

„Stille Glückseligkeit“: Der psychologische Fragebogen mit den gemeinen Fragen zur Autokommunikation.

Damit kein Verdacht aufkommt: Diese Umfrage ist nicht repräsentativ. Überhaupt nicht.

Die Ergebnisse sind Antworten von Twitter-Usern, von denen viele meinen Tweets unter @elektra_42 folgen, und das tun sie a) weil sie vermutlich ohnehin einen anderen Blick auf die Welt haben und/oder b) weil sie vermutlich schon häufiger mit meinen Tweets über das menschliche Bewusstsein (beziehungsweise das Fehlen oder den Defiziten eines solchen) zusammengestossen sind...

Kommen wir also zur ersten Frage:

1. Formulierst Du Fragen in Gedanken, die an Dich selbst gerichtet sind?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.		34,0%	16
Manchmal.		40,4%	19
Nein.		25,5%	12
		Kommentar? Beantwortungen anzeigen	5
		beantwortete Frage	47
		übersprungene Frage	1

Meine Antwort heisst: Nein. Interessanterweise sagen das hier die wenigsten. Die Option „Manchmal“ habe ich nur eingefügt, weil ich die Möglichkeit geben wollte, „Ja“ zu sagen ohne gleich mit der Tür in die gute Stube zu fallen.

Dieser Kommentar ist etwas länger ausgefallen. Keine Sorge, die nachfolgenden werden kürzer.

Ich stelle mir keine Fragen, auf die ich keine Antworten weiß, und auch keine Fragen, auf die ich die Antworten schon weiß. Weder laut mit dem Mund, noch mit meiner inneren Stimme im Kopf. Das heisst, ich stelle mir weder rhetorische Fragen noch ernst gemeinte Fragen. Ich stelle mir überhaupt keine Fragen, denn alles was ich weiß, oder nicht weiß, weiß ich oder ich weiß es auch nicht. Ich kann wohl in meinem Kopf Sätze verbalisieren, also Dinge sagen, ohne sie laut auszusprechen, aber wenn ich in meinem Kopf Dinge verbalisiere spreche ich lediglich, auch wenn der Ort an dem ich spreche der eigene Kopf ist. Das ist nicht „Denken“! Die Tatsache, dass man im Kopf redet, bedeutet nämlich nicht, dass man denkt! Es entstehen, auch wenn ich im Kopf spreche, dabei nur Sätze, keine Gedanken. Ich denke nicht in meinem Kopf – ich spreche höchstens in meinem Kopf. Für das Denken ist das Gehirn zuständig, und das arbeitet von alleine und ohne sich selbst zu beobachten und mich mit den Details zu belästigen. Ich kenne nur das Endprodukt: Ich weiss, was ich tue. Und ich sehe die Arbeit des Gehirns als Resultat meines Handelns.

Wenn ich mich in einer bedeutenden Bibliothek auf den Tisch übergebe, habe ich keine intellektuelle Leistung erbracht, auch wenn ich dort etwas hinterlassen habe. Also bedeutet im Gehirn zu sprechen auch nicht denken. Klar?

Wenn ein gesunder Mensch sich mit sich selbst unterhält, sind Informationsquelle und Informationssenke identisch. Es kann also keine Übertragung von Informationen stattfinden. Zwischen wem sollte bei einem Selbstgespräch ein Informationsaustausch stattfinden?

Dazu müssten beim Formulieren Informationen entstehen, die dem Sprecher beim Formulieren nicht bekannt sind. Zu glauben, dass das möglich sei, nenne ich magisches Denken.

Wie ich mir auch keine Fragen stellen muss, um mir den Mangel oder Bedarf an Informationen bewusst zu machen. Um eine Anfrage nach Informationen zu verbalisieren, muss ich schon wissen, wonach ich fragen, d.h. welche Informationen ich erfragen möchte. Der Prozess des Verbalisierens der Informationsanfrage ist lediglich nützlich, um von anderem Menschen die Informationen zu erfragen. Meine Lebenserfahrung: Am besten formuliere ich diese Fragen in Anwesenheit eines echten Gegenübers. Sonst kann es leicht sein, dass schon meine Fragen sinnlos gestellt sind.

Kommentare:

„Beim Verknüpfen von Wissen oder Erinnerungen stelle ich präzise Fragen auf um ein Problem zu lösen. Zuerst entstehen diese in meinem Kopf, dann schreibe ich sie manchmal auch auf um den Überblick zu behalten und durch Verbindung einzelner Teile auf eine präzise Antwort schliessen zu können.“

„Ich glaube schon, daß ich das tue. Bin mir im Moment aber keines konkreten Beispiels bewusst.“

„Was würde yoda tun“

„Meistens offene Fragen, manchmal halboffene, kaum jemals geschlossene.“

„Was wird sie wohl hören wollen?“

2. Kontrollierst / beherrschst Du Dich selbst?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja, dauernd.		26,1%	12
Manchmal.		63,0%	29
Nein.		10,9%	5
		Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen	6
		beantwortete Frage	46
		übersprungene Frage	2

Nein. Ich bin nur EIN Lebewesen. Herrschaft ist ein gesellschaftlicher, soziologischer Begriff. Ich

aber bilde mit mir keine Gesellschaft. Nicht einmal eine ganz, ganz kleine. Kontrolle setzt voraus, dass es eine Kontrollinstanz / etwas zu kontrollierendes gibt. Oder mindestens ein herrschendes und ein beherrschtes Wesen. Da ich nur ein Wesen bin, hat das für mich keinen Sinn.

Es gibt aber das Phänomen, dass Menschen sich andere Menschen als Nutztiere halten. Als hörende und sprechende Sklaven. Die Römer nannten ihre Sklaven übrigens hörendes Eigentum.

Wenn ich einen Menschen dazu bringe, dass er sich selbst befiehlt/sagt/verbietet/ sich die Instruktionen sagt, von denen ich möchte, dass er sie ausführt, habe ich ihn programmiert. (Ich habe die feminine Form jetzt mal weg gelassen). Biologische Menschen, die sich durch ihre innere Sprache programmieren lassen, sind preiswerte Roboter. Der Mensch hat im Roboter die Idee geschaffen, menschliche Sklaven durch Maschinen zu ersetzen.

Kommentare:

„beim essen“

„Du und deine Fangfragen“

„Was bedeutet das? Kontrolle und Herrschaft setzen doch eigentlich eine intersubjektive Beziehung voraus...?“

„Das macht jeder Mensch!“

„I'm not under the authority of authorities. ;)“

„unklare formulierung.“



Nein, dazu müsste ich mit mir selbst reden und mir selbst in meiner Muttersprache Verbote erteilen, und das wäre ein Indiz für eine verinnerlichte fremde Kontrolle, oder die wild gewordene Idee, mich nach eigenen Ge- oder Verboten zu verhalten. Ich bin ein einziges Wesen, also macht das Aussprechen von Verboten an mich selbst für mich keinen Sinn, und ich habe an meiner Natur Gesetz. Ich bin nicht die Usupatorin meines eigenen Lebens. Ich folge dem, was mein Gehirn autonom aus seiner Funktion als lebenswichtiges Organ heraus entscheidet und wohin es mich führt

und wozu es mich treibt. Eine erschreckende Vorstellung für manche, nicht wahr? Hat man Euch gesagt, dass Ihr alle kleine Monster seid, die auf sich selbst aufpassen müssen?

Kommentare:

„verzichte auf essen + mehr drogen“

„Ich tu immer das was ich nicht will“

“...nur zutreffend, wenn damit Belohnungsaufschub gemeint ist.“

„Bei Gewissensentscheidungen“

4. Befiehlst Du Dir, Dinge zu tun, die Du nicht tun möchtest, und tust Du sie dann?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.		10,9%	5
Manchmal.		54,3%	25
Nein.		34,8%	16
	Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		2
	beantwortete Frage		46
	übersprungene Frage		2

Nein. Das ist die Kehrseite der Medaille – und diese Frage würde ich ebenso wie die vorhergehende beantworten. Diese Frage existiert nur in dem Fragebogen, um den Bewusstwerdungsprozess bei den Befragten zu verstärken. Man sieht auch sehr schön, dass bei den Befragten die Befürwortung der Selbstkontrolle von Frage zu Frage abnimmt: 41 → 34 → 30

Kommentare:

„Befiehlst Du Dir, Dinge zu tun, die Du nicht tun möchtest, und tust Du sie dann, um dir dann zu befehlen Sie doch nicht zu tun?“

„Zum Wohle anderer“

5. Nimmst Du die Tätigkeit Deines Gehirns bewusst wahr?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.		61,4%	27
Nein.		38,6%	17
		Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen	6
		beantwortete Frage	44
		übersprungene Frage	4

Nein. Ich kann die Tätigkeit meines Gehirns nicht wahrnehmen. Ich kann lediglich die Assoziationen meiner zerebralen, zwischenmenschlichen Kommunikationsschnittstelle wahrnehmen, wenn ich mich in einer inneren Kommunikationsschleife befinde. Die Tätigkeit meines Gehirns nehme ich dagegen nicht wahr, sondern nur die Vorstellungswelt und Assoziationswelt meines „Sprachzentrums“. Das Gehirn kann nicht sich selbst beobachten und wahrnehmen, ebensowenig, wie meine Augen sich selbst sehen, wenn ich die Landschaft betrachte.

Kommentare:

„körperwanderungen beim einschlafen“

„Teilweise. Der "hohe Ton" ist ein Hinweis, Tinnitus auch, und dann gibt es noch subtilere Phänomene.“

„Manchmal“

„In Teilen / fließender Übergang“

„im dem Sinne, dass ich z.B. im nachhinein Assoziationsketten oder andere Gedankengänge nachvollziehe“

„Mein Gehirn erschafft mein Bewusstsein; Im moment bin ich bei Bewusstsein. Also ja.“

6. Greifst Du aktiv in die Tätigkeit Deines Gehirns ein?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.	59,1%	26
Nein.	40,9%	18
Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		8
beantwortete Frage		44
übersprungene Frage		4

Nein. Das Gehirn kann nicht sich selbst steuern, und es ist auch keine Maschine, die von irgend jemandem bedient wird. Und ich bin auch kein Wesen, was ausserhalb oder innerhalb des Gehirns existiert. Sollen wir etwa annehmen, dass wir die Tätigkeit unseres Gehirns steuern könnten? Das wäre viel zu anstrengend, und wer oder was wäre überhaupt in der Lage, das zu leisten?

Wenn ich bemerke, dass ich anfangen habe mich in einer inneren Kommunikationsschleife zu drehen, höre ich von selbst damit auf. Das heisst, wenn ich Vorstellungen in meinem Kopf wahrnehme, ohne gerade einer anderen Person zuzuhören, merke ich, dass ich unbewusst angefangen habe, mich in mir selbst im Kreise zu drehen.

Gemeint ist das Eingreifen in die Tätigkeit des Gehirns ohne äussere Hilfsmittel (Drogen et al)

Kommentare:

„Gelegentliche Zuführung von Koffein oder Alkohol.“

„... in dem ich dem hirn spielraum zur entfaltung gebe“

„Ich bin mir nicht sicher, was damit gemeint ist. Nehme ich Calcium, Kalium usw. auf? Ja. Ist ja meiner Meinung nach auch schon hinreichend für "ja".“

„Manchmal“

„Autosuggestion?“

„Gelegentlich. Meditation, Autosuggestion, Substanzen... (JTAG Port wär mir manchmal lieber)“

7. Stößt Du bewusst Prozesse in Deinem Gehirn an?

 Tabelle erstellen  Herunterladen

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.	66,7%	30
Nein.	33,3%	15
Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		4
beantwortete Frage		45
übersprungene Frage		3

Nein, die Frage zielt wieder darauf ab, ob ich mein Gehirn steuere. Die Antwort heisst: Nein. Weil ich es nicht kann. Und ich lebe auch nicht in der Illusion, das Gehirn steuern zu können. Manchmal passiert es mir aber doch unbewusst, dass ich im Vorderlappen des Großhirns Kino veranstalte, weil ich in einer Gesellschaft aufgewachsen bin, in der das Kopfkino Alltag ist, Herrschaftszwecken dient und Alltagsdenken heisst.

Ich lasse manchmal in meinem Kopf Musik laufen, die mir gefällt. Zum Beispiel LARD. Ich kann auch in meinem Kopf singen und sonstwie Musik machen. Ist komisch, aber ist so. Ich kann auch in meinem Vorderlappen des Großhirns singen: „Hey Pipi Langstrumpf, tralali, tralala, trala-hop-sassaaaa.“

Kommentare:

„durch vorstellung an lsd erfahrungen von früher“

„Z.B. wenn es um Aufmerksamkeitslenkung oder Entspannung geht.“

„Das ist Sache des Betriebssystems“

„Weiß nicht. Stoße ich Dinge an, wenn sie mir bewusst werden oder wurden sie angestossen, damit sie mir bewusst werden?“

8. Unterbindest Du bewusst Prozesse, die in Deinem Gehirn stattfinden?

[Tabelle erstellen](#)

[Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.	53,3%	24
Nein.	46,7%	21
Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		7
beantwortete Frage		45
übersprungene Frage		3

Nein. Wenn mir auffällt, dass ich mich in einer mentalen Feedbackschleife befinde, höre ich damit von alleine auf. Würde ich mir sagen: „Hey, lass das sein!“, wäre das absurd. Entscheidend ist es, wahr zu nehmen, wenn man sich wieder klammheimlich in eine Feedbackschleife eingelassen hat, ohne sich dessen bewusst zu sein.

Kommentare:

„versuche ist da wohl der bessere Ausdruck“

„ich versuche es“

„Ich versuche es“

„klappt selten“

„Habe nicht vor eine Lobotomie durchführen zu lassen.“

„(gruss vom "weise ist wems wurscht ist...)"“

„visuelle bilder / erinnerungen durch andere ablenken“

9. Nimmst Du beim Denken eine innere Stimme wahr, die Dialoge oder Monologe führt?

 Tabelle erstellen  Herunterladen

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.	52,3%	23
Nein.	47,7%	21
Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		7
beantwortete Frage		44
übersprungene Frage		4

Natürlich wieder eine Fangfrage! Ich nehme eine innere Stimme wahr, wenn ich in meinem Kopf spreche. Mit dem Verarbeiten von Informationen im positiven Sinne, was wohl die meisten Menschen mit „Denken“ meinen hat das nichts zu tun.

Kommentare:

„wenn ich mich drauf konzentriere -> manchmal auch mit joda“

„vielleicht. Es ist nicht ich. Es ist Gott.“

„In Extremsituationen (Panik, Drogen)“

„nicht immer“

„Früher ja, heute nicht mehr“

„Kann ich jetzt nicht genau sagen. Dialoge (so gollum-mässig) auf keinen Fall. Beim Lesen "höre" ich die Stimme im Kopf. Ob das beim Nachdenken auch so ist weiß ich nicht. Am ehesten ist Nachdenken bei mir ein Strom aus (inneren) Bildern, Ideenketten, Denkabkürzungen, räumlichen Strukturen und höchstwahrscheinlich eben auch Worten.“

„wird die Autokommunikation (normalzustand) stofflich, ist das ein erster aber unbedeutender Schritt zur z.B. Schizophrenie...“

10. Nimmst Du in Deinem Körper die Präsenz eines inneren Wesens wahr?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.	26,7%	12
Nein.	73,3%	33
Sonstiges (bitte angeben) Beantwortungen anzeigen		3
beantwortete Frage		45
übersprungene Frage		3

Nein. Das innere Wesen ist ein Glaube, eine Vorstellung, die ich längst aufgegeben habe. Die meisten Leute bilden sich wohl ein, ihre innere Stimme, mit der sie sich „Instruktionen“ sagen, wäre ihr personifiziertes „Selbst“, „Ich“, „Ego“, „Verstand“, „Vernunft“, „Geist“, „Psyche“ usw.

Kommentare:



„ich bilde mir ein es zu tun ;)“

„In mir... sind Därme.“

„Ich verstehe nicht wie die Frage gemeint ist. Ich nehme mich wahr. Das (Selbst)bewusstsein. Aber dies ist was anderes als ein losgelöstes oder zweites Wesen, das mich irgendwie steuert. Es ist definitiv nicht wie ein Reiter auf einem Pferd oder ein Fahrer in einem Auto.“

Hinweis: Da man bei SurveyMonkey mit dem kostenlosen Account nur Umfragen mit maximal 10 Fragen einstellen kann, beginnt die Nummerierung der Grafiken nachfolgend wieder mit 1. Es ist aber Frage 11 und so weiter.

Und nun kommt der zweite Teil. Bitte „umblättern“...

1. Hast Du ein inneres Wesen?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.		32,0%	8
Nein.		68,0%	17
		Kommentar? Beantwortungen anzeigen	6
		beantwortete Frage	25
		übersprungene Frage	4

Nein. Siehe oben. Ich habe kein inneres Wesen, keine innere Entität, keinen Geist, keine Seele, keinen Verstand, kein Bewusstsein, keine Vernunft, keine Psyche, kein Ich, kein Ego – habe ich was vergessen? – wie man die Vorstellung von einem inneren Wesen auch immer nennen mag. Wenn ich wach bin, befinde ich mich im Wachzustand eines Tieres der Gattung Mensch. Dann fülle ich unter anderem Fragebogen aus.

Kommentare:

„Sofern keine Mikroorganismen wie Bakterien und Keime gemeint sind.“

„E. Coli und ganz viele davon.“

„Definition unklar“

„manchmal“

„Im Sinne von teilautonomen Persönlichkeitsanteilen“

„Ich habe ein Bewusstsein. Das ist das "Ich". Es ist kein _anderes_ Wesen.“

Weiter auf der nächsten Seite...

2. Führst Du laute Selbstgespräche?

 Tabelle erstellen  Herunterladen

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja - oft.	0,0%	0
Manchmal.	24,1%	7
Selten.	41,4%	12
Nie.	34,5%	10
	Kommentar? Beantwortungen anzeigen	3
	beantwortete Frage	29
	übersprungene Frage	0

Nein. Wenn mir ein Missgeschick passiert, sage ich meistens „Scheisse!“, wenn mir etwas gefällt sage ich: „Toll!“ und ich achte nicht darauf, das nur zu sagen, wenn jemand zuhört. Ich spreche wenn mir danach ist, aber nicht um mir selbst zuzuhören. Ich richte also keine Worte an mich, weder laut noch leise oder eben im Kopf, was die meisten Leuten verschwommener Weise „in Gedanken“ nennen.

Kommentare:

„Aber dann liest auch wieder jemand mit und klickt RT oder Fav.“

„wenn überhaupt, dann einzelne Worte“

„Singen nuter der Dusche oder spielen mit dne Klängen die mein Mund erzeugen kann. (Ist bissl peinlich, wenn das unerwartet jemand anderes mitbekommt) *g*“

3. Fühst Du in Gedanken Selbstgespräche, ohne laut zu sprechen?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja - oft.		32,1%	9
Manchmal.		32,1%	9
Selten.		17,9%	5
Nie.		17,9%	5
		Kommentar? Beantwortungen anzeigen	3
		beantwortete Frage	28
		übersprungene Frage	1

Nein. Nochmal: Die Tatsache, dass man im Kopf redet, bedeutet nicht, dass man denkt. Es sind also keine Gedanken, und das hat nichts mit „Denken“ zu tun. Wenn ich in meinem Kopf spreche, mache ich das zum Spass. Ich nehme das nicht ernst. Oder wenn ich mir handelnde Personen in einer Geschichte vorstelle, die ich vielleicht mal aufschreiben will.

Kommentare:

„Nahe dem Einschlafen kommt das schon mal vor.“

„Dialoge mit 'anderen Menschen“

„Manchmal wenn ich über schwierigen Problemen brüte. Verbalisieren hilft mir dabei eine Lösung zu finden. Warum das so ist weiß ich auch nicht.“

4. Spielst Du bei inneren Dialogen oder Monologen die Rolle von anderen Personen, von denen Du ausgehst, dass sie mehr wissen, als Du selbst?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja - oft.	6,9%	2
Manchmal.	17,2%	5
Selten.	24,1%	7
Nie.	51,7%	15
	Kommentar? Beantwortungen anzeigen	3
	beantwortete Frage	29
	übersprungene Frage	0

Das ist der Punkt an dem Selbstgespräche, bei denen man sich selbst zuhört, anfangen wirklich sehr bedenklich zu werden. Wenn man das lange Zeit bis zur Erschöpfung tut, weil es sinnlos ist, und das einen nicht schlafen lässt, erschrickt man irgendwann und fragt sich wer da gerade gesprochen hat. Im klinischen Sinn schizophrene Menschen lassen sich dann auf diese Frage die kuriosesten Antworten einfallen, weil ihnen nicht mehr bewusst ist, dass sie nur die Rolle einer anderen Person in einem Selbstgespräch gespielt haben, bis ihnen das nicht mehr bewusst war. In Abwesenheit dieses Bewusstseins kommen dann diese absurden Erklärungsmuster a la „Gespenst aus der Wasserleitung“ zu stande. Leider versteht das die Wissenschaft bis heute nicht und spricht von akustischen Halluzinationen, obwohl auch diese Wissenschaftler in ihren Köpfen mit sich selbst reden und dabei bisweilen die Rollen von anderen spielen. Genauer: Sie kapiieren es nicht, weil sie das Phänomen ihres eigenen inneren schizophrenen Wesens nicht verstanden haben.

Kommentare:


„LOL, Hammerfrage! :D“

„Holismus is a bitch. Alles andere ist Spekulation. m)“

„Es gibt in mir nur ein "Ich". Das ist nicht ein "anderes" Wesen oder so etwas. Das ist das was man wohl "Bewusstsein" nennt.“

5. Gehst Du davon aus, dass die Antworten, welche Du Dir in der Rolle dieser klugen Personen gibst, Dir weiter helfen?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja - oft.	 3,8%	1
Manchmal.	 38,5%	10
Nein, auf keinen Fall.	 57,7%	15
	Kommentar? Beantwortungen anzeigen	6
	beantwortete Frage	26
	übersprungene Frage	3

Nein. Auch wenn ich die Rolle einer anderen Person spreche/spiele, macht mich das nicht klüger. Im Gegenteil. Man lauscht in sich selbst hinein, kriegt weniger von seiner Umwelt mit, sitzt logischen Fehlschlüssen auf, verkrampft zusehends sein Gehirn und wird dadurch dümmer. An die Klugheit imaginierter Personen zu glauben, ist ein solcher Fehlschluss.

Kommentare:

„Welche antworten?“

„Selten...“

„Ja, denn sie geben nur das wieder, was ich irgendwo eh' schon mal rezipiert, oder daraus gefolgert habe.“

„Was will Elektra?“

„ich sagte nein!“

„Es gibt nur mich. Es gibt "in mir" keine klügere oder dümmere Person. Es gibt in mir noch nicht mal andere Personen ausser mir selbst.“

6. Nimmst Du einen kontinuierlichen Strom von Gedanken wahr?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja, ist immer da.		29,6%	8
Manchmal.		22,2%	6
Selten.		33,3%	9
Nie.		14,8%	4
		Kommentar? Beantwortungen anzeigen	5
		beantwortete Frage	27
		übersprungene Frage	2

Nein. Fangfrage, Euer Ehren. Gedanken habe ich noch nie in meinem Kopf wahr genommen, und das Kopfkino wird auch immer weniger. Kopfkino, das durch die innere Feedbackschleife im Kommunikationsinterface des Gehirns entsteht. In dem Maße, wie das weniger geworden ist, hat sich meine Wahrnehmung gesteigert, mein Lebensgefühl und Lebensqualität verbessert.

Kommentare:

„Ich fühle nur die Energie in mir fließen, das müssen nicht zwangsläufig gedanken sein.“

„Eigentlich praktisch immer nur einen MOMENTANEN Strom.“

„Wenn ich meine Aufmerksamkeit drauf lenke“

„Auf Twitter nennt sich das Timeline...;)“

„Das kann man ja wohl nicht genau beantworten. Solange ich bei Bewusstsein bin habe ich zumindest einen ununterbrochenen Strom von Erinnerung. Ich gehe davon aus, daß dieser Erinnerungsstrom auch meinem Empfinden entsprochen hat. Ich habe ja auch gar keine Möglichkeit etwas anderes festzustellen.“

7. Nimmst Du manchmal Lücken im Gedankenstrom wahr? Anders gefragt: Gibt es Augenblicke oder sogar längere Phasen in Deinem Leben, wo Du weder kontrolliert noch automatisiert einen Strom von Bewusstseinsinhalten generierst und der Gedankenstrom nicht mehr existiert?

[Tabelle erstellen](#) [Herunterladen](#)

	Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Es gibt keine Lücke, denn ich nehme nie einen Gedankenstrom wahr.	11,1%	3
Ich nehme selten einen Gedankenstrom wahr.	29,6%	8
Ich nehme manchmal einen Gedankenstrom wahr.	22,2%	6
Ich nehme fast permanent einen Gedankenstrom wahr.	25,9%	7
Ich nehme permanent einen Gedankenstrom wahr, ausser wenn ich tief und fest schlafe.	11,1%	3
	Kommentar? Beantwortungen anzeigen	4
	beantwortete Frage	27
	übersprungene Frage	2

Wieder eine Fangfrage, Euer Ehren! Ich nehme nie, niemals nicht!, einen Gedankenstrom wahr. Und das Kopfkino immer seltener. Wenn ich aber behaupten würde, das Kopfkino würde gar nicht passieren, wäre das übertrieben optimistisch. Also nicht ganz ehrlich.

Kommentare:

„Wie würde ich das wissen? Auch wenn es sich bildhaft (statt sprachlich) äußert, ist doch da immer IRGENDetwas...!“

„Trance?“

„Ich bin meistens schon überfordert mit Wahrnehmung und deren Filterung - so dies auch als Gedankenstrom gilt.“

„Zumindest ist es das was ich als Erinnerung besitze ;)“

8. Wenn der Gedankenstrom manchmal aussetzt, in welchen Momenten geschieht das?		Herunterladen
	Anzahl	
	Beantwortungen	
Beantwortungen anzeigen		16
beantwortete Frage		16
übersprungene Frage		13

In jedem Moment kann das passieren. Zu Hause. Bei einem Gespräch. Wenn ich an der Kasse im Supermarkt stehe. Und natürlich gerade jetzt.

Kommentare:

„schlaf, alkohol, liebe“

„Sport“

„Wenn man beim Schrauben die Phase mit dem Finger berührt kann ich manchmal etwas fühlen, was ähnlich gut prickelt wie ein zu mir sprechender Gott der sagt "Tu das nicht".“

„Keine Ahnung, denn ich nehme ihn selten wahr.“

„wenn ich nicht nach ihm horche“

„Momente extremer Fokussierung auf äußeres, z.B. anstrengende / anspruchsvolle (ggf. kognitive) Aufgaben.“

„in bewußten Momenten, im Tiefschlaf, in Meditation und in Extremsituationen“

„kontakt mit anderen menschen, dann ist zuhoeren wichtiger“

„Trunkenheit ;)“

„Verlust von wichtigen personen im leben, trennungen, schlaf und sex.“

„Ruhe.“

„In konzentrierter Tätigkeit, Sex, Meditation, Gefahrensituationen, Manchmal spontan.“

„Trance“

„Schlaf, Narkose, Bewusstlosigkeit, Tod (vermute ich)“

„Nette Drogen; in intensiven Gefühlsmomenten“

„Kurz vorm Einschlafen“

9. Was empfindest Du dabei?

Herunterladen

Anzahl	Beantwortungen
Beantwortungen anzeigen	16
beantwortete Frage	16
übersprungene Frage	13

Ich nenne den Zustand „Serenität“. Meine sinnliche Wahrnehmung und mein Körpergefühl verbessert sich. Zuallererst schärft sich meine optische Wahrnehmung, weil die visuellen Imaginationen in meinem Kopf aufhören wie eine Doppelbelichtung meine visuelle Wahrnehmung zu überlagern. Mein Wahrnehmungsfeld erweitert sich, und das Sehen wird plastischer, tiefer. Das Gegenteil von einem Tunnelblick. In einem tiefen Zustand von Serenität erfasst das alle meine Sinne. Wenn es etwas „göttliches“ gibt, dann ist es dieser Zustand im Vergleich zum Alltagsbewusstsein. Innere Ruhe kann so schön sein und einen so gelassen machen!

Kommentare:

„leere, glück“

„nichts“

„siehe Oben“

„Siehe oben.“

„Apathie“

„Je nachdem.“

„bewußt sein“

„fuehlt sich gut an“

„Absollute trauer, vollkomene. Entspannung, nicht endende belastung durch stress und unlösbare ptoleme.“

„Ruhe.“

„Kommt auf die Situation an. Bei Sex und Meditation: Frieden, Entspannung, Glück. Ansonsten: Absolute Wachheit.“

„Ausgeglichenheit“

„Na wie soll ich das denn beantworten? Es weden dann ja keine Erinnerungen generiert.“

„die Drogen oder die Gefühle ;-) o.“

„Zufriedenheit“

„Stille Glückseligkeit.“

10. Hast Du die alle Fragen ehrlich beantwortet?		Tabelle erstellen	Herunterladen
		Beantwortung in Prozent	Anzahl Beantwortungen
Ja.		66,7%	18
Nicht sicher.		33,3%	9
Nein.		0,0%	0
		Kommentar? Beantwortungen anzeigen	5
		beantwortete Frage	27
		übersprungene Frage	2

Ja, absolut. Schliesslich wusste ich, dass am Ende diese Frage kommt... Und Authentizität schafft hoffentlich Glaubwürdigkeit, auch wenn ich nicht perfekt bin.

Kommentare:

„ja, sicher nicht nein.“

„Selbstwahrnehmung is a bitch, too. "Selbst(?)wahr(?)nehmung" erscheint auch sprachphilosophisch analysierbar.“

„Ich schwöre!“

„Ich glaube einige Fragen sind so wie sie gestellt sind nicht exakt beantwortbar. Ich habe "best match" genommen und ggf. kommentiert.“

„einstimmige (!) Abstimmung des gesamten Ichteams...“

Vielen, vielen Dank fürs Mitmachen! Ich hoffe es hat Euch gefallen?! Und: Ihr seid eine tolle Timeline :-D

Elektra Wagenrad.

Twitter: @elektra_42