

Michael Endl

Institut für Systemwissenschaften Johannes Kepler Universität Linz

Kreatives Leben

Was ist kreatives Schaffen? Über diese Frage gehen die Meinungen auseinander. Einige Definitionen setzen voraus, daß kreatives Handeln ein konkretes Produkt zur Folge haben muß, wie etwa eine Skulptur, ein Gemälde oder diesen Artikel. Andere sind der Ansicht, alle für den Schaffenden neue Gedanken sind das Ergebnis eines kreativen Vorgangs. Weitere Definitionen richten ihr Augenmerk auf den Prozeß selbst, um die persönlichen Empfindungen der Protagonisten während des **kreativ-schöpferischen Akts** zu beschreiben. Die wichtigste ist aber „die eigene, persönliche Definition von Kreativität, denn sie ist ausschlaggebend, ob wir uns selbst als kreativen Menschen betrachten, und wenn ja, in welchem Maß.“ („*Lebe kreativer! Ein Handlungsbuch für Frauen*“, C. Diane Ealy, München 2001, S.31)

Kreativ zu leben bedeutet, Neu-Erlerntes in unser Verhalten mit einzubinden, um so weiser und reifer zu werden, uns zu entwickeln. Probleme werden so zu **Herausforderungen an unsere Kreativität**. „*Ein Dilemma wird damit zum Ausgangspunkt eines spannenden Abenteuers. Wer kreativ ist, lebt wirklich.*“ („*Lebe kreativer! Ein Handlungsbuch für Frauen*“, C. Diane Ealy, München 2001, S.38)

Einige positive Eigenschaften kreativer Menschen sind:

- die Fähigkeit mit anderen auszukommen
- die Fähigkeit zu planen
- die Fähigkeit, Probleme zu erkennen und zu lösen
- Eigenständigkeit
- die Fähigkeit, das große Ganze zu sehen
- Sinn für Humor
- das Gefühl sozialer Verantwortung
- den Wunsch, positive Beiträge zu einer besseren Welt zu leisten

Die Kunst, Realitäten zu verändern, ist essentieller Bestandteil kreativer Prozesse. Diese Herausforderungen an unsere Kreativität sind eine Synthese neuer Strukturen, gebildet aus Eindrücken, Empfindungen, Ideen und Bilder. Akzeptieren wir den Status quo und stellen sogenannte Fakten nie in Frage, werden keine neuen Strukturen entstehen. Innerhalb einer **ganzheitlich kreativen** Denkweise, existieren Gegensätze ohne weiters nebeneinander. Dies ermöglicht uns eine andere Sichtweise der Beziehungen zwischen den einzelnen Komponenten bzw. Elementen. Wahr oder falsch verlieren vorübergehend an Bedeutung, somit können alle Möglichkeiten in Betracht gezogen werden. Auf diese Weise ganzheitlich kreativ denkende Menschen verändern Realitäten. Sie lehnen sowohl wissenschaftliche, wie auch allgemein anerkannte Beziehungen zwischen Ideen ab, um noch nicht existierende Verbindungen zu suchen bzw. zu konstruieren.

Um kreativ zu sein, bleibt uns oft nichts anderes übrig, als über den Schatten unserer Erziehung und Ausbildung zu springen. Bill Lear, einer der kreativsten Erfinder des 20. Jahrhunderts, stellte Zeit seines Lebens den Status quo in Frage. Er war z.B. der erste, dem es gelang, ein Radio so klein zu konstruieren, daß es leicht in ein Auto eingebaut werden konnte, und das zu einer Zeit als nach gängiger Lehrmeinung es vollkommen unmöglich war, so kleine Radios überhaupt herzustellen. Er tat es einfach und veränderte somit das wissenschaftliche Denken jener Zeit. „Eine gesunde Mißachtung der Realität kann in vielen Situationen, die kreatives Denken erfordern, sinnvoll sein.“ („*Lebe kreativer! Ein Handlungsbuch für Frauen*“, C. Diane Ealy, München 2001, S.62)

Schöpfung und Bewußtsein

Außer uns selbst sind auch andere Menschen, Tiere, Pflanzen, Sterne und Galaxien an der Erschaffung unserer Welt beteiligt. Alle lebenden Wesen tragen durch ihre Existenz zur kosmischen Evolution bei. Wir alle gemeinsam erschaffen ständig unsere Welt. Die wichtigste Aufgabe für uns Menschen besteht darin, dies bewußt zu tun.

James Lovelocks Buch „*Das Gaia-Prinzip*“ erschütterte die wissenschaftliche Welt mit der von ihm entwickelten These, daß die Erde ein lebendiges, sich selbst regulierendes System sei. Lovelock ist jedoch nicht der Auffassung, die Erde habe Bewußtsein. Doch sie ist **lebendig**, denn sie reguliert ihre Temperatur und andere für ihr Überleben notwendige Voraussetzungen. Sie ist genauso wie wir Menschen an der Erschaffung der Welt beteiligt, was aber nicht notwendigerweise bedeuten muß, daß sie Bewußtsein besitzt. („*Das Gaia-Prinzip. Die Biographie unseres Planeten*“, James Lovelock, Zürich, München 1991)

Obwohl viele Kulturen, wie z.B. die amerikanischen Indianer, **Mutter Erde** bereitwillig ein Bewußtsein zuschreiben, gesteht unser klassisches westliches Denken dies nur dem Menschen zu. Jean Houston betrachtet die Menschen als das **sensorische System** von Mutter Erde, als ihr Bewußtsein besitzendes Organ. („*The Search for the Beloved: Journeys in Sacred Psychology*“, Jean Houston, New York 1987)

Ob die Erde, die Sterne oder die Galaxien Bewußtsein besitzen, wird von diversen Kulturen unterschiedlich gesehen, aber alle sind der Auffassung, daß Menschen Bewußtsein und somit die Fähigkeit besitzen, auf besondere Weise kreativ-schöpferisch tätig zu sein. Durch **Benennen** können wir auf ganz elementare Weise mittels der Macht unserer Sprache erschaffen. Unser Denken ist aber größtenteils durch die Verwendung einer bestimmten Mutter-Sprache festgelegt.

Es ist die Art und Weise, wie wir durch Laute, Worte und Bilder unsere Erfahrungen ordnen, dies schafft Bedeutung in unserer Welt. In der Psychologie ist seit langem bekannt, daß Menschen sich deswegen nicht weiterentwickeln können, weil sie das Leben nur so sehen, wie sie es immer gesehen haben. Würden sie z. B. als Kinder geschlagen, betrachten sie andere als potentielle Schläger und sich selbst als Opfer. Alles, das nicht in dieses Schema hineinpaßt, kann von ihnen nicht gesehen werden. Ihre Handlungen implizieren diese Strukturen, und sie stellen immer wieder fest, daß sie mißbraucht werden. In der Transaktionsanalyse wird so etwas als **Script** bezeichnet. Therapeuten aller Traditionen versuchen Menschen von diesen

begrenzenden Mustern zu befreien, damit sie die Welt aus einer anderen Perspektive sehen können.

Die Macht des Benennens ist groß. Unsere Sicht von der Welt ist nicht einfach die Summe unserer Erlebnisse, sondern sie ergibt sich aus der Interpretation dieser Erlebnisse und den gewählten Aktionen. „Bewußtsein kann dazu beitragen, daß nicht mehr andere unsere Geschichte schreiben, sondern wir selbst - zumindest teilweise.“ (*„Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen“*, Carol S. Pearson, München 1993, S. 294) Unsere Phantasie, die durch Sehnsucht, Schmerz und Liebe mystisch **eingeweiht** wurde, kann Visionen unserer wahren Lebensbestimmung in dieser Welt erschaffen. (*„Lexikon Jungscher Grundbegriffe. Mit Originaltexten von C. G. Jung“*, Helmut Hark [Hrsg], Olten und Freiburg 1988)

Bewußtes Erschaffen

Sind wir aktiv kreativ, empfinden wir ein Gefühl von Schicksalhaftigkeit und wissen um unsere Verantwortung, Visionen zu entwickeln und zu realisieren. Falls wir dies nicht tun, glauben wir, unsere Seele zu verlieren. Es fühlt sich wie eine **Friß-oder-stirb-Situation** an, nur droht der Tod der Seele, und nicht der des Körpers.

Kreative Menschen brauchen diese bestimmte Gefühl, daß etwas in ihren Genen codiert ist, das ist der Hauptgrund für ihre Existenz in dieser Welt. Dieses **Etwas** kann eine bestimmte Berufung sein, ein Beitrag zur Gesellschaft, ein anderer Mensch oder eine Gruppe von Menschen. Wir alle besitzen ein oder mehrere Stücke dieses Puzzles, um die großen Herausforderungen unserer Zeit zu lösen und eine gerechtere, humanere und schönere Welt zu schaffen. Falls diese Aktionen, zwar nicht immer vertraut, sich aber doch von innen heraus als wahr und richtig anfühlen, wissen wir, daß dies unser ganz spezieller Beitrag ist. Er gibt uns ein Gefühl der Erfüllung. „Wir erkennen ihn daran, daß wir an ihm hängen, auch wenn alles um uns herum oder in uns zusammenbricht.“ (*„Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen“*, Carol S. Pearson, München 1993, S. 296)

„Der Same Gottes ist in uns ... Der Same eines Birnbaums wächst zu einem Birnbaum heran, der Same eines Haselnußbaumes zu einem Haselnußbaum, der Same Gottes zu Gott.“ (Meister Eckhart)

Wenn alle, die Schönheit hervorbringen möchten, es täten, würden wir in einer wunderschönen Welt leben. Wenn alle, die Sauberkeit und Ordnung lieben, putzen und aufräumen würden, könnten wir in einer sauberen und geordneten Welt leben. Wenn alle, die Kranke heilen möchten, es täten, würden wir in einer gesünderen Welt leben. Wenn alle, die der Hunger in der Welt bekümmert, ihre kreativen Ideen anderen mitteilen und mit ihnen an der Beseitigung dieses Problems arbeiteten würden, könnten vielleicht eines schönen Tages alle Menschen satt werden.

Würden wir erkennen, daß die in uns allen verschlüsselte Weisheit eines kreativen Selbst niemals irrt, und falls wir auch noch das tun möchten, was wir tun sollen, würden wir eine bessere Welt miterschaffen. Das bedeutet nicht, daß unser bewußter Verstand die Antwort kennt. Nur wenige besitzen einen vorgezeichneten Plan. Aber wir können lernen unserem kreativen Lebensprozeß zu vertrauen, um genau das zu tun, was uns richtig und authentisch erscheint.

Göttinnen, Götter und der schöpferische Prozeß

Die religiösen Traditionen der Welt besitzen zahlreiche Mythen von Göttinnen und Götter als **Schöpfer**. Das älteste Bild des Schöpfers war eine das Universum gebärende Göttin. Überall auf der Welt sind Zeugnisse ältester sakraler Kunst zu finden, welche die weibliche Macht der Schöpfung lobpreisen. Dies ist nicht nur auf das zur Welt bringen von Kindern bezogen, sondern gilt auch für Kunst, Literatur, Erfindungen und das Universum überhaupt. „In diesen alten Kulturen wurde das Weibliche nicht nur wegen seiner Leben gebenden Macht verehrt, sondern auch wegen der Fähigkeit, Milch zur Ernährung des Babys zu produzieren und bei der Menstruation zu bluten, ohne zu sterben.“ („*Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen*“, Carol S. Pearson, München 1993, S. 297)

Der Sohn und gleichzeitig Geliebte der Göttin wurde ebenso als göttlich verehrt, dies führt zur Vorstellung vom göttlichen Paar, das durch seine Kopulation Leben erschafft; dieses Bild hebt das ekstatisch-euphorische Wesen der Schöpfung hervor. Kreatives Schaffen ist also wie gute Sexualität – voller Freude, Liebe und Vergnügen. Stellen wir uns doch einmal vor, wir würden in einer Kultur leben, die den Charakter des Lebens durch dieses Bild erklärt! Mit der Zeit entwickelte sich die Erschaffung des Universums vom natürlich-körperlichen zum spirituell-geistigen Prozeß. Jahwe, der Gottvater der hebräischen Thora und des christlichen Alten Testaments, erschuf die Welt durch die Magie der Sprache – „Es werde Licht“. Dies ist die Macht des Wortes, des Logos, der durch Sprache und Verständnis erschafft. Auch Athene sei bereits voll erwachsen der Stirn des Zeus entsprungen.

Es heißt, wir alle haben ein göttliches Wesen in uns, nur welches? Der Prozeß der Geburt beginnt meistens mit Liebe und Vergnügen, sobald die Empfängnis geschehen ist, hat aber das göttliche Wesen keine Kontrolle über den weiteren Verlauf. Diese Sichtweise bietet uns die Möglichkeit für intensive Erfahrungen und Gefühle, aber wenig Kontrolle. Wird das göttliche Wesen im Inneren zerstückelt oder gekreuzigt, wie Dionysos und Christus, besteht die Schöpfung aus Leiden, bis es durch das Erreichen einer neuen Realität zu Wiedergeburt und Befreiung kommt. Falls der Gott im Inneren ein rein vom Kopf aus befehlender König und Vater ist, gibt es in unserem Leben wir viel Kontrolle, aber nur wenig Leidenschaft.

Es wäre somit vorteilhaft, uns ein Bild vom inneren göttlichen Wesen zu kreieren, um in der äußeren Welt ein Äquivalent für dieses heilige Selbst zu finden. Wir können auch Künstler und ihre Auffassung vom kreativen Prozeß betrachten, um zu verstehen, wie wir selber kreativ-schöpferisch tätig werden können.

Leben als Kunstform

James Joyce stellt sich in der Erzählung „*Ein Porträt des Künstlers als junger Mann*“ den Künstler als Fingernägel schneidenden Gott vor, der uninteressiert und objektiv über der Handlung thront. Im Gegensatz dazu beschreibt Alice Walker, die Autorin von „*Die Farbe Lila*“, wie Celie und Shug, die beiden Protagonistinnen, bei ihr erscheinen und sie bitten, ihre Geschichte aufzuschreiben. Sie läßt dabei eine so gefühlvolle Erzählung entstehen, die wie das Leben dieser beiden Frauen ist. („*Ein*

Porträt des Künstlers als junger Mann“, James Joyce, Frankfurt 1976; *„Die Farbe Lila“*, Alice Walker, Reinbek 1984)

Die klassische Kunstauffassung ist durch Können und Beherrschung geprägt, die romantische läßt sich durch Inspiration und Leidenschaft leiten, von beiden können wir alles Wichtige für das Erschaffen unseres eigenen Lebens lernen. Denn auch die Musen kommen nur im Gefolge **rezeptiver Imagination**, ohne die es keine Kreativität gibt. Natürlich gibt es Durststrecken, in denen wir nichts nachhaltig Wertvolles schaffen, gleichgültig, wie intelligent oder kreativ wir auch sein mögen. Wenn uns dann doch die Muse küßt, kann dies uns inspirieren, aber es besteht weiterhin die Möglichkeit, daß die Ausführung schlampig und undiszipliniert ist. Darum sind Können und Beherrschung, die in der Klassik akzentuierte Distanz, sehr wichtig für die Ausführung. Thomas A. Edison sprach von 10 % Inspiration und 90 % Transpiration. „Im Idealfall beginnen wir kreative Projekte mit rezeptiver Imagination und vollenden sie mit einem Können, das die formale Beherrschung betont. Genauso ist es mit dem Leben. Das Ergebnis der Integration von Inspiration und Können ist ein Leben, das als große Kunst gelebt wird.“ (*„Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen“*, Carol S. Pearson, München 1993, S. 299)

Sowohl Künstler als auch Mystiker lernen, wie Kinder zu denken. Die Buddhisten nennen das den Anfängergeist. Die Kreativität blockierende vorgefaßte Meinungen über die Realität werden eingeschränkt oder beseitigt. Kinder sind auf natürliche Weise spontan kreativ. Erwachsene sind oft deshalb nicht kreativ, weil ihre Kreativität blockiert wurde. Sie sind dann viel zu sehr auf die Vergangenheit und/oder die Zukunft fixiert, um im Hier und Jetzt offen und spontan zu sein. Dabei brauchen sie nur das zu reaktivieren, was ihnen als Kinder natürlich war, was aber nicht immer einfach ist.

Manche Menschen sind in der Lage ihr Leben spontan zu erschaffen, diese kindliche Spontaneität und Offenheit findet in allem Erschaffenen ihren Platz. Obwohl wir alle sehr lebendig wären, würden wir auf jede neue Erfahrung kreativ reagierten, verlangt doch die größte Kunst auch Reife, Können und Weisheit. Andere Menschen haben eine grobe Vorstellung von der von ihnen eingeschlagenen Richtung, sie verbinden Kontrolle und Spontaneität. Dennoch entwickeln sich viele Details erst aus einem unbewußten kreativen Prozeß. Bildhauer z. B. sagen oft, daß sie „die Skulptur aus dem Stein befreien müssen“. Auch Psychologen, Therapeuten, Lehrer und Geistliche sehen ihre Arbeit darin, das verschüttete Selbst bzw. Potential eines Menschen wieder zum Vorschein zu bringen.

Diese spezielle Fähigkeit, dieses Potential in sich selbst aber auch in anderen zu erkennen und zu benennen, ist der erste kreative Akt der Befreiung. Erst wenn wir offenlegen, wer wir hinter einer Fassade aus Unsicherheit, Überheblichkeit, eingewurzelten Gewohnheiten und gesellschaftlicher Konditionierung eigentlich wirklich sind, können wir darauf vertrauen, daß unsere Aktionen die individuelle und kollektive Seele nicht verkleinern, sondern größer machen. Wir können Techniken erlernen, um spielerisch und mit Stil zu leben, zu arbeiten und effektiv zu einem größeren Wohl beizutragen. (*„Fernöstliche Weisheiten für jeden Tag des Jahres“*, Cordula Blahut [Hrsg], Wien 2003, S. 36)

Einige kreative Menschen interessieren sich für die Wissenschaften, haben sie eine Vision, beginnen sie zu experimentieren oder Feldforschung zu betreiben. In Folge

analysieren sie die erhaltenen Daten, und ändern ihre Vision entsprechend. Für das Leben des einzelnen kann diese empirische **Feedback-Schleife** genauso wichtig sein wie für einen Wissenschaftler, denn geschieht etwas anders als erwartet, sollte die aufgestellte Hypothese vielleicht überprüft und die Vision umgestalten werden. („*Modelle und Wirklichkeit*“, Michael Endl, erschienen in „*Philosophie Wissenschaft – Wirtschaft. Miteinander denken – voneinander lernen*“, Rainer Born / Otto Neumaier [Hrsg], Wien 2001)

Wollen wir ein erfülltes Leben erschaffen, sollten wir Arroganz und Oberflächlichkeit aufgeben. Dieser künstlerisch-kreative Prozeß kann eine Form des **Sich-Selbst-Erfindens** sein. Alles für das Ego relevante, wie etwa das Streben nach Unsterblichkeit, wird zurückgelassen. Da unsere Schöpfungen von uns nicht getrennt existieren, sind sie Ausdruck dessen, was wir sind. Wir entdecken durch sie, wer wir sind, was wir denken und wissen. Wir erschaffen unser Leben aus Freude, aus Liebe zu den uns umgebenden Menschen und Dingen und dem Vorgang der Kreativität an sich. Dabei geht es nicht um die Entwicklung eines Produkts, sondern um die Freude an einem Prozeß. Wir brauchen nicht den Endzustand – ein wundervolles Leben, das zum Wohl eines größeren Ganzen beiträgt – erreicht zu haben, um dieses Gefühl großen Glücks zu erleben. Dieses Glücksgefühl entsteht durch den **kreativ-schöpferischen Akt** selbst.

Bibliographie

„Lebe kreativer! Ein Handlungsbuch für Frauen“, C. Diane Ealy, Knauer MensSana 2001

„Das Gaia-Prinzip. Die Biographie unseres Planeten“, James Lovelock, Zürich, München 1991

„The Search for the Beloved: Journeys in Sacred Psychology“, Jean Houston, New York 1987

„Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen“, Carol S. Pearson, München 1993

„Lexikon Jungscher Grundbegriffe. Mit originaltexten von C . G. Jung, Helmut Hark [Hrsg], Olten und Freiburg 1988

„Ein Porträt des Künstlers als junger Mann“, James Joyce, Frankfurt 1976

„Die Farbe Lila“, Alice Walker, Reinbek 1984

„Fernöstliche Weisheiten für jeden Tag des Jahres“, Cordula Blahut, Wien 2003

„Modelle und Wirklichkeit“, Michael Endl, erschienen in „*Philosophie Wissenschaft – Wirtschaft. Miteinander denken – voneinander lernen*“, Rainer Born / Otto Neumaier [Hrsg], Wien 2001