglichst getrennt“ voneinander.

Ein gutes Test-Ergebnis über den aktuellen Zustand in allen einzelnen Test-Situationen sagt aber nicht zwingend auch etwas Genaues über die tatsächliche derzeitige sportartspezifische Leistungsfähigkeit aus.

Dies nicht nur deswegen, weil noch nicht alle Leistungsvoraussetzungen mit Tests erfassbar sind, sondern weil es in der Praxis darauf ankommt, wie diese in isolierten Test-Situationen gemessenen Leistungsvoraussetzungen sich angesichts einer aktuellen komplexen und dynamischen Situation „organisch“ miteinander verbinden.

Dieses Verbinden wird aber von der Situation „geführt“, für die der Sportler die achtsame „Begabung“ haben muss, mit ihr in eine „Kohärenz“ zu kommen und dort produktiv „offen“ sein zu können.

Die „Begabung“ für „komplexe“ Situationen zeigt sich nicht in „isolierten“ Situationen, sondern immer nur im „Hier und Jetzt“ der konkreten und komplexen Praxis.

Die Test-Ergebnisse geben aber sehr wohl eine brauchbare Orientierung.

Letztlich kommt es aber, wie soeben aufgezeigt, darauf an, wie der Athlet seine gesamten aktuellen Leistungs-Voraussetzungen sportart-spezifisch integriert, wie er aus seinen jeweiligen Schwächen und Stärken mit Augenmaß für die konkrete Sport-Praxis ein optimales Muster bildet.

Kann ein Athlet sportartspezifisch mit den Leistungs-Voraussetzungen seiner sportartspezifischen Eignung umgehen, dann ist er nicht nur für die konkrete Sport-Praxis „geeignet“ und bloß für den praktischen Umgang mit isolierten sportartspezifischen Test-Situationen „begabt“, sondern er ist dann auch für die konkrete Sport-Praxis „begabt“.

Die „Begabung“ für eine „höhere Ebene des Handelns“ zeigt sich nämlich erst im Umgang mit den Stärken und Schwächen der Leistungs-Voraussetzungen angesichts dieser konkreten und hinsichtlich der isolierten und engen Test-Situation viel komplexeren Praxis.

- Dies wird besonders in jenen Sportarten deutlich, in denen die Sport-Praxis erheblich dynamischer und komplexer als die relevanten sportartspezifischen Test-Situationen ist, wie zum Beispiel im Fußball.
- In Sportarten dagegen, die im standardisierten Umfeld⁴ und daher in relativ einfachen Situationen bloß konkurrierend und nicht kämpfend⁵ durchgeführt werden, wie in der Leichtathletik und im Schwimmen, ist die „Begabung für

⁴ Zum Problem der Hierarchie der Sportarten hinsichtlich ihrer Komplexität siehe meinen Beitrag: „*Talent-Reifung im Fußball und Tennis*“. im Internet: www.tiwald.com im Ordner: „*Talentreifung im Fußball und Tennis*“.

⁵ Zur meiner Unterscheidung von „*Kampf*“ und „*Konkurrenz*“ siehe meinen Beitrag: „*Kampf und Konkurrenz in Sport und Spiel*“. In: „*Leibesübungen Leibeserziehung*“. Wien 1976/4.

die Test-Situation“ oft sehr ähnlich der „Begabung für die jeweilige Sport-Praxis“.

Die Bedeutung der „Eignungs-Tests“ relativiere ich nicht deswegen, weil ich die Tests für überflüssig halte, sondern weil ich etwas sichtbar machen und ins Zentrum des Beachtens rücken möchte, was in der Sportwissenschaft heute noch nicht ausreichend berücksichtigt wird. Dieser Mangel entstand vermutlich deswegen, weil sich unsere Trainings-Wissenschaft bisher mit großem Erfolg mehr an den einfachen Sportarten, wie Leichtathletik und Schwimmen, orientiert und das dort Gefundene und dort Brauchbare nur auf komplexere Sportarten zu übertragen gesucht hat, ohne im erforderlichen Maße das Training jeweils auch von der komplexen Sport-Praxis her zu beleuchten.

Da die „Begabung“ und das „Talent“ in meinem Denk-Modell etwas anderes sind als die durch Eignungs-Tests festgestellte „Eignung“, gibt es:

- einerseits als höchst geeignet eingeschätzte Athleten, denen es aber an Begabung und an Talent fehlt und die deswegen, trotz ihrer hervorragenden Ergebnisse in den Eignungs-Tests, nicht in die Weltspitze vordringen können;
- andererseits gibt es für eine bestimmte Sportart begabte Talente, denen keine hervorragende Eignung bescheinigt wurde, zum Beispiel wegen zu geringer Körpergröße, und die deswegen ebenfalls nicht die Weltspitze erreichen.

Hinsichtlich des Spitzensports werden daher „hochgeeignete Talente“ gesucht. Um diese zu finden, werden vorerst mit Eignungs-Tests die vermutlich „besonders Geeigneten“ herausgefiltert und dann unter diesen „besonders Geeigneten“ die „Talente“ gesucht. Der erste Schritt ist also der Eignungs-Test.

Hier bleiben aber jene Begabten und jene Talente auf der Strecke, die wegen ihrer mittelmäßigen Eignung trotz ihrer Begabung vermutlich keine Chancen haben, in die Weltspitze vorzudringen. Hier kann man sich aber in komplexen Sportarten sehr täuschen.

Das „weniger-geeignete-Talent“ bleibt also bei diesem Verfahren auf der Strecke, während der „nicht-talentierte-Geeignete“ noch eine Chance der Bewährung bekommt.

Die Eignungs-Tests erfassen in isolierten Test-Situationen nur mehr oder weniger allgemein vorhandene Merkmale in ihrer jeweiligen Ausprägung. In der konkreten Praxis geht es dagegen um den jeweils konkreten Einzelfall, für den die Summe von Eignungs-Merkmalen nicht hinreichend ist. Es geht vielmehr um ein situationsspezifisch integriertes, ganz individuelles Merkmals-Muster. Es geht um das Nutzen aller zweckmäßigen und ökonomischen Kompensationsmöglichkeiten.

Das hochgeeignete Talent ist daher der „seltene“ Einzelfall, der auch mit „seltenen“ Situationen kreativ umgehen kann.

Es sind also letztlich die Ausnahmen von der sich statistisch zeigenden und bloß grob orientierenden Regel gesucht.

Diese Ausnahmen sind nicht nur eine quantitative Vergrößerung des Normalen, sondern letztlich, als ein neues „integrales Ganzes“, auch etwas qualitativ Anderes. Diesem Anderen gilt es auf die Spur zu kommen.

In unserem Projekt „*Talent-Entfaltung*“⁶ dient unser theoriegeleitetes Unterscheiden daher dazu, gleichsam neue Sichtungs-Konten zu eröffnen, auf die dann von der Praxis her durch gezieltes Beobachten und Befragen mit konkreten Erfahrungen eingezahlt werden kann. Durch unser Beachten dessen, was wir unmittelbar in der Praxis „schauen“, werden wiederum neue Konten eröffnet.

In dieser Forschungs-Methode kommt der Sportwissenschaft vorerst nur die Aufgabe zu, theoriegeleitete Unterscheidungen und suchkräftige Fragen an die Praxis heranzutragen und sich darauf vorzubereiten, die „Einzahlungen“ aus der Praxis mit bereits bestehenden Theorien zu verknüpfen, um so brauchbare Maßnahmen zur Betreuung von Talenten zu entwickeln und zu deren praktischen Überprüfung zu kommen.

⁶ Vgl. hierzu auch meine anderen Texte hierzu auf meiner Homepage <www.tiwald.com>

Leistungsanforderung und Umfeld

Um ein Talent erfolgreich suchen zu können, muss man vorher genau wissen „wofür“ dieses Talent tätig werden soll. Es geht ja nicht darum, eine allgemeine Eignung, zum Beispiel für Sport überhaupt oder für bestimmte Gruppen von Sportarten zu suchen, sondern eine besondere Eignung für eine ganz bestimmte Sportart. Nicht das sogenannte „Sportartenübergreifende“ ist letztlich gefragt, sondern das „Sportart-spezifische“.

Dass das gesuchte Talent für andere Sportarten ebenfalls besonders geeignet und begabt sein kann, enthebt einen nicht der Aufgabe, sich die Frage zu beantworten, was das ganz besondere Wesen der eigenen Sportart ist und was diese von allen anderen Sportarten unterscheidet.

Ob man diese Frage restlos beantworten kann, darauf kommt es dabei gar nicht an, sondern es geht um das Vorantreiben des Bemühens, das ganz besondere Wesen der eigenen Sportart möglichst differenziert zu erfassen.

Gleiches gilt für das ganz besondere Wesen des jeweiligen Athleten, denn es geht im Training und Wettkampf nicht um ein sportartspezifisches Talent überhaupt, sondern um die ganz besondere Person mit allen ihren für sie typischen Stärken und Schwächen. Dies ist aber erst der zweite Schritt, der dann zum Tragen kommt, wenn man ein Talent schon gefunden hat.

Vorerst geht es in einem ersten Schritt bloß darum, genau zu analysieren, wofür ein Talent gesucht wird. Hierfür gilt es dann einerseits allgemeine Eignungs-Tests, die auch für andere Sportarten brauchbar sind, andererseits aber auch ganz spezielle sportartspezifische

Eignungs-Tests zu entwickeln, die nur für die spezifische Sportart etwas aussagen.

Als nächstes sollte man sich dann die Frage stellen, ob diese sportart-spezifische Eignung überhaupt ausreicht. In unserer heutigen Medien-Welt trifft dies nämlich immer weniger zu. Die sportliche Leistungsfähigkeit hängt nicht unerheblich davon ab, wie es dem Athleten gelingt, mit seinem medialen Umfeld umzugehen.

Es geht also heute im Spitzensport nicht nur darum, ob der Athlet ein Talent für seine Sportart ist, sondern ob er auch Talent hat, mit seinem medialen und sozialen Umfeld umzugehen.

Der Athlet befindet sich daher in einem spannenden Dreiecks-Verhältnis⁷ zwischen:

- seiner Persönlichkeit,
- den sportartspezifischen Leistungs-Anforderungen,
- dem medialen und sozialen Umfeld.

Bei der Feststellung der Eignung gilt es daher zu überprüfen:

- den äußeren Umgang des Athleten mit seinem medialen und sozialen Umfeld;
- den inneren Umgang mit sich selbst in der Auseinandersetzung mit dem medialen und sozialen Umfeld;
- den äußeren Umgang des Athleten mit den sportartspezifischen Leistungs-Anforderungen;
- den inneren Umgang des Athleten mit sich selbst angesichts der sportartspezifischen Leistungs-Anforderungen, seiner Erfolge und Misserfolge.

⁷ Das Verhältnis von sozialem/medialem Umfeld mit dem Leistungs-Anforderungen (wie zum Beispiel das Bemühen der Medien um Einschalt-Quoten und um Pausen für die Werbung in diesem Dreiecksverhältnis die Leistungs-Anforderungen an die Athleten verändert) ist ein eigenes Thema, das hier nicht behandelt wird.

Für alle diese Bereiche gibt es allgemeine Erfahrungen, die überprüfbare Eignungs-Kriterien sichtbar machen. Diese mittels Tests abschätzbare Eignung ist für den sportlichen Erfolg notwendig, aber nicht hinreichend. Ein Mehr an Eignung, z.B. an Ausdauerfähigkeit, zeigt sich nicht unbedingt auch schon in einem sportlichen Leistungszuwachs.

Es kommt daher auch hier auf das Maß und auf das jeweilige sportart- und persönlichkeitspezifische Muster an.

Begabung und Talent

Es gibt für die Lösung eines bestimmten Problems immer mehrere Wege. Eine „Leistung“ ist es daher auch, ein Problem auf verschiedenen Wegen lösen zu können⁸. Es kommt also letztlich darauf an, wie der Athlet (mit Augenmaß für das Wesentliche seiner Sportart und für das Wesentliche seines Umfeldes) mit den Grundlagen seiner Eignung umgehen kann.

Diesen Umgang mit den Grundlagen seiner „Eignung“ im Hinblick auf das „Wesentliche“ der Anforderungen nenne ich „Begabung“.

Die Begabung zeigt sich, wie schon aufgezeigt, nämlich erst im Umgang mit den Stärken und Schwächen, die seine Eignung beschreiben, angesichts einer konkreten und hinsichtlich der isolierten und engen Test-Situation viel komplexeren Praxis.

Bei der Begabung bedarf es der Freude, die im unmittelbaren Bezug zur Praxis erst die isolierten Merkmale der Eignung mit Augenmaß integriert.

Der Begabte ist in seinem von der „Freude“ getragenen Bezug zur Praxis einerseits in der Lage, in ihr deren Wesen schnell zu erfassen, und andererseits ist er befähigt, unter Berücksichtigung seiner Stärken und Schwächen schnell zweckmäßige Routinen auszubilden. Diese Routinen sind dabei sowohl den gestellten Aufgaben als auch der eigenen Kompetenz angemessen.

⁸ Vgl. hierzu den „Leistungs-Begriff“ von VIKTOR VON WEIZSÄCKER. Siehe: HORST TIWALD: *„Bewegen zum Selbst – diesseits und jenseits des Gestaltkreises.“* Hamburg 1997. ISBN 3-9804972-3-2.

Der Begabte wird so ein vom Rhythmus der eigenen Erfahrung geprägter verlässlicher Manager der Begegnung der eigenen Kompetenz mit der gestellten Aufgabe. Er orientiert sich am konkret „Wesentlichen“, das häufig wiederkehrt.

Die der Eignung zugrunde liegenden Leistungs-Voraussetzungen kann ich relativ einfach durch Tests in den Griff bekommen. Bei der Begabung für komplexe Situationen ist dies schon schwieriger.

Die „Begabung für komplexe Situationen“ ist für mich eine die Eignung, welche sich von „Begabungen für einfachere Situationen“ ableitet, umfassende neue Qualifikation, die gerade nicht durch ein quantitatives Mehr aus der Eignung erwächst, sondern von der komplexen Praxis her entfaltet wird, mit welcher der Begabte in seiner „Freude“ in unmittelbarem Bezug ist. Die „Freude“ an der Praxis ist auf allen Ebenen gewissermaßen der Lebensnerv der Begabung.

Der Begabte findet leicht „Kohärenz“ mit seinem Umfeld. Er wird in seiner „Freude“ schnell Eins mit dem Anderen. Sei dies mit der sportlichen Situation, mit den Mitspielern oder mit dem Trainer.

Er kann „hinhören“ und hat es daher nicht nur leichter, selbst das Wesentliche der Sportart zu erfassen, sondern auch die vom Trainer vermittelte gesellschaftliche Erfahrung an sich heranzulassen und sich zu eigen zu machen.

Die Begabung zeigt sich daher aus der Sicht des Trainers auch in einer guten Trainierbarkeit des Athleten.

Ganz anders ist dies bei jenen Athleten, die sich auf ihr Talent-Sein verlassen. Diese suchen nach Möglichkeit immer eigene Wege, wollen weniger im Rhythmus ihre Routinen wiederholen, sondern nach Möglichkeit kreativ etwas Neues tun.

Talente haben es daher vorerst viel schwerer, auf den Trainer hinzuhören und sich über das Rat-Holen auch die bereits vorhandene gesellschaftliche Erfahrung anzueignen. Sie wollen in der Anfangsphase ihrer Entwicklung lieber das Rad selbst neu erfinden.

Der akzentuiert Begabte bleibt seiner Sportart meist treu, denn seine Begabung ist ja von der Freude getragen.

Ganz anders das Talent, es sucht vorerst immer Neues, ist oft ein Multi-Talent, das bei Schwierigkeit in seine anderen Talent-Möglichkeiten ausweicht oder überhaupt etwas Neues beginnt.

Über die prognostizierte Eignung und die Begabung für komplexe Situationen hinaus (aber nicht im wertenden Sinne!) siedle ich daher das Talent an. Das Talent unterscheidet sich in meinem Gedanken-Modell zur Begabung, die durch den Rhythmus, der sich am konkret „Wesentlichen“ orientiert, geprägt ist (was zu soliden Routinen führt), dadurch, dass es sich an der besonderen Dynamik des konkret „Situativen“ orientiert und daher in der Lage ist, in einem sogenannten „Hier und Jetzt“ seine bisher brauchbaren Erfahrungen gegebenenfalls auch kreativ zu verlassen.

Ein Talent hat die Fähigkeit (dies von Anfang an!), den bisher brauchbaren eigenen Rhythmus zu brechen und in der Anfangsphase seiner Entwicklung fast chaotisch jenen Mut zum Risiko aufzubringen, der von überraschenden und neuen Situationen oft gefordert wird. Das Talent basiert also nicht nur auf einer Eignung und einer Begabung, sondern es ist auch ein selbständiger Entwicklungs-Strang. Der „Mut“ ist sozusagen am Beginn der Entwicklung der Lebensnerv des Talenten.

An den in den Eignungs-Tests festgestellten Defiziten zu arbeiten, soweit ein Veränderungs-Spielraum überhaupt besteht, ist natürlich sinnvoll und leistungsfördernd. Die Frage ist für mich aber das „Wie“.

Man kann bei seiner Fixierung auf die Ebene Leistungsvoraussetzungen der prognostizierten Eignung durch gutgemeintes aber unangebrachtes Vorgehen nicht nur unbeabsichtigt die Luft aus der Begabung rauslassen, sondern auch dem Talent seine fundamentale „Wildheit“ nehmen. Dem Talent kann dabei das Rückgrat gebrochen und sein vorerst chaotisch-kreativer Lebensnerv, der sich im Mut zum Risiko zeigt, getötet werden.

Die Frage ist daher für mich weniger, wie ich eine Begabung oder ein Talent fördern kann, sondern was ich tun muss, damit ich es nicht verhindere.

Ich verhindere die Entfaltung der Begabung, wenn ich ihr die „Freude“ zerstöre, und die des Talents, wenn ich seine Wildheit „diszipliniere“ und ihm den „Mut“ nehme.

Motivation und Willens-Energie

Begabung und Talent sind also durch einen intensiven Kontakt mit der Praxis, von der her sie auch letztlich „eingestellt“ werden, geprägt. Der Begabte erfasst schnell das „Wesentliche“ und verdichtet dieses, das Talent hat darüber hinaus die Fähigkeit, sich auch am „situativ Einmaligen“ zu orientieren, Gewohnheiten aufzubrechen und für die Situation maßgeschneidert neue Antworten kreativ zu realisieren.

Dies sowohl hinsichtlich der sportartspezifischen Leistungsanforderungen, als auch hinsichtlich seines Umganges mit dem medialen und sozialen Umfeld.

Hinsichtlich des Umganges mit dem Umfeld (Publikum und Medien) gibt es zum Beispiel aus der Tanzpädagogik und aus dem Schauspieltraining brauchbare Erfahrungen. Bei der Präsentation einer Leistung vor Anderen geht es nämlich nicht nur darum, sich vor dem Einfluss des Publikums abzuschirmen und dieses ausblenden zu können, sondern auch darum, das Publikum als „Subjekt“ einer Bedrohung „objektivieren“ zu können, es also durch bewusstes und willkürliches Hinwenden der Achtsamkeit zu bewältigen.

Letztlich gibt es aber auch Erfahrungen, wie man sich nicht nur gegen die Einflüsse des Publikums „defensiv“ immunisiert, sondern wie man sich das Publikum „offensiv“ zu Nutze machen kann.

Die Entwicklung dieses Umganges hängt vom Umgang mit sich selbst ab. Ein japanischer Judoka hat dies schon vor längerer Zeit sehr deutlich angesprochen. Er meinte, dass im Westen die sogenannten „Misserfolgs-Bewältigung“ im Vordergrund stünde.

Die Probleme der Misserfolgs-Bewältigung seien aus seiner Sicht aber hausgemacht, denn es mangle dem Westen eigentlich an der Fähigkeit und an der Übung, mit Siegen gelassen umzugehen.

Aus seiner Sicht sei es daher entscheidend, den jungen Athleten rechtzeitig zu befähigen, ein realistisches Verhältnis zu seinen Siegen zu bekommen bzw. ein solches trotz der Einflüsse des Umfeldes zu behalten.

Damit hat der Japaner einen wichtigen Punkt angesprochen. Auch in der Psychotherapie sehen wir bei uns, zum Beispiel im Falle einer manisch-depressiven Krankheit, die depressive Phase als die eigentlich Krankheit an und behandeln insbesondere dann, wenn diese Phase eintritt. Oft ist aber die Depression gerade die Folge von dem, was sich in der manischen Phase euphorisch aufgeschaukelt hat. Die am Beginn dieser Phase euphorisch entfesselte „Willens-Energie“ wird nämlich im manischen Verlauf erneut an utopische Erwartungen gebunden. Für die Psychotherapie würde daher die Betreuung der manischen Phase mehr Ansatzmöglichkeiten bieten.

Dieses Problem weist auf die Frage der sogenannten „Motivation“. Hier verwechselt man oft bzw. man unterscheidet nicht zwischen „Willen“ und „Motivation“.

Ein „willens-starker“ Mensch ist etwas ganz anderes als ein „hoch-motivierter“ Mensch.

Motive bringen keine Willens-Energie, sie bewegen nicht, wie das Wort unterstellt, sondern sie richten und binden bloß die dem Menschen ohnehin eigene Willens-Energie.

Die im Menschen vorhandene Willens-Energie wird daher durch Motive quantitativ nicht mehr, denn die Motive selbst haben keine Energie.

Motive werden erst Motive „für mich“, wenn ich ihnen Willens-Energie spende.

Die Frage ist daher, wie ich an diese Willens-Energie herankomme. Die Willens-Energie kann, wie schon gesagt, durch Motive gebunden werden. Die im Menschen durch Motive gebundene Willens-Energie ist dann aber durch ihre Bindung nicht mehr frei verfügbar, sondern nur dann, wenn das Motiv aktualisiert wird.

Durch das Verknüpfen dieser Energie-bindenden Motive mit dem konkreten Vorhaben kann dann erst die in den Motiven „zweckgewidmete“ Willens-Energie in das konkrete Vorhaben eingebracht werden.

Die Motive bringen als „innere Formationen“ also keine Energie ein, sondern sie binden bloß etwas in mir an mich, was ich eigentlich bereits ohne sie habe.

Viele Menschen haben wenig frei verfügbare Willens-Energie, weil ihre Energie gleichsam auf viele Konten eingezahlt, d.h. an die vielen Motive gebunden wurde, die sie sich im Laufe ihrer Sozialisation zueigen gemacht haben. Man spart Willens-Energie zum Beispiel oft unbewusst für geheime Wünsche, für die Abwehr befürchteter Bedrohungen, für die Erfüllung der Erwartungen Anderer, usw. Die eigene Energie zerrinnt dabei oft in viele unbewusste Kanäle.

Dies verhält sich ganz ähnlich, als würde ich viele verschiedene Geldkarten von meinem Konto aufladen, eine Reihe davon verlegt und dadurch keinen Zugriff mehr auf sie haben.

Der Besitz vieler Geldkarten, die ich alle von meinem eigenen Konto aufladen musste, macht mich also nicht reicher.

Im Gegenteil, auf dem Konto bleibt ein geringerer unmittelbar verfügbarer Betrag. Will ich größere Ausgaben tätigen, dann muss ich von den Geldkarten die dort gespeicherten Beträge zurückholen, damit ich mich mittels der Geldkarten (der Motive) angemessen finanziell „bewegen“, d.h. „motivieren“ kann.

Wenn ich also Größeres vorhabe, muss ich vorerst meine Geldkarten suchen. Ähnlich kann man nun erkunden, wo ein Mensch solche Konten, auf denen er Willens-Energie hortet, angelegt hat.

Motivieren heißt nun, die Zweckbindungen dieser Konten mit dem aktuellen Anliegen zu verknüpfen, wodurch Teile der dort gehorteten Willens-Energie für das aktuelle Vorhaben freigegeben werden.

Durch dieses Motivieren werden bei manchen Menschen mehrere Konten mit dem aktuellen Anliegen verknüpft, wodurch aber der Sinn des aktuellen Vorhabens überfrachtet wird, was die „Sammlung der Achtsamkeit“⁹ erschwert.

Dieses Motivieren führt auch nicht dazu, dass diese Konten geschlossen werden, so dass dann die dort gehortete Energie überhaupt frei verfügbar wäre, sondern im Gegenteil. Die Energie muss meist auf das Konto mit Zinsen zurückgezahlt werden.

Die Abhängigkeit vom Motivieren wird dadurch immer größer, da ja in normalen Situationen die frei verfügbare Willens-Energie immer geringer wird.

Wer zum Beispiel viel lobt, der kann auch bewirken, dass im Gelobten eine Sucht nach immer mehr Lob entsteht. Dadurch bringt sich der Lo-

⁹ Vgl. zum Thema „*Sammlung der Achtsamkeit*“ mein Projektpapier Nr. 18 „*Taiji im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining*“. Internet: www.tiwald.com

bende mit seinem Loben nicht nur selbst an das Ende seiner Fahnenstange, sondern auch der Gelobte bindet seine Willens-Energie immer mehr an das Thema „Gelobt-Werden“. Ohne das Erwarten von Lob oder etwas Entsprechendem läuft dann kaum etwas. Bei Misserfolgen tritt daher oft eine völlige Energielosigkeit ein.

In Extremsituationen, die plötzlich über einen hereinbrechen, erfolgt oft eine „unmittelbare“ Sammlung der Willens-Energie. Es wird gleichsam die Bank gesprengt und alles steht dann ohne Zweckbindung zur freien Verfügung. Der Mensch ist aber in dieser Situation dann nicht „hoch-motiviert“, sondern überraschend „willens-stark“.

Wer leicht motiviert werden kann und dies auch braucht, der ist selten „gesammelt“. Er hat oft kein klares Lebensziel und weder ein für das Talent typisches Durchhalte-Vermögen, noch einen besonderen Mut mit Augenmaß.

Um ihn zu motivieren, kann der Athlet nun einerseits über positive Folgen und Fernziele seines Tuns „informiert“ und sein Bewusstsein mit Zukunftsbildern verknüpft werden. Andererseits kann man ihn aber auch „manipulieren“, indem man ihm suggeriert, dass das aktuelle Tun mit einem sachfremden Fernziel, das unter Umständen als geheimer Wunsch existiert, verknüpft sei.

Man kann aber über Suggestion seine Willens-Energie auch „unmittelbar“ freilegen, indem man ihm suggeriert, dass er in eine existenzielle Situation gestellt sei.

Man könnte zum Beispiel einem Schwimmer in Hypnose suggerieren, dass er, wenn er später ins Wasser gesprungen sei, von einem Hai verfolgt werden würde. Der Schwimmer würde dann, nachdem er aus der

Hypnose erwacht ist, nichts mehr von dieser Suggestion wissen und daher ganz locker zum Start gehen. Aber im Augenblick des Wasserkontaktes würde er sich an die Suggestion erinnern, um sein Leben schwimmen und persönliche Rekorde setzen. Für den Schwimmsport eignet sich diese Methode aber nur dann, wenn keine Wende zu schwimmen ist. Solche Experimente wurden vor etwa 30 Jahren in Australien mit jungen Schwimmerinnen durchgeführt. Sie schwammen damals in der suggerierten Test-Situation zwar persönliche Bestleistungen, flüchteten aber am Ziel aus dem Wasser und waren kurz vor dem Kollaps.

Ein humanere Möglichkeit, der Verzettlung in der Vielfalt der Motive zu begegnen, wäre es, zu versuchen, nicht die in den Motiven zweckgebundene Willens-Energie über deren Zweckbindung „mittelbar“ mit dem aktuellen Anliegen zu verknüpfen, sondern eine „Heimhol-Technik“ seiner Willens-Energie, ohne Verknüpfen mit deren Zweckbindung, zu entwickeln. Dies würde bedeuten, eine „unmittelbare Sammlung“ seiner Willens-Energie achtsam einleiten zu lernen.

Dies können allerdings viele Talente von sich aus.

Es gibt auch hierfür brauchbare Erfahrungen, zum Beispiel solche aus dem indischen und fernöstlichen Bereich, die über das Entfalten der Achtsamkeit diese Fähigkeit fördern.

Bei der Talent-Entfaltung geht es daher im Schwerpunkt darum, die Willens-Stärke des Talenten zu erhalten bzw. seine Willens-Energie freizulegen und zu sammeln.

Mit dem gezielten Motivieren sollte man als Trainer sparsam umgehen und es sich für Interventionen bei Krisen, wenn keine anderen Mittel mehr verfügbar scheinen, für die Phasen der eigenen Ratlosigkeit, aufbewahren.

Hier und Jetzt

Jetzt kommt der Punkt, wo es wichtig ist festzustellen, dass das akzentuierte Talent in seiner kreativen Spezialisierung auf die seltenen Fälle, genau so einseitig sein kann, wie der akzentuiert Begabte, der mit seinen fast immer greifenden soliden Routinen rhythmisch die Basis sichert. In einem Team braucht man zum Beispiel beides, sowohl viele Begabte als auch einige Talente.

Der ideale Fall wäre jener Athlet, der situativ seinen Akzent blitzartig verlagern kann. Jener Sportler, der sein Talent nur dann von der Leine lässt, wenn es situativ gefordert wird, und der sonst sein Alltagsgeschäft mit seiner soliden Begabung erledigt.

Da ich der Überzeugung bin, dass es diese Verwandlungs-Künstler gibt, stelle ich mir die Frage, was wohl leichter sei, einen Begabten zu veranlassen, seinen ihm „Sicherheit“ versprechenden Rhythmus zu verlassen, oder das Talent, das aus einer anderen „Geborgenheit“ heraus lebt, zu bewegen, Beständigkeit zuzulassen und sich nicht immer aus seiner „Geborgenheit“ heraus auf die Suche nach dem „Risiko“ in der „Ungewissheit“ zu begeben.

Mir scheint es leichter zu sein, ein Talent zu veranlassen, auch an seiner Begabung Freude zu finden, als einen „zu lange schon“ akzentuiert Begabten aus seinen Routinen herauszulocken und ihm dabei Mut abzuverlangen.

Ich vertrete daher die Ansicht, dass ein Begabter möglichst früh auch sein Talent-Sein zulassen sollte und dass er dazu ermutigt werden müsste.

Aus diesem Grund will ich mich im Folgenden mehr mit dem Talent befassen.

Ich sehe ein Talent als einen Menschen an, der, wie der Begabte, mit dem situativen Problem in einen unmittelbaren Kontakt kommen und in diesem „Hier und Jetzt“ all seine Erfahrung auf den Punkt bringen kann, aber dadurch zusätzlich in der Lage ist, kreativ eine maßgeschneiderte Lösung für das aktuelle Problem, das er bereits in seinem aufkeimenden Werden als Ganzes „schaut“, zu entwerfen und zu realisieren. Was versteht man unter diesem für das „In-Form-Sein“ des Talenten erforderlichen „Hier und Jetzt“? Hier gibt es ganz unterschiedliche Sichtweisen.

Man sollte diese Sichtweisen kennen, denn es werden solche Angebote als Trainings-Ergänzung an den Sport herangetragen. Nicht alle sind aber hinsichtlich der sportlichen Leistungs-Optimierung auch brauchbar.

Unter den herangetragenen Angeboten sind häufig auch solche zu finden, die das Missverständnis eines hedonistischen, d.h. eines Lust suchenden und der Lust verhafteten „Hier und Jetzt“ nahe legen. Dieses Missverständnis ist bei uns weit verbreitet. Dieses lustorientierte „Hier und Jetzt“ ist aber nicht jenes, das für das „In-Form-Sein“ prägend ist.

Da man unter dem sogenannten „Hier und Jetzt“ ganz Unterschiedliches zu verstehen scheint, werde ich vorerst drei Sichtweisen aufzeigen, darunter mein eigenes bewegungswissenschaftliches Verständnis.

Mir geht es dann letztlich darum, aufzuzeigen, dass die westliche Technik, die Pläne umsetzt, und das fernöstliche „Sich-von-der-Praxis-tragen-lassen“, sich gegenseitig nicht aus-

schließen, sondern sich gegenseitig geradezu als Ergänzung verlangen.

Ich will also aufzeigen, dass die im Denken verarbeitete eigene und gesellschaftliche Erfahrung als „Plan“ für die Leistungs-Optimierung genau so wichtig ist wie das schauende „Sich-von-der-Praxis-tragen-lassen“ als die eigentliche Grundlage des Erfahrungs-Sammelns.

Das Problem der „Hier-und-Jetzt-Sucher“ besteht nämlich häufig darin, dass sie das „Hier und Jetzt“ durch „egozentrische Isolierung“ zu erreichen suchen. Dadurch isoliert man sich aber letztlich von der Praxis und kommt so nie dazu, sich von ihr tragen zu lassen.

Dieses Isolieren erfolgt meist in doppelter Hinsicht,

- sowohl als zeitliche Isolierung von Vergangenheit und Zukunft,
- als auch als räumliche Isolierung von der Lebenswelt.

Ich vertrete nun den Standpunkt, dass es wenig bringt, wenn man versucht, das Isolieren, das ja das eigentliche Problem ist, dadurch zu überwinden, dass man die Grenzen zur Gemeinschaft, zum Beispiel zum kooperierenden Team, zu überwinden sucht, indem man den Suchenden das Isolieren von Vergangenheit und Zukunft anrät, was häufig der Fall ist.

Manche versuchen nämlich, im sogenannten „Hier und Jetzt“ ihr seelisches Heil zu finden und meinen, dass das „Hier und Jetzt“ durch ein Vergessen der Vergangenheit und der Zukunft zu erreichen sei bzw. dass umgekehrt das „Hier und Jetzt“ es ermögliche, schlechte Erinnerungen und Zukunftssorgen los zu werden.

Ihr Hintergedanke ist daher bald nicht mehr, Vergangenheit und Zukunftssorgen zu vergessen, damit das lebendige „Hier

und Jetzt“ als Startposition für ihren lebensweltlichen Weg erreicht wird, sondern sie kehren den Spieß um und nutzen den Einstieg in ein isoliertes „Hier und Jetzt“, der auch durch spezifische Psycho-Techniken, Atmen und Drogen befördert werden kann, dafür, Vergangenheit und Zukunftssorgen zu vergessen und in der isolierten Gegenwart verstärkt Lust zu konsumieren.

Das von Vergangenheit und Zukunft isolierte „Hier und Jetzt“ wird für sie dann immer mehr zum Zufluchtsort, der dann oft mit einer weltanschaulichen Ausrede gleichsam „heilig gesprochen“ wird.

Statt den eigenen lebensweltlichen Weg tatkräftig weiterzugehen, konzentriert sich das gesamte Leben vieler dieser Suchenden dann immer mehr in einem isolierten „Hier und Jetzt“ um ein isoliertes „Ich“ herum.

Nicht für alle „Hier-und-Jetzt-Sucher“ trifft dies allerdings zu. Es gilt daher das Problem differenzierter zu betrachten. Wie kann man das sogenannte „Hier und Jetzt“ unterschiedlich verstehen?

- Weit verbreitet ist die eben erwähnte Meinung, dass das „Hier und Jetzt“ kein ausdehnungsloses „Nichts“, sondern ein zwar „begrenzter“, aber doch „ausgedehnt fließender“ Augenblick sei. Diese fließende Zeitspanne der Gegenwart habe daher sehr wohl ein erlebbares So-Sein und zeichne sich in seiner besonderen Erlebnis-Tiefe auch durch eine „Existenz-Fülle“ aus. Man vertritt in dieser Sicht dann die eben beschriebene Meinung, dass das „Hier und Jetzt“ einerseits nur zu erreichen sei, wenn man Vergangenheit und Zukunft außerhalb der Grenzen des „Hier und Jetzt“ ausblende, dass andererseits aber dieses Ausblenden es ermögliche, im isolierten „Hier und Jetzt“ wie in einer blühenden Oase innerhalb der Wüste des Leidens und der Sorgen tiefes Glück bzw. intensive Lust zu finden.

Das Finden der Gegenwart erleichtere also in seiner Faszination das Ausblenden von Vergangenheit und Zukunft, was

wiederum rückwirkend die positive Befindlichkeit in der Gegenwart intensiviere. Letztlich schauke sich das Ausblenden und die positive Befindlichkeit in einem rauschartigen Wirbel gegenseitig auf. Diese Auffassung verleitet leicht zu einer Konsumorientierung und zu einem hedonistischen Verständnis des „Hier und Jetzt“.

- Andere wieder, die intellektuell an die Frage nach dem „Hier und Jetzt“ herangehen und in ihrer Klugheit zu entdecken meinen, dass die Gegenwart gar keine Ausdehnung haben und als Schnittstelle zwischen dem Vorher und dem Nachher nur ein ausdehnungsloser Punkt sein könne, verstehen unter dem „Hier und Jetzt“ eine zeitlich un-ausgedehnte Plötzlichkeit. Diese sei von einem Bewusstsein begleitet, das „leer“ von allen Vorstellungen und damit „formlos“ sei. Dieses form-entblöbte, dieses „Wesen“-lose, d.h. dieses „Essenz“-lose „Nichts“ soll aber zugleich als formlose Fülle von „Existenz“, als Da-Seins-Fülle, als sogenannte „Leere“ erlebt werden. Die „Leere“ wird hier als „Fülle im Nichts“ zu erleben versucht. Hier wird „Existenz“, hier wird „Da-Sein“ ohne jedes „So-Sein“, ohne irgend ein „Wesen“, d.h. ohne „Essenz“ gesucht. Hier meint man dann auf die nackte Existenz zu treffen und erst im Durchgang durch dieses „Nichts“ (durch diese gedachte „Grenze“ zwischen dem Vorher und dem Nachher, wie im sogenannten „Satori“ des Zen-Buddhismus), in einem veränderten und vertieften Erleben in die Lebenswelt der Unterscheidungen, in die Welt des „So-Seins“ einzutreten. Diese Auffassung verleitet leicht zu einem vorerst weltflüchtigen Verständnis des „Hier und Jetzt“ und läuft Gefahr, dort anhaftend stecken zu bleiben.
- Wieder Andere verstehen unter dem „Hier und Jetzt“ weder eine „ausdehnungslose“ Schnittstelle zwischen Vergangenheit und Zukunft, noch ein „begrenztes“ Revier eines ausgedehnten Augenblicks. Sie meinen vielmehr im „Hier und Jetzt“ keine Grenze und auch kein „Nichts“ (als eine formlose Plötzlichkeit jenseits jeder „Essenz“) zu erleben, sondern betrachten die Gegenwart als eine „janusköpfige Position“,

in der man sowohl in die Tiefen der Vergangenheit als auch der Zukunft blicke. Aus dieser Sicht wird daher der gegenwärtige „Ist-Stand“ akzeptiert und achtsam durchdrungen. In dieser „janusköpfige Position“ der Achtsamkeit wird versucht, das Wesen des da-seienden So-Seins nicht nur in seiner „Identität“ (von einer formlosen „Leere“ erfüllt) zu erleben, sondern sowohl als „Blick-Tiefe“ in die Vergangenheit, als auch in die Zukunft hinein. Gegenwart meint man hier als „un-begrenzte“ Bewegung zu erleben, die eben als „Bewegung“ durch „formlose Identität“ **und** „geformtes Vergehen“ konstituiert sei. „Gegenwart“ sei dann nicht nur „**Existenz-Fülle**“ (des „Grundes“), sondern auch „**Essenz-Fülle**“ des „Ganzen“, die sowohl Vergangenheit und Zukunft als auch eine das mich ebenfalls bedingende „**Mit-Sein des Anderen**“ umfasst.

Das, was gesucht wird, ist hier also **sowohl** Essenz (Wesen, So-Sein) **als auch** Existenz (Da-Sein). Es ist aber, isoliert betrachtet, **weder** das Eine, **noch** das Andere. Es ist also **weder** die begriffliche Addition von **sowohl** isoliert betrachteter Essenz **als auch** ebenfalls isoliert betrachteter Existenz, **noch** ist es eines von beiden.

Diese Auffassung verleitet leicht zu einer die beiden zuerst genannten Auffassungen verachtenden Arroganz, die sich auf die Differenziertheit des eigenen Weges etwas einbildet, deshalb voreilig die eigenen Fortschritte überbewertet und sich trügerisch selbst weiter glaubt, als man tatsächlich ist.

In meinem bewegungswissenschaftlichen Modell modelliert sich das „Hier und Jetzt“ in der zuletzt beschriebenen Weise. Aus dieser Sicht leuchtet in der „Gegenwart“, aus dem beachteten „Ist-Stand“ heraus, sowohl ihr zeitlich bereits verwirklichtes „Geworden-Sein“ aus der Vergangenheit und ihr noch nicht wirkliches „Werden“ in die Zukunft hinein, als auch ihr räumliches vom Anderen her „Bedingt-Sein“ auf.

Leben erscheint in diesem Modell als ein Werden und Vergehen im raum-zeitlichen „All-Zusammenhang“ des „Ganzen“. Hinsichtlich unserer Lebenswelt wird von uns dieser „All-Zusammenhang“ als eine „natur-umfassende mit-menschliche Gemeinschaft“, als ein „meta- und intersubjektives Ganzes“ erlebt. Dieses „Ganze“ ist uns allerdings nicht als eine bereits vollendet „ruhende“ Harmonie eines „Wesens“ (einer „Essenz“) gegeben, sondern uns nur als eine zwischen Gegensätzen „pulsierend bewegte“ und „existierende“ Chance aufgegeben, die von uns erst tatkräftig weitergebaut werden muss bzw. „darf“. Der Weg zum Team ist ein erster Schritt in diese Richtung.

Leben ist Bewegung. Bewegung kann nie an einem Ort sein (d.h. kann dort nicht „ruhen“) und daher auch nie in einem „Hier und Jetzt“ sein, wenn dieses als ausdehnungslose Gegenwart, als Schnittstelle zwischen Vergangenheit und Zukunft gedacht wird.

Es gibt aber Gegenwart als „relative Ruhe“, als eine aus dem Strom des „Bewegens“ herausgerollte „Bewegung“, die aber in ihrer „relativen Ruhe“ nicht „begrenzt“ ist, sondern letztlich doch im allseitigen Zusammenhang raum-zeitlich verfließt bzw. „schwindet“.

Das „Oasen-Bild des Hier und Jetzt“ so wie das „Bild der formlosen Plötzlichkeit“ erscheinen aus der Sicht des dritten Modells daher nur als brauchbare Behelfe für Einsteiger. Sie sind zwar „halb-wegs“ gedacht aber nicht „zu-Ende-gedacht“. Das dritte Modell, das mit dem „Bild der janusköpfigen Position der Achtsamkeit“, trifft meines Erachtens das Tatsächliche am besten. Es hat aber ebenfalls seine Tücken, da es durch das „zu-Ende-Denken“ leicht zum Abrutschen ins Denken verleitet und weil die Achtsamkeit dort Gefahr läuft, in einer Arroganz „leicht-sinnig“ anzuhafte.

Mit allen diesen Bildern gilt es daher achtsam umzugehen. Es geht deshalb nicht um das Bewerten und gegenseitige Ver-Achten dieser Bilder, sondern um das Nicht-Anhaften an ihnen.

Buddhistische Sicht

Das Problem des Weges ist, weder in das Alleinsein, noch aus der Vergangenheit und aus der Zukunft weg in eine „formlose“, d.h. in eine von Zukunft und Vergangenheit getrennte Gegenwart zu flüchten. Es geht vielmehr darum, sowohl mit der Gemeinschaft als auch mit Vergangenheit und Zukunft achtsam umzugehen.

Auf das „Wie“ kommt es an.

Wenn Gedanken, Erinnerungen, Zukunfts-Phantasien usw. uns faszinieren und anhaften lassen „können“, dann lässt sich aus dieser Beobachtung allerdings „logisch“ folgern, dass ohne Objekte im Bewusstsein ein „Anhaften“ nicht möglich sei. Es ließe sich auch aus der Tatsache, dass das „Anhaften“ dann besonders leicht geschieht, wenn diese Bilder mit Lust oder Unlust stark geladen sind, ebenfalls „logisch“ folgern, dass man Bilder zwar zulassen können, aber deren emotionales Bewerten bekämpfen und loswerden müsse.

Dies sind aber als „logische Schlüsse“ bloß brauchbare Gedanken, die einen Anfänger-Weg aufzeigen, einen Beginn. Sie beschreiben aber keineswegs den Weg selbst oder gar das Ziel.

Wer dem Umgang mit Formen oder dem Umgang mit Werten aus dem Weg geht und damit aus seinem lebensweltlichen Umgang „aussteigt“, der hat logischer Weise mit Formen und Werten kein Problem, aber er entfaltet auch nicht seinen „Umgang mit Formen und Werten“ und auch nicht sein lebensweltliches Dasein. Er lernt weder Formen noch Werten gelassen mit Freude zu begegnen.

Dieser Ausstieg ist für Anfänger bloß ein möglicher Einstieg.

Das Betrachten des gegenwärtigen Augenblickes allein reicht daher keineswegs aus. Es kommt auch hier auf das „Wie“ an, auf das „Ohne-ihm-verhaftet-zu-sein“, auf ein meditatives Betrachten des Geschehens

in der realen Wirklichkeit selbst. Hier ist es etwas einfacher, der Faszination von überdeckenden Phantasien nicht zu erliegen.

Im Betrachten von Vergangenheit und Zukunft gibt es, da sich beides als ein von der Gegenwart Getrenntes nur in der Phantasie vorstellt, keinen Halt in der Realität, was das Loslösen vom Verhaftet-Sein anscheinend erschwert.

Es geht daher auch hier um die Mitte.

Der Beginn ist einerseits einfacher, wenn die Komplexität der Realität reduziert wird, zum Beispiel durch das Aufsuchen von Einsamkeit und Stille, andererseits ist der Beginn aber auch dann leichter, wenn man seine Verankerung in der äußeren Realität nutzt, um nicht von der Phantasie „weggespült“ zu werden.

Wer sein eigenes „Denken der eigenen Gedanken“ selbst simultan beachten kann, ohne sich in die Gedanken zu verlieren, ist auch hier im „Beachten“ mit dem Leben in Berührung, auch wenn diese Gedanken ein So-Sein der Vergangenheit betreffen.

Es geht nicht darum, nicht in der Vergangenheit festgehalten zu werden, sondern darum, nicht von den Gedanken festgehalten zu werden, sich nicht in diese hinein zu verlieren, seien dies nun Gedanken über die Gegenwart, über die Vergangenheit oder über die Zukunft.

Dies ist das eine.

Das andere ist das Festgehalten-werden von der biologischen Vergangenheit, von dem biologischen Gedächtnis des eigenen Lebens bzw. des Lebens überhaupt. Es geht hier um biologisch in unserem Inneren wirkende „Formationen“, die wir uns selbst noch gar nicht zur Sprache gebracht und noch nicht bewusst gemacht haben.

Diese biologisch in unserem Inneren wirkenden „Formationen“ müssen wir erst durch Beachten zur Sprache bringen und

uns bewusst machen, damit wir uns gegenüber unserem von der Vergangenheit her in uns rhythmisch wirkenden Geschehen auch emanzipieren.

Hier müssen wir in der Gegenwart beachten, wie wir gegenwärtig mit dem Leben in Berührung sind. „Mit dem Leben in Berührung zu sein“ alleine ermöglicht aber noch in keiner Weise, diese inneren „Formationen“ zu „transformieren“.

Auf das beachtende „zur Sprache bringen“ kommt es vielmehr an. Je weniger nämlich die inneren Wirkfaktoren über das Beachten in das Bewusstsein gehoben werden, um so mehr verfügen sie in animalischer Weise über uns.

Das Bewusstwerden ist aber ein mühevoller Akt, bei dem auf halbem Weg halbbewusste Formationen sich als Gedanken auf neue Weise phantastisch „halb-wegs“ kombinieren und in uns eine uns entfremdende Wirksamkeit entfalten.

Auf diese Weise sind die Gedanken an die Vergangenheit und an die Zukunft und das in uns real Vergangene, welches von uns oft nur unvollkommen zur Sprache gebracht wurde, in ihrem „Zur-Sprache-gebracht-sein“ allerdings Schöpfungen des Bewusstseins, und dies ist auch gut so.

Es geht eben darum, durch besonderes Beachten das Tatsächliche klarer und deutlicher zur Sprache zu bringen. Aber das Tatsächliche bleibt dabei das Tatsächliche. Dies sowohl in Form als auch im Wert.

Das zur Sprache Gebrachte mit dem Tatsächlichen zu verwechseln, nur weil es auch wirkt, d. h. weil es eine eigene und „halb-wegs“ neue Wirksamkeit in uns entfacht, ist allerdings Verblendung und Wahn.

Das die Gegenwart überziehende Ausschweiften und Ausmalen von Bildern und Gedanken über künftige Zustände birgt also, wie schon aufgezeigt, arge Gefahren in sich, mit denen man daher achtsam umgehen sollte.

Der im Westen wirkende vietnamesische Lehrer des Buddhismus THICH NHAT HANH schreibt ganz richtig.

„Wenn wir die Gegenwart eingehend betrachten und ergreifen, können wir sie umwandeln. Wir tun dies durch Achtsamkeit, Entschlossenheit und rechtes Handeln und rechte Rede.“¹⁰

Die „rechte Rede“ ist aber nicht nur eine Frage des fühlenden „Wert-Seins“, bzw. sie ist nicht nur an der Oberfläche eine Frage von Ethik und Moral, sondern die „rechte Rede“ ist ganz grundsätzlich und vorerst eine Frage der klaren und deutlichen Sprache.

„Rechte Rede“ ist vorerst „Etwas-richtig-zur-Sprache-bringen“, was oft erfordert, „Begriffe richtig zu stellen“, d.h. sie als „Formationen“ zu „transformieren.“

Der Bezug zu einer reduzierten äußeren Realität ist als Einstieg angeraten, denn die innere Realität des konkreten Erlebnisses ist in ihrem „trägen“ Bezug zu den inneren „Formationen“, zur inneren Welt der symbolischen Formen,¹¹ für den Einsteiger oft genau so um eine Num-

¹⁰ THICH NHAT HANH: *„Unsere Verabredung mit dem Leben – BUDDHA’s Lehre vom Leben im gegenwärtigen Augenblick“*. München 1991. ISBN 3-85936-053-1. Seite 46

¹¹ THICH NHAT HANH schreibt hierzu: *„Welche Dynamik in unserem Bewusstsein zwingt uns, zurückzuschauen? Diese Kräfte setzen sich aus inneren Formationen (Sanskrit: Samyojana) zusammen, geistige Faktoren, die in uns aufsteigen und uns binden. Dinge, die wir sehen, hören, riechen, schmecken, berühren, vorstellen oder denken, können allesamt solche inneren Formationen aufsteigen lassen – Begierde, Gereiztheit, Wut, Verwirrung, Angst, Befürchtungen, Verdächtigun-*

Nummer zu groß, wie es die komplexe äußere Lebenswelt sein kann. Deswegen sind für den Einsteiger Vereinfachungen in beiden Richtungen hilfreich.

Der Weg führt aber sehr wohl in die komplexe Lebenswelt hinein, was nur durch einen achtsamen Umgang sowohl mit der gedanklichen Vergangenheit als auch mit der gedanklichen Zukunft und letztlich mit der phantastischen Vorstellungswelt überhaupt zu schaffen ist.

BUDDHA sagte:

“Bhikkhus, was meinen wir mit ‚nicht der Vergangenheit nachlaufen‘ ?

Wenn jemand sich darüber Gedanken macht, wie sein Körper in der Vergangenheit war, wie seine Gefühle in der Vergangenheit waren, wie seine Wahrnehmungen in der Vergangenheit waren, wie sein Bewusstsein in der Vergangenheit war; wenn er über diese Dinge nachdenkt, sein Geist jedoch weder verklart noch diesen Dingen verhaftet ist, die in die Vergangenheit gehören, dann läuft dieser Mensch der Vergangenheit nicht nach.“¹²

Es kommt auch in diesem Gedanken auf das „Nicht-verhaftet-sein“ an und nicht darauf, ob diese Dinge der Vergangenheit, Zukunft oder der Gegenwart angehören. Es geht nicht darum, Vergangenes auszublen- den, sondern an ihm nicht anzuhaften.

gen und so weiter. Innere Formationen liegen in den Tiefen des Bewusstseins eines jeden von uns.“ siehe: THICH NHAT HANH: „Unsere Verabredung mit dem Leben – BUDDHA’s Lehre vom Leben im gegenwärtigen Augenblick“. München 1991. ISBN 3-85936-053-1. Seite 38.

¹² THICH NHAT HANH: „Unsere Verabredung mit dem Leben – BUDDHA’s Lehre vom Leben im gegenwärtigen Augenblick“. München 1991. ISBN 3-85936-053-1. Seite 13.

Dies wird besonders deutlich, wenn man beachtet, was BUDDHA über den Umgang mit der Gegenwart sagte.

BUDDHA sagte:

„Bhikkhus, was ist gemeint mit ‚von der Gegenwart hinweggespült werden‘?

*Wenn jemand nichts liest oder nichts lernt über den Erwach-
ten oder über die Lehren der Liebe und der Weisheit oder ü-
ber die Gemeinschaft, die in Harmonie und Achtsamkeit lebt;
wenn dieser Mensch nichts über die edlen Lehrer und ihre
Lehren weiß und diese Lehren nicht praktiziert und denkt:
‚Dieser Körper, das bin ich. Ich bin dieser Körper. Diese Ge-
fühle, das bin ich. Ich bin diese Gefühle. Diese Wahrneh-
mung, das bin ich. Ich bin diese Wahrnehmung. Dieses Geist-
objekt, das bin ich. Ich bin dieses Geistobjekt. Dieses Be-
wusstsein, das bin ich. Ich bin dieses Bewusstsein‘, dann wird
dieser Mensch von der Gegenwart hinweggespült.“¹³*

Wenn er aber

*„dies nicht denkt“, „dann wird dieser Mensch nicht von der
Gegenwart hinweggespült.“¹⁴*

Das sogenannte „Hier und Jetzt“ ist als Objekt der Betrachtung also keine Garantie dafür, dass ich am sogenannten „Hier und Jetzt“ nicht anhafte, indem ich es zum Beispiel bloß als etwas von der Vergangen-
heit und von der Zukunft Getrenntes ansehe.

BUDDHA's Worte liefern keinen Hinweis darauf, dass das Anhaften an einem von Zukunft und von Vergangenheit getrennten „Hier und Jetzt“

¹³ THICH NHAT HANH: *„Unsere Verabredung mit dem Leben – BUDDHA's Lehre vom Leben im gegenwärtigen Augenblick“*. München 1991. ISBN 3-85936-053-1. Seite 14.

¹⁴ THICH NHAT HANH: *„Unsere Verabredung mit dem Leben – BUDDHA's Lehre vom Leben im gegenwärtigen Augenblick“*. München 1991. ISBN 3-85936-053-1. Seite 15.

besser sei als das Anhaften an eine von der Gegenwart getrennte Vergangenheit oder Zukunft.

Es geht nicht, dies möchte ich eindringlich wiederholen, um das Objekt des Betrachtens, es geht nicht um das sogenannte „Hier und Jetzt“. Es ist vollkommen gleichgültig, ob dieses Objekt des Betrachtens der Zukunft, der Vergangenheit oder der Gegenwart angehört, sondern es geht darum, nicht vom Objekt oder von den Gedanken über dieses fasziniert zu sein.

Es geht nicht um „Aufmerksamkeit“, sondern um „Achtsamkeit“. Es geht um den „Sprung“ von der „fremdbestimmten Aufmerksamkeit“ zur „selbstbestimmten Achtsamkeit“.¹⁵

Der Begriff des sogenannten „Hier und Jetzt“, das sich angeblich sowohl von Vergangenheit und Zukunft unterscheidet, löst sich nämlich ohnehin auf, denn Vergangenheit und Zukunft liegen von der janusköpfigen Position aus „geschaut“ beide in der Gegenwart.

Was allerdings nicht in der Gegenwart liegt, das sind die Objekte der Gedanken an Zukunft und Vergangenheit, die eben über das Denken nicht zu erreichen sondern nur über dieses „ver-mittelt“ sind. Sehr wohl ist aber das Denken selbst Gegenwart. Auch mit ihm gilt es daher in der Gegenwart einen achtsamen Umgang zu entfalten.

¹⁵ Vgl. hierzu meine Gedanken in HORST TIWALD: *„Im Sport zur kreativen Lebendigkeit. Bewegung und Wissenschaft. Philosophische Grundlegung der Sportwissenschaft“*. Band 2 der *Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.*, Hamburg 2000 ISBN 3-936212-01-5.

Westliche Wissenschaft und östliche Weisheit

Die westliche Wissenschaft, die wesentlich unsere „Eignungs-Tests“ der Talent-Suche prägt, folgt einer ganz bestimmten Denkform¹⁶. Diese ist aber nicht die einzig „wahre“ und mögliche. Im fernöstlichen Denken dominierte von Anfang an eine ganz andere Betrachtung der Welt und eine dieser Betrachtung entsprechende Denkform, die insbesondere die Komplementarität¹⁷ der Welt sichtbar macht.

¹⁶ Zum Begriff „Denkformen“ vgl. HANS LEISEGANG: „*Meine Weltanschauung*“. Berlin 1951.

¹⁷ Das Wort „komplementär“ ist hier im Sinne von *sich gegenseitig ergänzend* gemeint. Das Ganze setzt sich zu einem Dualismus, zu einer Zweiheit, auseinander. Die so *auseinandergesetzten* Pole brauchen sich gegenseitig, obwohl sie einseitig erscheinen.

Für sich alleine betrachtet ist das jeweils *Auseinandergesetzte* nicht absolut einseitig. Es besitzt in sich selbst eine neue *Komplementarität* und setzt sich in sich selbst ebenfalls wieder *komplementär* auseinander.

Die *Komplementarität* kehrt auf diese Weise auf allen Stufen bzw. Ebenen des *Auseinandersetzens* wieder.

Das chinesische Symbol für die gegenseitige *Verwindung* von Yin und Yang („*verwinden*“ im doppelten Sinn: sowohl im Sinne von sich *gegenseitig verdrehen*, d.h. *ins Gegenteil umkehren*, als auch im dem Sinne, wie man zum Beispiel *ein Leid verwindet*) bringt das gut zum Ausdruck. Das Yin hat das Yang nicht *überwunden*, sondern bloß *verwunden*. Das Yin ist zwar souverän, aber es steckt in ihm das bloß *verwundene* Yang. Und umgekehrt.

Es gibt daher keine harte Grenze zwischen Yin und Yang. Deshalb kann weder das eine noch das andere *definiert*, d.h. *begrenzt* werden, ohne den immer wieder bloß *verwundenen* und deshalb zur Bewegung antreibenden Gegensatz bzw. Widerspruch aufzuwerfen.

Vgl. HORST TIWALD. „*Yin und Yang. Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens*“. Immenhausen 2000. siehe auch: GEORGES OHSAWA: „*Das Einzige Prinzip der Philosophie und der Wissenschaft des Fernen Ostens – Die Philosophie der Makrobiotik*“. Holthausen/ü. Münster 1990. ISBN 3-924845-23-9 und GEORGES OHSAWA: „*Das Buch vom Judo*“. Holthausen/ü. Münster 1988. ISBN 3-924845-12-3 sowie GEORGES OHSAWA: „*Die fernöstliche Philosophie im nuklearen Zeitalter*“. Hamburg 1978.

Diese beiden Denkformen sind zwar gegensätzlich, bilden aber in der erkennenden Abbildung der Welt aus östlicher Sicht eine komplementäre Einheit.

Es geht daher nicht darum, sie wertend gegeneinander auszuspielen, sondern das Nebeneinander (von einer Meta-Position her) durch eine „integrale Denkform“ zu überwinden.

Das, was wir als sogenanntes „Talent“ suchen, wird nämlich in der fernöstlichen Denkform viel klarer und deutlicher sichtbar und auch „trainierbar“ als in unserer westlichen.

In ihrem erfolgreichen Bemühen um „Objektivität“ und „Wertfreiheit“ hinsichtlich der Konstruktion von „brauchbarer Technik“ wird unsere abendländische Wissenschaft nämlich immer einseitiger und entfernt sich immer mehr von dem, was wir „konkrete Praxis“ nennen.

Es gibt bei uns im Wissenschafts-Geschäft Tätige, die als höchsten „Wert“ ihres Tuns die „Wertfreiheit“ proklamieren und sich des „Unsinns“ ihres „wert-besessenen“ Vorhabens gar nicht bewusst werden. Selbst die Wahrheit ist nämlich ein Wert, der vermutlich nur deshalb ein Wert ist, weil die Menschheit insgesamt (nicht der einzelne Mensch!) „ahnt“, dass die Wahrheit ihr letztlich nützen könnte.

Eine „wertfreie“ Wissenschaft hätte keinen „Wert“, sie wäre letztlich auch nutzlos. Es geht also nicht darum, ob die Wissenschaft wertet oder nicht, sondern ob sie von einer Meta-Ebene her ihr Werten reflektiert. Auf diese Weise ist eben auch das „Bewerten von etwas als Wahrheit“ zu reflektieren!

Es gibt aber sehr wohl Gebiete des Forschens, in denen man möglichst frei von „vorgegebenen“ Werten (auch von sogenannten tradierten Wahrheits-Werten!) sein sollte. Dies bedeutet aber nicht, dass man im Prozess des Forschens selbst nicht wertet.

Hier spannt sich ein ähnliches Problem auf, wie bei der Frage, ob der „Begriff“ für das „Begreifen“ vorausgesetzt ist, oder ob das unmittelbare Begreifen erst Begriffe zur Welt bringt.

Beim richtenden „Wert-Sein“ ist es ähnlich wie beim zu begreifenden „So-Sein“¹⁸. Das Werten geht als Prozess ebenfalls der Vielfalt von einzelnen Werten voran.

Ich kann „Werte“ eben nur dadurch akzeptieren, dass ich mich zu ihnen „wertend“ verhalte.

Auch beim Suchen von sogenannten Wahrheits-Werten ist das unmittelbar „ur-teilende“ Evidenz-Erleben selbst kein Wert und es ist auch nicht von Werten geleitet, sondern es selbst ist ein „intuitiv“ wertsetzender Prozess.

Genau so, wie später die bereits vorhandenen Begriffe das Begreifen leiten, leiten allerdings später auch die bereits gesetzten oder angeeigneten Werte das eigene Werten. Diesem fehlt dann aber leider oft das eigene Evidenz-Erleben.

Man redet in diesen Fällen dann im blinden Vertrauen auf die „Vernunft“ oft nur nach, was einem „vernünftig“ erscheint, d.h. „schlüssig“ nachvollziehbar ist, das man aber selbst nicht unmittelbar auch „versteht“, d.h. einem im eigenen „Verstand“ nicht unbedingt auch „evident“ ist und „einleuchtet“.¹⁹

¹⁸ Zur Unterscheidung von „Wert-Sein“, „So-Sein“ und „Da-Sein“ vergleiche meine Beiträge: „*Bewegung und Möglichkeit*“ und „*Bewegen und Erleben*“ in: FRANK NEULAND (Hrsg.): „*Bewegung und Möglichkeit – Akzente einer ganzheitlichen Bewegungswissenschaft*“ Band 1 der „*Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.*“ Hamburg 2002. ISBN 3-936212-00-7

¹⁹ Hierzu merkte der Philosoph IMMANUEL KANT an: *"Alle Unterweisung der Jugend hat dieses Beschwerliche an sich, dass man genötigt ist, mit der Einsicht den Jahren voranzueilen, und, ohne die Reife des Verstandes abzuwarten, solche Erkenntnis erteilen soll, die nach der natürlichen Ordnung nur von einer geübteren und versuchten Vernunft können begriffen werden. Daher entspringen die ewigen Vorurteile der Schulen, welche hartnäckichter und öfters abgeschmackter*

Das vorerst mit unmittelbarem Blick auf die Praxis „verständige“ Werten kann auf diese Weise in eine bloß „vernünftige“

sind als die gemeinen, und die frühkluge Geschwätzigkeit junger Denker, die blinder ist, als irgend ein anderer Eigendünkel und unheilbarer als die Unwissenheit. ...

Denn da der natürliche Fortschritt der menschlichen Erkenntnis dieser ist, dass sich zuerst der Verstand ausbildet, indem er durch Erfahrung zu anschaulichen Urteilen und durch diese zu Begriffen gelangt, dass darauf diese Begriffe in Verhältnis mit ihren Gründen und Folgen durch Vernunft und endlich in einem wohlgeordneten Ganzen vermittelst der Wissenschaft erkannt werden, so wird die Unterweisung eben denselben Weg zu nehmen haben.

*Von einem Lehrer wird also erwartet, dass er an seinem Zuhörer erstlich den **verständigen**, denn den **vernünftigen** Mann, und endlich den **Gelehrten** bilde. Ein solches Verfahren hat den Vorteil, dass, wenn der Lehrling gleich niemals zu der letzten Stufe gelangen sollte, wie es gemeiniglich geschieht, er dennoch durch die Unterweisung gewonnen hat, und, wo nicht vor die Schule, doch vor das Leben geübter und klüger geworden.*

Wenn man diese Methode umkehrt, so erschnappet der Schüler eine Art von Vernunft, ehe noch der Verstand an ihm ausgebildet wurde, und trägt erborgte Wissenschaft, die an ihm gleichsam nur geklebt und nicht gewachsen ist, wobei seine Gemütsfähigkeit noch so unfruchtbar wie jemals, aber zugleich durch den Wahn von Weisheit viel verderbter geworden ist.

Dieses ist die Ursache, weswegen man nicht selten Gelehrte (eigentlich Studierende) antrifft, die wenig Verstand zeigen, und warum die Akademien mehr abgeschmackte Köpfe in die Welt schicken als irgend ein anderer Stand des gemeinen Wesens.

Die Regel des Verhaltens also ist diese: zuvörderst den Verstand zeitigen und sein Wachstum zu beschleunigen, indem man ihn in Erfahrungsurteilen übt und auf dasjenige achtsam macht, was ihm die verglichene Empfindungen seiner Sinne lehren können. Von diesen Urteilen oder Begriffen soll er zu den höheren und entlegenern keinen kühnen Schwung unternehmen, sondern dahin durch den natürlich gebähnten Fußsteig der niedrigeren Begriffe gelangen, die ihn allgemach weiter führen; alles aber derjenigen Verstandesfähigkeit gemäß, welche die vorhergehende Übung in ihm notwendig hat hervorbringen müssen, und nicht nach derjenigen, die der Lehrer an sich selbst wahrnimmt, oder wahrzunehmen glaubt, und die er auch bei seinen Zuhörern fälschlich voraussetzt.

*Kurz, er soll nicht **Gedanken** sondern **denken** lernen; man soll ihn nicht **tragen** sondern **leiten**, wenn man will, dass er in Zukunft von sich selbst zu **gehen** geschickt sein soll.“*

Vgl. IMMANUEL KANT. „Nachricht von der Einrichtung seiner Vorlesungen in dem Winterhalbjahre von 1765-1766.“ In: IMMANUEL KANT: „Von den Träumen der Vernunft - Kleine Schriften zur Kunst, Philosophie, Geschichte und Politik.“ Wiesbaden 1979. S. 103 ff.

„Werte-Logik“ in einem „Landkarten-Geschehen“²⁰ abdriften.

So, wie ich das „Bewegen“ und die „Bewegung“ unterscheide, so unterscheide ich auch das „Werten“ von „Wertungen“, aus denen dann „relativ ruhende“ Werte heraus-abstrahiert werden können.

²⁰ Die Begriffe „Landkarte“ und „Landschaft“ verwende ich im Sinne von ALFRED KORZYBSKI. Vgl. HAYAKAWA: „*Semantik im Denken und Handeln*“. Verlag Darmstädter Blätter 1967 und GÜNTHER SCHWARZ (Hrsg.): „*Wort und Wirklichkeit I – Beiträge zur Allgemeinen Semantik*“. Darmstadt 1968 und GÜNTHER SCHWARZ (Hrsg.): „*Wort und Wirklichkeit II – Beiträge zur Allgemeinen Semantik*“. Darmstadt 1974.

Rhythmus und Kreativität

Der „Rhythmus“ ist zum Beispiel ein Prozess des relativen Beruhigens von Werten. Er ist ein um Wiederholung des „gleichen Wertens“ bemühtes Bewegen, das als „Gewohnheiten“ solide Routinen bildet.

Ganz anders erscheint die „Kreativität“, welche mit „Wertungen“ bricht und aus dem „Prozess des Wertens“ heraus neue „Werte“ setzt.

Der Ordnungen sichernde Rhythmus setzt mit seinen Wiederholungen auf der „höheren“ Ebene für „untere“ Ebenen Ziele.

Auf diese Weise werden für die unteren Ebenen, weil eben die übergeordnete Ebene durch Wiederholen um die Stabilität des „Gleichen“ bemüht ist, Ziele, d.h. Werte, gesetzt.

Durch Wiederholen des „Vergangenen“ werden auf diese Weise Werte für die „Zukunft“ gesetzt. Der Rhythmus des Lebens macht als Wiederkehr dadurch zum Beispiel die Pflanze zum Ziel des Samens. Dadurch entstehen gedanklich sogenannten „Henne-Ei-Probleme“.

Das Wachsen der Pflanze ist daher von solchen Werten bestimmt, die nur für sie selbst „zukunftsweisend“ sind. Sie sind aber nicht von der Zukunft her gesetzt!

Was auf der oberen Ebene bloß rhythmische Wiederholung ist, erscheint auf der unteren Ebene wie ein sinnvoll auf ein Ziel gerichteter Prozess.

Da das „Ganze“ bloß ein rhythmisches, um Stabilität, um Ruhe, d.h. ein um „Beharrlichkeit“ im Vergehen ringendes „Geschehen“ ist, setzt

es für die unteren Ebenen Werte. Es wirkt „einstellend“ auf die unteren Ebenen. (vgl. „Einstell-Wirken“²¹)

Dies zu sehen ist wichtig, denn die „Begabung“ und ein „Talent“ zeichnet es aus, dass sie das „Einstell-Wirken“ des Umfeldes aufnehmen und für sich nutzen können. Der „Begabte“ hat „Antennen“²² für die „rhythmischen“ Entwicklungen, das „Talent“ zusätzlich auch solche für die „kreativen“ Umschläge der „Situations-Potenziale“²³.

Da das Ganze kein „fertig“ Gewordenes ist, ist es nämlich jederzeit „unvollkommen“, was sich in pulsierenden „Gegensätzen“ zeigt. Diese Gegensätze können sich zu „Widersprüchen“ zuspitzen und ein kreatives Bewegen hervortreiben, das mit dem (durch Konservieren um Stabilität ringenden) Rhythmus bricht und neue Werte setzt, die dann wiederum in neue Rhythmen eingehen usw.

²¹ Vgl. meinen Text: „*Einstellwirkung' und ‚Empathie' - Gedanken zu HEINRICH JACOBY*“. Siehe Internet: www.tiwald.com im Ordner: „*Texte zu ELSA GINDLER und HEINRICH JACOBY*“.

²² vgl. HEINRICH JACOBY (SOPHIE LUDWIG Hrsg.): „*Jenseits von ‚Begabt' und ‚Unbegabt' . Zweckmäßige Fragestellung und zweckmäßiges Verhalten - Schlüssel für die Entfaltung des Menschen*“. Hamburg 1994: Christians Verlag. (ISBN3-7672-0711-7).

²³ Den Begriff „*Situations-Potenzial*“ verwende ich im Sinne von FRANCOIS JULLIEN. Vgl. FRANCOIS JULLIEN: „*Über die Wirksamkeit*“. Merve Verlag Berlin 1999. ISBN 3-88396-156-6.

Blick-Richtungen

In dieser Form ist dem Menschen seine Praxis gegeben, „mit der“ er (in seiner „Geschicklichkeit“) und „in der“ er (in seiner „Gewandtheit“²⁴) „umzugehen“ hat. Im „janusköpfigen“ Hier und Jetzt²⁵ blickt der Mensch auf dieses in seiner Komplementarität rhythmisch pulsierende Ganze. Dies sowohl in zeitlicher als auch in räumlicher Hinsicht.

Ich habe im „Hier und Jetzt“ nicht nur räumlich einen allseitigen Panorama-Blick, sondern auch einen zeitlichen, der sowohl nach vorne als auch nach hinten blickt. Zum Beispiel wie beim Hören einer bekannten Melodie.

In diesem janusköpfigen Hier und Jetzt gibt es unterschiedliche Möglichkeiten des Akzentuierens:

- ich kann meinen „Blick in die Zukunft“ akzentuieren;
- ich kann meinen „Blick in die Vergangenheit“ akzentuieren.

Es gibt auch zwei Möglichkeiten, bezogen auf das „Hier und Jetzt“, eine „exzentrische Position“ einzunehmen, also die eigene Achtsamkeit zu „splitten“, wie ich es am Beispiel des Atmens beschrieben habe.²⁶

²⁴ Zur Unterscheidung von „Geschicklichkeit“ und „Gewandtheit“ siehe: HORST TIWALD: „Budo-Tennis I – Eine Einführung in die Bewegungs- und Handlungstheorie des Budo am Beispiel des Anfänger-Tennis“. Band 1 der Reihe „Budo und transkulturelle Bewegungsforschung“. Ahrensburg 1983. ISBN 3-88020-100-5. Seite 27ff.

²⁵ Vgl. meinen Text: „Achtsamkeit im sogenannten ‚Hier und Jetzt‘. Anmerkungen zu Texten von THICH NHAT HANH“. Siehe hierzu im Internet: www.tiwald.com im Ordner: „Texte zur Theorie des MuDo“.

²⁶ Vgl. mein Projektpapier: „Atmen und Achtsamkeit im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining“. Im Internet: www.tiwald.com im Ordner: „Projektpapiere“, oder das entsprechende Kapitel in: HORST TIWALD: „Yin und Yang – Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens“. Immenhausen bei Kassel 2000. ISBN 3-934575-10-2.

- ich kann meine in die Zukunft gerichtete Position in die Vergangenheit hinein verlassen, also wie mit dem Rücken voran in die Vergangenheit hinein „rudern“;
- ich kann aber auch meine in die Vergangenheit gerichtete Position in die Zukunft hinein verlassen, also auch in diese hinein „rudern“.

Diese zwei Möglichkeiten, das „Hier und Jetzt“ exzentrisch zu „erweitern“, müssen aber unterschieden werden von jenen „Sprung-Techniken“, in denen ich mich nicht in der „Landschaft“ selbst zur exzentrischen Position hin „weite“, sondern wo ich „in Blickrichtung“ in eine exzentrische Position der „Landkarte“²⁷ (nicht in die „Landschaft“!) hinaus „springe“, und von dieser exzentrischen Position her dann zum „vorgestellten“ Zentrum hin zurück „paddle“.

Dies wäre zum Beispiel bei jener in die Vergangenheit gerichteten Erinnerungs-Technik der Fall, die am Abend in der zurückgewandten „Blick-Richtung“ gedanklich zum Morgen des abgelaufenen Tages „springt“ und dann, den Tag verfolgend, sukzessive zur Gegenwart hin „paddelt“²⁸.

Auf den Soll-Wert gerichtete Menschen „springen“ zum Beispiel in eine in der „Landkarte“ vorgestellte Zukunft und paddeln oder rudern dann von dieser zur vorgestellten Gegenwart zurück. Sie errechnen

²⁷ vgl. HORST TIWALD: „*Im Sport zur kreativen Lebendigkeit – Bewegung und Wissenschaft*“. Hamburg 2002, Band 2 der *Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.* ISBN 3-936212-01-5. Seite 59ff.

²⁸ Diese und die entgegengesetzte abendliche Meditation habe ich beschrieben in: HORST TIWALD: „*Im Sport zur kreativen Lebendigkeit – Bewegung und Wissenschaft*“. Hamburg 2002, Band 2 der *Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.* ISBN 3-936212-01-5. Seite 84ff

dann meist von der Zukunft her²⁹, was jeweils zu tun sei, um dem Ziel näher zu kommen.

In Ziel-Nähe wissen sie dann daher ganz gut Bescheid. Wie sie aber unmittelbar aus dem Problem des Ist-Standes, den sie ja nicht akzeptieren und beachten, herauskommen, darüber sind sie oft ratlos³⁰.

Ihnen erscheint dann das Meiste linear und kausal determiniert, daher oft auch ausweglos.

Im Gegensatz zu diesen gibt es aber Zukunfts-Blicker, die, angesichts ihrer „Identifikation“ mit einem exzentrischen Ziel, von diesem nicht in die Gegenwart zurück „paddeln“, sondern (mit unmittelbarem Blick auf die in der „Landschaft“ bereits aufkeimende künftige Chance, von dieser) zurück „rudern“. Diese Zukunfts-Blicker „schauen“ dann hinter die Kulissen des Werdens, wie jene Zukunfts-Blicker, die in die Vergangenheit „rudern“ und von dieser zur Gegenwart hin zurück „paddeln“. Sie bringen ihre Erfahrungen und ihre gedanklichen Verarbeitungen auf diese Weise „mittelbar“ in ihr Tun ein ohne ihr „unmittelbares“ Schauen verlassen zu müssen.

²⁹ vgl. zum Konzept der „Ist-Stand-Orientierung“ in der Pädagogik: HORST TIWALD / KONRAD STRIPP: „*Psychologische Grundlagen der Bewegungs- und Trainingsforschung*.“ Band 9 der „*Schriftenreihe des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Hamburg*“. Giessen/Lollar 1975. ISBN 3-87958-909-7. Seite 26ff.

³⁰ vgl. meinen Beitrag „*Antithese zur Soll-wert-fixierten ‚Erfolgspädagogik‘*“. In: HORST TIWALD: „*Sportwissenschaftliche Skizzen – Philosophisch-psychologische Thesen und Diskussionsgrundlagen*.“ Band 3 der „*Schriftenreihe des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Hamburg*“, Giessen/Lollar 1974. ISBN 3-87958-903-8. Seite 123ff. und meine Texte im Internet: www.tiwald.com „*Erfolgsgesellschaft und soll-wert-fixierte Leistungsaktivierung als zentrales Problem der Sportwissenschaft*“ im Ordner „*Kritische Sporttheorie*“ und „*Die Konfrontation mit objektiven Widersprüchen als Weg und Aufgabe der Körpererziehung*“ im Ordner „*Texte zur Theorie des MuDo*“.

Sie entdecken dann von jeder Position her mehrere Entwicklungschancen. Sie entdecken Freiheit in den Bedingungen und die Notwendigkeit des Wagnisses, was für das Talent ebenfalls kennzeichnend ist.

Diese Technik ist das Gegenstück jener Techniken, die in die Vergangenheit oder in die Zukunft springen, dadurch aber notwendig in der „Landkarte“ landen und damit zumindest vorübergehend „einhalten“ bzw. „anhaften“ und dadurch ihre Unmittelbarkeit verlieren.³¹

Bei den exzentrischen Positionen gibt es auch Vergangenheits-Blicker, die ihre exzentrische Position nicht durch „Rudern“ in die Zukunft finden, sondern durch ein zeitliches „Springen“ in der Vergangenheit (durch ein in die Blick-Richtung vorwärts Springen).

Wenn sie dann von dieser exzentrischen Position in die Gegenwart zurück „rudern“, erscheint ihnen dann ebenfalls alles kausal, weil sie ja durch ihr Springen von der „Landschaft“ abgehoben haben und dadurch in der „Landkarte“ gelandet sind.

Sie „rudern“ also gar nicht in der „Landschaft“ zurück, sondern in dem durch ihr „Paddeln“ in der „Landkarte“ erstellten Modell.

³¹ HORST TIWALD: *„Im Sport zur kreativen Lebendigkeit – Bewegung und Wissenschaft“*. Hamburg 2002, Band 2 der *Schriftenreihe des Instituts für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V.* ISBN 3-936212-01-5. Seite 226ff

Praxis-Orientierung

Selbst der auf den Ist-Stand orientierte Mensch ist daher ein komplexer Typ. Er verfügt über alle Chancen des „Ruderns“, „Paddelns“ und „Springens“.

Es kommt eben auf das lebendige Pulsieren zwischen diesen Chancen³² an.

Dieses Pulsieren kann allerdings eine deutliche „Schlagseite“ bekommen, so dass relativ träge Typen entstehen, die ihre Chance zu pulsieren gar nicht voll nutzen.

Jener, der beim Tun akzentuiert in die Zukunft schaut, lässt sich vorwiegend vom tatsächlichen Prozess einstellen, er lässt sich von der Praxis „tragen“ („Praxisorientierung“) und findet in ihr als „Talent“ Lücken und Entwicklungs-Chancen.

Dies gelingt allerdings nur durch einen spezifischen Umgang mit seiner in der „Landkarte“ aufgehobenen Vergangenheit und der ihr über die „Sprache“ vermittelten „gesellschaftlichen Erfahrung“.

Er wird, wie in einigen chinesischen Denktraditionen beschrieben, ein Experte für die Potenziale der Situation³³ und deren Entwicklungen. Er erkennt früh, was zu keimen beginnt und kann diese äußeren Prozesse

³² Dieses Pulsieren habe ich in der sogenannten „*Trialektik der Achtsamkeit*“ im Kapitel „*Die ‚Mudo-Methode‘ im Skisport*“ in: HORST TIWALD: „*Bewegen zum Selbst – diesseits und jenseits des Gestaltkreises.*“ Hamburg 1997. ISBN 3-9804972-3-2. Seite 175ff beschrieben.

³³ Vgl. FRANCOIS JULLIEN: „*Über die Wirksamkeit*“. Merve Verlag Berlin 1999. ISBN 3-88396-156-6.

daher gut für sich nutzen. Er kann jene „Schläue“³⁴ entwickeln, die das Talent auszeichnet.

Aber auch beim Zukunfts-Blicken wird Erfahrung gesammelt, werden Symbole „verkörpert“, dies allerdings in einer anderen „Logik“ als beim Vergangenheits-Blicken.

Es entsteht daher, zwar in einer anderen Logik“, ebenfalls eine „Landkarte“ mit all den Gefahren, in sie abzudriften, an Theorien (eben einer anderen „Logik“) anzuhaften und die Unmittelbarkeit zur Praxis zu verlieren.

Es taucht daher auch hier die Frage auf, ob ich, wenn ich, unmittelbar in die Zukunft der „Landschaft“ blickend eine in ihr aufkeimende Chance entdecke und dann sofort (der Erfahrung gemäß) zu einem Soll-Wert meines Handelns „springe“, dann wirklich in der Realität auch weiterhin hinter ihre Kulissen schaue und in ihr Freiheit und Chancen entdecke?

Ich meine nicht, denn auch hier liegt durch das „Springen“ der exzentrische Ort in der Vorstellung. Wäre diese Gefahr nicht gegeben, dann hätte es in China keinen LAO-TSE gegeben, der das „Anhaften“ an der Landkarte, als die „prangende Blüte des Weges“, aber als „der Torheit Beginn“ gesehen hat.³⁵

Man kann sich also durch die unterschiedlichen Blick-Richtungen verschiedene Sicht-Weisen, entsprechende „Landkarten“ und „Logiken“ erwerben. Diese „Logiken“ und

³⁴ Vgl. mein Referat, das ich am 29. 06. 2002 als Referat auf einem Tennis-Symposium in Quickborn gehalten habe: „*Talente unter psychologischen Gesichtspunkten.*“ Siehe Internet: www.tiwald.com im Ordner: „*Talentreifung im Fußball und Tennis*“.

³⁵ Vgl. LAO-TSE: „*Tao-Te-King*“ (Übers. GÜNTHER DEBON) Stuttgart 1961. ISBN 3-15-006798-7. Kapitel 38/88.

„Landkarten“ gilt es aber von einer „lebendigen“ Meta-Position her zu „integrieren“

Aber auch die Integration dieser beiden Sicht-Weisen bringt nicht die „Unmittelbarkeit“ eines „Schauens“ der Praxis, sondern für die „Handlungsorientierung“ bloß eine äußerst notwendige und brauchbare „Meta-Landkarte“, in welche die relevanten sprachlich vermittelte gesellschaftlichen Erfahrungen eingetragen, verarbeitet und „an-geeignet“ werden können.

Bedeutung der Achtsamkeit

Zur Integration dieser beiden Sicht-Weisen muss daher als Zweites das Rückgewinnen des unmittelbar „schauenden“ Bezuges zur Praxis kommen.

Es geht also nicht nur um eine Integration der westlichen und fernöstlichen Sicht-Weisen, sondern auch und letztlich um den „unmittelbaren Bezug zur Praxis“, der sich in den indischen Sicht-Weisen der „Achtsamkeit“, zum Beispiel im Buddhismus, ausformte.

In der „Ur-Sphäre“³⁶ des „Schauens der Praxis“ gibt es im janusköpfigen „Hier und Jetzt“ eben noch keine relativ „träge“ Blick-Richtung, welche die „spiegelartige“ Achtsamkeit und das allseitige Pulsieren einschränkt bzw. „richtet“.

Erst die „Faszination“ richtet die „Aufmerksamkeit“, zum Beispiel beim tierischen Lernen von Symbolen, d.h. beim Bilden sogenannter „bedingter Reflexe“, oder beim sogenannten „operanten Konditionieren“, wo nicht „ankündigende“ Symbole, sondern „herstellende“ eigene Operationen als „Mittel“ entdeckt und gelernt werden.

Diese animalische Blickrichtung ist daher auf die Vergangenheit orientiert, ohne dass aber das Tier seine zukunfts-gerichtete unmittelbare „Anpassung“ an die werdende und vergehende bzw. in Gegensätzen pulsierende Umwelt verliert.

³⁶ Zum Begriff „Ur-Sphäre“ vgl. EUGEN HERRIGEL: *„Urstoff und Urform. Ein Beitrag zur philosophischen Strukturlehre.“* Tübingen 1926. auch: EUGEN HERRIGEL: *„Die Metaphysische Form. Eine Auseinandersetzung mit Kant.“* Tübingen 1929. Siehe auch: DAISSETZ TEITARO SUZUKI: *„Wesen und Sinn des Buddhismus – Ur-Erfahrung und Ur-Wissen“*. Freiburg- Basel-Wien 1993. ISBN 3-451-04920-1. Vergleiche auch den Begriff „höchste Urteilskraft“ bei NYOITI SAKURAZAWA (GEORGES OHSAWA): *„Die fernöstliche Philosophie im nuklearen Zeitalter“*. Hamburg 1978. Seite 40.

Bin ich als Mensch dagegen mit Vorliebe und vorwiegend erinnernd in die Vergangenheit gepaddelt, dann habe ich in der „Weite“ des „Hier und Jetzt“ immer nur „Mittel“ entdeckt.

Seien dies, wie schon angesprochen, „symbolische“ Mittel der stellvertretenden Ankündigung, wie beim bedingten Reflex, oder „tätige“ Mittel, wie beim operanten³⁷ Konditionieren. Mit diesen operanten Mitteln entdecke ich dann auch später „Werkzeuge“ als „Mittel“ und letztlich, hinsichtlich der „gesellschaftlichen Synthesis“, auch das „Geld“ als „Mittel“ der Anhäufung von Macht.³⁸ Dies ist der Akzent unseres westlichen Weges.

³⁷ Unter „Operant“ versteht man: „ein mehr oder weniger komplexes Verhaltenssegment, das nicht durch einen Umweltreiz ausgelöst ist, sondern vielmehr vom Individuum selbst ausgeht. Wenn ein Operant bekräftigt wird, tritt er häufiger auf. Dies wird operantes Konditionieren genannt“ (J.C.LESLI) in: WILHELM ARNOLD / HANS JÜRGEN EYSENCK / RICHARD MEILI: „Lexikon der Psychologie“ Freiburg-Basel-Wien 1993. ISBN 3-451-22409-7.

³⁸ Die „Ware“ ist ein „Tausch-Mittel“. Der „Wert“ einer „Ware“ ist zum Beispiel etwas, was als „beharrend“ unterstellt wird, obwohl die „Brauchbarkeit“ der „Ware“ der zeitlichen „Vergänglichkeit“ unterworfen ist.

Der „Wert“ des „Geldes“ wird wiederum einerseits als noch „beharrender“ unterstellt, andererseits als nahezu grenzenlos „tolerant“. Alles kann in seinem „Wert“ in „Geld“ umgewandelt, d.h. „abstrahiert“ werden.

Das Entstehen des „Geldes“ als „Waren-Abstraktion“ sieht ALFRED SOHN-RETHEL in engem Zusammenhang mit dem Entstehen des abendländischen „begrifflichen Denkens“. Der Zusammenhang von „Abstrahieren, Denken und Tauschen“ ist ihm hierfür, in diesem Gedanken NIETZSCHE folgend, fundamental.

Dieser von ALFRED SOHN-RETHEL geschaute Zusammenhang von „Abstrahieren-Denken-Tauschen“ bildet meines Erachtens, als Grundlage der logisch schließenden „Vernunft“, gleichsam das Gegenstück (in der Einheit) zum fundamentaleren Zusammenhang „Vereinen-Schauen-symbolisch Verkörpern“, der den Dialog prägt und Grundlage des Begriffe bildenden und „Ur-Teile“ setzenden „Verstandes“ ist.

ALFRED SOHN-RETHEL: „Das Geld, die bare Münze des Apriori“ Berlin 1990 ISBN 3803151279.

ALFRED SOHN-RETHEL: „Geistige und körperliche Arbeit“. Frankfurt 1970.

Beim westlichen Menschen hat sich das auf das Finden von „Mitteln der Herstellung“, d.h. von motorischen „Fertigkeiten“ und „Werkzeugen“, gerichtete Vergangenheits-Blicken immer mehr verfestigt. Insbesondere in der westlichen sogenannten „naturwissenschaftlich-technischen“ Welt, die eine dementsprechende Logik entwickelte.

Dieser Sichtweise liegt das Abdriften in die „Landkarte“ besonders nahe.

Dies wird besonders verhängnisvoll, wenn die Orientierung auf die „Mittel der Herstellung“, d.h. der Produktion, letztlich dominiert wird von dem (im wahrsten Sinn des Wortes) „phantastischen“ Mittel „Geld“.

Der technisch produktive „Natur-Sinn“ kann hier innerhalb der „Landkarten-Spiele“ leicht in blanken „Wahn-Sinn“ umkippen.

Bedeutung der tatsächlichen Situation

Die andere Sicht-Weise, die sich im fernen Osten besonders entwickelte, bietet mehr Chancen, im Tatsächlichen zu verbleiben, zum Beispiel, wenn ich in die Vergangenheit rudere. Hier weite ich das Hier und Jetzt und bleibe in der Realität. Meine Erfahrung ist mir als Landkarte dann nur Hilfs-Mittel der Interpretation, nicht aber Plattform meines „Ruderns“.

Beim Paddeln in die Zukunft weite ich mich allerdings auch, aber hier wird mir die Interpretations-Hilfe meiner „Landkarte“ ebenfalls, wie bei der westlichen Sicht-Weise, leicht zur Gefahr des Abdriftens in sie.

Der janusköpfige Blick ist aber vorerst in beide Richtungen „weitend“. Auch der in die Vergangenheit. Man erfasst auch in dieser Paddel-Richtung ebenfalls eine Ankündigung oder Bedingung voll im „Hier und Jetzt“.

Im Gedächtnis wird aber diese Erfahrung dann mit Paddel-Blick als „Ursache der Wirkung“ abgelegt. Wobei der ursprünglichen Blickrichtung gemäß die „Wirkung“ das menschlich näherliegende, d.h. das zuerst zu beachtende und zu bewertende ist.

In die Zukunft projiziert erscheint daher der zeitlich ferner liegende Soll-Wert ebenfalls willentlich als näher liegend. Das Mittel wird dadurch zu einem „Mittel des Zweckes“, auf den das Handeln orientiert und oft sogar fixiert ist.

In dieser Orientierung entdecke ich mich dann selbst im „Hier und Jetzt“ als ein willentlich Handelnder, der Akte setzt entsprechend dem Muster „Mittel-Zweck“.

Es interessieren dann vorwiegend „Zwecke“ und herstellende „Mittel“, während die „Bedingungen“ zur Nebensache werden, die gegebenenfalls zu berücksichtigen, zu brechen oder in Experimenten zu standardisieren sind.

Die „Handlungs-Orientierung“ und die „Technik-Orientierung“ dominieren hier die „Praxis-Orientierung“.

Wenn ich andererseits beim „Weiten“ in die Vergangenheit nicht in die Vergangenheit, sondern in die Zukunft blicke, dann erfasse ich in einer „Praxis-Orientierung“ nicht nur oder vorwiegend meine eigenen Akte, sondern insbesondere die „Bedingungen“ selbst als pulsierende Prozesse, die auch anders hätten laufen können, die sich aber nun einmal pulsierend zu einem bestimmten Geschehen verdichtet haben.

Man bekommt hier nicht vorwiegend einen Blick für die „Mittel-Zweck-Relation“, sondern für die vielfältigen Prozesse innerhalb der „Bedingungen“, die mir ganz unterschiedliche Chancen bieten, von denen mir vielleicht manche noch näher liegen, als der von mir in meinem „planvollen“ Handeln angedachte „Zweck“ oder „Weg“ („Mittel“).

Im Sport werden häufig reale Chancen deswegen nicht gesehen und verpasst, weil der Blick des Handelnden die realen Bedingungen missachtet und auf sein „plan-orientiertes“ Handeln fixiert ist.

Dieses Wahrnehmen sieht nicht das „Ganze“ der realen Bedingungen, sondern „sucht“ nur die für das „geplante“ Handeln „günstigen“ Stellen und Augenblicke.

Wenn man nun aber weiß, was der Gegner gezielt und oft fixiert sucht, dann kann man auch abschätzen, was er übersieht und ihm dies dann zum Verhängnis werden lassen.

Gewandtheit und Geschicklichkeit

Was beim linear (auf Mittel-Zweck-Relationen) fixierten Blick oft als „plötzlicher Zufall“ erscheint, differenziert sich in der praxisorientierten Sicht-Weise dagegen als ein pulsierendes und sich sukzessiv verdichtendes Werden innerhalb eines „freien“ und „toleranten“ Spielraumes.

Aus diesem vorerst noch unsichtbaren oder kaum sichtbaren Geschehen „keimen“ sozusagen in einer ganz anderen „Logik“ für mich günstige Gelegenheiten auf.

Hier geht es dann nicht mehr um die Entwicklung des raschen Reagierens, es geht nicht darum, durch „Reaktions-Schnelligkeit“ die „scheinbar“ plötzlich zufallenden günstigen Gelegenheiten zu erhaschen, sondern es geht in einer ganz anderen „Logik“ um ein ebenfalls durch Theorie unterstütztes „Früh-Erkennen“ der sich entwickelnden „Potenziale der Situation“, die man für sich „talentiert“ nutzen kann. Dieses „Früh-Erkennen“ zu „fördern“ erscheint mir hinsichtlich der „Talent-Entfaltung“ sehr sinnvoll.

Zusätzlich dehnt sich durch die „Arbeit der Achtsamkeit“ subjektiv die Zeit, so dass mir vorerst subjektiv schnell erscheinene Prozesse nun erheblich langsamer erscheinen und mir dadurch von außen gesehen ein präzises blitz-schnelles Agieren ermöglichen.³⁹

In einem groben Modell könnte man die beiden „Blick-Richtungen“ des „Hier und Jetzt“ mit der Unterscheidung von „Gewandtheit“ und „Geschicklichkeit“⁴⁰ in Zusammenhang bringen:

³⁹ Siehe meinen Text „*Theorie der Leistungsfelder. Achtsamkeit und Bewegens-Lernen*“ im Internet: www.tiwald.com, im Ordner „*Texte zur Theorie des Mu-Do*“.

⁴⁰ Zur Unterscheidung von „*Geschicklichkeit*“ und „*Gewandtheit*“ siehe: HORST TIWALD: „*Budo-Tennis I – Eine Einführung in die Bewegungs- und Handlungstheorie des Budo am Beispiel des Anfänger-Tennis*“. Band 1 der Reihe „*Budo*“.

- die Vergangenheits-Blicker würden dann im Falle einer Einseitigkeit vorwiegend ihre „Geschicklichkeit“ entwickeln und sich in dieser „Technik-Orientierung“ dann gute Grundlagen für ihr strategisches Denken in der Landkarte, d.h. für ihre „Handlungs-Orientierung“ erarbeiten;
- die Zukunfts-Blicker würden dagegen in ihrer „Praxis-Orientierung“ gute Grundlagen für ihre „Gewandtheit“ erarbeiten.

In meinem Trainings-Modell, das ich mit der „Trialektik der Achtsamkeit“ beschrieben habe, ist die Ausbildung der „Gewandtheit“ und somit die unmittelbar schauende „Praxis-Orientierung“ fundamental.

Sie zu vernachlässigen setzt nämlich auch der „Geschicklichkeits-Entwicklung“ bzw. der Anwendung von „Geschicklichkeiten“ in komplexen und sich verändernden Situationen enge Grenzen.

Wenn ich von „Gewandtheit“ und „Geschicklichkeit“ spreche, dann folge ich keiner dualistischen Trennung von „Körper“ und „Geist“, sondern sehe die körperliche Gewandtheit, zum Beispiel im Umgang mit der Schwerkraft, in engem Zusammenhang mit der geistigen und sozialen Gewandtheit, zum Beispiel im „Umgang mit geistigen Problemen“ oder im „Umgang mit Menschen“.

Auch hier gilt es klar und deutlich zu unterscheiden zwischen einem „geschickten“ zielorientierten Umgang und einem um soziales Gleichgewicht ringenden „gewandten“ Umgang in

und transkulturelle Bewegungsforschung“. Ahrensburg 1983. ISBN 3-88020-100-5. Seite 27ff. und zum Zusammenhang von „Praxis-Orientierung“, „Technik-Orientierung“ und „Handlungs-Orientierung“ siehe mein Modell der sogenannten „Trialektik der Achtsamkeit“ im Kapitel „Die ‚Mudo-Methode‘ im Skisport“ in: HORST TIWALD: „Bewegen zum Selbst – diesseits und jenseits des Gestaltkreises.“ Hamburg 1997. ISBN 3-9804972-3-2. Seite 175ff.

der Anpassung an die soziale Situation und in der Nutzung der realen Potenziale der sozialen Situation.

Auf der Grundlage einer soliden „sozialen Gewandtheit“ ist dann die „soziale Geschicklichkeit“ bloß das „kaum merkbare“ Zünglein an der Waage eines zweckmäßigen und ökonomischen Handelns.

In Sportarten, in denen im „Team“ gegen „Teams“ gekämpft wird, ist es daher von besonderer Bedeutung, auf die Entwicklung der „individuellen Gewandtheit“ (körperlich-geistig-sozial) der „Team-Mitglieder“ besonders zu achten, denn nur auf der Grundlage dieser „individuellen Gewandtheiten“ lässt sich dann die „Gewandtheit des Teams“ als „Ganzes“ entwickeln.

Letztlich geht es darum, dass das „Team“ als „Ganzes“ auf der soliden Basis seiner „Gewandtheit“ seine „Geschicklichkeit“ erfolgreich ins Spiel bringt.

Ein „Talent“ wäre nun jemand, der über eine solide „Gewandtheits-Basis“ im integralen Sinne (körperlich-geistig-sozial) verfügt. Der aber nicht festgefahren ist in eine der „Blick-Richtungen“ des „Hier und Jetzt“.

Das „Talent“ ist vielmehr in der Lage, die „Blick-Richtungen“ mit Augenmaß für die „konkrete Situation“ lebendig pulsieren zu lassen.

Die in der „Landkarte“ verarbeitete Erfahrung und die selbst erworbene Geschicklichkeit kann es auf diese Weise zweckmäßig und ökonomisch in die Praxis einbringen, ohne im Handeln seine „Praxis-Orientierung“ (als den unmittelbaren Bezug zum tatsächlichen Geschehen) zu verlieren.

Aufgrund seiner soliden „Praxis-Orientierung“ ist das Talent, nach Überwindung von diesbezüglichen Schwierigkeiten in der Anfangs-Phase seiner Entwicklung, letztlich auch in seiner „Landkarte“ offen für die sprachlich herangetragene gesellschaftliche Erfahrung.

Diese „gründliche“ Basis ermöglicht es ihm daher in seiner Reife, nicht nur auf die konkrete Praxis, sondern auch auf den Trainer, den kreativen Verarbeiter und Vermittler gesellschaftlicher Erfahrung, optimal „hinzuhören“.

Dies ist für die Optimierung seiner Leistung entscheidend – wenn das Talent das Glück hat, nicht nur einem „Talent-Trainer“, sondern einem „Trainer-Talent“ zu begegnen.