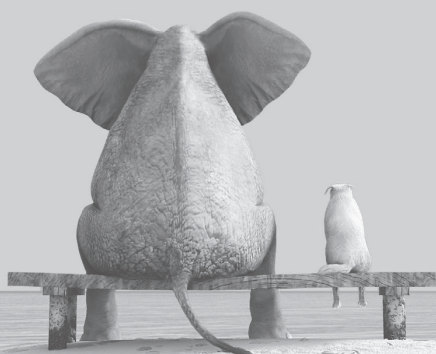


Ulla Peffermann-Fincke

NEU SEH LAND

Was zu
gewinnen
ist, wenn
man die
Perspektive
wechselt



VIER TÜRME

Inhalt

Aufbruch	7
Ansichtssache	10
Sehen und gesehen werden	15
Augenblicke	20
Die Kraft der Bilder	31
Hingucken oder weggucken	40
Ich sehe was, was du nicht siehst	52
(Optische) Täuschungen und Enttäuschungen	62
Vorstellungen und Visionen – die inneren Bilder	79

Träume – Bilder aus dem Unbewussten	86
Schönheit liegt im Auge des Betrachters	95
Stop – Look – Go	103
Blinde Flecken	110
Blind und doch sehend?	118
Das innere Auge	125
Eine kleine Philosophie des Sehens	132
Dank	139
Weiterführende Literatur	140

Denken ist interessanter als Wissen,
aber nicht als Anschauen.

Johann Wolfgang von Goethe



Aufbruch

Urlaub. Endlich wieder verreisen, ein neues Land sehen. Gespannte Vorfreude. Unterwegs zum Ziel ein Gefühl von Leichtigkeit und Freiheit, das Alte lasse ich hinter mir, mit jeder Reise beginnt ein neues Lebenskapitel. Wie wird es wohl werden?

Meine Augen nehmen alles Neue auf, mein Blick ist geschärft, schweift umher. Ich mache mir – im wahren Sinn des Wortes – ein Bild von meiner Umgebung. Hatte ich mir das so vorgestellt? Werden meine Erwartungen erfüllt oder sogar übertroffen oder bin ich enttäuscht? Ist der erste Eindruck angenehm oder eher verunsichernd, weil zu fremd, zu exotisch? Von allen Sinnesorganen geben mir die Augen die Hauptinformation, um mich zurechtzufinden. Was sehe ich und was lösen die Bilder in mir aus?

Meine Freundin begleitet mich, und es wird schnell klar, dass sie vieles anders sieht als ich. Aber wir sehen doch das Gleiche, oder?! Doch was ich abstoßend finde, findet sie originell, was ich schön finde, findet sie kitschig, was ihr Angst einflößt, finde ich spannend.

Außerdem sieht sie Dinge, die ich gar nicht im Blick habe, und umgekehrt. Gleiche Bilder – unterschiedliche Deutung. Offensichtlich haben wir verschiedene Sichtweisen.

Kann ich ihre Sichtweise einnehmen und sie meine? Das ist leichter gesagt als getan. Wir reden und begründen unsere Sichtweisen, sie scheinen tief in uns verwurzelt zu sein, basieren auf Erfahrungen und Überzeugungen – und die sind nun mal sehr unterschiedlich.

Auch ohne Freundin kann ich mich fragen, warum ich die Dinge sehe, wie ich sie sehe, und mir somit selbst auf die Spur kommen. Ich mache auf der Reise die erstaunliche Entdeckung, dass ich neu sehen lernen kann – im genaueren Hinsehen, im Anders-Sehen, im Weiter- und Tiefer-Sehen. Ich habe die Freiheit, meine Augen, meine Aufmerksamkeit auszurichten, zu fokussieren, Dinge in den Blick zu nehmen und anderes großzügig zu übersehen. Ich habe die Wahl. Ich kann meinen Blick nach außen oder nach innen richten, nachspüren, was die Bilder in mir auslösen. So wie sich mein äußerer Horizont erweitert, weitet sich auch mein inneres Land. Die Reise lässt mich ahnen, wie reich mein Leben ist. Es ist schön, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen!

Jedes Leben ist einzigartig und somit auch jede Lebensreise. Immer wieder werden wir mit neuen Eindrücken konfrontiert. Was wir daraus machen, wie wir sehen (wollen), das hängt von unserer Sicht-

weise, von unserer Perspektive ab. Hierin sind wir nicht festgelegt, sondern wir können unseren Blick weiten, die Perspektive wechseln und uns öffnen für neue Erfahrungen.

Entdecken Sie das Sehen als ein wunderbares Instrument, Ihr Leben zu bereichern. Dazu möchte dieses Buch einladen.

Ansichtssache

Die Augen sind ein Wunderwerk, davon bin ich überzeugt. Deshalb habe ich den Beruf der Orthoptistin gewählt. Ich prüfe bei meinen meist kleinen Patienten nicht nur die Sehschärfe, sondern auch die Qualität der Zusammenarbeit beider Augen, ob sie schielen oder nicht und ob die Motorik der Augen, also der Bewegungsapparat beider Augen, in Ordnung ist. Es ist für die meisten von uns zum Glück ganz selbstverständlich, dass wir »normal«, also gut sehen. Erst wenn wir verschwommen sehen, unscharf und sogar doppelt, wird uns auf einmal bewusst, wie wichtig ein klares und scharfes Sehen ist.

Ich selbst kenne die Verunsicherung, nicht (mehr) gut zu sehen. Als Neunjährige kam ich am Gymnasium in eine große Klasse. Schüchtern wie ich war, blieb nur noch ein Platz in der letzten Reihe für mich frei – und ich sah überhaupt nicht mehr richtig, was sich vorne abspielte. Die neue Lehrerin schrieb ihren Namen an die Tafel und ich konnte nichts lesen. Das war ein großer Schreck, obwohl mir vorher schon

klar war, dass andere Menschen besser sehen als ich. Nun musste ich meinen ahnungslosen Eltern erzählen, wie es um mein (Nicht-)Sehen stand, und bekam daraufhin wegen meiner Kurzsichtigkeit eine Brille. Ich mochte sie überhaupt nicht, dieses hässliche Kassengestell, und nun war ich mit drei anderen Kindern in der Klasse die »Besondere« mit Brille. So war das damals noch. Aber was für eine Offenbarung, nun alles scharf sehen zu können, jedes Detail, ohne nah herangehen zu müssen!

Nun, im fortgeschrittenen Alter, habe ich wieder das gleiche Problem. Die Sehschärfe lässt nach, ist aber nun durch Brillengläser nicht zu verbessern. Und obwohl ich ja »vom Fach« bin, war ich erstaunt, eine Linsentrübung, den sogenannten grauen Star, zu haben. Eigentlich bekommt man den doch erst im Alter, dachte ich. Aber offensichtlich war ich schon »in dem Alter«! So wurde ich operiert, bekam eine künstliche Augenlinse und sehe seitdem wieder glasklar. Erneut eine Offenbarung, verbunden mit großer Dankbarkeit für unsere Medizin und die Operateure.

Aber wir können heute nicht nur die Optik des menschlichen Auges verbessern. Dank neuer Technologien, Mikroskope und Teleskope erweitert sich das optische Spektrum unseres Sehens ständig. Wir können einerseits kleinste Teilchen erkennen und blicken andererseits immer weiter in das unendliche All.

Bei aller Begeisterung für das Sehen stellten sich mir die Fragen:

- Was machen wir eigentlich mit den Eindrücken, die wir sehen?
- Wie interpretieren wir das, was wir sehen?
- Wie prägt uns das, was wir gesehen und erlebt haben?

Es interessiert mich, das Auge nicht nur als Sinnesorgan, sondern als Vermittler von Eindrücken und deren Auswirkung zu betrachten. Nicht nur, was ich sehe, ist von Bedeutung, sondern noch spannender, wie ich Bilder sehe und was sich daraus ergibt.

Als Referentin für Kurse zur Persönlichkeitsentwicklung erlebe ich, wie unterschiedlich unsere Sichtweisen sind, wie andersartig unser Denken und Fühlen sein kann. Oft so krass, dass wir glauben, der andere lebe »auf einem anderen Stern«. In dieser Verschiedenheit liegt Zündstoff, aber auch ein enormer Reichtum, der mich immer wieder staunen lässt.

Ich bin überzeugt, der Mensch bleibt ein Lerner – ein Leben lang. Sich diesem Prozess zu stellen, bedeutet, lebendig zu sein, offen zu sein für neue Bilder, Eindrücke und Sichtweisen, bedeutet auch, sich getäuscht zu haben, Fehler zu machen, immer wieder, aber auch, über sich hinauszuwachsen – immer wieder!



Wenn wir etwas in den Blick nehmen und fixieren, richten wir unsere Augen so aus, dass das Objekt, das wir anschauen, auf der Makula der Netzhaut abgebildet wird. Das ist die Stelle des schärfsten Sehens in unserem Auge. In der Makula drängen sich enorm viele Zapfenzellen – rund 6 Millionen auf nur wenigen Quadratmillimetern –, die für das zentrale Sehen zuständig sind. Nur aufgrund der Dichte dieser Zellen ist eine hundertprozentige Sehschärfe möglich. Insofern ist die These des Ophthalmologen Marc Amsler berechtigt, dass diese fünf Quadratmillimeter der Netzhaut mit die wertvollsten des ganzen menschlichen Organismus sind. Drei Millimeter von dieser zentralen Stelle entfernt, finden sich deutlich weniger Zapfenzellen pro Quadratmillimeter und die Sehschärfe sinkt auf dreißig Prozent, zehn Millimeter entfernt erreicht man nur noch eine zehnprozentige Sehschärfe.

Voraussetzung für ein scharfes Sehen ist, dass die sogenannten brechenden Medien (die durchsichtige Hornhaut und Linse sowie der Glaskörper, der den Augapfel ausfüllt) klar sind und die Optik stimmt, sodass ein Bild überhaupt scharf auf der Netzhaut abgebildet werden kann. Erst dann können die Zellen der Netzhaut ein gutes Bild mittels elektrischer Impulse an die Sehrinde im Hinterhauptthirn weitergeben.

Das Auge ist nicht nur ein Sinnesorgan, sondern die Netzhaut ist zudem ein Teil des zentralen Nervensystems. Untersucht man die Netzhaut, so schaut man praktisch ins

Gehirn. Neueste Forschungen bestätigen, dass sich an der Netzhaut degenerative Erkrankungen des Gehirns ablesen lassen.