

Herausgegeben vom Vorstand der
Deutschen Gesellschaft für Logotherapie
und Existenzanalyse e.V.

Existenz und Logos

Zeitschrift für sinnzentrierte
Therapie/Beratung/Bildung

Existenz und Logos

Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie · Beratung · Bildung

30. Jahrgang (Jahrgang 1-7: „Zeitschrift für Logotherapie & Existenzanalyse“) **Heft 30/2022**

Herausgeber:

Vorstand der Deutschen Gesellschaft für
Logotherapie und Existenzanalyse e.V.

Schriftleitung:

Anne Gawron und Dr. Nari Heitkamp

Satz und Druck:

schwarz auf weiss, Freiburg

Umschlaggestaltung:

Finken & Bumiller, Stuttgart

Die Zeitschrift umfasst folgende Gebiete:

Existenzanalytisch-logotherapeutische Theorie/Logotherapie und Ethik/Logotherapie und Psychotherapie/Die Bedeutung der Logotherapie im Rahmen der klinischen Medizin und Psychiatrie/Methoden der Logotherapie/Die Bedeutung der Logotherapie für Seelsorge und Beratung/Die Bedeutung der Logotherapie für die Erziehungs- und Bildungsarbeit/Die Bedeutung der Logotherapie für die Arbeitswelt/Weiterentwicklung von Existenzanalyse u. Logotherapie/Das Zusammenwirken der Logotherapie mit anderen Schulen der Psychotherapie/Fallbesprechungen/Buchbesprechungen/Aktivitäten der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse e.V. und anderer Logotherapiegesellschaften/Aktivitäten der Logotherapie-Institute.

Preis: 16 Euro pro Zeitschrift. Es erscheinen ca. 2 Hefte pro Jahr. Bestellungen sind in jeder Buchhandlung über die ISSN-Nummer möglich oder direkt bei:

*DGLE-Geschäftsstelle, Irmelenweg 9, 79292 Pfaffenweiler,
Tel: 07664-962772 oder Mail: dgle.dierenbach@t-online.de*

ISSN 1617-6022

Inhalt

Editorial

In eigener Sache 3

I. Beiträge

Elisabeth Berchtold

Verantwortlich führen, sinnvoll handeln –
Gedankenimpulse aus der Sektion
„Logotherapie in Wirtschaft und Arbeitswelt“ 4

Peter Suchla

Eigenschaft oder Einstellung?
Warum manche menschlichen Eigenschaften gar keine sind. 12

Gisa Oechsle

Worauf sehe ich? 31

Jörg Zimmermann

Alter und Grenzsituation 46

II. Relecture

Jonas Simmerlein

Viktor Frankl (1948): Der Unbewusste Gott 68

III. Essay

Otto Zsok

Wozu soll Krieg „gut“ sein? 80

IV. Logos-Geschichten

Norbert Kremser

„Alt werden ist nicht schön!“ 102

V. Rezensionen

Christian Uhle: Wozu das alles? Eine philosophische Reise zum Sinn des Lebens. (*Anne Gawron und Nari Heitkamp*) 105

Hans-Helmut Decker-Voigt: „Nehmen Sie doch schwarze, Herr Professor, die sind erotischer ...“, Von Kompressionsstrümpfen- und andere Geschichten aus (m)einer Reha. (*Jörg Zimmermann*). . . 107

Werner Schüßler: Vom Ich, der Liebe und dem Tod. Was unser Menschsein letztlich ausmacht. (*Jörg Zimmermann*) . . . 112

Sven Fuchs: Die Kindheit ist politisch! Kriege, Terror, Extremismus, Diktaturen und Gewalt als Folge destruktiver Kindheitserfahrungen. (*Otto Zsok*). 118

Irina Pendorf: Einladung zum Dialog. Über eine Pädagogik des Vertrauens. (*Otto Zsok*) 131

Elisabeth Schmitt: WEGE in gelingendes Leben. Wenn Türen sich öffnen. Impulse, die ermutigen. (*Otto Zsok*) . . . 137

VI. DGLE-Nachrichten

Christoph Riedel

Nachruf auf Lic. Theol. Hans Tscholl. 141

Hinweise

EDITORIAL

Diese neue Ausgabe von „Existenz und Logos“ dokumentiert den Wechsel in der Schriftleitung von Herrn Dr. Peter Suchla auf Frau Anne Gawron und Frau Dr. Nari Heitkamp, beide lizenzierte Logotherapeutinnen unseres Berufsverbands. Der Vorstand DGLE, zu dem auch der bisherige Schriftleiter gehört, freut sich außerordentlich, dass beide Frauen sich dieser Aufgabe angenommen haben und neben der hohen fachlichen Qualifikation auch die Liebe zum gedruckten Buch mitbringen. Denn trotz aller Unkenrufe, die seit 30 Jahren das Ende des gedruckten Buches verkünden und im E-Book einen höherwertigen Ersatz sehen möchten, liegt der Anteil von E-Books an den Gesamtumsätzen im Buchmarkt noch immer unter 6%.

„Existenz und Logos“ als professionelle Fachzeitschrift unseres Berufsverbands genießt auch außerhalb von Logotherapie-Kreisen große Anerkennung. Wir wünschen der neuen Schriftleitung, dass sie die tatkräftige Unterstützung aller findet, die von der Wichtigkeit des logotherapeutischen Gedankenguts in unserer Zeit überzeugt sind. Denn wohin auch immer man schaut, die Verbreitung des Franklschen Menschenbilds erweist sich als nötiger denn je.

Der Vorstand der DGLE

I. BEITRÄGE

Elisabeth Berchtold

Verantwortlich führen, sinnvoll handeln – Gedankenimpulse aus der Sektion „Logotherapie in Wirtschaft und Arbeitswelt“

Zusammenfassung:

Verantwortung ist in der Arbeitswelt ein äußerst aktueller Begriff. Er wird es noch lange bleiben. Denn die Führungslandschaft ist geprägt von großen Herausforderungen, die es zu meistern gilt.

Und zwar durch bedachtes, nachhaltiges und sinnvolles Handeln.

Wie findet Verantwortungsübernahme in der Wirtschaft und Arbeitswelt statt?

Wie und wo wird sinnvoll gehandelt? Welche Handlungen sind besonders sinnvoll angesichts aktueller gesellschaftlicher Herausforderungen?

Was hat uns Viktor Frankl dazu zu sagen?

Abstract:

At the moment, responsibility is a very present topic in the working world. And it will so for a long time on. Leadership and management are facing a lot of challenges which have to be met.

Met with careful, sustainable and meaningful action.

How is responsibility assumed in economy and business world?

How and where takes meaningful action place? Which actions are especially meaningful facing the current challenges of our society?

What does Viktor Frankl tell us?

Schlüsselwörter: Arbeitswelt, Wirtschaft, Verantwortung, Führung, Unternehmenskultur, Handeln, Miteinander

Affiliation: www.logotherapeutisches-institut-berchtold.de

Corresponding author: www.elisabeth-berchtold.de

Verantwortliches Führen und sinnvolles Handeln! Das ist eines der beliebten Themen unserer Sektion, das sich mittelbar oder unmittelbar wie ein roter Faden zeigt. Verantwortung ist darüber hinaus ein äußerst aktueller Begriff. Denn die Führungslandschaft steht vor besonders großen Herausforderungen angesichts umfassender aktueller wirtschaftlicher Krisen, die es zu meistern gilt. Sie lassen sich besser meistern durch bedachtes, nachhaltiges und sinnvolles Handeln.

Wie findet gelebte Verantwortung in der Wirtschaft und Arbeitswelt statt? Wie und wo wird sinnvoll gehandelt? Welche Handlungen sind besonders sinnvoll angesichts aktueller Herausforderungen? Was hat uns Viktor Frankl dazu zu sagen? Dies sind Fragen, denen sich die logotherapeutisch arbeitenden Beraterinnen und Berater unserer Sektion nicht nur gemeinsam stellen, sondern auch anwendungsorientiert bearbeiten.

Was bedeutet Verantwortung überhaupt?

Das Wort „Verantwortung“ als solches taucht im Deutschen erstmalig im Mittelalter (etwa 15. Jhrh.) auf. Und da bedeutet es „eine Sache vor Gericht verteidigen“ bzw. „ein Handeln rechtfertigen“. Im christlichen Sinne bedeutet es ein „Sich-rechtfertigen-Müssen vor Gott als dem höchsten Richter. Wenn man das Wort Verantwortung „googelt“, ergeben sich Zig-Millionen Treffer. Und besonders oft fällt das Wort Verantwortung in Politik und in der Arbeitswelt. In meinen Führungskräfte-seminaren erlebe ich, dass sich Vorgesetzte beklagen über Ihre Mitarbeitenden, sie würden zu wenig Eigenverantwortung übernehmen.

Interessanterweise erfahre ich im gleichen Atemzug von den Mitarbeitenden (nicht selten desgleichen Unternehmens), dass diese sich mehr Freiraum für eigenverantwortliches Arbeiten wünschen. Wie wir wissen, hängen Freiheit und Verantwortung zusammen und bedingen sich gegenseitig.

Was ist jetzt zuerst da? Henne oder Ei?

Die Henne. Führungskräfte haben mehr Macht, mehr Entscheidungs- und Gestaltungsfreiheit im Unternehmen und sie sind Vorbilder, sog.

„role models“. Daher beginnen wir auch mit Ihnen im Rahmen der Organisationsberatung.

Wenn wir im Seminar oder Beratungsgespräch auf den Begriff der Verantwortung kommen, treffen wir erst einmal auf darauf, wie der nicht logotherapeutisch geprägte, moderne Mensch im Alltag „Verantwortung“ gebraucht.

Er **trägt die Verantwortung** und zwar meist schwer. Und er spricht dann gerne von der Last der Verantwortung. Ebenso gerne **übergibt** er sie auch mal. Oder bekommt sie übergeben. Mal echt freiwillig, mal tut er nur so, weil ihm nichts anderes übrigbleibt.

Oder man „zieht ihn zur Verantwortung“.

Am allermeisten aber finden wir Aussagen über Verantwortung, die besagen, dass diese eben nicht wahrgenommen wurde von Entscheiderinnen und Entscheider, obwohl es ihre Aufgabe gewesen wäre.

Diese nicht wahr genommene Verantwortung ist es, die uns Logotherapeutinnen und Logotherapeuten der Arbeitswelt viel beschäftigt. Denn diese nicht wahr genommene Verantwortung, dieses Wegsehen und eben „Keine-Antwort-geben“ auf die Fragen, die das Arbeitsleben jeweils stellt, sie hat krankmachendes Potenzial

Nicht gegebenen Antworten beschäftigen uns, weil es unser Job ist, supportativ heilend auf die Mitglieder von Organisationen zu wirken. Viele Wunden gibt es zu heilen, viele Heilungs- und Veränderungsprozesse zu begleiten, seit sich 2008 Verantwortungslosigkeit im ganz großen Stil gezeigt hat in Form der Bankenkrise. Und jetzt gilt es, Prävention zu betreiben und auch Beratung zu leisten, damit die Menschen, Mitarbeitende und Führungskräfte den psychischen Gefährdungen der aktuellen Krisen standhalten können.

„Wait and see“ ist dabei nicht immer das richtige Motto. Führungskräfte, die beherzt handeln und durch Maßnahmen der Gesundheitsprävention für ihre Mitarbeitenden sorgen, sind das was wir brauchen. Logotherapeutisch Beratende machen dabei Mut, fördern die Fehler-

kultur, legen den Finger immer wieder auf die Anforderungen des Hier und Jetzt und lenken den Blick auf die Werte, jenseits der Umsatzziele. Führen heißt entscheiden, heißt handeln.

„Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.“ (Molière)

Manchmal handeln wir nicht, weil alles zu komplex und unüberschaubar geworden ist. Es ist manchmal schwer, die Konsequenzen für Entscheidungen ab zu sehen.

Es ist aber manchmal auch der Zeitgeist, der viele Menschen im existenziellen Vakuum festhält und am Handeln hindert.

Der Wohlstand, an den wir uns alle gewöhnt haben ließ die nötige Spannung von Sein und Sollen fehlen, so dass unser Leben und Arbeitsleben zu wenig Aufforderungscharakter besaß.

Jetzt wendet sich das Blatt angesichts globaler Krisen und notwendiges Handeln ist gefordert, um die „Not zu wenden“?

Wenn ich im Rahmen meiner Tätigkeit als Trainerin und Coach über verantwortliches Führen und Handeln spreche, taucht immer gleich der Ruf nach dem „Warum“ auf.

Die kausale Frage kann zwar sehr wohl sozialwissenschaftlich nützlich sein, aber sie bringt uns nicht nachhaltig weiter.

Im Gegenteil sie blockiert. Auf der Reise nach den Gründen verirrt man sich in Motivationstheorien und Beschuldigungsszenarien und kreist immer ums Defizit. Ein Klagen und Jammern über Mitarbeitende, die innerlich gekündigt haben und Führungskräfte, die stromlinienförmig und unklar führen setzt ein.

Da fängt die logotherapeutische Arbeit an.

Wir schauen, wie Viktor Frankl an dieser Stelle weiter helfen könnte. Er sagt:

„Jeder hat im Leben seine eigene spezifische Mission oder Berufung... Weder ist er in dieser zu ersetzen, noch lässt sich sein Leben wiederholen.

Daher ist die Aufgabe eines jeden so einzigartig wie seine spezifische Möglichkeit, sie zu erfüllen. ...

Er sagt weiter, dass Verantwortlichsein einer der „Ur-tatbestände“ von Menschsein ist.

Also: Mensch-Sein ist immer Verantwortlich-Sein.

Wir Logotherapeutinnen und Logotherapeuten in Wirtschaft und Arbeitswelt müssen uns also gar nicht akribisch abarbeiten an den Gründen für das Nicht-Handeln, sondern sollen lieber die passenden Antworten finden auf die Herausforderungen, die direkt vor uns stehen, weil sie zu der Aufgabe gehören, die das Leben – respektive Arbeitsleben – genau Hier und Jetzt für uns alle bereit hält.

In Führungsseminaren ist das immer wieder die Stelle, die Teilnehmer so verblüffen kann. Was? Ich gebe Antworten und das heißt dann Verantwortung übernehmen? Was, es gibt durchaus auch Antworten, die muss ich gar nicht geben, denn da wurde vom Leben eine Frage gar nicht an mich adressiert, sondern vielleicht an Mitarbeitende!

Und ja, meine Mitarbeiterschaft ist nicht einfach zu ersetzen es handelt sich um Individuen, die sich in ihren Aufgaben gefordert sehen wollen, damit sie im Franklschen Sinne als einzigartige Wesen ihre spezifischen Möglichkeiten erfüllen können.

Ab diesem Punkt wird auch klar, wie wichtig es ist, eine Beziehung zu den Mitarbeitenden zu haben, sie zu kennen.

Wie sonst sollten Unternehmen es schaffen, nachhaltig zu handeln oder den eigenen Teil zur Krisenbewältigung beizutragen?

Das muss die Unternehmenskultur zu lassen. Ich brauche dazu als Führungskraft jeden und jede. Ich brauche die Mitarbeitenden und manchmal auch andere Funktionsträger dieser Gesellschaft.

Aber – und auch das betonen logotherapeutisch ausgebildete Menschen in Wirtschaft und Arbeitswelt immer wieder: selbst wenn viele Menschen eine Verantwortung fühlen, weil viele ähnliche Fragen des Lebens erkennen: **es kann kein kollektives Verantwortlichsein geben, auch nicht das von Führungskräften, so wie es eben auch keine kollektive Schuld gibt.**

Es sind immer die einzelnen **Führungskräfte, Lehrer, Erzieher, Eltern**, die Personen, die sich entscheiden. Sie entscheiden sich für oder gegen etwas beispielsweise oder sie entscheiden auch mal nichts.

Allerdings – und das ist ja das Schöne – wenn sich viele einzeln entscheiden, ihre Einstellungen zu ändern, dann wird es zu großen Veränderungen führen – früher oder später. Das lässt sich beobachten. Denn nur so ist es überhaupt möglich gewesen, bisher ein Umweltbewusstsein zu schaffen, dass bereits in der Schule anfängt, sich in diversen Studiengängen etabliert hat.

Ein Umweltbewusstsein von Kunden, das so schwer zugenommen hat, dass viele Produkte gar nicht mehr anders konnten, als sich zu verändern, um überhaupt noch Käufer zu finden.

Die Macht von Kunden und Nicht-Regierungs-Organisationen ist jedenfalls nicht zu unterschätzen!

Wir alle sind schließlich Kunden, also haben wir alle auch Macht.

Wir müssen nicht ohnmächtig alles hinnehmen, was uns zum Jammern und Klagen bringt. Und überall, wo wir Freiheit haben, sollten wir diese nutzen.

Wie sieht es für jene von uns aus, die Führungspersonen und Pädagogen sind?

Ganz klar: je mehr Freiheit uns zur Verfügung steht, desto mehr Antwortmöglichkeiten haben wir.

Es ist ein Unterschied, ob wir in einer engen behördlichen Struktur arbeiten oder als selbstständige Unternehmerinnen oder Geschäftsleitungen mit viel Gestaltungsspielraum.

Dabei können wir immer auch den Freiraum erweitern. Wir sollten nicht aufhören, das zu tun und um Sinn zu ringen.

Führungskräfte und pädagogische Fachkräfte können sich entscheiden **für Werte wie Umweltschutz und Biodiversität, für eine lebenswerte Unternehmenskultur, für die Wahrnehmung gesellschaftlicher Aufgaben, für eine schülerzentrierte Lernumgebung in der Schule, für Zivilcourage und Demokratiebewusstsein.**

Und all die, die es bereits getan haben, haben Gutes geschaffen. Sie haben gekämpft und gerungen – den Situationen Sinn abgerungen. Sie haben Systeme verändert.

Und wer sollte es sonst tun? Führende „nehmen an die Hand“ und zeigen dabei Wege auf. Es ist ihr Beruf.

Sie müssen ihren Werten und ihrem Gewissen folgen, weil sie sich klar für diese als bessere Handlungsmaxime entschieden haben.

Es sind die Werte, die im Hier und Jetzt in ganz besonders danach drängen verwirklicht, also „in die Wirklichkeit hineingerettet“ zu werden, wie Frankl es so wunderbar formuliert.

Verantwortlich zu handeln wird von der Mehrzahl der Menschen als signifikant wichtig angesehen.

Der Einzelne ist wichtig und gefragt und das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile, wenn es um Verantwortung geht!

Globale Überlebens Themen werden eigentlich von allen wahrgenommen. Aber es kommt auf die Entscheidungen des Individuums dabei an. Entscheiden sich genügend viele Individuen, bewegt sich etwas und es wird gehandelt.

Wenn mich Führungskräfte darauf ansprechen, dass es ja angesichts globaler Entwicklungen schwer wäre, wirklich etwas zu bewirken, habe ich darauf meist eine ganz bestimmte Antwort in Form eines Slogans, den Sie, verehrte Zuhörerinnen und Zuhörer sicher kennen: global denken – lokal handeln.

Vielleicht ein wenig idealistisch gedacht? Ja, aber auch optimistisch. Das ist es was logotherapeutische Beraterinnen, Coaches und Trainer in die Arbeitswelt tragen sollten. Diese Art Motivierung und Optimismus ist es, die uns ausmacht und die wir ganz besonders glaubwürdig und fundiert verkörpern können aufgrund der Logotherapie mit ihrem nicht-deterministischen Menschenbild und der Troztzucht des Geistes. „Wer ein Unternehmen führen will, der muss Menschen führen. Wer Menschen führen will, der muss sich selbst führen können.“ Die Sektion „Logotherapie in Wirtschaft und Arbeitswelt“ ist ein Ort, an dem sich logotherapeutisch beratende und lehrende Berufe, Führungskräfte, Coaches und Seminarleitungen gegenseitig unterstützen, um sich und andere führen zu können. Als sehr lebendige, qualitätsbewusste DGLE-Sektion halten wir unser Fachwissen wach, um die Logotherapie in die Wirklichkeit von Wirtschaft und Arbeitswelt hineinzutragen.

Eigenschaft oder Einstellung?

Warum manche menschlichen Eigenschaften gar keine sind

Zusammenfassung:

Der Beitrag beschreibt die Methode der Einstellungsänderung (als eine der drei logotherapeutischen Ur-Methoden), ihre Kernvoraussetzungen und Grundlagen und erweitert sie mit der Frage, ob nicht vieles, das wir für eine menschliche Eigenschaft halten, in Wirklichkeit eine Einstellung ist – und deshalb durch Einstellungsänderung veränderbar. Ein Fall-Beispiel zeigt, mit welchen Testfragen sich das prüfen lässt und was der Königsweg für eine Änderung ist.

Abstract:

This article describes the method of „Einstellungsänderung – change of attitudes“ (being one of the three original logotherapeutical methods), its requirements and basics. Furthermore, it asks whether a lot of aspects counted as human characteristics are actually attitudes and can thus be changed by “Einstellungsänderung – change of attitudes“. A case study shows which questions are needed to test this hypothesis and how best to achieve a change.

Schlüsselwörter: Viktor Frankl, Logotherapie, menschliche Eigenschaft, menschliche Einstellung, Bewertungen, Testfragen für Einstellungen, Methode der Einstellungsänderung, Falldarstellung zum Thema Schüchternheit

Affiliation: Nürnberger Institut für Logotherapie und Existenzanalyse

Corresponding author: suchla@web.de

Viktor Frankl betont, dass „die Logotherapie sich gerade nicht an das Symptom wendet, sondern einen Einstellungswandel, eine personale Umstellung gegenüber dem Symptom herbeizuführen versucht“ (Frankl, 2002, S. 172). In der Anfangsphase der Logotherapie gilt die Einstellungsänderung neben der Paradoxen Intention und der Dereflexion als dritte Säule der logotherapeutischen Methoden (so steht es noch bei Lukas, 2002, S. 103). Inzwischen, 20 Jahre später, ist logothera-

peutisches Arbeiten sehr viel reichhaltiger, arbeiten Logotherapeuten mit sehr viel mehr Methoden als diesen drei. Dennoch bleibt die Einstellungsänderung unverändert wichtig, ja, es dürfte nicht falsch sein zu behaupten, dass heutzutage keine einzige seriöse psychotherapeutische Richtung ohne die Methode der Einstellungsänderung arbeitet, mit welchem Namen auch immer man in der jeweiligen Richtung diese Methode bezeichnet.

1. Kurzer Blick auf die Grundlagen der Methode der Einstellungsänderung

1.1 Zwei Voraussetzungen

Die erste Voraussetzung der Methode der Einstellungsmodulation ist Viktor Frankls *Freiheitskonzeption*. Der zentrale Gedanke daran ist, dass wir immer frei sind zur Wahl unserer Einstellung gegenüber den Dingen. Wir sind keineswegs frei bezüglich der Dinge, die sich um uns herum finden oder uns zustoßen, aber wir sind und bleiben frei in Bezug auf unsere Einstellung ihnen gegenüber. Der Lyriker Reiner Kunze, 1977 aus der kommunistisch regierten DDR nach Westdeutschland gekommen, brachte es treffend in Versform: „Wir haben immer eine Wahl,/ und sei’s, uns denen/ nicht zu beugen,/ die sie uns nehmen.“

Die zweite Voraussetzung ist die menschliche Fähigkeit und Praxis der *Bewertung*. Wir sind *fähig*, Dinge oder Sachverhalte zu bewerten, und wir praktizieren das auch permanent. Das ist ein Erbe unserer Evolution und trug wesentlich zu unserem Überleben bei.

1.2 Zusammenhang zwischen Einstellung und Bewertung

Warum hängen Einstellung und Bewertung zusammen? Weil unsere innere Einstellung einer Sache oder einem Sachverhalt gegenüber stets die *Folge* dessen ist, wie wir die Sache oder den Sachverhalt *bewerten*.

Verändert man die Bewertung, verändert sich die Einstellung. Jede Bewertung stellt ja einen Unterschied zwischen Sein und Sollen fest: Etwas soll meiner Meinung nach (= meiner Bewertung bzw. meiner Bedeutungsgebung nach) anders sein, als es gerade ist. Viktor Frankl hält es geradezu für ein Wesensmerkmal des Menschen, „im polaren Spannungsfeld zwischen Sein und Sollen zu stehen“ (Frankl, 1987, S. 97). Pausenlos sind wir dabei, zu bewerten, wie etwas sein soll oder nicht sein soll, pausenlos geben wir einer Sache mehr Bedeutung als einer anderen, pausenlos stellen wir bewertende Vergleiche an. Menschsein ist bewertendes Sein. Und jede *Einstellung* fußt, wie gesagt, auf einer Bewertung – mit enormen Konsequenzen, wie wir noch sehen werden.

Das alles ist an sich nichts Neues, jeder weiß, dass es einen Unterschied macht, ob ich das Geschrei spielender Kinder auf der Straße als Ruhestörung bewerte oder als Ausdruck von Leben und Zukunft. Je nachdem, wie ich es bewerte, wird meine Einstellung dazu ausfallen. Wenn ich das Geschrei als Ruhestörung bewerte (man kann genauso gut sagen, wenn ich ihm die *Bedeutung* „Ruhestörung“ gebe oder wenn ich es als Ruhestörung *definiere*), dann führt es zur Einstellung „für mich ist das unerträgliches Lärm, ein klarer Fall von Ruhestörung“ und lässt mich ärgerlich werden, vielleicht reagiere ich sogar, gehe auf die Straße und schnauze die Kinder an. Wenn ich dagegen das Geschrei spielender Kinder auf der Straße als Ausdruck von Leben und Zukunft bewerte, führt es zur Einstellung „das ist Zukunftsmusik für mich, um mich herum pulsiert das Leben, schön, dass das Leben weiter geht“ – von Ärger keine Spur und auch keinerlei verärgerte Reaktion.

Man sieht: Nicht die Sache an sich, also z.B. das Geschrei der Kinder, sondern unsere Sichtweise, genauer: unsere Bewertung der Sache und demzufolge unsere innere Einstellung ihr gegenüber („Ruhestörung“ vs. „Zukunftsmusik“) entscheidet über das, was wir *erleben*, führt entweder zu einem ärgerlichen Erleben oder zu einem zufriedenen Erleben, zu einem leidvollen oder kraftvollen Erleben. Die Änderung unserer Bewertung einer Sache ändert grundsätzlich das, was wir aktuell erleben und wie wir reagieren.

1.3 Vom Phänomen zum Problem

Die Konsequenz aus dem bisher Gesagten ist: *Die Realität kennt keine Probleme, nur Phänomene*. Ob ein Phänomen für mich zu einem Problem wird, darüber entscheidet allein, welche Einstellung ich zu diesem Phänomen habe. Anders gesagt: Nicht das, was *ist*, entscheidet darüber, wie es mir damit geht, was ich dabei fühle und erlebe, sondern meine Einstellung dazu, und diese Einstellung fußt auf einer *Bewertung*. Nicht das, was ist, also z. B. nicht der Inhalt eines Buches, so wie er ist, auch nicht der Inhalt eines Films, einer Zeitung, eines Theaterstücks, nicht der Inhalt einer Rede oder einer Bemerkung, auch nicht die Wortwahl für eine bestimmte Sache entscheidet darüber, wie es mir damit geht, was ich dabei fühle und erlebe, sondern meine Einstellung dazu. Erst eine entsprechende Einstellung zu einem Phänomen macht aus dem Phänomen ein Problem.

Kann mich also die Bemerkung eines Menschen verletzen? Wann verletzt mich eine Bemerkung, genauer, bei welcher Bewertung und demzufolge bei welcher Einstellung werde ich darüber wütend? Und bei welcher Bewertung und demzufolge Einstellung lässt sie mich völlig kalt?

Löst eine schlimme Naturkatastrophe, die ich erlebe, oder ein Verkehrsunfall oder der Tod eines von mir geliebten Menschen automatisch ein *psychisches Trauma* in mir aus? Ich spreche hier nicht von Verlustschmerz und gesunder Trauer, sondern von tiefer seelischer Verletzung, die therapiebedürftig ist. Auch hier gilt: Nicht das Phänomen produziert ein solches Trauma, sondern meine innere Verarbeitung dieses Phänomens, meine innere Einstellung diesem Phänomen gegenüber – was ja die Psychotherapie-Forschung, speziell die Resilienzforschung, bewogen hat zu fragen, woher der eine Mensch die Kraft nimmt, etwas nicht als Katastrophe oder als Demütigung der eigenen Person zu bewerten, und woran es liegt, dass einem anderen Menschen genau diese Kraft fehlt.

Um an dieser Stelle nicht missverstanden zu werden: Schuldig ist immer derjenige Mensch, der einen anderen würdelos behandelt oder misshandelt, nie derjenige, der misshandelt wird, ganz gleich, ob und wie der Misshandelte das würdelose Behandeltwerden innerlich verarbeitet und ob er zu einer gesunden Verarbeitung die Kraft hat oder nicht. Es geht mir beim Thema „Bewertung“ nicht um irgendeine Entschuldung von Tätern, sondern darum, dass die jeweilige innerliche Verarbeitung der Misshandlung, also die Einstellung dazu, darüber entscheidet, ob und wie unbeschadet man das Misshandeltwerden übersteht und ob sich daraus ein therapiebedürftiges Trauma entwickelt oder nicht. Und diese innerliche Verarbeitung ist immer abhängig von der *Bewertung* des Geschehens.

Beispiel Ängste: Ängste sind etwas Schlimmes, jeder sucht sie zu meiden. Aber auch Ängste sind eine Konstruktion aus Phänomen plus Einstellung. Man kann Ängste nämlich völlig anders als üblich bewerten – und dann sogar lieben: Im Allgäuer Skyline Park steht ein „irrer Apparat“, ein kugeliger Käfig aus Stahlrohren, in dem zwei Personen angeschnallt sitzen. Am Kugelkäfig ist rechts und links ein Drahtseil befestigt, dessen Ende jeweils an einem hohen Mast verankert ist. Die Drahtseile werden unter Spannung gesetzt, dann wird der Haltemechanismus ausgelöst und die Kugel schießt mit der viereinhalbfachen Kraft des menschlichen Körpers 90 Meter in die Höhe, fällt dann bis auf 10 Meter herunter, schwingt an den Drahtseilen aus, wird langsam wieder zu Boden geholt und man darf aussteigen. Mir dreht sich schon beim bloßen Zusehen der Magen um. Aber ein jugendlicher Mitfahrer, nach dem Aussteigen befragt, ob er keine Angst hatte, gab zur Antwort: „Klar hatte ich brutal Angst, aber das ist ja gerade der Witz, das puscht dich besser als jede Droge!“

Beispiel Ärger: Kann mich das Klingeln eines Smartphones im Kino oder in einer Kirche ärgerlich machen? Hat Klingeln wirklich Macht über mein Inneres? Und kann mich die lange Schlange an der Supermarktkasse ärgern? Hat deren Anblick Macht über mich? Alles, worüber man sich ärgert, ist eine Folge der eigenen Bewertung. Daher ist

jeder Ärger, und zwar jeder, selbstgemacht – eben weil Folge der eigenen Bewertung und der darauf fußenden Einstellung. Das ist ziemlich hart, man könnte auch sagen: tut richtig weh, weil wir gar zu gerne anderen die Schuld geben, wenn wir uns ärgern.

Für alle Arten von Ärger ist übrigens charakteristisch, dass man sich dabei in einem extrem engen Bewertungs-Korridor, so nenne ich es, bewegt. Leute, die sich viel ärgern, sind geradezu Korridor-Künstler: Für sie gibt es stets nur eine einzig mögliche Bewertung: nämlich ihre eigene, die den Ärger erzeugt. Manchmal kann man sogar den Eindruck gewinnen, dass die Ärger auslösende Bewertung viel schwieriger zu finden ist als andere Bewertungen, die keinerlei Ärger auslösen würden.

Beispiel Niederlage: Alles, was ich als persönliche Niederlage bezeichne, ist bereits das Ergebnis einer aktiven Bewertung, das Ergebnis einer Bedeutungsgebung, einer Definition: Ich *definiere* etwas als Niederlage. Und diese aktive Bewertung bzw. Definition ist zwar subjektiv gesehen eindeutig, klar, rundum richtig – aber eben nur aus meiner subjektiven Sicht. Um es mit Viktor Frankl zu sagen: Nicht das Phänomen macht uns Schwierigkeiten, sondern unsere Sichtweise.

Objektiv gesehen kann man nämlich an die Bewertung „Das ist eine Niederlage“ viele Fragen stellen, Fragen, die zeigen, dass eine solche Bewertung alles andere als eindeutig ist. Z.B. kann ich stets fragen, ob ich in meine Niederlage-Bewertung auch meine zur Verfügung stehenden Ressourcen eingerechnet habe (Zeit, Kompetenz-Niveau, Geld usw.). Und hatte ich denn zur Aufgabe innerlich auch wirklich Ja gesagt? Heißt: Gab es bei mir eine eindeutige Entscheidung für diese Aufgabe? Und habe ich die Aufgabe als zutiefst sinnvoll empfunden? Oder bin ich, gerade weil das nicht der Fall war, von Anfang an nur halbherzig daran gegangen? Habe ich vielleicht nur anderen zuliebe diese Aufgabe übernommen? Wurde mir diese Aufgabe gar von anderen aufgedrängt? Habe ich sie nur übernommen, weil man in so einer Situation schlecht nein sagen kann? Und habe ich bei der Aufgabe vielleicht meine Grenzen nicht respektiert? Und wer in mir bzw. welche Seite in mir

definiert diese Situation eigentlich als Niederlage? Gibt es vielleicht sogar eine Seite in mir, die gegen „Erfolg“ etwas einzuwenden hat? u.a.m.

Fragen dieser Art verdeutlichen nochmals, dass in einer Einstellung stets Bewertungen enthalten sind mitsamt den damit verbundenen Überzeugungen, Gefühlen und Reaktionsweisen. Und es dürfte zugleich deutlich geworden sein, dass die *Änderung* unserer Einstellung gegenüber einer Sache – durch das Ändern von Bewertungen – ein außerordentlich wichtiger Faktor ist für eine wirksame Erlebens-Veränderung, ob man also z.B. das Hochgeschleudertwerden im Stahlrohrkäfig als Todesangst oder als Adrenalin-Kick *erlebt*.

Auf das Erleben kommt es mir hier an, denn kaum jemandem ist bewusst, dass hinter einem Erlebnis, ganz gleich, ob zauberhaft schön oder alptraumhaft schlimm, stets Bewertungen stehen. „Aber ich habe das doch genau so erlebt!“, höre ich immer wieder, wenn ich in einer therapeutischen Sitzung mit Klienten darüber rede. Subjektives Erleben ist für die meisten Menschen so etwas wie ein unabhängiges, durch nichts beeinflusstes Wahrheitskriterium. Richtig daran ist, dass jemand etwas genau so und nicht anders erlebt hat und dass an diesem Faktum nicht zu rütteln ist. Falsch ist zu glauben, dieses Erleben, und damit dieses Faktum, wäre von keinerlei *Bedingungen* abhängig – wie z.B. von Bewertungen, aber auch von Stimmungen und zahlreichen körperlichen und psychischen Befindlichkeiten sowie natürlich auch von Umgebungsfaktoren: Im Kreis meiner Lieben erlebe ich fremde Geräusche völlig anders als nachts allein auf einsamer Landstraße. Unser Erleben ist *immer* bedingt, also von irgendetwas beeinflusst. Das ist normal und in der Regel kein Problem. Bei negativem leidvollen Erleben ist exakt diese Bedingtheit sogar die Voraussetzung für eine Psychotherapie, denn an der Bedingtheit bzw. an den Beeinflussungsfaktoren kann man immer therapeutisch arbeiten.

Soviel zu den Kernvoraussetzungen und Grundlagen der Frankl'schen Methode der Einstellungsänderung.

2. Erweiterung der Methode

Nun kann man über das Gesagte hinaus in viele unterschiedliche Richtungen weiterdenken. Viktor Frankl hat die Einstellungsänderung auf den Umgang mit Leid, Schuld, Tod fokussiert, ohne sie freilich darauf einzuschränken. Ich möchte hier und jetzt den Faden in eine ganz bestimmte Richtung weiterspinnen. Denn eine Frage, die sich mir aus psychotherapeutischer Sicht aufdrängt, lautet: Was ist beim Menschen eigentlich

Eigenschaft (unveränderbar)
und was ist
Einstellung (veränderbar)?

Wenn man so fragt, stößt man schnell in vermintes Gelände, weil es nämlich durchaus unterschiedliche Auffassungen geben kann bei der Überlegung, ob eine bestimmte unveränderbare Eigenschaft nicht in Wirklichkeit eine veränderbare Einstellung ist. Aber das Nachdenken darüber ist wichtig, weil es die Anwendungsfelder der Methode der Einstellungsänderung beachtlich ausweiten kann und weil damit das, wozu diese Methode imstande ist, um einiges deutlicher wird.

2.1 Eigenschaft

Was mit menschlichen Eigenschaften gemeint ist, muss wohl nicht ausführlich beschrieben werden. „Eigenschaft“ heißt in der Regel: zur Persönlichkeit unveränderbar gehörend. Z.B.: Jemand ist 180 cm groß, hat eine gebogene Nase, krumme Beine, eine hohe Stimme, feingliedrige Hände usw. Mit „Eigenschaften“ meinen wir zum einen also körperliche Eigenschaften. Aber nicht nur.

Denn wir sprechen zum anderen auch von Eigenschaften, wenn wir *Verhaltensweisen* bzw. Reaktionsweisen beschreiben, etwa: Jemand lacht

immer sehr laut, reagiert impulsiv, hört nicht zu, hat eine ruppige Art, geht liebevoll mit Kindern um, hat kein Verhältnis zu Tieren, kann Motorenlärm nicht ausstehen, hat stets große Prüfungsangst, ist schwer von Begriff usw. Wir gehen in der Regel davon aus, dass es sich auch hierbei um Eigenschaften handelt. Fast immer, wenn wir von uns selbst sagen „Ich bin ...“, denken wir an Eigenschaften, also wenn wir z.B. sagen „ich bin lärmempfindlich“, „ich bin tierliebend“, „ich bin schreckhaft“, usw

Soviel in aller Kürze zu den Eigenschaften.

2.2 Einstellung

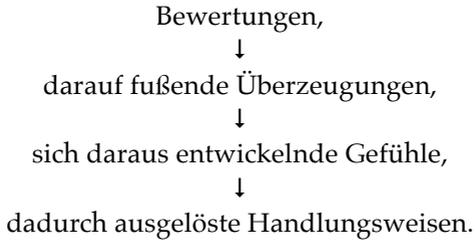
Mit dem Begriff „menschliche Einstellung“ wird in der Regel eine bestimmte Überzeugung gegenüber Personen, Lebenssituationen, Ideen oder Gegenständen bezeichnet, und zwar eine Überzeugung,

- die stets ein Werturteil enthält (ich bewerte etwas als wichtig oder unwichtig für mich, als sinnvoll oder sinnlos, als positiv, negativ, gleichgültig usw.),
- meist mit Erfahrungen aller Art verbunden ist
- und uns zu einem entsprechenden Verhalten oder Reagieren veranlasst.

Abstrakt formuliert kann man sagen: Eine menschliche Einstellung ist ein mentaler Bereitschaftszustand eines Menschen, durch Bewertung gebildet, mit Erfahrungen verbunden und mit einem steuernden Einfluss auf die Reaktionen dieses Menschen.

Eine Einstellung setzt sich immer aus mehreren Komponenten zusammen, in der Regel sind es vier Gruppen von Komponenten: Bewertungen, Überzeugungen, Gefühle, potentielle Handlungsweisen. Worauf

es mir hier aber ankommt, ist das, was ich als „Einstellungskette“ bezeichne, denn es zeigt, dass das oberste, entscheidende Glied dieser Kette stets die Bewertungen sind:



Einstellungen gehören zu unserem Leben, sie haben eine Orientierungsfunktion, sind nützlich, formen unser Selbstbild; besitzen Erfahrungswert, sind praktisch, hilfreich, sinnvoll, üblich (“schon immer“), schön, identitätsstiftend u.a.m. Wenn man sich das vor Augen hält, versteht man,

- a) warum es durchaus nicht einfach ist, sich von bestimmten Einstellungen zu trennen (wer trennt sich schon leicht von etwas aus Erfahrung Gelerntem, von Hilfreichem, von Sinnvollem, von Schönerem, von Üblichem, von Identitätsstiftendem?)
- b) und dass sich bei einer Einstellungsänderung auch die zur Einstellung gehörenden Bewertungen, Überzeugungen, Gefühle, potentiellen Handlungsweisen alle mitverändern.

Die Methode der Einstellungsänderung lautet dann in Kurzform

- (1) Änderung der Bewertung
- (2) Änderung der Einstellung bzw. der damit verbundenen Überzeugungen
- (3) Änderung dessen, was wir fühlen und erleben – und wie wir reagieren.

Daraus ergibt sich, dass es nicht genügt zu warten, bis sich eine Einstellung von selbst ändert; wir wissen jetzt: ohne eine Neubewertung keine Einstellungsänderung. Denn Bewertungen sind der ausschlaggebende Bestandteil jeder Einstellung, sie stehen, wie gesagt, stets am Anfang der Einstellungskette. Eine solche Neubewertung kann zwar, muss aber nicht das Ergebnis eifrigen Nachdenkens sein, manchmal zwingen uns *innere* Ereignisse (z.B. eine Krebserkrankung) oder *äußere* Ereignisse (siehe Ukraine-Krieg) zu Neubewertungen.

2.3 Unschärfen

Bis hierhin findet sich in der Regel weitgehend Zustimmung. Aber anders sieht es aus, wenn man bei Eigenschaften nachzufragen beginnt: Ist z.B. Lärmempfindlichkeit eine unveränderbare Eigenschaft oder eine veränderbare Einstellung?

Vermutlich werden mehr Menschen auf „Eigenschaft“ tippen. Aber wenn jemand z.B. sagt „Ich bin halt lärmempfindlich“, kann man stets nachfragen: „Immer? Überall? Mit stets gleicher Intensität?“ Wenn dann dreimal ein Ja kommt, ist es möglicherweise eine Eigenschaft. Aber bei der Antwort „Vor allem dann, wenn der Nachbar während der Mittagsruhe den Rasenmäher anwirft“ würde es sich offensichtlich um eine Einstellung handeln – ich komme darauf zurück.

Ganz ähnlich ist es bei Ängstlichkeit, bei Perfektionismus, bei „Nicht-sitzen-können“, bei Introvertiertheit usw. Offenbar gibt es Unschärfen, die eine klare Festlegung von Eigenschaften zuweilen fragwürdig werden lassen. Um es kurz zu machen: Sehr vieles, das wir für eine unveränderbare menschliche Eigenschaft halten, ist in Wahrheit lediglich eine veränderbare Einstellung, veränderbar durch eine Einstellungsänderung. Wenn das aber der Fall ist, dann ist Einstellungsänderung eine der Hauptaufgaben jeglicher psychotherapeutischen Arbeit.

Heißt das, dass sämtliche Eigenschaften nur Einstellungen sind? Keineswegs und schon gar nicht bei körperlichen Eigenschaften. Aber beim Verhalten und bei Reaktionsweisen handelt es sich häufiger um veränderbare Einstellungen, als man denkt. Das habe ich jedenfalls in meiner psychotherapeutischen Praxis oft genug erfahren, ich erinnere mich gut an Klienten mit Lärmempfindlichkeit, mit Zahnarzt-Phobie (= besondere Schmerzempfindlichkeit beim Zahnarzt), mit Schwerhörigkeit, mit Nachtblindheit, mit Übergewicht oder Untergewicht, mit Auftrittsheimlichkeit (= Lampenfieber), mit Gedächtnisstörungen, mit Konzentrationsschwäche, mit Prüfungsangst ... um nur wenig zu nennen.

2.4 Testfragen

Um herauszufinden, ob eine Eigenschaft oder eine Einstellung vorliegt, hat es sich bewährt, in zwei Richtungen zu fragen:

- zum einen die Frage nach Unterschieden, ob also etwas *immer* auftritt und *überall*, und ob es *Intensitätsgrade* gibt (mal mehr, mal weniger stark),
- zum anderen, ob sich dahinter irgendwo eine Bewertung versteckt und wie diese aussieht.

Beispiel Zahnarzt-Phobie:

- Bin ich generell schmerzempfindlich oder nur beim Zahnarzt? Und bin ich dort stets in gleicher Intensität schmerzempfindlich oder nur wenn gebohrt wird?
- Und was *bewerte* ich als Schmerz? Schon das *Geräusch* des Bohrers oder die *Aktivität* des Bohrers oder das schmerzhafte Reagieren des *Zahnnerve*s? Usw.

Fragen dieser Art lassen sich überall stellen:

Was bewerte ich als *Lärm* und worauf wende ich diese Bewertung an – etwa wenn das eigene Baby nachts aufwacht und schreit oder nur wenn der Nachbar nach 22 Uhr Klavier spielt?

Was bewerte ich als *Schwerhörigkeit* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich als *Nachtblindheit* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich als *Lampenfieber* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich als *Introvertiertsein* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich als *Unkonzentriertheit* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich als *Ängstlichkeit* und worauf wende ich diese Bewertung an?

Was bewerte ich bei Kindern als „*Nicht still sitzen können*“ und worauf wende ich diese Bewertung an? usw.

Wenn man so fragt, merkt man schnell, dass in der Tat fast *überall* Bewertungen eine Rolle spielen und man merkt, dass sich diese Bewertungen allzu oft nur auf ganz spezielle Sachverhalte beziehen, etwa schmerzempfindlich nur beim Bohren, oder lärmempfindlich nur beim Rasenmäher zur Mittagszeit, oder schwerhörig nur, wenn ich mich ungerne stören lasse, oder unkonzentriert nur, wenn mich etwas langweilt usw. Wenn das der Fall ist, dann handelt es sich aber nicht um Eigenschaften, sondern um Einstellungen und die lassen sich grundsätzlich ändern – wenn man will. Manchmal ist eine Änderung unbedingt erforderlich. Manchmal ist eine Änderung zwar nicht erforderlich, aber höchst sinnvoll. Manchmal ist eine Änderung unangebracht, manchmal kann eine Änderung sogar schädlich sein und manchmal ist sie einfach

nicht wichtig. Aber sobald man weiß, wie bewertet wird, hat man einen Ansatzpunkt für eine Einstellungs*änderung*, weil eine Neubewertung stets dafür sorgt, dass wir eine andere Einstellung gewinnen, dass wir uns anders sehen, anders erleben, anders spüren, anders reagieren. (Auf einer solchen Neubewertung fußt übrigens auch die Wirksamkeit von Frankls „Paradoxe Intention“, aber das ist ein eigenes Thema.)

3. Falldarstellung zum Thema Schüchternheit

In meine Freiburger Praxis kam ein Student mit der Bemerkung: „Ich brauche Hilfe, ich bin extrem schüchtern, das macht mich schier verrückt“. Das Thema Schüchternheit begegnet einem oft, wenn man in einer Stadt mit 22 000 Studierenden als Psychotherapeut arbeitet, desgleichen die Themen Liebeskummer und Prüfungsangst. Und man hüte sich zu meinen, das seien keine echten psychischen Probleme. Sie werden als bedrückend erlebt bis hin zu großer existentieller Not. Die Zahl der Suizidfälle bei Studierenden ist erschreckend hoch ...

Doch bleiben wir bei unserem „extrem schüchternen“ Studenten. Auch bei ihm galt es, zuerst zu prüfen, ob eine Einstellung oder eine Eigenschaft vorliegt und zwar, wie oben beschrieben, mit den zwei Fragen:

- a) Schüchtern immer und überall und stets in der gleichen Intensität?
- b) Mit welchen Bewertungen verbunden?

Bei der ersten Frage zeigte sich, dass er keineswegs immer schüchtern war, sondern nur in einer ganz bestimmten Situation, nämlich wenn es darum ging, auf der Suche nach einer Freundin Mitsudentinnen anzusprechen. Und selbst dabei gab es ein unterschiedlich starkes Erleben von Schüchternheit: Er erlebte sich umso schüchterner, je hübscher und begehrenswerter eine Studentin war. In vielen anderen Situationen, etwa wenn er mit seinen Kumpeln Fußball spielte, war er in keiner Wei-

se schüchtern – übrigens auch nicht im Gespräch mit dem Therapeuten. Das waren klare Indizien für eine Einstellung, nicht für eine Eigenschaft, und damit für etwas, das sich ändern lässt. Das zu hören, war für ihn bereits eine außerordentlich starke Entlastung.

Für eine Einstellungsänderung aber bedarf es einer Neubewertung. Also haben wir, zweitens, gefragt, welche Bewertungen er jeweils macht. Das war in diesem Fall nicht schwierig herauszufinden, seine Antwort kam prompt: Wenn er eine Mitstudentin anspricht und sie verhält sich abweisend, dann deshalb, „weil ich in ihren Augen nicht gut genug bin“, so seine Worte – und seine Bewertung des abweisenden Verhaltens. Und in der Tat: Jedes Mal, wenn sich eine Mitstudentin abweisend verhielt, *erlebte* er sich als „nicht gut genug“, und zwar so sehr, dass er hinterher immer einige Tage lang richtig deprimiert war, wie er erzählte.

Doch Erleben ist nie unabhängig von Bedingungen, wie wir oben gesehen haben, es ist immer auch an Bewertungen und damit an eine Einstellung gekoppelt. Erst die Einstellung macht, dass wir etwas statt als reines Phänomen als bedrückendes Problem erleben. Also galt es, den Studenten zu einer neuen Bewertung anzuregen. Dazu musste er realisieren, dass es für das abweisende Desinteresse von Studentinnen 100 und mehr Bewertungs-Möglichkeiten gibt. Und „Der gefällt mir nicht“ bzw. „Der ist mir nicht gut genug“ ist nur eine davon. Die übrigen 99 haben in der Regel nichts mit dem Studenten zu tun, sondern mit der Angesprochenen selbst, z.B. „hab’ heute Kopfschmerzen“ oder „hab’ meine Tage“ oder „ich steh’ auf Frauen“ oder „ich bin gerade ganz durcheinander, weil meine Mutter einen Verkehrsunfall hatte“ oder „ich bin zur Straßenbahn gerannt, bestimmt rieche ich nach Schweiß“ oder „bin nicht in der Stimmung, weil ich gerade Zoff mit meiner Freundin hatte“ oder „mir ist das Essen in der Mensa nicht bekommen, ich habe vermutlich schlechten Mundgeruch“ usw. ... bis hin zu für Männer nur schwer nachvollziehbaren Gedanken wie „der sieht zu gut aus, bestimmt bin ich für den nur eine unter vielen“.

Wenn der Student also glaubt, ein Nein habe einzig und allein etwas mit ihm selbst zu tun, wenn er ein Nein stets bewertet als „Für die bin ich nicht gut genug“, liegt er demnach in 99 von 100 Fällen falsch mit seiner Bewertung. Für uns Außenstehende ist das nicht überraschend. Ein Mensch in seinem Leidenstunnel aber ist selbst für Offensichtliches blind – eine psychotherapeutische Alltagsbeobachtung. Das galt auch für den Studenten, „so hab’ ich es noch nie gesehen“, meinte er. Doch nachdem wir gemeinsam ca. 20 bis 30 solcher alternativer „Nein“-Bewertungen aufgelistet hatten, war seine einseitige, rein selbstbezogene Bewertung vom Tisch.

Allein, mit dieser Neubewertung waren wir noch nicht am Ziel. Denn dem Studenten ging es ja nicht nur darum, sich nicht mehr als schüchtern zu *erleben*, er wollte mit dem Nicht-mehr-schüchtern-sein ja auch etwas *erreichen*. Konkret: Er wünschte sich eine Freundin an seiner Seite. Daher musste die Einstellungsänderung ergänzt werden.

An dieser Stelle gilt es, ein Missverständnis auszuräumen. In meiner Arbeit habe ich oft erlebt, dass Klienten meinen, um ein ganz bestimmtes Ziel zu erreichen, müsse man nur seine Einstellung ändern. Das aber ist ein Irrtum, den ich meinen Klienten gern mit dem Sonnenuntergangs-Beispiel erläutere:

Angenommen, ich will unbedingt den Sonnenuntergang am Meer erleben, fahre an die Küste, suche mir ein idyllisches Plätzchen am Strand und schaue engagiert, motiviert und im sicheren Gefühl eines baldigen wundervollen Erlebnisses auf den Horizont, dorthin, wo Himmel und Meer sich im Osten begegnen. Leider werde ich trotz Engagement, Motivation und Erfolgsüberzeugung den Sonnenuntergang nicht sehen, weil die Sonne nicht im Osten, sondern im Westen untergeht.

Soweit das Beispiel. Es zeigt: Damit ich ein Ziel erreiche, sind eine entsprechende innere Einstellung, Engagement, Motivation, Erfolgsüberzeugung zwar wichtig, aber nicht ausreichend. Was zusätzlich dazukommen muss, ist eine adäquate Vorgehensmethode, ein planvolles Vorgehen.

Daher musste die Einstellungsänderung des Studenten ergänzt werden durch eine auf sein spezielles Ziel angepasste Vorgehensmethode. Hierfür erhielt er zwei Aufträge, für die wir uns gemeinsam kurze, griffige Formulierungen überlegt haben. Der erste Auftrag lautete:

- a) *Ansprechen, ansprechen, ansprechen.* Gegen diesen Auftrag wendete der Student ein: „Aber wenn ich eine Mitstudentin, die mir gefällt, ansprechen möchte, weiß ich nie, was ich dann sagen soll, mir fällt dann einfach kein interessantes Thema ein.“ Woraufhin ich ihm berichtete, dass mir einmal während eines anderen Therapiegesprächs eine Studentin sagte: „Nur wer mich anspricht, egal wie und womit, und sei es über das schlechte Wetter, interessiert sich für mich. Spricht mich jemand nicht an, weiß ich, dass dieser Jemand nicht an mir interessiert ist. Und wenn ich selbst mich für jemanden interessiere, dann achte ich selten auf das, was jemand *sagt*, sondern ich achte auf seine *Person*.“ Diese Aussage setzte bei meinem Studenten die Hemmschwelle für das Ansprechen enorm herab: Über das Wetter sprechen kann schließlich jeder ...

Der zweite Auftrag für ihn lautete:

- b) *Möglichst viele „Körbe“ sammeln* (eine gute Idee von Ortwin Meiss, einem von mir geschätzten Psychotherapie-Kollegen, entsprechend dem Sprichwort „jemandem einen Korb geben“), und zwar gemäß der Regel: Bei weniger als 30 gesammelten „Körben“ (= Abweisungen durch Mitstudentinnen) ist man ein Kommunikations-Lehrling, ab dem 30. Korb ein Kommunikations-Geselle, ab dem 50. Korb ein Kommunikations-Meister. Der Student entschied sich für das „sportliche“ Ziel: die Meisterschaft. Also haben wir vereinbart, dass er innerhalb von drei Monaten 50 Körbe sammelt, am besten mit dem Slogan: Ein Tag ohne Korb ist ein verlorener Tag. Dieser Slogan hat uns beide köstlich amüsiert (was nicht unwichtig ist, denn bekanntlich ist Humor ein Antipode von Ängstlichkeit). Um den Slogan nicht zu vergessen, sollte

der Klient sich einen Spielzeug-Korb oder ein kleines Bild von einem Einkaufskorb gut sichtbar platzieren, sei es auf dem Laptop, auf dem Geldbeutel, auf dem Smartphone etc. Für fremde Augen war dessen Bedeutung ja nicht zu erschließen. Und er sollte auf seinem Schreibtisch gut sichtbar eine Strichliste führen: pro Korb ein Strich. (Logotherapeutisch Geschulte erkennen im „Körbe sammeln“ eine Variante von Frankls Paradoxe Intention. Die Variante zeigt, dass diese Methode Frankls, anders als in Lehrbüchern zuweilen beschrieben, keineswegs nur auf Zwangshandlungen begrenzt ist.)

Halten wir die bisherigen Schritte in der Sitzung mit dem Studenten fest:

- weg von der Eigenschaft („ich bin schüchtern“)
- hin zur Einstellung („ich erlebe mich in bestimmten Situationen als schüchtern, weil ich überzeugt bin, dass ich nicht gut genug bin“),
- Änderung der Einstellung durch Neubewertung („abweisendes Verhalten hat in 99 von 100 Fällen überhaupt nichts mit mir zu tun“)
- und adäquate Vorgehensmethode für das angestrebte Ziel (mit paradoxer Intention).

Nach diesen Schritten verabschiedete ich den Studenten mit dem Hinweis, er könne gerne nochmals einen Sprechstundentermin vereinbaren, sollte sich in seinem Leben wider Erwarten nichts verändern.

Es wird vermutlich kaum überraschen, wenn ich erwähne, dass er nicht mehr in die Sprechstunde kam und dass ich ihm einige Wochen später auf dem Bürgersteig begegnete: in weiblicher Begleitung und händchenhaltend. Da nicht jeder Klient die Mitmenschen erfahren lassen möchte, dass er einmal psychotherapeutische Hilfe gesucht hat, haben wir uns, wie in meinen Sitzungen mit Klienten stets vereinbart, nur mit

leichtem Kopfnicken unauffällig begrüßt, aber sein Grinsen sprach Bände.

Für mich eines von zahlreichen Beispielen dafür, dass es sich bei vielem, das wir für eine unveränderbare Eigenschaft halten, lohnen kann zu prüfen, ob es sich nicht in Wirklichkeit um eine veränderbare Einstellung handelt und dass der Königsweg für die Prüfung der Blick auf *Unterschiede* ist (immer? überall? in stets gleicher Intensität?) und der Königsweg für das Verändern der Blick auf *Bewertungen*. Viktor Frankl würde an dieser Stelle vielleicht sagen, man könne daran sehen, dass man sich sogar von seinen Eigenschaften nicht alles gefallen lassen muss.

Literatur

FRANKL, VIKTOR (2002): Logotherapie und Existenzanalyse. Weinheim.

FRANKL, VIKTOR (1987): Ärztliche Seelsorge. Frankfurt.

LUKAS, ELISABETH (2002): Lehrbuch der Logotherapie. München Wien.

Worauf sehe ich?

Das „Person-Sein“ nach Frankl
verändert die Perspektive des Menschen.
Grundlagen und Bedeutung der
Wertorientierten Persönlichkeitsbildung.

Zusammenfassung:

Dieser Beitrag richtet den Blick auf einen Ausschnitt der Lehre Viktor E. Frankls, auf einen zentralen Gedanken der Logotherapie: Was meint Frankl mit dem Begriff „Person“? Warum verändert – nach Meinung der Autorin – das „Person-Sein“ die Perspektive des Menschen? Hintergrund und Basis dieser Überlegungen ist die langjährige logotherapeutische Beratung und Begleitung von Menschen mit dem Schwerpunkt der Wertorientierten Persönlichkeitsbildung. Sowohl in Einzelgesprächen als auch in Seminaren zeigt sich besonders durch Wertimaginationen sehr eindrücklich: Eine veränderte Sicht führt auch zu neuen Einsichten.

Abstract:

This article focuses on a part of Viktor E. Frankl's theory, on a central thought in logotherapy: What does Frankl mean with the term "person"? Why changes – in the view of the author – „being-person“ the perspective of human beings?

Background and fundament of these thoughts are long-standing consulting and support of clients with the focus on value-based personal development. As well as in individual conversations as in seminars especially the method of „Wertimagination“ shows impressively: a changed perspective (sight) also leads to new in-sights.

Schlüsselwörter: Person – Wertorientierte Persönlichkeitsbildung – Wertimagination

Affiliation: Nürnberger Institut für Existenzanalyse und Logotherapie
Goldbachstr. 17, DE-90480 Nürnberg
homepage: www.logotherapie-nuernberg.de

Eine kurze Vorrede

Sie werden als LeserIn dieses Artikels bemerken, dass im Folgenden abwechselnd von „Mensch“, „wir“ und „ich und mir“ die Rede ist. Von „Mensch“ ist dann die Rede, wenn es um Aussagen allgemeiner Art geht; wenn es um eine Beschreibung dessen geht, was – ganz allgemein – den Menschen kennzeichnet, angeht, betrifft und zu jedem Menschen gehört (anthropologische Aussagen). Von „wir“ ist die Rede, weil wir alle (in diesem Falle LogotherapeutInnen, Ratsuchende, SeminarteilnehmerInnen, Familienmitglieder, KollegInnen, Mitmenschen) Menschen sind und es daher Themen gibt, die grundsätzlich alle angehen, jeden betreffen. Zuspruch und Anspruch sind darin enthalten. Was uns als Menschen alle ausmacht und angeht, verlangt dennoch nach individuellen, ganz persönlichen Antworten. Und es braucht die Verwirklichung, die Übersetzung in gelebtes Leben in der jeweils eigenen, konkreten Situation. Deshalb ist auch von „ich“ und „mir“ die Rede, um die Aufmerksamkeit und den Blick schon im Lesen immer auch auf die jeweils eigene Person zu lenken. Bei der Auseinandersetzung mit existentiellen Themen zeigt sich, dass Erkenntnis den Bezug zur eigenen Person braucht. Wenn LogotherapeutInnen über eigentlich Menschliches lesen, sprechen, nachdenken, sind sie immer auch selbst mit hineingenommen. Der Bezug zur eigenen Person, zum eigenen Lebensvollzug erscheint uns am Nürnberger Institut für Existenzanalyse und Logotherapie zentral und ist daher in unseren Ausbildungskursen von Beginn an durchgängig von großer Bedeutung. Sehen Sie also den sprachlichen Wechsel, wenn da von „Mensch“, „wir“ und „ich“ die Rede ist, als eine Einladung.

In der Spannung von Abhängigkeit und Freiheit

Jede Not, jede Krise, jedes belastende Gefühl trägt in sich den Anstoß und den Auftrag, dass ein Mensch durch persönliches Wachstum, bzw. Weiterentwicklung über das Bisherige hinauskommt. Dabei geht es da-

rum, dass etwas Neues hinzukommt und er so mit den Gegebenheiten seines Lebens in sinnvoller Weise umgehen kann. **Frankl zeichnet mit seiner Logotherapie ein Bild vom Menschen, dessen zentrales Wesensmerkmal die Freiheit ist.** Freiheit beinhaltet die menschliche Möglichkeit zur freien Stellungnahme gegenüber anderen und anderem, aber auch sich selbst gegenüber. Frankl spricht davon, dass der Mensch als geistige Person sich selbst gegenübertritt und sich gegenüber äußeren Umständen und inneren Zuständen frei verhalten kann (vgl. Frankl 1987, S. 93). Von „Person“ spricht Frankl, wenn ein Mensch sich dieser Möglichkeit des Geistigen bemächtigt, indem er das, was möglich aber nicht zwingend erforderlich ist, für sich in Anspruch nimmt. Dass ein Mensch frei und in Übereinstimmung mit sich selbst handelt, ist nicht selbstverständlich. Wer sich darum bemüht, weiß um die damit verbundenen Herausforderungen. Diese liegen sowohl im Außen als auch im eigenen Inneren. Im Außen sind es die Erwartungen und Forderungen anderer Menschen, Verpflichtungen, Bedingungen, die nicht unseren Vorstellungen entsprechen. In uns selbst gibt es bestimmende Gefühle, typische Verhaltensmuster, Erlerntes, nicht förderliche Glaubenssätze, alte Verletzungen. Wenn wir auf unser Leben sehen, treten nicht selten diese Gegebenheiten in den Vordergrund unseres Blickfeldes. All das, was unser Leben ausmacht, alle Beziehungen, Aufgaben, Termine, Herausforderungen, Konflikte, Abhängigkeiten und unsere eigenen Grenzen scheinen uns daher realer als die Freiheit. **Wirklich und erfahrbar wird unsere Freiheit immer erst, wenn sie konkret wird,** wenn wir uns bewusst frei verhalten, uns die Freiheit zu etwas nehmen, uns aus Abhängigkeiten herauslösen oder eine Entscheidung treffen und entsprechend handeln. Oft nehmen wir unsere innere Unfreiheit bestimmten Gegebenheiten gegenüber gerade dann noch einmal in aller Deutlichkeit wahr. Freies, selbstverantwortliches Verhalten ist nicht immer sofort mit positiven, angenehmen Gefühlen verbunden. Zuständliche Gefühle wie Angst, Unlust, Wut oder Ohnmacht drängen sich in den Vordergrund unseres Empfindens und stellen sich uns in den Weg, wenn wir die Möglichkeit der Freiheit in Anspruch nehmen wollen. Aus diesem Grunde ist die Wertorientierung von entscheidender Bedeutung. Damit es zu einer Konkretisierung dessen, was ich als

sinnvoll erkannt habe, in diesem Moment auch wirklich kommt, gilt es, sich innerlich auf den Wert auszurichten, den ich dazu jetzt verwirklichen sollte. Wenn ein Mensch neben den ihn aktuell bestimmenden zuständigen Gefühlen in sich auch die Wertgefühlskräfte wahrnimmt, die mit einem Wert (z. B. Vertrauen, Tatkraft, Mut, Gelassenheit) verbunden sind, wird er dadurch ermutigt, sich frei zu verhalten.

Gegeben und aufgegeben

Wertorientierte Persönlichkeitsbildung geht von zwei Grundannahmen aus: dem Gedanken der Entwicklung und dem Gedanken der Wertorientierung. Der Entwicklungsgedanke besagt, dass jeder Mensch sich in einer Anfangsform gegeben ist. Daraus entwickelt sich der Mensch, der er einmal am Ende seines Lebens sein wird. Was dazwischen geschieht, darauf gibt es unterschiedliche Antworten. Frankl hat diesen Entwicklungsgedanken in einem Dreischritt formuliert:

Der Mensch hat einen Charakter – er ist Person – er wird Persönlichkeit (vgl. Frankl 1984, S. 204)

„Charakter“ meint dabei bestimmte Anlagen, Möglichkeiten, Gegebenheiten und Einschränkungen. „Person“, das ist die Möglichkeit der freien Stellungnahme, die Freiheit auch vom So-Sein zum Anders-Werden. Durch den immer wiederkehrenden Vollzug der freien Stellungnahme formt der Mensch sein Leben, sein Verhalten und sich selbst. Er wird „Persönlichkeit“. Frankl: „Während ich das Schicksal gestalte, gestaltet die Person, die ich bin, den Charakter, den ich habe – gestaltet ‚sich‘ die Persönlichkeit, die ich werde.“ (Frankl 1984, S. 204) Das heißt: ich werde, wie ich handle. Alle Entscheidung ist Selbstentscheidung und damit Selbstgestaltung (vgl. ebd.).

Eine Lebensaufgabe des Menschen besteht darin, dass er sein Wesen zum Sein bringt. Dies geschieht indirekt, durch die Hingabe an das Leben, indem der Mensch auf seine Weise Sinnmöglichkeiten verwirklicht. Die Frage „Wie will ich leben, damit aus der mir gegebenen An-

fangsform mein Leben wird?“ stellt sich nicht jeder Mensch in gleicher Weise. Die Übereinstimmung mit sich selbst, die innere Zustimmung zu meinem Leben mit allem, was mein Leben ausmacht, ist aber eine Sehnsucht und ein Grundbedürfnis des Menschen. Intuitiv handelt ein Mensch – im günstigsten Fall – in Übereinstimmung mit sich selbst. Wer über einen langen Zeitraum gegen sich selbst lebt und sein Person-Sein unberücksichtigt lässt, führt ein außengeleitetes Leben. Unzufriedenheit, Erschöpfung, Sinnleere, psychosomatische Beschwerden, Beziehungskonflikte sind mögliche Folgen davon. Die Sinn- und Wertorientierung entscheidet darüber, ob ein Leben eine am eigenen Wesen orientierte Ausrichtung hat und sich im Voranschreiten immer wieder öffnet und damit lebendig bleibt, ob ein Mensch sich in seiner Persönlichkeit und damit auch in seiner Menschlichkeit weiterentwickelt. Möglich ist dies bis zum letzten Atemzug.

Selbstverständnis

Wenn wir von „Person“ sprechen, betrifft das auch das Selbstverständnis eines Menschen, sein Verständnis von dem, was er potenziell sein kann – nämlich frei. Persönlichkeitsbildung wird häufig erschwert oder verhindert, wenn ein Mensch sich zu sehr mit einem Aspekt seines Lebens identifiziert, z. B. mit einer Aufgabe, einer Idee, einem Teil seiner Biografie, einer seiner Eigenschaften oder gar einer Diagnose. Etwas, das der Mensch „hat“ wird ihm zu dem, was ihm Antwort gibt auf die Frage nach dem, was er „ist“. Er begrenzt sich dadurch aber selbst. Die Frage nach der eigenen Identität sucht nach einer jeweils aktualisierten Antwort, die aus der Verbindung mit dem eigenen Wesen kommt. Das ist eine existentiell herausfordernde, aber sinnvolle Aufgabe. Denn zur „Person“ gehört auch das Geheimnis der Einmaligkeit und Einzigartigkeit mit all dem Kostbaren, das in keinem andern ist (vgl. Buber 1999, S. 19).

Für die Bewältigung und Gestaltung unseres Lebens, für den konkreten Lebensvollzug ist entscheidend, worauf wir unseren Blick

richten. Denn eine andere Sicht führt auch zu anderen Ein-Sichten. Was wir sehen, ist abhängig von unserem Standort und unserer Blickrichtung, aber auch davon, wonach wir suchen. Suche ich neue Begründungen für meine Unfreiheit oder nach den Freiräumen zur Selbstgestaltung? Suche ich nach Bestätigung meiner bisherigen Ansichten oder bin ich offen für neue Einsichten? Person-Sein bedeutet: Auch dann, wenn mich Angst, Aggression, Kraftlosigkeit, Traurigkeit, Unruhe oder Ohnmacht ausfüllen, immer bleibt ein Rest an Freiheit – und sei es nur die Freiheit, zu dem, was gegenwärtig ist, eine sinnvolle Einstellung einzunehmen.

Es ist für das Selbstverständnis eines Menschen von großer Bedeutung, um die Möglichkeit der freien Stellungnahme, der eigenen Bewertung und des inneren Ringens zu wissen. Entscheidend ist es, diese innere Bewegung, die geistige Auseinandersetzung selbst zu vollziehen und mit den verschiedenen Gefühlskräften im Inneren umzugehen. Dazu gehört die **Aufrichtigkeit**, auch negative Gefühle als die eigenen anzuerkennen und der **Mut**, diese Gefühle in ihrer ganzen Kraft zu spüren. Zentral aber ist die **Bereitschaft**, es als meine Aufgabe anzunehmen, dass ich zu ganz persönlichen **Entscheidungen** herausgefordert bin. Was soll daraus werden? Wie will ich damit umgehen? Die Orientierung an Werten kann bei der Beantwortung vertiefender Fragen eine Hilfe sein. Was will ich jetzt leben? Worauf richte ich mein Denken und Fühlen aus? Gibt es etwas Wichtigeres als meine augenblickliche Befindlichkeit? Welchen Wert sollte ich jetzt, in dieser Situation verwirklichen: den Mut oder die Gelassenheit, das Vertrauen, die Durchsetzungskraft oder die Großzügigkeit?

In der Logotherapeutischen Beratung geht es immer auch darum, **Menschen an ihr Person-Sein zu erinnern**, das Bewusstsein dafür zu fördern, dass jeder Mensch auch in Krisen und in scheinbar aussichtslosen Situationen mehr ist als das, was ihn bedrängt.

Vollzugswirklichkeit

Person-Sein erfahren wir nur im Vollzug. Der Vollzug geschieht, indem ich – für einen Moment – Abstand nehme von belastenden Gefühlen, die mich ausfüllen und scheinbar gefangen nehmen; indem ich mich – innerlich- aus den Zusammenhängen und deren Eigendynamik herauslöse, die mir das Gefühl vermitteln, fremdbestimmt zu sein, nur noch reagieren und keinen Einfluss mehr auf das Geschehen oder die Situation nehmen zu können. In diesen Momenten ergreife ich die Möglichkeit des Person-Seins. Dadurch verändert sich mein Blick. Ich sehe über manches hinaus. Ich fühle mich wieder in die Lage versetzt, frei und selbstbestimmt handeln zu können. Ich nehme mich selbst – anders – wahr. Ich sehe neu: weiter, tiefer, klarer. Von diesem Standort aus kann ich nach den noch vorhandenen Freiräumen Ausschau halten. Ich kann mich fragen: Worauf kommt es jetzt an? Was ist jetzt das Sinnvollste? Welchen Wert gilt es zu verwirklichen – vielleicht gegen meine Gewohnheit, gegen mein Naturell?

Wertimagination

Die Wirklichkeit des Person-Seins erfahren Menschen auch in **Wertimaginationen**. Die von Uwe Böschmeyer auf Grundlage von Frankls Anthropologie und verschiedener imaginativer Verfahren entwickelte Wertimagination ist ein Weg, den Zugang zu den geistigen Kräften des Menschen und deren Wirksamkeit unmittelbar zu erfahren. Auch die geistige Dimension des Menschen kommt in den Bildern seiner inneren Welt zum Ausdruck. Neben den zuständlichen Gefühlen (Angst, Wut, Ohnmacht, Aggression, Unruhe, Kleinheitsgefühle, Schwere usw.), sind im Menschen auch die Wertgefühlskräfte beheimatet (Mut, Vertrauen, Gelassenheit, Liebe, Tatkraft, Fantasie, Weisheit, Hoffnung). Personale Haltungen (Freiheit, Verantwortung, Entscheidungsfähigkeit, Selbstüberwindung, Vergebung, Verzicht) gründen in der geistigen Dimen-

sion des Menschen. Frankl spricht in diesem Zusammenhang auch von der Geistigen Tiefenperson, von unbewusster Geistigkeit (vgl. Frankl 1987, S. 58). Wertimaginationen sind bewusste Wanderungen zu den Wertgefühlskräften, die im unbewussten Geist beheimatet sind. Wer Freiheit und Verantwortung, Mut zum Sein, Lebensbejahung, Großzügigkeit und Dankbarkeit in sich gefühlt wahrnimmt, bei dem stellt sich das Selbstvertrauen ein, sein Leben gestalten und auch mit widrigen, belastenden Umständen umgehen zu können. „Wertfühlen“ bedeutet, mit Werten, mit lebensförderlichen, menschlichen Haltungen in gefühlte Beziehung zu treten, um dadurch die Attraktivität und Kraft eines Wertes zu erfahren. „Wertfühlen“ meint aber auch, den Wert der eigenen Person, das Kostbare, tiefer wahrzunehmen als bisher. Wer eine personale Haltung in seinem Inneren vollzogen hat, wird dadurch befähigt und ermutigt, sich in seinen realen Lebensbezügen entsprechend zu verhalten.

Der Mensch ist mehr

Die Logotherapie und Existenzanalyse Frankls hatte schon von Beginn an das Hauptinteresse, das „Eigentliche“ des Menschen in den Blick zu nehmen und in den Vordergrund zu stellen. Warum? Weil es – aus verschiedenen Gründen – schnell in den Hintergrund oder aus dem Blickfeld gerät. Die **geistige Person** des Menschen wird häufig außer Betracht gelassen.

Frankls Überlegungen kreisen um das Geheimnis, das den Menschen ausmacht. „**Der Mensch** [sagt er,] **ist mehr, als die Naturwissenschaft an ihm zu sehen vermag.**“ (Frankl 1987, S. 87)

Der Philosoph Josef Wetz (2013, S. 244) weist darauf hin:

Zu den vorherrschenden [philosophischen] Strömungen gehört inzwischen der „Naturalismus“, dem zufolge unser Fühlen, Denken, Wollen und Handeln stark von Genen, Neuronen und Botenstoffen

abhängt. Der Mensch werde weitgehend von anonymen Naturprozessen gelenkt, heißt es. [...] [[D]ie Existenzphilosophie] bietet heute wie vor Jahrzehnten [...] eine Antwort. Denn wie weit und wie tief die unserem Willen entzogenen Naturprozesse, Diskurse und Systeme in das menschliche Leben auch hineinreichen mögen: In Fragen der Lebensführung, Standortbestimmung und Sinngebung bleibt der Einzelne völlig auf sich allein gestellt. Pointiert formuliert, kann der Einzelne in den konkreten Nöten seines Alltags weder seine Gene und Neuronen noch anonyme Diskurse und Systeme befragen, sondern ist allein auf sich verwiesen.

Allerdings bedarf dieses „Eigentliche“ des Menschen, laut Frankl einer **anderen Weise der Annäherung**. Es braucht eine innere Aufgeschlossenheit für die Einmaligkeit und Einzigartigkeit des anderen, den Wunsch, dieses DU in seinem Wesen zu erfassen und die innere Haltung, dieses DU in seinem Wert zu bejahen (vgl. Frankl 1987, S. 76). Diese innere Haltung tut jedem Menschen gut, wenn er sie in Begegnungen mit anderen Menschen erfährt. Und es ist eine innere Haltung, die jeder Mensch nur von sich selbst fordern kann. Das „trotzdem Ja“ kommt darin zum Ausdruck. Nur wer – trotz all dem, was wir vom Menschen wissen – von dieser Wirklichkeit der geistigen Person ausgeht, wird immer wieder neu danach suchen. Wer sich in seinem eigenen Lebensvollzug auf diese Wirklichkeit stellt und etwas davon zu verwirklichen sucht, kann auch im anderen Menschen etwas von der Person erschauen, kann es dadurch ansprechen und so zu seiner möglichen Entbindung beitragen. Das gilt besonders für den therapeutischen Bereich. Doch weil wir alle zuerst Menschen sind, hat dies Bedeutung für alle Lebensbereiche.

Bedeutung

Das Person-Sein im Blick zu haben, bedeutet, über manches anders zu denken, andere Fragen zu stellen und differenzierter wahrzunehmen.

Es bedeutet auch, mit anderen Menschen so zu kommunizieren, dass das personale Sein angesprochen wird, dass Themen zur Sprache kommen, die daran rühren. Dies führt zu einer Vertiefung und hat Auswirkungen auf die Qualität menschlicher Beziehungen. Es lohnt, sich zu fragen: Was geschieht, wenn wesentliche Aspekte des Menschen nicht berücksichtigt werden? Wenn das Unfassbare dadurch immer mehr für unbedeutend gehalten wird, weil es in vielen Lebensbereichen nicht mehr vorkommt, weil es nicht mehr thematisiert wird? Weil es in den Kategorien von Pragmatik, Effizienz, Vergleichbarkeit und Bewertung nicht zu fassen ist? Intuitiv „wissen“ Menschen um die spezifisch menschliche Dimension. Daher nehmen Menschen auch intuitiv wahr, wenn „etwas“ fehlt.

Worte für das zu finden, was in uns vorgeht, ist ein wesentlicher Aspekt der Persönlichkeitsbildung. Die Logotherapie bietet eine Sprache, um über zentrale menschliche Themen – neu – nachzudenken und ins Gespräch zu kommen.

Entsprechend der Mehrdimensionalität des Menschen, gibt es verschiedene Angebote, Methoden, Therapieverfahren und Hilfen, um Menschen auf dem Weg zu einer (heilsamen) Veränderung und zu einer Weiterentwicklung zu unterstützen. Aus der Sicht der Logotherapie ist es aber entscheidend, die Aufmerksamkeit jeweils nicht ausschließlich auf einen Teilbereich, ein Lebensthema, eine Dimension des Menschen (nur körperlich, nur kognitiv, nur seelisch, nur religiös, nur biographisch, etc.) zu richten und dabei zu verbleiben. Häufig ist der Wechsel, das Zusammenspiel verschiedener Ebenen und Themen der Schlüssel für eine Veränderung zum Positiven. Es gilt, in den verschiedenen Kontexten auch existentielle Fragen zur Sprache zu bringen.

Der Psychologe Hilarion Petzold (2014, S. 347) gibt zu bedenken:

Ich kenne viele engagierte Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen und weiß von den Lasten, die sie tragen. Ich finde es aber zunehmend beunruhigend, dass mit der Differenzierung des klinischen Diskurses, seiner sinnvollen und notwendigen Fundamentierung durch Wissenschaft und Forschung, die ich befürworte, die

Frage nach dem Anderen aus dem Blick gerät und die Fragen nach den Grundqualitäten des Menschlichen – Würde, Leiden, Trost, Reue, die Liebe zum Nächsten, Demut, Treue, Opfer, Sinn – aus dem therapeutischen Diskurs zu fallen drohen....

Die ganzheitliche Sicht auf den Menschen, wie sie auch dem Menschenbild der Logotherapie entspricht, ist von großer Bedeutung. Was scheinbar selbstverständlich ist, weil es den Menschen kennzeichnet, muss dennoch erfahren, gewusst, gelehrt und gelernt werden. „Gelernt“ heißt, im Vollzug des Individuums, in persönlicher Erfahrung eingeübt und wiederholt werden. Nur so kann aus Handlung eine Haltung werden. Dabei spielt auch die Orientierung am gelebten Beispiel eine zentrale Rolle. Letztlich geht es um **die personale Haltung** dem Leben gegenüber. Ganz egal, welche Aufgabe wir erfüllen, in welcher Situation wir uns befinden: was wir sind, hat eine Wirkung.

Einblick in die Praxis

In unseren **Seminaren zu existentiellen Lebensthemen** versuchen wir, logotherapeutische Aussagen möglichst verständlich, praktisch und individuell lebensnah werden zu lassen. Bausteine sind in jedem Fall Ausschnitte theoretischer logotherapeutischer Grundgedanken, das Gespräch in der Gruppe über das jeweilige existentielle Thema, verschiedene Anregungen zur Selbstbesinnung und neue, vertiefte Erfahrungen durch Wertimaginationen. Logotherapie will Menschen wieder mit den Kräften in Verbindung bringen, die sie intuitiv erfassen lassen, wie Leben gelingt – trotz allem. Es sind die geistigen Kräfte im Menschen, das, was auch als „Herzensweisheit“ bezeichnet wird, die innere Stimme des Gewissens (das nach Frankl mehr ist als das Über-Ich). Einsichten, die menschliches Sein und existentielle Fragestellungen betreffen, brauchen neben kognitiven, intellektuellen Erkenntnissen vor allem auch die „gefühlte Erkenntnis“, ein seelisches Ereignis, wenn daraus Lebenswirklichkeit werden soll. Erkenntnis muss seelisches Ereignis werden – so wie seelische Ereignisse kognitive und geistige Aus-

einandersetzung brauchen, um sie zu erfassen, zu bewältigen oder zu verwirklichen.

Häufig lässt sich bei Menschen heute beobachten, dass sie sich selbst mit Misstrauen begegnen, einem Misstrauen im Blick auf die eigene, intuitive, menschliche Wahrnehmung. Der Erziehungswissenschaftler Günther Bittner weist darauf hin: „**es braucht ein Neu-sich-Einlassen auf die Innenansichten des Lebens**“ (Bittner 1997, S. 287). Eine Möglichkeit des Neu-sich-Einlassens auf die Innenansichten des Lebens ist die Wertimagination. Was Menschen dabei erfahren, hat ganz wesentlich mit ihrem Person-Sein zu tun. Wenn ich „in dem stehe was ich eigentlich bin“, sehe ich anders auf mich und um mich. Das „Person-Sein“ verändert die Perspektive: Menschen sehen deutlich was sie bisher nur ahnten, können sich mit den sie bestimmenden Gefühlskräften auseinandersetzen und staunen über den Reichtum und die Weite ihrer eigenen inneren Welt und die Weisheit, die darin zu finden ist. Diese Erfahrungen stärken das Vertrauen in die geistigen Kräfte und werden als Ermutigung erfahren, sich den Herausforderungen in Freiheit und Eigenverantwortung zu stellen und immer neu nach dem Sinn der Situation zu suchen. Auch der Blick auf die Mitmenschen verändert sich. Im Anschluss an Wertimaginationen sagen Menschen: Das überrascht mich jetzt, das hatte ich nicht vermutet, das hätte ich nicht gedacht, so habe ich das noch nicht gesehen. Welche überraschenden Erfahrungen machen Menschen, die sich in Wertimaginationen ihrer inneren Welt zuwenden?

1. *Es gibt die ganz andere Seite in mir: Ich bin stärker, als ich dachte (gar nicht so ausgeliefert, hilflos, wie ich mich wahrnehme). Und ich bin schwächer, bedürftiger, verletzlicher als ich dachte.*
2. *Im tiefsten Inneren sehe ich, was entscheidend, was wesentlich ist (was ich irgendwie ahnte). Ich weiß, wie ich mich verhalten sollte, wie ich mich – eigentlich – verhalten will. Damit ist die Grundlage für eine Entscheidung gegeben, die Grundlage einer Möglichkeit sich zu verhalten.*

3. *Ich bin überrascht von dem Widerstand, der da (auch) in mir ist (die Angst, das Zögern, das Nicht-Wollen, die Unversöhnlichkeit, das Selbstmitleid). Ich will sinnvolle Verhaltensweisen, die sich mir zeigen, gar nicht sehen, weil sie etwas von mir fordern. Damit ist die Grundlage gegeben, mich damit auseinanderzusetzen, mich (neu) zu entscheiden.*

Es gibt also vier Überraschungsmomente. Überraschungen können positiv oder negativ sein:

Zwei positive Überraschungen: **Meine Seele nimmt Wichtiges richtig wahr.** Ich kann mich also auf mich verlassen, ich kann mir selbst vertrauen. Vertraue ich mir?! **In mir liegen Kräfte und Möglichkeiten, die ich – mehr als bisher – leben könnte.** Welches Bild habe ich von mir?! Da ist nicht die Aussichtslosigkeit, die ich fühlte. Will ich mich öffnen?!

Zwei negative Überraschungen: **Ich bin auch ganz anders,** als ich sein möchte, als ich mich wahrnehme, als ich mich darstelle. Darf diese ganz andere Seite leben? Was geschieht damit?! **In mir ist auch das NEIN,** das Nicht-Wollen, der Widerstand gegen Korrektur, Veränderung und Weiterentwicklung. Diese – zunächst unangenehme – Erkenntnis fördert, wenn wir sie denn zulassen und möglichst tief wirken lassen, die Barmherzigkeit, den menschlichen Blick auf uns selbst und auf unsere Mitmenschen.

Die Wertimagination ist eine Hilfe, möglichst konkret zu werden. Auch wenn in der Imagination Möglichkeiten aufgezeigt werden, so gilt es doch (frei nach einem Wort Dietrich Bonhoeffers), nicht im Möglichen zu schweben, sondern das Nötige tapfer zu ergreifen (vgl. Bonhoeffer 1998, S. 571). Herauszuarbeiten, was das „Nötige“ für diesen Menschen in seiner konkreten Situation ist, dazu ist das Gedankengut der Logotherapie und Existenzanalyse eine entscheidende, wertvolle Hilfe.

Leben ist nicht kausal. Denn wenn es um menschliches Verhalten, um Existentielles geht, gilt nicht: wenn – dann, weil – deshalb, Ursache – Wirkung. Der Mensch entscheidet immer wieder – jeden Augenblick

neu – was er leben will, wer er sein will, wie er sich verhalten will. Im täglichen Ringen mit sich selbst und seinen Gegebenheiten, in der täglichen Übung, formt sich der Mensch, entwickelt er sich und wächst im Auf und Ab von Gelingen und Misslingen – oder er tut es eben nicht. Auch das ist eine Möglichkeit.

Wer sich von seiner eigenen Seele überraschen lässt, wer sich von der gefühlten, neuen Erfahrung in seinem Inneren ermutigen lässt, sich in seinem konkreten Leben – an vielleicht zunächst nur einer Stelle – anders als bisher zu verhalten, der wird weitere Überraschungen erleben, mit sich selbst und mit anderen Menschen. In das, was fest war, kommt wieder Bewegung. Neue Möglichkeiten tun sich auf. Und was zunächst anstrengend und mühsam erscheint, hat eine belebende und vertiefende Wirkung. Innere Wachheit erfrischt. Sinnerfüllung hat eine Wirkung auf die psychische Gesundheit und Belastbarkeit des Menschen und damit auf das Lebensgefühl.

Schlussgedanke

„Sollte man sich so intensiv mit sich selbst beschäftigen?“ fragt manch einer. Wenn es stimmt, dass wir – von der Möglichkeit her – **schöpferisch mitbeteiligt sind an unserem Werden**, dann ist es wichtig, sich existentielle(n) Fragen zu stellen, nach eigenen Antworten zu suchen und immer wieder neu zu entscheiden. Denn wer frei leben will, begegnet auch immer seiner eigenen, inneren Unfreiheit. Wer lieben will, wird immer wieder auch mit Gefühlen wie Ablehnung, Unverständnis, Ärger oder sogar Hass – in sich selbst – konfrontiert. Wer sich ganz an eine Aufgabe oder an andere Menschen hingibt, auch der ist herausgefordert, die Verantwortung für sich selbst darüber nicht aus dem Blick zu verlieren. Das Interesse für die eigene Person, die Frage nach meinem In-der-Welt-Sein und meinem So-Sein ist nicht Egoismus (wie mancher vorschnell behauptet und sich damit dieser Aufgabe und Verantwortung zu entziehen versucht).

Ganz im Gegenteil: **Mit meinen Gegebenheiten, mit meinen Gefühlen, mit meiner Angst zu ringen, ist ein Teil meiner Verantwortung für das Ganze.** Es ist mein Beitrag zum möglichen Gelingen von Beziehungen. Wer sich selbst möglichst gut kennt und wer es lernt, trotz aller Gegensätze in sich, in Übereinstimmung mit sich selbst zu leben, der kann auch förderlich auf Beziehungen einwirken. Er wird seinen Blick auf die Möglichkeiten richten, wird sich an mancher Stelle den anderen zumuten und an anderer Stelle großzügig sein und nicht zu viel erwarten.

Menschliches Sein ist mehr als Tätig-Sein.

Literaturverzeichnis

BITTNER, GÜNTHER / FRÖHLICH, VOLKER (HRSG.) (1997): Lebens-Geschichten, Über das Autobiographische im pädagogischen Denken, 1. Aufl., Kusterdingen.

BÖSCHEMEYER, UWE (2005): Unsere Tiefe ist hell, Wertimagination – ein Schlüssel zur inneren Welt, 1. Aufl., München.

BONHOEFFER, DIETRICH (1998): DBW Band 8 – Widerstand und Ergebung, Sonderausgabe, 2015, Gütersloh.

BUBER, MARTIN (1999): Der Weg des Menschen nach der chassidischen Lehre, 13. Aufl., Gütersloh.

FRANKL, VIKTOR E. (1984): Der leidende Mensch, 2. erw. Aufl., Bern.

FRANKL, VIKTOR E. (1987): Logotherapie und Existenzanalyse, 1. Aufl., München.

PETZOLD, HILARION G. et al (2014): Mythen, Macht und Psychotherapie, 1. Aufl., Bielefeld.

WETZ, JOSEF (2013): Nachwort des Herausgebers, in: WETZ, JOSEF (HRSG.) (2013): Odo-Marquard, Der Einzelne, Vorlesungen zur Existenzphilosophie, 1. Aufl., Stuttgart.

Alter und Grenzsituation

Zusammenfassung:

Der Begriff „Grenzsituation“ wurde von Karl Jaspers in der „Psychologie der Weltanschauungen“ im Jahre 1919 eingeführt und meint die unvermeidliche menschliche Grundsituation, die von Endlichkeit, Leid, Schuld, Kampf und Zufall gekennzeichnet ist und meist so lange wie möglich verleugnet wird. Im Alter kann sich diese Situation aber aktualisieren und ein Ausweichen wird schwieriger oder unmöglich.

Der vorliegende Aufsatz führt zunächst in das philosophische Konzept der Grenzsituationen ein, erläutert dann seine besondere Bedeutung für den Lebensabschnitt des Alters und zeigt schließlich mögliche therapeutische, existenzanalytische und seelsorgerische Weisen des Umgangs mit der „*conditio humana*“ auf.

Abstract:

The term „Grenzsituation“ is introduced by Karl Jaspers in „Psychologie der Weltanschauungen“ in 1919 and describes the unavoidable human condition, being characterized by finality, suffering, debt, struggle and coincidence and which is, most of the time, being neglected as long as possible. In older age though it is possible that this condition is getting a more present topic and neglecting it gets harder or even impossible.

The article at hand first introduces the philosophical concept of “Grenzsituationen”, elucidates then its particular meaning for seniority and finally points out possible therapeutical, existence-analytical and pastoral manners of dealing with this “*conditio humana*”.

Schlüsselwörter: Grenzsituationen, Tragische Trias, Tod, Leid, Schuld

Affiliation: Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie
Psychiatrieverbund Oldenburger Land gGmbH
Karl-Jaspers-Klinik, Hermann-Ehlers-Str. 7, 26160 Bad Zwischenahn

Corresponding author: joerg.zimmermann@kjk.de

1. Einführung

Gelungene Existenz bewährt und verwirklicht sich in Grenzsituationen. Der Begriff wurde von Karl Jaspers geprägt und bringt ein zum Wesen der menschlichen Kondition gehöriges Grundmotiv der Existenzphilosophie zum Ausdruck. Der Mensch sehnt sich nach Heimat, Geborgenheit, Sicherheit und Kontinuität, stößt bei dem Versuch der Erfüllung dieser Sehnsucht aber immer wieder an prinzipielle Grenzen, die ihn mit seiner existenziellen Heimatlosigkeit, Ungeborgenheit, Ungewissheit und Kontingenz konfrontieren.

Die „*conditio humana*“ verweist ihn auf seine Endlichkeit, Schuldhaftigkeit, Verletzlichkeit und Schicksalsabhängigkeit, die prinzipiell unentrinnbaren Grundbedingungen der Existenz. Der Mensch sucht nach Sinn und wähnt sich in der „gedeuteten Welt“ zu Hause, geborgen in scheinbar sicheren Sinnzusammenhängen.

Die von Jaspers beschriebenen Grenzsituationen kennzeichnen die menschliche Grundsituation als solche, es gibt allerdings konkrete Anlässe, in denen sie sich aktualisieren. Besonders im Alter wird die Konfrontation mit Leid, Krankheit, Sterblichkeit unausweichlich, Thomas Rentsch spricht auch von einer „Radikalisierung der menschlichen Grundsituation“ (RENTSCH 2014, S. 264), die eine Selbstwerdung ermögliche. Ebenso radikalisiert sich das Thema Schuld, da Fehler und falsche Entscheidungen jetzt in Ihren Auswirkungen getragen werden müssen und es immer weniger Möglichkeiten der Korrektur oder gar eines Neuanfanges gibt. Auch hier kann radikale Akzeptanz und achtsames „Loslassen“ festgelegter Selbstkonzepte ein „Werden zu sich selbst“ (RENTSCH 2014) jenseits der Antinomien ermöglichen.

Grenzsituationen zeigen sich an der Grenze zum rational zu Bewältigenden und Verstehbaren und legen die stets vorhandene menschliche Grundsituation frei. Sie bringen die grundlegenden Antinomien zur Darstellung, weil die bisherigen Versuche, sie im Gehäuse der Rationalität unter Kontrolle zu halten, jetzt nicht mehr genügen. Der Mensch wird auf den nicht objektivierbaren Kern seiner Existenz zurückgeworfen, diese „Verwesentlichung“ hilft ihm, die mit der Grenzsituation ver-

bundene Herausforderung zu bestehen und authentisch zu werden. Die Möglichkeit zum „Existenziellwerden“ wird ihm von der „Transzendenz“ geschenkt, ein durchaus religiös anmutender Jaspersscher Gedanke (JASPERS 1932/1973, S. 204).

Bisher erfolgreiche rationale Problemlösungsstrategien versagen, das objektive Wissen allein hilft nicht mehr, die (philosophische und naturwissenschaftliche) „Weltorientierung“ gerät an ihre Grenzen. Das Scheitern erfordert nun einen „Sprung“ (Kierkegaard) in eine andere Seinsweise, eine Entscheidung, sich sein eigenes Wesen illusionslos anzueignen. Damit ist aber auch eine neue Qualität des Selbst- und Wesentlichwerdens erreicht, die dem Scheitern eine überraschende (neue) perspektivische Potenz aufweist: Als Ursprung der Freiheit, der eigentlichen Existenz, verwirklicht durch „jede[n] lebendige[n] Entschluss der subjektiv ist und bleibt“ (JASPERS 1919/1971, S. 116).

Zu den Antinomien: Es gibt logische-, reale- und Wertgegensätze, die zu Antinomien werden können. An den Grenzen der Erkenntnis stehen [logische] Antinomien, deren Widersprüchlichkeit nicht durch Denken oder Erkennen aufgehoben werden können. Dazu gehört die Frage der Endlichkeit bzw. Unendlichkeit des Raumes und der Zeit, die Subjekt-Objekt-Spaltung, der (scheinbare) Gegensatz von Freiheit und Unfreiheit, Anfang und Ende oder Endlosigkeit des menschlichen Lebens. In der Anthropologie spielt das Leib-Seele-Problem eine wichtige Rolle, welches in der praktischen Psychologie und Psychotherapie einer vorläufigen pragmatischen Lösung zugeführt werden muss: Im Falle des Leib-Seele-Problems könnte man z.B. die Idee entwickeln, dass es in Wirklichkeit gar keinen fundamentalen Unterschied gibt (Monismus) oder dass Leib und Seele wie Gegenstände oder Tatsachen in der Welt kausal miteinander interagieren (Naturalismus), was einen so fragwürdigen Begriff wie „Psychosomatik“ erst ermöglicht und wenigstens praktisch legitimiert. Jaspers fügt den (scheinbaren) Gegensatz zwischen dem Verstehen des Seelenlebens und dem Erklären der Psyche aus dem Somatischen hinzu. Solche Widersprüche relativieren nicht die Wirklichkeit des Daseins als solchem, sondern zeigen lediglich die

Grenze des logischen, rationalen und wissenschaftlichen Erkennens auf.

Diese Grenze ist zugleich auch Chance und Möglichkeit: Auch der von Erkenntniszweifeln zunächst geplagte, wissenschaftlich denkende Mensch fühlt sich aufgefordert zum Sprung, zur Entwicklung von Ideen jenseits der „philosophischen und naturwissenschaftlichen Weltorientierung“. In der Psychologie der Weltanschauungen formuliert Jaspers drei Reaktionsformen auf die antinomische Situation (JASPERS 1919, S. 240 f.):

1. Während der naive, egoistische Mensch einfach unreflektiert tut, was ihm nützlich erscheint, wird der redliche, skrupulöse Mensch durch die Antinomien verändert und schlimmstenfalls handlungsunfähig: Eine Konstellation mit durchaus psychopathologischem Erklärungspotential (vgl. „Typus Melancholicus“ nach Tellenbach).
2. Man kann sich auch um die Antinomien „herumdrücken“, indem man sie einfach nebeneinander bestehen lässt und die Gegensätze verleugnet: So bieten beispielsweise die diversen (wissenschafts)abergläubigen Utopien billigen Trost, von dem Glauben an die Segnungen der modernen Medizin und Naturwissenschaft bis zu esoterischen Weltbildern.
3. „Wer die eine Seite ignoriert, hat die Kraft trotz der Antinomie, er weicht aus. Es gibt aber auch Kraft durch die Antinomie“ (JASPERS 1919, S. 241). Wahre Mystik wäre ein von Jaspers akzeptiertes Beispiel für Kraft jenseits oder durch die Antinomie, in Dogmen erstarrte konfessionelle (Pseudo)religiosität ein Beispiel für Beharrungskraft trotz aller antinomischen Widersprüche, quasi „wider besseren Wissens“.

2. Grenzsituationen im Alter

Der Begriff „Grenzsituation“ weckt insbesondere bezogen auf den Lebensabschnitt des Alters, auch jenseits der ursprünglichen Bedeutung zahlreiche Assoziationen: Das Alter könnte eine Grenzsituation in zweifacher Hinsicht sein: nach vorne die Grenzziehung zum aktiven Berufsleben, aber auch meist zu einer bestimmten Form der familiären Verantwortung mit aktiver Kindererziehung. Nach hinten wird diese Phase begrenzt durch den Tod, was sie im normalen Verständnis dieses Begriffes zu einer Grenzsituation im landläufigen Sinne macht. Im Jasperschen Sinne bestehen Grenzsituationen aber lebenslang, während konkrete Situationen wechseln und beeinflussbar oder zu meistern sind. Sie entsprechen einer im Kern unwandelbaren menschlichen Grundsituation, die immer besteht, sich in bestimmten Situationen aber radikalisiert und aufzwingt, man könnte auch von einer (ggf. widerwilligen) Bewusstwerdung der *conditio humana* sprechen. Die Grenzsituation wandelt sich nicht als solche, sondern nur in ihrer Erscheinung. Sie sind vom Menschen zur Klarheit zu bringen, aber nicht zu bewältigen oder zu überwinden. Die Versuche, Leiden, Kampf, Zufall und Schuld durch gesellschaftliche Utopien, gesetzliche Regelwerke, Rollen- oder Verhaltensänderungen endgültig zu überwinden, sind zum Scheitern verurteilt. Auch dieses Scheitern ist wieder eine Grenzsituation. Die Grenzsituationen sind unaufhebbar und fordern daher zum Existenziellwerden auf. Die Widersprüche bleiben und fügen sich nicht zu einer idyllischen, harmonischen und sinnerfüllten Welt, sie müssen ausgehalten und akzeptiert werden. Dennoch gibt es auch bei Jaspers in Bezug auf die Grenzsituation eine positiv anmutende Konnotation: Die Erfahrung der Grenzsituation ist für ihn nämlich mit der Selbstwerdung, mit dem „Werden zu sich selbst“ identisch. Ein so gereiftes „Selbst“ findet aber auch im Alter keine harmonische, in jeder Hinsicht sinnvolle Abrundung, sondern muss Antinomien, Widersprüche, Ungereimtheiten akzeptieren, integrieren und ertragen.

Die einzelnen Grenzsituationen im Alter:
Tod

Der Tod als unbestreitbare Grenze des Daseins ist dem Menschen von Jugend an als Faktum bewusst, seine eigentliche Bedeutung wird aber im Rahmen der „Verfallenheit an das Man“ meist verleugnet oder gar negiert. Die Planung des Lebens und die Geschäfte des Alltags nehmen über weite Strecken naturgemäß den größten Raum ein und lassen wenig Platz für Endlichkeitserwägungen. Wenn in einem bestimmten Alter die Anforderungen und Aufgaben von Beruf und Familie in den Hintergrund treten, wird die Begrenztheit des Daseins zwangsläufig um so bewusster und ist kaum noch zu ignorieren. Die Existenzphilosophie hat sicher nicht die Absicht, den Menschen durch das Vor-die-Augen-Führen dieser Thematiken zu entmutigen, sondern sie will ihn insbesondere im Alter an die Kostbarkeit des Lebens erinnern. In Anbetracht seiner Endlichkeit wird es wertvoller. Es gilt, die Zeit des Lebens zu nutzen und dies bei jeder Entscheidung zu vergegenwärtigen. „So erzwingt die Gegenwart der Grenzsituation des Todes für Existenz die Doppeltheit aller Daseinserfahrungen im Handeln: Was angesichts des Todes wesentlich bleibt, ist existierend getan; was hinfällig wird, ist bloß Dasein“ (JASPERS 1919/1971, S. 223).

Die Angst vor dem nicht sinnvoll und erfüllt gelebten Leben hebt Jaspers als „Existenzangst“ gegen die bloße „Daseinsangst“ ab.

Auch Martin Heidegger ist der Auffassung, dass das „Sein zum Tode“ dem Leben Bedeutung verleiht, dass der Mensch als Dasein vor dieser Erkenntnis allerdings meist flieht und stattdessen an das „Man“ verfällt. Das Sein zum Tode bestimmt das ganze Leben und färbt all seine Inhalte (vergl. Sein und Zeit, Heidegger 1927/1979, S. 249). Da man im Alter häufig von den Notwendigkeiten und Pflichten des Alltags befreit ist, besteht auch jetzt die Chance, dem „Eigentlichen“ „entschlossen“ näher zu kommen und dadurch auch in dieser Lebensphase trotz aller vermeintlichen Sinnwidrigkeiten einen existenziellen Sinn zu finden.

Aber auch hier deuten sich, abgesehen von den natürlichen auch prinzipielle Grenzen an, denn Heidegger zweifelt, ob das Dasein als

existierendes überhaupt in seinem Ganzsein zugänglich gemacht werden kann (Sein und Zeit, Heidegger 1927/1979, S. 236 f.). Dieses angestrebte Ganzsein, das am Ende auch einen „guten Tod“ ermöglichen könnte, wird durch die nicht zu beruhigende „Sorge“ vereitelt: Es steht immer noch etwas aus, was auf dem Weg zum „vollendeten Selbst“ noch nicht verwirklicht werden konnte. „Im Wesen der Grundverfassung des Daseins liegt demnach eine ständige Unabgeschlossenheit. Die Unganzheit bedeutet einen Ausstand an Sein-Können“ (HEIDEGGER 1927/1979, S. 236). Wenn nichts mehr ausstehe, bedeute das schlechthin die Vernichtung seines (des Daseins) Seins. Also sei die erst mit dem Tod beendete „Unganzheit“ „undurchstreichbar“ (ebd., 242).

Die Minimierung des von Heidegger sogenannten „Ausstandes“ ist ein durchaus aktuelles „postmodernes“ Thema, welches in der praktisch philosophischen Literatur über das „gute Leben“ und den „guten Tod“ zum Teil auch ohne direkte Bezugnahme auf Heidegger thematisiert und problematisiert wird (z.B. HUTMACHER, 2020). Das gute Leben sei reich an Erfahrungen und ausgeschöpften Möglichkeiten (ROSA 2013, S. 39), sodass ein hoher Ausschöpfungsgrad an Weltoptionen Voraussetzung für ein gutes Leben sei (vgl. HUTMACHER 2020 und ROSA 2016, S. 521). Dies sei aber ein Kampf gegen Windmühlen, da die technisch, sozial und kulturell bedingte Zunahme an Optionen deren Ausschöpfungsgrad paradoxerweise reduziere.

Der Punkt, an dem man alles getan und erlebt hat, was man erstrebt, an dem man zur Ruhe kommt und seine Daseinsmöglichkeiten ausgeschöpft hat („die seinsmäßige Behebung des Ausstandes“ HEIDEGGER 1927/1979, S. 242), ist unerreichbar, sodass am Ende auch der Grenzsituation der Schuld als existenzielle Schuld ins Auge gesehen werden muss: Der Ausstand besteht darin, dass man sich und den anderen etwas schuldig bleibt, mit jeder Entscheidung eine Auswahl getroffen werden muss, die man später bereuen kann und häufig auch wird. Bereits an dieser Stelle sollte jedoch darauf hingewiesen werden, dass die hier skizzierte postmoderne Vorstellung vom gelingenden Leben zwar die vorherrschende, durchaus aber nicht ohne zeitgenössische Alternativen ist: Verschiedene existenzanalytische Schulen legen Wert auf die Notwendigkeit, eine innere „Zustimmung zum Leben“ und seinen ei-

genen Entscheidungen zu gewinnen, damit das Leben (einigermaßen) gelingen kann (z.B. LÄNGLE und KOLBE 2014). Dazu sei die Fähigkeit zur „Selbsttranszendenz“, zur Hingabe an Personen und Werte jenseits der eigenen Interessensphäre zu entwickeln. Die besondere Aufgabe am Lebensende besteht nun darin, sich und sein Leben in seiner konkreten und notwendigerweise unvollkommenen Gewordenheit zu akzeptieren, auch wenn vieles naturgemäß „ausstehen“ muss und nicht alle Seinsweisen realisiert und erfahren werden konnten.

Schuld

Die Grenzsituation der Schuld kann im Alter eine besondere Bedeutung erhalten. Zum einen wird die allgemeine „Daseinsschuld“ bewusster, indem zu Tage tritt, dass die eigenen Verdienste, Erfolge und Privilegiertheiten immer auch auf Kosten von Anderen gehen und dass der in der Jugend häufig unterstellte große eigene Einfluss auf die Geschehnisse des Lebens durchaus relativiert ist. Dies ist keine Schuld im engeren, landläufigen Sinne, aber im Sinne der Jasperschen Existenzphilosophie: Schuld, die darin besteht, dass Leben immer Kampf ist und auch auf Kosten von anderen stattfinden muss, da die Ressourcen, Privilegien, sozialen Positionen und selbst die zwischenmenschlichen Beziehung begrenzt und knapp sind.

Es gibt aber noch eine zweite, für die Existenzphilosophie und auch die existenzielle Psychotherapie noch wesentlichere Bedeutung von Schuld: Da wir nach existenzieller Konzeptualisierung nicht einfach nur seiende Objekte sind, den Bedingungen und Kausalitäten der Welt, also dem Schicksal machtlos unterworfen, sondern Dasein und mögliche Existenz, also Wesen, die nicht nur sind, sondern „zu sein haben“, muss sich der Mensch in dieser Konzeption stets neu wählen und macht sich durch seine Entscheidungen zu dem, was er ist. Das birgt Chancen und Risiken in sich.

Die Chancen sind z.B. von Viktor E. Frankl wiederholt herausgestellt worden: Der Mensch kann trotz aller psychologischen, biologischen und sozialen Bedingtheiten zu sich selbst finden, er kann seinen Lebenssinn selbst bestimmen und sich im Rahmen seiner Möglichkeiten

zu dem machen, was er ist und kann zu dem Unabänderlichen eine eigene Haltung entwickeln. Problematisch an der Freiheit ist, dass man an solchen Entscheidungen immer auch scheitern kann, man kann Fehlentscheidungen treffen, und es gibt Situationen, in denen jede Entscheidung schwierig oder in bestimmter Hinsicht auch falsch ist. Mit jeder Wahl muss ich etwas abwählen, mit jeder Lebensperspektive büße ich andere ein. Ich kann nur bestimmte Aspekte meiner selbst verwirklichen, und wenn ich diese Tatsache verleugne, bleibe ich durch Nichtwählen unter Umständen hinter meinen Möglichkeiten zurück und scheitere dann erst recht. Das Zurückbleiben hinter seinen Möglichkeiten, dieses „ungelebte Leben“ (FUCHS 2012) kann durchaus mit dem Begriff der „Existenzschuld“ umschrieben werden. Hier geht es nicht um Vergehen, begangene Ungerechtigkeiten oder sogar Verbrechen an anderen, sondern es geht um ein Schuldigwerden an sich selbst, um verpasste Möglichkeiten, kurz um die Schuld, nicht der geworden zu sein, der man hätte sein können, als der man eigentlich gedacht war oder der man eigentlich „ist“.

Im Alter schwinden die Möglichkeiten, Fehlentscheidungen, die das äußere Leben betreffen, zu revidieren. Gemeint sind zum Beispiel große Lebensentscheidungen zu Beruf, Ehe, Familie, sozialem Engagement, Erwerben körperlicher (Sport) oder kultureller (Kunst, Musik) Fähigkeiten. Selbstverständlich können manche dieser Versäumnisse noch nachgeholt werden, man kann auch im Alter noch ein Musikinstrument lernen oder sich den schönen Künsten widmen, man wird aber wohl kein Virtuose mehr werden. Der Auseinandersetzung mit dem „ungelebten Leben“ kann kaum noch ausgewichen werden.

Durch das Eintreten in die Grenzsituation der Schuld im Alter kann aber auch der Blick auf die „wahre“ Existenz eröffnet werden. Die oberflächlich beschreibbaren Versäumnisse, das Scheitern, die Fehlentwicklungen sind in existenzieller Perspektive nicht unbedingt das, was die Existenz im engeren Sinne ausmacht. Im Gegenteil, Existenz ist ja der Kern der Person, man könnte in Anlehnung an Karlfried Graf Dürckheim sagen: Das Wesen (Existenz) ist das, was noch übrigbleibt, wenn alles Weltliche dahinschwindet (DÜRCKHEIM 1984). Insofern bietet sich für die existenzielle Psychotherapie die interessante Aufgabe, die-

sen inneren Kern der Existenz, der nicht von Äußerlichkeiten abhängig ist, zu entbergen.

Kampf:

Die Grenzsituation des Kampfes scheint im Alter eine geringere Bedeutung zu haben, da ja die wichtigsten Lebenskämpfe vermeintlich schon gekämpft sind. Dennoch gibt es auch jetzt noch Interessenskonflikte und Kämpfe, man lebt unter Umständen auf Kosten der Jugend oder die Jugend kann den Alten diesen (vielleicht ungerechtfertigten) Vorwurf machen, man kämpft mit den Umständen, zum Teil auch mit den eigenen Angehörigen, wenn die Vorstellungen von Vermögensverteilung, Betreuung, Pflege oder gar Wohnform nicht übereinstimmen. Erschwerend kommt hinzu (und dies könnte man als eigene Grenzsituation bezeichnen), dass solche Kämpfe oder Konflikte durch psychische Erkrankungen hervorgerufen oder verstärkt werden können. Hier ist daran zu denken, dass bestimmte Persönlichkeitseigenschaften im Alter somatisch bedingt akzentuiert werden können und dann zu Konflikten führen, die vorher nicht vorhanden waren. Im Extremfall kann zum Beispiel eine dementielle Entwicklung zu persönlichkeitsfremden Auseinandersetzungen führen, die dann auch langjährige, bisher harmonische Ehen entzweien können. Diese Situation ist eine Grenzsituation im existenziellen Sinne, da sie weder herbeigeführt worden ist noch irgendjemand verantwortlich dafür ist, noch einfach bewältigt werden kann. Hier tritt „schuldhaftes“ Verhalten auf, ohne dass jemand im engeren Sinne schuldig ist; Schuld als quasi „naturgegebene“ Grenzsituation.

Zufall:

Die Grenzsituation des Zufalls aggraviert sich im Alter in besonderer Weise, da die Abhängigkeit von zufälligen Aspekten des biologischen, sozialen und psychologischen Alterns größer und offensichtlicher wird. Ob man diese Phase entspannt, einigermaßen gesund und im guten Einvernehmen mit seinen engsten Angehörigen verbringen kann, hängt

tatsächlich entscheidend von kontingenten Faktoren ab, die man selbst nur bedingt und partiell beeinflussen kann. Die „radikale Akzeptanz“ dieser existenziellen Abhängigkeiten stellt gerade im Alter naturgemäß eine Herausforderung dar, die häufig das Zumutbare übersteigt. Aber vom wem wird einem das zugemutet? Vom Schicksal? Von der Natur? Von Gott? Vielleicht ist am schwierigsten zu akzeptieren, dass kein Subjekt Verursacher ist, sondern die „*conditio humana*“, die zwar zu verleugnen, nicht aber zu negieren ist. Unser Schicksal ist vom Zufall abhängig, wenn wir unser innerstes Selbst (Existenz, Wesen) aber als im Grunde selbst gewählt, verantwortet und bestimmt konzeptualisieren, müssen wir es auf den Kern reduzieren, der von solchen Zufällen nicht abhängig erscheint.

Diese Aufgabe ist schwierig, da die übliche Identifikation mit dem Selbst (vgl.: KOHUT 1981) sich auf positive Aspekte wie Gesundheit, Attraktivität, Intellektualität und allgemeine Leistungsfähigkeit bezieht. All dies ist kontingenten Einflüssen unterworfen, das selbstbestimmte, individuelle Selbst ist nach außen hin unspektakulär. Die seelsorgerische und therapeutische Aufgabe besteht darin, dieses zunächst unscheinbare Zentrum, das Wesen, ins „rechte Licht“ zu rücken, als Existenz zu erhellen. Dafür gibt es kein „Patentrezept“, die Existenzanalyse nach Frankl bietet aber beispielsweise einige Anhaltspunkte: Wenn kreative – und Erlebniswerte nicht mehr zu verwirklichen sind, bleiben die „Einstellungswerte“: Das Etablieren einer „Haltung“ jenseits allen Könnens, Erlebens, Scheinens und Bedeutens (für die „Welt“).

Leid

In Bezug auf die Einordnung des Leides unterscheiden sich beide Haupttexte Jaspers' zum Thema Grenzsituationen. In der „Psychologie der Weltanschauungen“ ist das Leiden das „gemeinsame aller Grenzsituationen“ und keine „Grenzsituation unter anderen (JASPERS 1919, S. 247). Dagegen wird das Leid in der „Philosophie“ eine Grenzsituation unter vieren und der Zufall als „Grenzsituation der Fragwürdigkeit allen Daseins“ umfassender gedeutet (vgl. KAEGI 2009).

Die Reaktion des Daseins auf das Leiden ist zunächst verleugnend, ausweichend, relativierend: Es sei nicht endgültig, nicht unheilbar, nicht wirklich Grenzsituation, die zu einer im Dasein unüberschreitbaren Grenze führt. Das Leid kann auch zum Mittel (Strafe, Prüfung, Sucht) degradiert werden, welches man nun mit magischen Ritualen zu bewältigen versucht. Diese können gläubiger, abergläubiger oder wissenschaftsabergläubiger Natur sein: Moralische und ästhetische Lebensweise, gelegentlich auch miteinander vermischt, zum Beispiel im Gesundheitsbeschwörungsverhalten durch rechte Ernährung, Bewegung, Entsagung.

Wenn ein Ausweichen nicht möglich ist, bieten sich nach Jaspers in der „Psychologie der Weltanschauungen“ vier Möglichkeiten an:

1. Resignation: Es ist doch alles vergeblich, also kann man sich den Daseinsfreuden hingeben, soweit noch möglich.
2. Weltflucht: Apathischer Nihilismus bis hin zum Selbstmord.
3. Heroismus: Trotzige Hinnahme des Leidens ohne Ausweichen (vgl. Frankl).
4. Religion: Philosophische Rechtfertigungen des Leidens werden Theodizeen genannt und spielen unter anderem im christlichen Glauben eine bedeutende Rolle. Gott selbst hat sich im Leiden dem Menschen nahegebracht und sich dadurch mit ihm identifiziert. Leiden kann somit zum mystischen Erlebnis der Identifikation mit dem Göttlichen werden (JASPERS 1919, S. 248–256).

Viktor E. Frankl hat diese Gedanken aufgenommen und zu seiner „Pathodizee“ weiterentwickelt. Auch für ihn ist das Leid als ein Teil seiner „tragischen Trias“ eine Grenzsituation, die die Möglichkeit des „Existenziellwerdens“ in sich birgt. Existenz wird für Frankl durch sinnvolles Leben ermöglicht und durch Werte vermittelt. Solange das Dasein noch handlungsfähig ist, geschieht diese Manifestation durch die Verwirklichung von Erlebnis- und schöpferischen Werten. Die Grenzsituation des Leids wird für ihn durch die Verwirklichung von „Einstel-

lungswerten“ existenziell: Es kommt auf die „Haltung“ an, die man dem Leid entgegenbringt.

Die Haltung beruht auf dem Verhalten und dem Verhältnis des Menschen zu sich selbst, hier kann er seine Freiheit realisieren, mit der er sich auch dem „Faktischen“ gegenüberstellen kann.

Die Logotherapie nach Frankl ist eine existenzielle Therapie der Selbstwerdung, die Grenzsituationen sind dem Menschen in dieser Hinsicht nicht nur gegeben, sondern „aufgegeben“, sie ermöglichen eine unbedingte Haltung dem Gegebenen gegenüber. Schöpferische- und Erlebniswerte können mithilfe von Daseinskompetenzen (Talente und Empfindsamkeit) realisiert werden, die Verwirklichung von Einstellungswerten, von „Haltung“ erfordert eine von Frankl hochgeschätzte Charaktereigenschaft: Die Leidensfähigkeit, die erst mühsam erworben werden muss.

„So erweist sich diese Bewältigung – unter Verzicht auf äußere Gestaltung – letztlich doch als Selbstgestaltung“ (FRANKL 1970/1990, S. 203).

Frankl zitiert in diesem Zusammenhang passenderweise Jaspers: Menschliches Sein sei „entscheidendes Sein“, das nicht einfach ist, sondern jeweils entscheidet, was es ist (ebd.).

„Mit der menschlichen Existenz zugleich ist aber auch die geistige Person des Menschen als entscheidendes Sein gekennzeichnet“ (ebd.). Der Mensch ist nicht nur ein Gewordener, er selbst macht auch durch „Einstellung“ und „Haltung“ etwas aus sich, diese Freiheit bleibt ihm auch noch in scheinbar aussichtslosen Situationen. Aus Handlung wird Haltung, aus „actus“ wird „habitus“ (ebd., 205). „Rechtes – aufrechtes Leiden ist Leistung“ (ebd.).

Die Logotherapie hilft dem Betroffenen, die Ebene des Faktischen in die Ebene des Existenziellen zu transformieren – durch Neubewertung. Grenzsituationen werden für Frankl zur Reifeprüfung, zum „experimentum crucis“. Das eigentliche Wesen des Menschen sei es, ein Leidender zu sein: „homo patiens“ (ebd., 208). Menschliches Sein sei zu tiefst und zuletzt „Passion“. Leiden darf aber kein Selbstzweck sein, denn dann wäre es Masochismus, sondern es muss „transzendiert“, „mit Sinn begabt werden“ (Paul Pollack). Die Kunst des (Logo)thera-

peuten, des (ärztlichen) Seelsorgers, besteht darin, diese „Sinnbegabung“ eines Klienten zu fördern, auch im Leid Sinnmöglichkeiten zu entdecken. Selbstverständlich gilt das nur für unabänderliches Leid, unnötiges Leiden muss, z.B. mit den Mitteln der ärztlichen Kunst, beseitigt werden.

Vor diesem Hintergrund kann das Alter nicht nur trotz, sondern vielmehr auch wegen des mit ihm verbundenen Leides als „Werden zu sich selbst“ betrachtet werden, die Haltung der Gelassenheit, Bescheidenheit, Akzeptanz erweist sich als „zentraler“ als andere, vergängliche Eigenschaften und Fähigkeiten und damit existenzieller im Franklschen und Jaspersschen Sinne.

3. Klinisches Beispiel

Das Jaspersche Konzept der Grenzsituationen wurde bereits von mehreren Autoren (unter anderem Alice Holzhey-Kunz, Thomas Fuchs und Juan Valdes-Stauber) für die klinische Psychiatrie und Psychotherapie nutzbar gemacht. Für Alice Holzhey-Kunz leidet der Neurotiker, und insbesondere der Depressive im Wesentlichen an den Grundbedingungen des eigenen Existierens. Thomas Fuchs nimmt diesen Gedanken auf und spricht von „existenzieller Vulnerabilität“ von Menschen, die zu psychischer Krankheit disponiert sind (FUCHS 2009). Er analysiert den von Hubertus Tellenbach beschriebenen „Typus Melancholicus“ im Hinblick auf die Vermeidung der Grenzsituation der Freiheit durch ein „Gehäuse“ aus überzogenen bürgerlichen Tugenden wie unbedingte Pflichterfüllung, übertriebene Ordentlichkeit und starke Orientierung an gesellschaftlichen und äußerlichen Normen, die mit engen und rigiden Beziehungen zu den nächsten Bezugspersonen einhergehen (vgl. ebd., 50).

Ein Beispiel für einen Patienten mit einer „Typus Melancholicus-Persönlichkeitsstruktur“, der beim Zerbrechen des „Gehäuses“ klinisch ein „Burnout-Syndrom“ entwickelt, ist der inzwischen 60-jährige Familienvater und leitende Angestellte Herr A. Er hatte eine klare und eher kon-

servative und enge Vorstellung von seiner Rolle in Beruf, Familie und Gesellschaft: Er war fleißig, leistungsbezogen und ehrgeizig, bekleidete daher eine Führungsposition im kaufmännischen Bereich und war Familienvater mit zwei jugendlichen Kindern. Gesteigerten Leistungsanforderungen aufgrund schwieriger werdender wirtschaftlicher Rahmenbedingungen begegnete er lange mit zunehmendem Engagement und längerer Arbeit. Er vernachlässigte dadurch seine Verpflichtungen in Familie- und Vereinsleben, blieb aber schließlich dennoch hinter seinen eigenen und den Anforderungen seiner Vorgesetzten zurück (Remanenz nach Tellenbach). Das Zurückbleiben hinter den eigenen Ansprüchen an Leistung, gesellschaftliche und familiäre Verpflichtungen konfrontierte ihn mit der Grenzsituation der Schuld, aus der es für ihn kein Entrinnen gab und er dekompenzierte unter dem klinischen Bild einer Depression mit Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, Grübelneigung, Schuldgefühlen und depressiver Verstimmung. Dazu kamen psychosomatische Symptome sowie ein Alkoholmissbrauch. Der Patient wurde stationär in einer psychosomatischen Klinik behandelt, wo ein körperlicher und emotionaler Erschöpfungszustand als Folge einer anhaltenden beruflichen Belastung im Sinne eines „Burnout-Syndroms“ diagnostiziert wurde. Dieses „Burnout“ konnte insofern als Grenzsituation interpretiert werden, als es sich mit den üblichen Bewältigungsstrategien und Lösungsversuchen nicht mehr beheben ließ, sondern eine Veränderung der Sichtweise oder Perspektive auf den eigenen Lebensentwurf erforderte.

Das Scheitern des bisherigen Konzeptes kann existenzphilosophisch als Zerschlagen des „Gehäuses“ gedeutet werden. Unser Patient hat die von Tellenbach beschriebenen Persönlichkeitseigenschaften mit übermäßiger Gewissenhaftigkeit, Überanpassung an soziale Normen und Festhalten an Bindungen und Verpflichtung bis zur Selbstverleugnung verwirklicht. Durch die krankheitsbedingte „Entmächtigung“ kann die Grenzsituation nicht mehr verleugnet werden und eine schwere Depression ist die Folge. Die bisher verdeckten Widersprüche des Lebens werden sichtbar, der Patient empfindet die Desillusionierung als Scheitern. Abgesehen von der eher symptomatisch orientierten Therapie mit Psychopharmaka, Psychoedukation und Verhaltenstherapie würde

eine existenzielle Therapie die Bewusstmachung der existenziellen Grundsituation und die Ermutigung zur Akzeptanz derselben erfordern. Die Grenzsituation bietet eine Möglichkeit zur Verwirklichung der „eigentlichen Existenz“, auch wenn an der äußeren Situation nur wenig zu ändern ist. Hier kann „Haltung“ im Sinne der Einstellungswerte nach Viktor E. Frankl entwickelt werden. Durch „Selbst-Distanzierung“ konnte der Patient befähigt werden, sein Leben auf vorhandene Sinnmöglichkeiten hin zu analysieren. In der Einzeltherapie konnte die existenzielle Grundsituation erhellt werden, durch praktische Meditationsübungen wurde ein „erfülltes Stillwerden“ (Jaspers) geübt, das dem Patienten half, das „Eigentliche“ zu vergegenwärtigen. Durch verschiedene auch achtsamkeitsorientierte therapeutische Maßnahmen gelang es schließlich, das bisherige Lebenskonzept des Patienten im Rahmen der „existenziellen Kommunikation“ zu beleuchten und zu relativieren (Idealtypisches Beispiel, ausführliche Darstellung der Vorgehensweise in: ZIMMERMANN 2019, S. 30–32).

4. Psychotherapie und „Ärztliche Seelsorge“

Wie können wir also sinnvoll auf die Grenzsituation des Alters reagieren, als Betroffene (sind wir alle, da auch die Grenzsituation des Alters auf das gesamte Leben „wirkt“), Therapeuten, (ärztliche) Seelsorger? Jaspers gibt die bekannte Antwort, die aber ihrerseits wieder explikationsbedürftig, um nicht zu sagen „mystisch“ ist: Grenzsituationen können per definitionem nicht „überwunden“ werden, sondern sie zwingen entweder zum Ausweichen, zum „Verleugnen“ oder zum „Werden der in uns möglichen Existenz“ (JASPERS 1932, S. 204). Vielleicht kann dieser „Sprung“ mit fortgeschrittenem Alter sogar leichter gelingen als vorher, da existenzielle Selbstwerdung ja auch mit dem Frei- und Ledigwerden (vgl. Meister Eckhart) verbunden ist, zu dem das Alter ohnehin zwingt. Das Alter bietet Befreiung von vielen äußeren Verpflichtungen, aber auch der innere Drang, ein bestimmtes Ideal mit Fähigkeiten und positiven Eigenschaften zu verwirklichen, sollte eher

losgelassen werden. Die Identitätsfindung kann zurücktreten zugunsten einer angekommenen Gelassenheit, die nicht die individuell sichtbaren Besonderheiten zu betonen hat.

Dazu ist auch seelsorgerisch und psychotherapeutisch vermittelbare Selbstdistanz von Vorteil: Meditation und Achtsamkeit können den „inneren Blick“ auf das Wesen (vgl. Karlfried Graf Dürckheim), auf das Wesentliche, erleichtern, das Akzidentelle verliert an Beachtung und auch an Bedeutung.

Die Übung der Stille und der Leere erhellt die Kostbarkeit der Gegenwart, in jedem Moment kann ungelebtes Leben lebendig werden, wenn es beachtet wird und beachtenswert ist vieles, auch Unscheinbares (vgl. Eckhart Tolle: „Jetzt“). Gerade mit dem „Tod im Sinn“ kann die bewusst erlebte Gegenwart auch in der letzten Lebensphase noch eine „Dimension des Sinns“ eröffnen, die durch „Dezentrierung und Selbstrelativierung“ eine andere Perspektive auf das Selbst zulässt (vgl. FUCHS 2012, S. 508).

In der modernen Akzeptanz- und Commitment-Therapie nennt man diesen Prozess „Selbst-als-Kontext“, welcher das vertraute Konzept – Selbst erweitern oder teilweise ersetzen kann (vgl. SONNTAG 2009).

Grenzsituationen ermöglichen Existenzerhellung durch Erhellung dessen, was jenseits der Grenze noch Bestand hat oder dort erst sichtbar wird. Therapeutisch könnten dazu überkommene „Ich-Ideal“-Vorstellungen überprüft und ggf. modifiziert, der antinomische und letztlich unheilbare Charakter mancher Lebensziele herausgearbeitet werden, so wie die Unvermeidbarkeit von Leid und Schuld. Möglicherweise könnte man spät, aber nicht zu spät, an der normalerweise in der Jugend und Adoleszenz fälligen Modifikation von „Größen-Selbst“-Vorstellungen (KOHUT 1981) arbeiten, die ihre Funktion längst eingebüßt haben und die eigentliche Selbstwerdung behindern. Das Kohutsche Größen-Selbst zielt auf den „Glanz im Auge der Mutter“, dieser Wunsch ist spätestens in fortgeschrittenem Alter weit jenseits der Adoleszenz nicht mehr erfüllbar und muss aufgegeben, transformiert oder gar transzendiert werden. Nicht jeder sieht den von Kohut beobachteten, zunächst irdischen Glanz in der Transzendenz widerscheinen, dennoch können auch Spiri-

tualität, Meditation und Mystik zu entdeckende Wege auf der Grenze zwischen Psychotherapie und Seelsorge sein.

Im Alter muss man endgültig die Begrenzung seiner Möglichkeiten zur Kenntnis nehmen und akzeptieren, das bedeutet Trauerarbeit auch in Bezug auf die ungelebten Möglichkeiten. „Ungelebt“ kann aber auch „unbeachtet“ heißen, wie Thomas Fuchs (2012) herausarbeitet. Mangelnde Beteiligung und Würdigung des Erlebten ist besonders bitter, weil es sich hier ja nicht um eine äußere Versagung, sondern um eine falsche, unernste, unachtsame Teilnahme am eigenen Leben handelt, für die man selbst verantwortlich ist. Therapeutisch kann man mit Frankl aber auch Vergangenes noch mit Beachtung und Achtsamkeit adeln, er betont ja stets die „vollen Scheunen der Vergangenheit“, die nur verloren seien, wenn man sie nicht würdige und sein Augenmerk eher auf die „Stoppfelder der Vergänglichkeit“ in der Gegenwart richte (vgl. FRANKL 1975/1990).

Hier zeigt sich meines Erachtens eine bisher zu wenig beachtete psychotherapeutische Technik Frankls, die allerdings nicht ganz ohne metaphysische Vorannahmen auskommt: Keine sinnvolle Handlung, kein wertvolles Erlebnis sei endgültig verloren, sondern „im Vergangensein ist alles unverlierbar geborgen“ (FRANKL 1975/1990, S. 136). Somit kann sich achtsamkeitsorientierte Psychotherapie auch im Alter an die Vergangenheit, aber auch an die Gegenwart richten, denn es ist nie zu spät, gegenwärtig und „eigentlich“ zu werden. Der uneigentlichen, vor allem an die Jugend gerichteten Suggestion, in der modernen Gesellschaft stünden unbegrenzt viele Möglichkeiten (vgl. FUCHS 2012, S. 501) offen, stellt das Alter den Zwang zur endgültigen Wahl und zur Konzentration auf das „Jetzt“ entgegen. Die Grenzsituation des Todes aktualisiert sich naturgemäß im Alter, der Kampf unserer neuzeitlichen Kultur gegen die Endlichkeit scheint jetzt verloren und das säkulare Weltbild versagt als nur scheinbarer Trostgeber.

Die wichtigsten Aspekte der Seelsorge und Psychotherapie im Alter sind – abgesehen von klinisch ausgeprägten Formen – die antinomische Struktur des Daseins und die grundsätzliche Notwendigkeit von Grenzsituationen bewusst zu machen: Scheitern, Schuld, ungelebte Möglichkeiten sind unausweichlich und müssen akzeptiert werden. Unrealisti-

sche Ansprüche an sich selbst und an das Schicksal sollten transformiert werden, durch Einübung von Selbstmitgefühl und Nachsicht mit sich selbst.

Die *conditio humana* sollte anerkannt werden, gegen sie zu kämpfen oder sie zu verleugnen, ist sinnlos. Dennoch ist Sinn möglich: z.B. durch die bewusste Haltung (Einstellungswerte) dem Unabänderlichen gegenüber. Durch nachsichtige Akzeptanz der eigenen Gewordenheit bei Relativierung des aus jetziger Sicht nur Akzidentiellen: Soziale Stellung, Besitz, Beziehungen, Gesundheit, Fähigkeiten sind vergänglich und nicht nur dem eigenen Zutun zu verdanken, sondern ebenso dem Zufall unterworfen.

Was bleibt dann noch übrig: Der eigentliche Kern, die Existenz, das für die Transzendenz transparente Wesen (DÜRCKHEIM 1984)? Die weltliche Psychotherapie kann diesen Kern zum Gegenstand des Selbstwertempfindens empfehlen oder ihre psychische Repräsentanz „libidinös“ besetzen, der „philosophische Glaube“ (JASPERS 1919, 1932, 1965) kann den transzendenten Wert der Existenz auch angesichts des Todes herausstellen, die religiöse Seelsorge kann ihn schließlich als die unvergängliche, von Gott eigentlich gewollte und geliebte Seele glaubend anheimstellen.

Welche dieser Ebenen die jeweils angezeigt ist, entscheiden Therapeut und Klient, Seelsorger und Ratsuchende, in der Praxis sind vielleicht auch Mischungen sinnvoll und angezeigt. Die existenzphilosophische Idee, dass der Mensch ein Wesen mit „doppeltem Ursprung“, mit „Wohnung in zwei Welten“ (vgl. DÜRCKHEIM 1984) sei, das einerseits einer schicksalhaften Kondition unterworfen ist, sich andererseits frei dazu einstellen und die Kondition damit in gewisser Weise transzendieren kann, könnte alle praktischen Herangehensweisen befruchten. Sie wird im therapeutischen Raum von unterschiedlichen Formen der existenzanalytischen Psychotherapie verwirklicht (u.a. Logotherapie, Existenzanalyse, Daseinsanalyse, existenzielle Psychotherapie i.e.S., Akzeptanz- und Commitment-Therapie nach Hayes & Strohsahl).

Grenzsituationen stellen uns Fragen, die uns an die Grenzen des Empirischen und Logischen führen und immer nur vorläufig zu beantworten sind. Die in diesem Aufsatz angesprochenen seelsorgerischen und

therapeutischen Schulen bieten keine abschließenden Antworten, zeigen aber Wege des theoretischen und praktischen Umgangs mit den Grenzsituationen auf. Es ist ein zentrales Kennzeichen der Philosophie von Karl Jaspers, die Grenzen der Beantwortbarkeit existenzieller Fragen immer wieder aufzuzeigen, ohne diese Fragen als sinnlos zu bewerten. Im Vorwort zu einer Vorlesungsreihe über die Grundfragen der Philosophie relativiert Jaspers die Reichweite denkbarer Antworten darauf und zeigt stattdessen die mögliche Fülle der Stille auf: „Wir hören zunächst Antworten. Aber keine Antwort wird die letzte sein; jede führt zu neuen Fragen, bis die letzte Frage zwar ohne Antwort, aber nicht als leere Frage stehen bleibt. Sie ermöglicht vielmehr das erfüllte Stillwerden, in dem nicht nichts ist, sondern das Eigentliche für den Menschen gegenwärtig durch seine innere Verfassung, die Forderung, die Vernunft, die Liebe sprechen kann“ (JASPERS 1965, S. 17).

Literatur

- DÜRCKHEIM, KARLFRIED GRAF (1984): Von der Erfahrung der Transzendenz. Freiburg: Verlag Herder.
- FRANKL, VIKTOR (1975/1990): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München: Pieper.
- FUCHS, THOMAS (2008): Existenzielle Vulnerabilität. Ansätze zu einer Psychopathologie der Grenzsituationen. In: Rinofner-Kreidl, Sonja; Wiltsche, Harald (Hg.): Karl Jaspers' ‚Allgemeine Psychopathologie‘ zwischen Wissenschaft, Philosophie und Praxis. Würzburg: Königshausen & Neumann, S. 95–104.
- FUCHS, THOMAS (2012) Das ungelebte Leben. In: Anderheiden, Michael; Eckart, Wolfgang U. (Hg.) Handbuch Sterben und Menschenwürde. Berlin: de Gruyter.
- HAYES, S. C. & STOHS AHL, K. D. (HRSG.) (2004): A practical guide to acceptance and commitment therapy. New York: Springer.
- HEIDEGGER, MARTIN (1927/1979): Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer.
- HOLZHEY-KUNZ, ALICE (2001): Leiden am Dasein. Wien: Passagen Verlag.
- HOLZHEY-KUNZ, ALICE; LÄNGLE, ALFRIED (2007): Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Stuttgart: UTB.
- HUTMACHER, FABIAN (2020): Vom postmodernen Menschen und seiner schwierigen Suche nach dem guten Leben und dem guten Tod. In: Zeitschrift für Praktische Philosophie, Band 7, Heft 2, 15–34.
- JASPERS, KARL (1919/1971): Psychologie der Weltanschauungen. Berlin: Springer.
- JASPERS, KARL (1932/1973): Philosophie II: Existenzerhellung. Berlin: Springer.
- JASPERS, KARL (1965): Kleine Schule des Philosophischen Denkens. München: Piper.
- KAEGI, DOMINIC (2009): Leiden als Grenzsituation. In: Hügli, Anton; Kaegi, Dominic; Weidmann, Bernd (Hg.): Existenz und Sinn. Karl Jaspers im Kontext. Festschrift für Reiner Wiehl. Heidelberg: Universitätsverlag Winter.
- KOHUT, HEINZ (1981): Die Heilung des Selbst. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

LÄNGLE, ALFRIED; CHRISTOPH KOLBE (2014): Existenzanalyse – die Zustimmung zum Leben finden. In: Eberwein, Werner; Thielen, Manfred (Hg.): Humanistische Psychotherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag.

RENTSCH, THOMAS (2014): Werden zu sich selbst: Das Altern und die Zeitlichkeit des guten Lebens. In: Zeitschrift für Praktische Philosophie, 1 (1), S. 263–288.

ROSA, HARTMUT (2016): Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung. Berlin: Suhrkamp Verlag.

VALDES-STAUERNER, J. (2016): Der Mensch an seinen Grenzen – Tragweite von „Grenzsituationen“ für die Psychiatrie nach Jaspers. Fortschr Neurol Psychiatr 2016; 84 (01): 19–27.

SONNTAG, R.F. (2009): Existenzielle Aspekte der Akzeptanz- und Commitment-Therapie. Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis, 41 (3), 569–578.

TELLENBACH, HUBERTUS (1976): Melancholie. Problemgeschichte Endogenität Typologie Pathogenese Klinik. Berlin: Springer-Verlag.

TOLLE, ECKHART (2000): Jetzt! Die Kraft der Gegenwart. Bielefeld: Kamphausen Media GmbH.

ZIMMERMANN, JÖRG (2019): Die Stille des Waldes. Über die Natur als Vermittlerin von Seinserfahrungen in der Existenzanalytischen Psychotherapie. In Pfeifer, Erik: [unter ständiger Mitwirkung von H.-H. Decker-Voigt] (Hg.): Natur in Psychotherapie und Künstlerischer Therapie. Theoretische, methodische und praktische Grundlagen (Band 2, S. 23–40). Gießen: Psychosozial-Verlag.

II. RELECTURE

Jonas Simmerlein

Viktor Frankl (1948): Der Unbewusste Gott Eine Relecture.

Affiliation: Lehrstuhl für Praktische Theologie und Religionspsychologie
Evangelisch-theologische Fakultät der Universität Wien

Corresponding author: jonas.simmerlein@univie.ac.at

Jürgen Habermas machte in seiner vielbeachteten Rede zur Verleihung des Friedenspreises des Deutschen Buchhandels 2001 zur Überraschung vieler Hörer:innen ausgerechnet die Religion als eines der Leitthemen des 21. Jahrhunderts aus. Dahinter steckten zwei kluge Beobachtungen: Zum einen, dass ein vermeintlich säkularisierter Westen einen Großteil der Welt, wo der Glaube an Gott unter verschiedensten Anreden in den vergangenen Jahrzehnten geradezu explodiert ist, ausklammert und zum anderen, dass dieser Westen keinesfalls frei von quasi-religiösen Überzeugungen ist.

Er sollte Recht behalten: Religiöser Extremismus zieht neue Grenzen auf den Landkarten und treibt Flüchtende vor sich her. Präsidenten lassen sich mit Heiligen Schriften in der Hand ablichten und als Werkzeuge Gottes feiern. In der Pandemie wird mit dem Wissenschaftsglauben und der Impfskepsis ein Vokabular wiederentdeckt, das über Jahrhunderte mit der Gottesfrage verbunden war und auf Seiten der Aggressoren wie der Helfenden spielen religiöse Überzeugungen und Zugehörigkeiten im Krieg in der Ukraine eine entscheidende Rolle.

Viktor Frankl würde all das vermutlich nicht überraschen. Er könnte auf ein kleines Büchlein aus seinem Werk verweisen und zurecht be-

haupten, dass er 1948 schon vorausgesehen habe, dass die Religiosität der Menschen vielleicht ins Unbewusste verschwindet, von wo sie auch ihren Ursprung nimmt, nicht aber verloren gehen wird.

Genaugenommen trug der Psychiater und Neurologe die Gedanken, die ihre erste Auflage 1948 gefunden haben und aufgrund ihrer stringenten Komposition in späteren Auflagen nur minimal verändert wurden, kurz nach dem Zweiten Weltkrieg einem kleinen Kreis von Intellektuellen vor. Spätere Auflagen erweiterten das Buch um eigenständige Kapitel, am Kern aber hielt Frankl fest. Der Blick ins 21. Jahrhundert sollte ihm bei dieser Einschätzung recht geben.

Viktor Frankl beschreibt in „Der Unbewusste Gott“ die Methodik der Existenzanalyse und liefert eine Deutung des Gewissens, die darin eine Stimme aus der Transzendenz vernimmt. Ausgehend vom Gewissen zeigt er, dass Religiosität zum Unbewussten des Menschen und damit zum Menschsein an sich gehört. Die folgenden Seiten dürfen als ein Plädoyer verstanden werden, das kleine Büchlein einmal wieder aus dem Schrank zu holen und besonders die Kapitel über die Transzendenz des Gewissens und die unbewusste Religiosität zu lesen. Es begleitet mich persönlich seit meiner Erstbegegnung vor ein paar Jahren immer wieder in Gesprächen, in denen mein Gegenüber Befremdung ausdrückt: Über Religionen an sich, über starke innere Haltungen, die bis zur Selbstaufgabe reichen. Besonders wenn es um das Irrationale geht, dem man immer wieder nur mit Verständnislosigkeit begegnet, weil man doch vermeintlich einfach vernünftig und kalkuliert urteilen könne. Ein solcher Rückzug auf die neutrale Vernunft ist verlockend. Die Lektüre von Frankls Religionspsychologie, die er in „Der Unbewusste Gott“ ausbreitet, entlarvt diesen jedoch immer wieder als illusorisch. Viktor Frankl entwirft ein anderes Modell der inneren Haltung. Die leitende Instanz ist nicht die objektive Vernunft, sondern das transzendente Gewissen. In ihm bringt sich Gott zur Sprache, ob wir ihn darin erkennen und der Stimme diesen Namen geben oder nicht. Als allein Angesprochene:r muss ich mich verantworten vor dem Ruf, der an mich ergeht und kann gerade nicht neutral bleiben. Das Gewissen, das aufs Engste mit jeder Form der religiösen Überzeugung verbunden ist, ist keine Einbahnstraße, aus der die Vernunft mich belehrt.

Es ist vielmehr ein Dialog zwischen mir und der Transzendenz und diese entzieht sich meinem vernünftigen Kalkül und Zugriff. Frankls Werk ist lehrreich, möchte man verstehen, was Menschen dazu bringt, ihr Leben Überzeugungen hinzugeben, die befremdlich erscheinen mögen; warum religiöser Eifer für Dinge um sich greift, die so gar nichts Heiliges oder Sakrales an sich zu haben scheinen; warum sich die Fragen des religiösen Menschen von dem, der mit dem Gottesbegriffs nichts mehr anzufangen weiß, im Wesentlichen nicht unterscheiden.

1. Das Wesen der Existenzanalyse & Das geistig Unbewußte

Anlauf nimmt Frankl in den ersten beiden Kapiteln, wie er das häufig tut, mit einer Abgrenzung von seinen tiefenpsychologischen Kollegen und erläutert dabei sein bekanntes Modell der Existenzanalyse. Frankls Entwurf seiner Existenzanalyse darf vor allem als Antwort auf die Atomisierung des Menschen, wie er sie Freud zum Vorwurf machte, verstanden werden (Frankl, S. 9–15)¹.

Dem Fachpublikum dürfte hinlänglich bekannt sein, dass Menschsein für Frankl, verantwortlich zu sein, bedeutet. Allein dort, wo der Mensch sich bewusst entscheidet, also nicht getrieben ist von seinen Trieben und Umständen, kann man vom Sein im eigentlichen Sinne sprechen. Heidegger nennt solches »Dasein«, Jaspers »entscheidendes Sein«. Verantwortung meint bei Frankl gerade nicht ein rein ethisches Konzept der Verantwortung für andere, sondern Verantwortung vor dem Leben: Ein Hinaustreten aus den Bedingtheiten der eigenen Triebe und des Besorgens und ein Anschreißen des Ruders (Frankl, S. 16–18).

Die geistige Existenz besteht für Frankl aus dem Verantwortlichsein und dem Bewusstsein. Beide Existenzialien eint, dass sie jenseits des eigenen Zugriffs liegen. Weder kann ich entscheiden, was mir bewusst

¹ Die Seitenangaben beziehen sich auf die verbreitete dritte Auflage von 1974. Bis auf einige angehängte Kapitel, die aus anderen Schriften kompiliert wurden, ist der Kern, der hier rezensiert wird, zur ersten Auflage unverändert geblieben.

wird, noch wofür ich verantwortlich bin. Berühmt geworden ist so sein Gedanke, dass wir zwar in der Lage sind zu Antworten, die Fragen aber aus einer unverfügbaren Tiefe kommen, die uns vorausgeht (Frankl, S. 22–25).

2. Existenzanalyse und Transzendenz des Gewissens

Diese unverfügbare Tiefe, die Frankl Gewissen nennt, nimmt das Zentrum des Buches ein. Drei Kapitel, die ich mit besonderem Interesse lese, drehen sich um die Frage nach dessen Ursprung und seiner Wirkung. Wie ist das Gewissen als präreflexives Urphänomen existenzanalytisch zu verstehen?

Über unser Gewissen verfügen wir nicht. Wir können es nicht bekneipen, nicht hintergehen, nicht verleugnen, es ist in den Tiefen unserer Person unserem Zugriff entzogen, wirkt von dort aus aber immer wieder in unser Leben hinein. Wie Paul Ricoeur, der die wohl ambitionierteste Phänomenologie des Willens schrieb, weist auch Frankl darauf hin, dass das Gewissen ein irrationales und nicht vorhersehbares Moment der Einwilligung in sich trägt, das nachträglich, entgegen allen wohlüberlegten Urteilen und Pläne, das eigene Handeln revidieren kann. Das Gewissen ist dasjenige in unserem Handeln, das uns vorausgeht, uns zur konkreten Verantwortung ruft und zugleich mit unserer Entscheidung allein lässt. Es öffnet Möglichkeiten, drängt uns aber anders als ein Instinkt oder Trieb nicht in eine der Türen, sondern lässt uns die Wahl, welche wir durchschreiten. Das Gewissen, auch das könnte man sagen, ist Antrieb aller Veränderung, transzendiert es doch die Möglichkeiten, die dem Bewusstsein vor Augen stehen, und imaginiert es, wie die Zukunft sein soll. Es sieht, ähnlich wie es die Liebe am geliebten Menschen tut, die unvollendeten Möglichkeiten. Es sagt trotzdem Ja zum Leben, ganz gleich wie es um die Umstände im Hier und Jetzt bestellt ist (Frankl, S. 26–31).

Wie für seine Zeit üblich, sieht er das vornehmliche Mittel zur Analyse des Geistigen und damit den Ort, an dem das Gewissen zu uns spricht, in der Traumdeutung. Einige seiner Schlüsse und die Beispiele scheinen heute forciert und konstruiert. Zutreffend bleibt aber, was er an einigen implizit oder explizit religiösen Träumen aufzeigt: Religiosität ist eine höchst intime Angelegenheit und bleibt daher oftmals verborgen oder kommt nur auf dem Umweg des Traumes ins Bewusstsein. Intim ist die Religiosität auf zweierlei Weise: sie ist dem Menschen das Innerste, der Grund seines Unbewussten und zugleich der schützenswerte Kern seines Selbst, das unter dem Schutz der Scham steht. Wo sie verborgen wird, geschieht dies immer auch zum Schutz der Integrität des unbewusst Geistigen. Freud und Adler hätten dies verkannt, schreibt Frankl. Sie hätten versucht das Religiöse zu entwerten und als etwas Unpersönliches zu entlarven: Freud als Sublimierung von Libido (als archaisches Unbewusstes), Adler als etwas Man-haftes, dem alle unterworfen sind (als kollektives Unbewusstes). Frankl beschriftet einen entgegengesetzten Weg: Die Religiosität, in der sich unser Gewissen Bahn bricht, ist nicht unpersönlich triebhaft oder unpersönlich kollektiv, sondern essenziell geistig. Sie ist nicht die unbewusste Hülle, die es abzutragen gilt, um an den Kern der Person zu gelangen, sondern selbst dieser Kern (Frankl, S. 34–44).

Mit der existenzanalytischen Beschreibung des Gewissens im Rücken ist es zum unbewussten Gott kein weiter Weg mehr. Der Mensch ist nach Frankl in seinem Willen frei. Diese Freiheit lässt sich negativ (Wovor?) und positiv (Wozu?) bestimmen. Frei ist der Wille vor dem Getriebensein durch die eigenen Triebe, frei ist der Wille dazu, Verantwortung zu übernehmen und Gewissen zu haben (Frankl, S. 45). Das Gewissen versteckt sich nicht irgendwo in uns und kann nicht hervorgeholt oder aus uns herauspräpariert werden, denn es bricht aus der transzendenten Dimension hervor. Es ist die Stimme von etwas oder jemand anderem. ›Person‹ ist damit ganz aus seinem etymologischen Ursprung heraus zu verstehen: Die Persona ist die Maske, durch die hindurch eine Stimme tönt. Sie hat ihren Ursprung im Transzendenten. Wer die Stimme, also die geistige Dimension des Menschen, psychologisch in die Ebene des Seelischen hinabprojizieren möchte, macht

den Menschen zur Monade, zur resonanzlosen Einheit. Das »Du« bei Martin Buber, der »Andere« bei Emmanuel Levinas sind Chiffren für den Ursprung dieser Stimme außerhalb des Ichs.

Frankl nennt nun den Menschen irreligiös, der die Stimme des Gewissens in der eigenen Psychologie verortet. Wer aber erkennt, dass die Stimme des Gewissens, das so wesentlich ausmacht, wer wir sind, außerhalb von uns ihren Ursprung hat, hört Gott sprechen. Der irreligiöse Mensch hat freilich ebenso ein Gewissen wie der religiöse – nur fragt er eben nicht weiter nach dem Ursprung dieser Stimme (Frankl, S. 45–48). Mit der Rückkehr zum Gottesbegriff hat Frankl seinem Werk zweifellos einen Bärendienst erwiesen. Es spricht nicht für die Qualität der Rezeption Frankls, dass manche Kritik mit ihm vorschnell fertig ist, weil sie meint, Frankl propagiere eine Rückkehr ins konfessionelle System. ›Gott‹ als Chiffre des Transzendenten, wie wir sie bei dem für Frankl so prägenden Karl Jaspers systematisiert finden, trifft den hier vorgestellten Gottesgedanken deutlich besser als theistische Gottesspekulationen, die in Frankls Werk nirgendwo zu finden sind.

3. Unbewusste Religiosität

Anders als die Psychoanalyse, die im Unbewussten einseitig das Es erblickte, wies die Logotherapie nach Frankl darauf hin, dass zentrale und irreduzible Anteile des Ichs unbewusst sind. Das, was er das Geistige nennt, ist unbewusst, und der Mensch damit nicht gänzlich mittels der Vernunft erschließbar (Frankl, S. 54–55). Ergebnis – nicht Aufgabe – der Existenzanalyse ist es daher oftmals, die unbewusste Religiosität bewusst zu machen. Diese Religiosität ist nicht frei von kulturellen Präformationen und ist zugleich gegen C. G. Jung kein Hervortreten unbewusster, archaischer Urbilder. Wir werden zwar in unsere religiöse Bilderwelt hineingeboren, müssen uns diese aber erst existenziell aneignen. Wo dies nicht geschieht, wird die Religiosität meist in frühesten Stadien verdrängt, weswegen in der Existenzanalyse oftmals Gottesbil-

der hervortreten, die den Vorstellungen eines Kindes entsprechen, insofern im Kindesalter das Religiöse ins Unbewusste verdrängt wurde.

Eine derartige Transzendenzverschüttung wird sekundär eine neurotische Daseinsform hervorbringen, da mit der Verdrängung die allgegenwärtigen Probleme unserer Existenz und der ewigen Realität nicht aufgelöst, sondern nur ins Unbewusste verschoben sind (Frankl, S. 60–62). Gott ist für Frankl immer schon etwas, auf das der Mensch existenziell verwiesen ist. Er ist also nicht unbewusst seinem Wesen oder unserer Anschauung nach, sondern kann unbewusst bleiben, wo das Individuum seine Relation zu ihm verdrängt und ihm diese unbewusst und verborgen bleibt.

Mehrere Irrtümer müssen dabei vermieden werden: Gott ist nach Frankl nicht mit dem Unbewussten oder dem Es gleichzusetzen, wenn das Unbewusste auch Religiosität in sich bergen kann. Dass der Mensch unbewusst mit Gott in Beziehung steht, bedeute keinesfalls, Gott wäre in ihm oder fülle sein Unbewusstsein aus. So kommen auch dem Unbewussten keine Eigenschaften des Göttlichen wie Allwissenheit zu, wie es manch moderner Gnostizismus behauptet.

Den wichtigsten Irrtum in Bezug auf den unbewussten Gott habe C. G. Jung begangen, indem er die unbewusste Beziehung zu Gott in das Es auslagerte. Zwar käme ihm gegenüber Freud der Verdienst zu, das Religiöse im Unbewussten gesehen zu haben, durch die Verlagerung ins Es wurde sie dem Menschen jedoch wieder enthoben und außerhalb dessen Verantwortung und Entscheidungsgewalt gestellt.

Der entscheidende Unterschied besteht darin, dass Jung den Menschen als vom Unbewussten zu Gott getriebenen betrachtet, während Frankl das Moment der Entscheidung des Ichs stark macht. Das Ich ist bei Jung im Grunde gar nicht religiös, sondern allein das Es, womit Religiosität in dessen Schule wieder zu etwas Triebhaftem verkommt (Frankl, S. 55–59).

Frankl macht hinter dem Es der Psychoanalyse das eigentliche geistige Ich aus, das es hinter dem Unbewussten zu entdecken gelte. Das geistige Ich selbst, ist auf ein transzendentes Du verwiesen. Diese existenzielle Ordnung hin auf das Transzendente, nennt Frankl die unbewusste Religiosität. Sie ist in jedem Menschen als eine unbewusste Be-

ziehung zu Gott angelegt und leiht diesem religionspsychologischen Werk den Namen. (Frankl, S. 55)

Die wenigen Kapitel Frankls zur Religiosität als existentielles Verwiesen-Sein auf eine unverfügbare, transzendente Stimme in uns sind für mich zu einem Schlüssel zum Verständnis (quasi-)religiöser Phänomene geworden. Mit ihrer Hilfe gelingt es uns heute zu erklären, wieso Menschen sich einer Sache oder einem Anliegen verschreiben, in etwas Sinn erkennen, ihr Leben für etwas investieren und sich damit andere Möglichkeiten versagen. Wo Kohärenz der inneren Freiheit mit der transzendenten Erfahrung, angesprochen und verantwortlich zu sein, entsteht, sind Menschen bereit relative Freiheiten aufzugeben. Sinn zu finden, was meines Erachtens ein zentrales Anliegen zeitgenössischer Religionen ist, bedeutet somit, sich angesprochen zu wissen von einem transzendenten Gegenüber und in den von diesem an mich ergehenden Anspruch einwilligen zu können.

5. Psychotherapie und Religion

Vor diesem Hintergrund stellte sich Frankl zuletzt die Frage nach dem Verhältnis von Therapie und Religion. Läge es nicht nahe, dass die Psychotherapeutin oder der Psychotherapeut es sich zur Aufgabe machen sollten, das Unbewusste zu heben und die Religiosität ihres Gegenübers aus ihrer möglichen Verschüttung zu bergen?

Frankl widersprach dieser Ansicht vehement. Nicht einmal priesterliche Seelsorge begehe den Irrtum, sie könnte das unbewusst Geistige eigenmächtig hervorholen. Toleranz und Geduld verordnete er dagegen praktizierenden Psychotherapeut:innen. Tolerant müssen gläubige Ärzt:innen gegenüber denen sein, die selbst keine Sprache für ihren unbewussten Gott haben; und die irreligiösen Ärzt:innen gegenüber gläubigen Patient:innen, denn jene haben lediglich eine andere Sprache gefunden für das transzendente Gewissen, das durch alle gleichermaßen spricht. Nur wo der Mensch nicht getrieben wird, sich zu seiner intimen Religiosität zu verhalten, wird sich diese existenzielle Dimensi-

on zeigen. Da die geistige Dimension des Menschen fundamentaler und tiefer liegt als die biologische oder psychologische, irren auch diejenigen, die in der Religiosität eine nützliche Ressource der Genesung erkennen. Wer so denkt, habe schon die Geduld verloren, da er oder sie hofft, mit der Religiosität und damit dem Kern der Geistigkeit eines Menschen arbeiten zu können.

Frankl wies der Religiosität damit eine interessante Sonderstellung im therapeutischen Gespräch zu, die mir aus meiner seelsorglichen Praxis sehr vertraut ist. Sie mag zwar mit der Besserung des Seelenzustands einer Person einhergehen, ja, ein geklärtes Verhältnis zu der eigenen Religiosität spielt sogar eine entscheidende Rolle für die seelische Gesundheit – und doch ist sie Subjekt der Therapie und nicht Objekt. Über sie kann nicht verfügt werden und wer sie hervorzulocken versucht, überschreitet nicht nur eine professionelle Grenze, er oder sie schafft auch ein Abziehbild echter, spontaner Religiosität. Frankl insistierte also darauf, das Hervorbrechen der Religiosität abzuwarten, und sie dann als eines der tiefsten und bedeutendsten Momente der geistigen Person zu begreifen, nicht aber sie zu intendieren. Das Verhältnis zwischen Psychotherapie und Religiosität bleibt folglich ein indirektes und zugleich verworrenes (Frankl, S. 65–69).

Fazit

Ist Frankls Analyse von der existenziellen Dimension des Gewissens und der verborgenen Religiosität in bald 75 Jahren nun gut gealtert? Lässt sich aus ihr noch etwas für ein hochkomplexes 21. Jahrhundert lernen?

Man kann sich des Eindrucks nicht erwehren, und das mag ein Charakteristikum existenzialistischer Literatur im weitesten Sinne sein, dass die Zeit keine wirklich neuen Argumente gegen ihre Erkenntnisse hervorzubringen vermag. Was man am Jargon der Eigentlichkeit kritisieren kann – die mögliche Unzulässigkeit der Segmentierung des menschlichen Daseins in Dimensionen, die Frankl vorschlug, über-

haupt eine wesensmäßige Anthropologie, etc. –, war schon in den 1940er Jahren nicht neu.

Bereits damals war Frankls Kritik keinesfalls aus der Zeit gefallen. Wenige Denker:innen werden so stark mit ihrer persönlichen Biographie in Verbindung gebracht wie Viktor Frankl. Das zeigt auch „Der Unbewusste Gott“ immer wieder. Er verarbeitet darin nicht nur therapeutische Einzelfälle, sondern gibt uns Leser:innen eine Deutung für eine Zeit höchster innerer Unruhe. Im Dritten Reich wurden die religiöse Zugehörigkeit, das Bekenntnis zu einer quasireligiösen Führerfigur, der Widerstand aus Gewissensgründen, das Hoffen auf die Erlösung aus einer grauenvollen Immanenz zu Fragen existenzieller Bedeutsamkeit, die über Leben und Tod entschieden. Heute liegen die Krisen zwar anders und ein Vergleich mit dem Holocaust verbietet sich, doch auch im 21. Jahrhundert lese ich Frankls Buch mit großem Gewinn. Religiöse Zugehörigkeiten, der todesmutige Widerstand aus der tiefen Überzeugung, seinem Gewissen treu bleiben zu müssen, die Verantwortung für die Zukunft spielen im Denken und Handeln heute gleichermaßen eine entscheidende Rolle. Frankl scheint mir dabei auch ein Moment des Innehaltens zu empfehlen. Nicht zu predigen, sondern zuzuhören, was das eigene Gewissen, die unbewusste Stimme der Transzendenz, anbietet.

Was Frankls Beschreibungen von therapeutischer Praxis angeht, so hat er klug Entwicklungen vorausgesehen, mit denen wir heute konfrontiert sind. Wo sich Menschen in Europa und Nordamerika zusehends als spirituell anstatt als religiös identifizieren, die Suche nach „Gott“ bis hin in die theologischen Sprachkonventionen durch die Suche nach „Sinn“ substituiert wird, Menschen ihre Bitten an das Universum richten anstatt an einen himmlischen Vater, gewinnt ein post-traditioneller, konfessionsloser Transzendenzglaube an Bedeutung, der hervorragend mit der Existenzanalyse des Gewissens beschreibbar ist. Weitsichtig und tiefgründig ebnete Frankl bereits Sprachformen den Weg, die die Realität eines Gehalten-seins und Angesprochen-seins durch etwas jenseits des eigenen Geistes beschreiben. Das Interesse an Achtsamkeitspraktiken und meditativer Selbsterfahrung kann phänomenologisch als eine Suche nach dem unbewussten Gott verstanden werden, der die

Dekonstruktion institutioneller Gottesbilder tief verborgen in der geistigen Dimension der Menschen überwintert hat. Vielleicht liegt gerade darin ihre große Stärke, denn wie Frankl zuletzt über die Psychotherapie sagte, kommt hier Religiosität nicht *expressis verbis* vor, sondern es wird Raum gegeben für die spontane, echte Begegnung mit dem geistig Unbewussten. Der ungebrochene Hype um Frankls Bücher und deren Rezeption in sämtlichen Spektren spiritueller Suche unterstreichen diesen Eindruck.

Doch auch Frankls Kritik ist heute noch lehrreich: Der Gedanke, Gott und Religiosität im Sinne einer therapeutischen Ressource zu instrumentalisieren, erfreut sich im wachsenden Sektor der Spiritual Care großer Beliebtheit. Empirische Beobachtungen, dass die Seelsorge Menschen im Krankheitsfall substanzielle Linderung verschafft, führte zu dem, was Frankl befürchtete: Seelsorge wird vereinnahmt als Therapie unter Therapien. Nicht ohne Ambivalenz ist daher das Verhältnis der christlichen Seelsorgetheorie gegenüber der attraktiven Wiederentdeckung des Religiösen im klinischen Sektor. Denn wie der Wiener Psychiater erkannte, lässt sich das Religiöse nicht intentional vereinnahmen oder erzwingen. Frankl wäre wohl der Erste gewesen, der die Sensibilität für die Religiosität in Pflegeeinrichtungen begrüßt hätte, nur eben als Kultur innerhalb des Krankenhauses und nicht als verschreibungspflichtige Intervention. Die Präsenz von Expert:innen für das (unbewusst) Religiöse eröffnet Räume für ungeahnte Heilungspotenziale, wo man sie zur Entfaltung kommen lässt. In dieser Frage gibt es nach Frankl keine Gesunden oder Kranken, verbietet sich die Objektivierung von Patient:innen. Seine Ansicht, alle Menschen im medizinischen Sektor bedürfen einer seelsorglichen (Grund-)Ausbildung, ist nur vor diesem Hintergrund zu verstehen. Meine eigene seelsorgliche Praxis bestätigt diese Überzeugung immer wieder: Erst wo Seelsorgesuchende sich nicht als Objekt des Gesprächs erfahren, sondern als selbstbestimmte Subjekte ihres Lebens auftreten, wo sie ihre Verantwortung erkennen und übernehmen, tritt echte Besserung ein.

Solche Räume in unseren Begegnungen zu schaffen, dürfte eine zentrale Aufgabe jeder Logotherapeutin und jedes Seelsorgers sein. Ein Bewusstsein dafür zu bekommen, wie unterschiedlich und doch gleichar-

tig die dabei zutage tretenden Überzeugungen ausschauen können, ist „Der unbewusste Gott“ bis heute eine grandiose Einführung.

III. ESSAY

Otto Zsok

Wozu soll Krieg „gut“ sein?

Ein Essay.

Affiliation: Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse gGmbH,
Hauptstr. 9, D – 82256 Fürstenfeldbruck

Corresponding author: zsok@logotherapie.de, si@logotherapie.de

Motto: „Die anständigen Menschen sind in der Minorität. Vielleicht in einer ewigen Minorität, in einer immer scheiternden Minorität. Gerade deshalb kommt es auf jeden einzelnen Menschen an; gerade deshalb ist jeder einzelne wichtig“ (Frankl, 1946) Und:

„Politiker und ihre Anhänger, die sagen, ihr Land sei das größte – oder die sich wünschen, dass ihr Land das größte ist –, sind Kleingeister.“ Denn: „Das Größte ist entweder eine Welt, in der wir alle friedlich koexistieren können, oder gar nichts“ (FERENCZ 2020, S.139).¹ Und:

„Kriege sind unter allen Umständen teuflische Krankheiten am Menschheitskörper“ (Bô Yin Râ).

Jeder Einzelne, der sich anständig benimmt, ist wichtig, ja! Und: Die Anständigen scheinen, seit Jahrhunderten, in der Minorität zu sein. Und dennoch kommt es auf jeden einzelnen anständigen Menschen an, lehrt Viktor Frankl. Und Benjamin Ferencz spricht ganz klar von „Klein-

¹ Benjamin Ferencz, Jg. 1920, war einer der Chefankläger bei den Nürnberger Prozessen 1946. Er leitete Bemühungen um die Rückgabe gestohlenen Eigentums an Holocaust-Überlebende und nahm an den Reparationsverhandlungen zwischen der BRD und dem Staat Israel teil. An der Etablierung des Internationalen Strafgerichtshofs in Den Haag (2002) war er maßgeblich beteiligt.

geistern“ mit Blick auf diejenigen, die sagen oder sich wünschen, dass ihr Land das größte sei. Im dritten Zitat aber werden Kriege als teuflische Krankheiten charakterisiert, die im Organismus der einen und ganzen Menschheitsfamilie auf Erden unsagbare Schäden zufügen: Zerstörungen des organisch Gewachsenen und Wunden in vielen Seen, die Jahrzehnte später noch bluten und wehtun.

Seit dem Ausbruch des Krieges in der Ukraine, gegen die Ukraine, (24.02.2022), habe ich mich in den vergangenen 70 Tagen öfter gefragt: Kann ich einen Sinn in diesem Krieg erkennen? Dieselbe Frage bezieht sich auch auf den Syrien-Krieg und auf alle anderen Kriege der Gegenwart. Wozu sollen Kriege gut sein? Die Wozu-Frage ist die Sinn-Frage schlechthin, die zentrale Frage der Logotherapie und Existenzanalyse. Wozu fordert mich dies und jenes heraus, was ich gerade erlebe, was mir gerade widerfährt? Um was zu tun? Oder um was zu lassen? Aus meiner Sicht habe ich für mich seit dem Ausbruch des Ukraine-Krieges vier Ansätze einer Antwort gefunden: spenden, beten, schreiben und mich mit Freunden auszutauschen.

Würde Viktor Frankl noch auf Erden weilen, was würde er – der vier KZ überlebt hat – zu unserer europäischen Situation jetzt, in der Mitte des Jahres 2022, sagen? Würde er den oben zitierten Gedanken erneut bringen und besonders betonen? ... Ja, möglicherweise. Aber welche Einzelne kämen da in Betracht, die wirklich fähig und mächtig genug sind, diesen Krieg zu stoppen? ...

Am Karfreitag diesen Jahres (15.04.2022) haben sich viele Menschen gefragt und über den Krieg in der Ukraine reflektiert: Warum? Wieso? Haben wir nicht genügend Probleme in Europa – Klimawandel, Migration, Korruption, Antisemitismus, Hass-Ströme ...? Brauchen wir noch den Krieg? Haben wir aus den zwei Weltkriegen in Europa nichts dazugelernt? ... Es scheint der Fall zu sein, dass ähnlich den physischen Krankheiten des Körpers, die sich oft nicht vermeiden lassen, auch Kriege als unvermeidbar gelten, die das Zusammenleben der Menschen bis in die Fundamente hinein erschüttern. Dass dabei in den meisten Fällen im Namen einer nationalen Sicherheit, einem volkseigenen Anspruch auf mehr Raum oder im Namen einer Ideologie des Größen-

wahns operiert wird, [es sind immer Einzelne, die solche „Operationen“ initiieren und in Gang halten], stets wird das Endresultat das sein, was der Zweite Weltkrieg uns vor über 77 Jahren vor Augen geführt hat: Zerstörung, Untergang, unfassbares Leid.

Eine in Logotherapie gebildete Frau und Mutter schrieb mir am Karfreitag: „Muss das Leid des Karfreitags immer einer Erlösung vorausgehen? Müssen wieder Tausende und Abertausende Menschen Qualen erleiden und mit dem Leben bezahlen für die boshafte Bösartigkeit von Kriegstreibern? Wie in solchen Verstrickungen den Weg der Liebe finden?“

Ja, eine Geburt ist fast unaushaltbar schmerzvoll und ich kann mich erinnern, dass nach 14 Stunden, als unser Erstgeborener endlich geschlüpft war, mir die Worte ‚es ist vollbracht‘ in den Sinn kamen, in einer glücklichen, erleichterten Dankbarkeit. War ich nun auch ja eine ‚Neue‘ geworden, nämlich Mutter. Aber all das habe ich gewollt und aus dem Tiefsten bejaht. Also auch die – wenn auch unbekannt, aber doch um ihre Existenz wissenden – Schmerzen.

Aber so ein weltpolitisches Narrenspiel? Wer kann bejahen, dass diese sinnlosen Schmerzen und das Kriegsleid von Generationen für die Geburt eines neuen Miteinanders, eines friedlichen Europas notwendig sein soll?

Ich werde mich nun auf den Weg machen, die liturgische Passionsgeschichte zu hören, vielleicht ist dort die Idee einer Antwort oder wenigstens einer Weichenstellung zu vernehmen.“

Die Fragen dieser Frau habe ich auf mich wirken lassen, nachdem ich sie mir, schon Wochen davor und seit dem Ausbruch des Krieges, ebenso und immer wieder gestellt habe. Aus der Intuition heraus fand ich, für mich, folgende Ansätze einer möglichen und keineswegs befriedigenden Antwort, die in mehreren Sätzen skizziert wird:

Nein, das Leid des Karfreitags muss nicht immer einer Erlösung vorausgehen. Die Führung Russlands, die EU und die USA hätten sehr wohl weiterverhandeln können, um das mehr oder weniger künstlich aufgeblasene „Ukraine-Problem“ oder einer angeblichen Bedrohung

Russlands durch die Nato [was überhaupt nicht stimmt!] friedlich zu lösen. Es wurden auch sehr viele Versuche der Diplomatie gestartet, die aber die russische Seite ins Leere hat laufen lassen. Demnach haben dieses Leid einige wenige, einzelne Menschen – aus ihrem freien Willen – generiert. Es war nicht naturnotwendig und es hätte vermieden werden können. Der freie Wille aber kann, wenn er nicht von der Verantwortung „für“ ausbalanciert wird, und wenn er sich nicht als ein Wille zum Sinn versteht, einen und auch viele Menschen in den Abgrund ziehen. Der freie Wille kann sich mit dem Gedanken der Vernichtung verknüpfen und diesen Gedanken in die Praxis umsetzen.

Weiter: Ja, die boshafte Bösartigkeit einzelner Kriegstreiber, die irgendwo in einer geschützten „Zentrale“ sitzen und Befehle erteilen, so dass wieder Tausende und Abertausende Menschen enorme Qualen, Hunger und Tod erleiden, ist Folge des freien Willens, der, losgelöst vom ontologischen Grund des Willens – losgelöst vom Willen zum Sinn und nicht verbunden mit der seelischen Empfindungsfähigkeit – nur sich selbst als einen *Willen zur Macht* will. Es ist mehr als wahrscheinlich, dass die Hintergründe des aktuellen Kriegsgeschehens in Europa mit der Psychologie von Alfred Adler erklärt werden können. Die Konzepte der Minderwertigkeit und des Willens zur Macht spielen in diesem Kontext eine zentrale Rolle. Wenn wir dies alles mit Viktor Frankl als die „subhumane Ebene“ bezeichnen wollten, hätten wir das *Erdenmenschentier* vor uns, dem es nicht zu gelingen scheint, seine Direktiven sich vom in jedem einzelnen menschlichen Individuum ebenfalls vorhandenen *Geistesmenschen* geben zu lassen, da das Subhumane in ihm die Leitung (oder Missleitung) übernommen hat.

Ich spreche also sowohl vom **Erdenmenschentier** wie auch vom **Geistesmenschen** und füge sofort hinzu: Beides ist in uns, in jedem einzelnen Menschen potenziell da, wirksam, fühlend, handelnd und urteilend, mal sehr positiv und sinnvoll, mal sehr negativ und sinnwidrig, je nachdem (und jetzt formuliere ich in der ersten Person Singular): Je nachdem, welchen Bereich ich in mir selbst füttere, pflege und hege, kommt in mir mehr das Erdenmenschentier oder der Geistesmensch zum Vorschein. Es ist einerseits nicht möglich, zu behaupten, dass in

Adolf Hitler der Geistesmensch zum Vorschein gekommen ist. Es ist andererseits ebenso nicht möglich, zu behaupten, dass in Michail Gorbatschow das Erdenmenschentier zum Vorschein gekommen ist.

Mit Frankl gesprochen: Das Böse ist ubiquitär, überall und in jedem, aber nicht in jedem gelangt es zur zerstörerischen Auswirkung. Das ist das eine. Das andere lautet: Auch das Gute ist ubiquitär, überall und in jedem Menschen zu finden, in seinem innersten Wesenskern, in seinem **Ich im Licht** zu erfühlen, aber nicht in jedem manifestiert sich das Gute in derjenigen überaus hohen Strahlgewalt, die in den **vier maßgebenden Menschen** greifbar und fühlbar wurde: in SOKRATES, in BUD-DHA, in LAO-TSE und ganz exzeptionell in der Gestalt des JESUS VON NAZARETH.

Dieses Quartett der Licht-Gestalten lässt heute noch alle, die „sehen“ wollen, erkennen, dass der Weg des humanen sinnerfüllten Gelingens unseres Lebens, im Diesseits wie im Jenseits, mit der Überwindung (und nicht Abschaffung) des Erdenmenschentieres in uns zu tun hat: mit einer Wandlung der Gesinnung, der Stärkung der seelischen Empfindungsfähigkeit, dem Waltenlassen des Gefühls des Herzens, das, wie Frankl sagt, viel feinfühlicher sein könne als der Verstand scharfsinnig, und mit dem kontinuierlichen Streben nach mehr Geistes-Licht. Nur mit dem Verstandes-Licht haben wir zwar eine enorme technische Entwicklung zustande gebracht und damit auch Atombomben und Nuklearwaffen, mit denen wir uns selbst auslöschen können. Für die Herrschaft dessen, was Frankl den *Humanissimum* nennt, also mit Blick auf die Herrschaft des Geistesmenschen über das Erdenmenschentier in uns, brauchen wir den lebendigen Kontakt mit dem Geistes-Licht in uns selbst. Hierzu aber sind Stille, Meditation, Sammlung nach innen und Gebet unerlässlich, wonach wir dann und wann, vielleicht, die kleine Erleuchtung erlangen. Das Niveau des erleuchteten Buddha werden wir zwar nicht erreichen, doch schon die kleine Erleuchtung, sofern sie in vielen einzelnen Menschen stattfindet, würde es unmöglich machen, zu denken, dass Kriege irgendwelche Probleme lösen könnten.

Solch eine sinnwidrige Vorstellung nämlich können nur Menschen haben, in denen das Erdenmenschentier sich vom Geistesmenschen so

weit entfernt hat, dass das Geistige in ihnen ihr latent dennoch vorhandenes seelisches Bewusstsein nicht mehr erreicht. Oder: Die hier Gemeinten haben sich gegen ihr eigenes Gewissen entschieden. In dieser heillosen, dunklen, der tierischen Somnambulität ähnlichen und sehr gefährlichen Situation befinden wir uns auf Erden jedes Mal, wenn Mitglieder einzelner Regierungen, welcher Nation auch immer, einen Krieg mit Waffen, Gewalt und Zerstörung initiieren, vorantreiben und unbarmherzig, koste was es wolle, zu Ende führe wollen, wobei dieses „Ende“ u.U. und angesichts eines möglichen nuklearen, atomaren Krieges den Niedergang der Zivilisation oder (mit Oswald Spengler gesprochen) den „Untergang des Abendlandes“ bedeuten könnte.

Ja: Es kommt immer wieder auf die Einzelnen an, darauf, ob sie anständig sind oder nicht. Schon Carl Friedrich Goerdeler (1884–1945), den die Nazis hingerichtet haben, sagte: Das größte Problem sei die Wiederherstellung des einfachen menschlichen Anstandes. In diesem Duktus äußerte sich auch Viktor Frankl, sagend, es gibt letztlich nur die „Rasse“ der anständigen und die „Rasse“ der unanständigen Menschen. Und er fügt hinzu:

„Und die ‚Rassentrennung‘ verläuft quer durch alle Nationen und innerhalb jeder einzelnen Nation quer durch alle Parteien. (...) Dass die anständigen Menschen in der Minorität gewesen sind und wahrscheinlich auch bleiben werden – damit müssen wir uns abfinden. Gefahr droht erst dann, wenn ein politisches System die Unanständigen, also die negative Auslese einer Nation, an die Oberfläche schwemmt. Dagegen aber ist keine Nation gefeit, und in diesem Sinne ist auch jede Nation holocaustfähig!“ (FRANKL 2002, S. 2002, S. 299).²

Eine für mein Dafürhalten aufrüttelnde Feststellung, die angesichts des Ukraine-Krieges die blutige Realität des Völkermordes mitten in Europa – und nur 77 Jahre nach Beendigung des Zweiten Weltkrieges – fühl-

² Der Text ist ein Teil der Rede, die Viktor Frankl am 10. März 1988 vor 35.000 Zuhörern auf dem Wiener Rathausplatz gehalten hat. Es war im Rahmen einer Gedenkundgebung anlässlich des Hitler-Einmarsches vor 50 Jahren.

bar macht und viele Menschen in Ohnmacht versetzt. Zugleich lässt die Sinn-Botschaft von Frankl auch diese Wahrheit erkennen:

Wenn viele Einzelne innerhalb einer Nation oder eines Kontinents „anständig“ sind, entsteht durch ihre Anständigkeit ein Kraftfeld des Friedens, des Wohlwollens, der Solidarität und des kooperativen Miteinanders. Dann erst, wenn viele Einzelne an sich selbst gearbeitet und sich in diesem Sinne gewandelt haben, kann eine lang andauernde Epoche des Friedens und der Prosperität auf unserem Planeten entstehen. An sich selbst lange arbeiten, heißt aber: dem Neid, dem Hass und der unbarmherzigen Härte im Herzen keinen Raum geben; der Angst mit dem Kontrapunkt des Vertrauens entgegenwirken; nicht mit dem Gedanken spielen, dass der Einsatz von Atomwaffen irgendein Problem lösen könnten. Vor allem Personen aus dem Militär und der Politik, aber auch dem Bereich der Medien sind eingeladen, solch einen Gedanken nicht aufzuwärmen und nicht in endlosen Talk-Shows zu zerreden.

Was sich bisher, nach etwa 75 Tage des Krieges gezeigt hat, ist dies: Institutionen – vom Vatikan bis zur letzten und kleinsten christlichen und nicht christlichen Gemeinde – können nur sehr begrenzt Heilsames bewirken, da sie primär auf die eigene Selbsterhaltung ausgerichtet sind. Sogar die UNO, die internationale Gemeinschaft, erweist sich als zu schwach, um substantiell zu intervenieren und dem Krieg ein Ende zu setzen. Und dort, wo die sogenannte „geistliche“ Macht sich mit der politischen Macht verbündet, – wie dies aktuell der Patriarch von Moskau mit dem Kreml-Führer tut, – und dazu noch der politischen Macht eine „metaphysische“ Bedeutung gibt, dort ist der Weg des Unheils schon im allerersten Schritt vorgezeichnet. Auch hier gilt: Nur die Einzelnen, die darin involviert sind, können zuletzt ihre Verstrickung auflösen und zum wirklichen soziaethischen, spirituellen wie materiellen Wohl der eigenen Nation wirken – jeder auf seinem Gebiet.

Wir kennen aus der Geschichte des Abendlandes die heillose Verstrickung zwischen „Thron und Altar“ (Kaisertum und Papsttum); wir kennen aus dem arabischen Raum die Verstrickung zwischen Politik und Koran; wir kennen die Verstrickung zwischen der Ideologie der höherwertigen arischen Rasse und den „Architekten des Holocaust“ –

und in all diesen und weiteren, hier nicht mehr genannten ähnlichen Konstellationen hat sich hundertmal gezeigt: Dieser Weg führt in den Abgrund. Wir müssen uns erneut und viel intensiver darauf besinnen, was Viktor Frankl vor Jahrzehnten mit einem von ihm neu kreierten Begriff prophetisch angedeutet und gelehrt hat:

*So wie die Menschheit vor Tausenden vor Jahren den Monotheismus, den Glauben an den einen Gott hervorbrachte, so ähnlich müsse jetzt ein weiterer Schritt folgen, nämlich, dass auf Erden nur eine Menschheit lebt. Der Glaube an die eine Menschheitsfamilie heißt: **Monanthropismus**. Das durchgeführte Wissen um die nicht verhandelbare Würde aller Menschen, welche jenseits der Hautfarbe und Parteizugehörigkeit gegeben ist, macht den Weg für die Gestaltung einer Weltgemeinschaft frei und kann sehr wohl als Programm und als Einladung für eine friedliche Welt aufgefasst werden (vgl. FRANKL 2020, S. 236).*

Am 09. Mai 2022 hat man sich in Europa – in Moskau ebenso wie in Berlin und Paris – daran erinnert, dass die Alliierten Nazi-Deutschland zu bedingungsloser Kapitulation gezwungen und somit dem Zweiten Weltkrieg ein Ende gesetzt haben. Natürlich wurden in Moskau die Akzente anders gesetzt als in Berlin und Paris. Natürlich hatten die Sowjets damals einen Löwenanteil daran, dass das Nazi-Regime besiegt werden konnte. Das entspricht der historischen Wahrheit, wie andererseits nicht der Wahrheit entspricht, dass in dem „Bruderland“ Ukraine Faschisten herrschen, weshalb sich Russland verpflichtet fühle, den alten Krieg von damals gegen die Nazis heute fortzusetzen. Dieses Narrativ ist Propaganda und irreführend. Dieses Narrativ entspringt nicht aus dem sinngerechten Denken.

Jedenfalls haben vor 77 Jahren alle gedacht: Die Lektion ist nun gelernt, aus Europa wird „nie wieder“ noch ein Krieg ausgehen. Wir haben uns alle geirrt, denn solange das Böse in uns selbst nicht besiegt ist, werden es immer wieder Kriege geben: sinnwidrige, zerstörerische und auch sinnlose Kriege. Ich behaupte sogar, dass Kriege sich noch auf Jahrhunderte hinaus nicht vermeiden werden lassen, da in vielen Menschen das Erdenmenschentier die Dominanz über den Geistesmenschen übernommen hat und, weil in vielen Kreisen durch eine bestimmte

ideologisch gefärbte Erziehung der Hass in den Herzen der Kinder und Jugendlichen eingepflanzt wird. Doch Hass ist unter allen Umständen zerstörend, und wenn sehr viele einzelne innerhalb einer Nation sich dem Hass verschreiben, bereiten sie den nationalen Selbstmord vor. Der Unterschied zu den früheren Kriegen besteht darin, dass heute, im Jahre 2022 und später, ein dritter Weltkrieg die Vernichtung der Menschheit auf Erden bedeuten würde.

Man hat in Europa mit einigen guten Gründen gesagt, wir hätten nach der Beendigung des Zweiten Weltkrieges am **08. Mai 1945** endlich ein Stadium des Friedens und eines angeblich höheren Bewusstseins erreicht, wonach es nicht mehr vorstellbar sei, dass wir in Europa noch einmal einen Krieg auslösen und anzetteln. Mit „wir“ meine ich zunächst und primär diejenigen, die, in welchem Land auch immer, einen Krieg tatsächlich auslösen. Zwar trifft es zu, dass in Europa fast 77 Jahre weitgehend Frieden herrschte, es trifft aber ebenfalls zu, dass in einzelnen Ländern Europas, wenn auch regional begrenzt, Kriege stattgefunden haben. Und jetzt zähle ich Beispiele nur aus Europa auf:

Jugoslawien-Kriege dauerten von 1991 bis 2001. Hierzu in Kürze: In Srebrenica geschah während des Bosnienkrieges eines der grausamsten Ereignisse der Jugoslawienkriege. Das Massaker wird heute vom UN-Kriegsverbrechertribunal für das ehemalige Jugoslawien als Völkermord definiert. Blauhelmsoldaten der UNO hatten in Srebrenica 1995 eine UN-Schutzzone errichtet. Dennoch konnte der serbische General Ratko Mladić mit serbischen Milizen 30 000 muslimische Einwohner von Srebrenica aus der Schutzzone der Vereinten Nationen regelrecht abtransportieren. 8000 von ihnen, fast ausschließlich Jungen und Männer, wurden von den Serben regelrecht abgeschlachtet. Die von mir sehr hochgeschätzte **Carla del Ponte**, die frühere Chefanklägerin des Internationalen Gerichtshofes in Den Haag, konnte mehrere Hauptverantwortliche hinter Gitter bringen (DEL PONTE 2021). Weiter:

Tschetschenien-Kriege, der erste von 1994 bis 1996, der zweite dann 1999, wobei zum zweiten Krieg von Insidern gesagt wird: Nachdem die Situation in Dagestan erneut eskalierte und es zu intensiven kriegeri-

schen Auseinandersetzungen gekommen war, verübten Attentäter in Russland im September Sprengstoffanschläge auf Wohnhäuser in Moskau und anderen Städten bei denen mehrere Hundert Menschen ums Leben kamen. Die Urheber dieser Anschläge wurden nie ermittelt. Der frühere KGB- und FSB-Mitarbeiter, der später vergiftete Alexander Litwinenko, behauptete mehrfach, die Anschläge seien vom russischen Geheimdienst FSB verübt oder angestiftet worden, um einen Vorwand für einen zweiten Tschetschenienkrieg zu liefern und den Präsidentenwahlkampf Wladimir Putins zu unterstützen (nach Wikipedia).

Georgien-Krieg (2008), **Besetzung der Krim** (2014), angeblich ohne Blutvergießen ... **Donbass-Krieg** ... und zuletzt der **Ukraine-Krieg** (seit dem 24. Februar 2022). Das, was die Erzväter Europas – Robert Schuman, Jean Monnet, Alcide de Gasperi und Konrad Adenauer – ursprünglich anvisiert haben, ist zwar teilweise innerhalb der EU eine gute Realität geworden, zugleich aber haben sich seit etwa 2005 innerhalb der EU – in etlichen Ländern – nationalistische und rechtsextremistische Bewegungen stark gemacht, die zum Ziel haben, die liberal-demokratische Ordnung und das bisher mühsam Erreichte in der EU zu zerstören. Sind wir schon in der Phase, in der der verbitterte Kampf zwischen der Autokratie und Demokratie tobt? Nicht nur die chinesische Führung vertritt diese Ansicht. Viktor Frankl war der Ansicht, der ich mich anschließe, „dass es im Grunde nur zwei Stile von Politik gibt“ oder „nur zwei Typen von Politikern: die einen sind diejenigen, die glauben, der Zweck heiligt die Mittel, und zwar jedes Mittel ... Die anderen Politiker wissen sehr wohl, dass es auch Mittel gibt, die selbst den heiligsten Zweck zu entweihen vermöchten.“ (FRANKL 2002, S. 300).

Den ersten Typus von Politikern nenne ich: Typus A. Und es ist nicht nur Donald Trump, der diesem Typus zugeordnet werden kann. Mindestens fünf solche autokratische „Typen“ wirken heute auch bei uns in Europa, wobei ihr Wirken nicht als sinnvoll bezeichnet werden kann. Den zweiten Typus von Politikern nenne ich: Typus B. Und es ist dieser Typus von Politikern, dem Frankl zutraut, auf „die Stimme der Vernunft“ zu hören und ihr zu entsprechen. Auch diesen Typus trifft man in der EU an. Werden es die Wenigen, die diesem Typus angehören,

schaffen, die Stimme der Vernunft zum Sieg zu verhelfen? Trauen wir es ihnen zu – in der Kraft der großen Hoffnung.

Es geht mir in diesem Essay um Fakten über die man im Grunde keine „alternative Meinung“ haben kann, denn Fakten lassen nur eine Aussage zu: Ja, es ist so. Das schließt nicht aus, dass spätere, wohlbegründete politische und historische Analysen bisher nicht bekannte Hintergründe auch über den Ukraine-Krieg zu Tage fördern, doch die Faktenlage schließt es aus, die bisher schon bekannten Tatsachenwahrheiten zu leugnen.

Der Ukraine-Krieg tobt seit über zwei Monaten, [Stand: 17. Mai 2022], und fern der Wahrheit sind diejenigen, die behaupten, man hätte die diplomatischen Kanäle nicht ausreichend genutzt, um diesen furchtbaren Krieg zu verhindern. Demgegenüber ist es Tatsache: Etliche Diplomaten und Regierungschefs des Westens haben mit dem Kreml-Chef Verhandlungen zu führen versucht, um auf ihn positiv einzuwirken, doch alle Versuche sind gescheitert, weil er schon im Herbst 2021 die Entscheidung für den Krieg getroffen hat – unterstützt von, sagen wir ca. 100 hochrangigen Militärs, von reichen Oligarchen und von zwei besonderen „Flüsterern“, (Alexander Dugin und Ivan Iljin), die ihm im Namen einer panslawischen Ideologie motiviert haben, die alte Glorie des zerfallenen Sowjetreiches wiederherzustellen, da Russland eine „besondere Mission“ in der Geschichte habe, die auch einen Krieg rechtfertige. Und dass dabei auch der Moskauer Patriarch eine nicht-christliche Rolle spielt, zeigt einmal mehr, wie perfide die Religion missbraucht werden kann.

Es ist nicht wahr, dass man nicht genügend auf diplomatischem Wege versucht hätte, Putin von seinem Vorhaben abzubringen. Freilich bleibt es richtig, weiterhin und immer wieder – heute, morgen und übermorgen – diplomatische Gespräche einzufordern, zu initiieren, wenn auch relativ unwahrscheinlich ist, dass Putin einlenken wird. Dennoch empfiehlt auch der prominente indische Denker, Essayist und Schriftsteller, Pankaj Mishra (Jg. 1969), die Verhandlung mit Putin zu suchen und sagt u.a.:

Die Krise in Europa erinnere ihn an die westliche Reaktion auf 9/11: Die Fanatiker der al-Qaida haben am **11. September 2001** sehr viele Menschen getötet und enormen Schaden angerichtet. Noch größeren Schaden habe die dumme Reaktion, die Eröffnung eines Krieges gegen den Terror, angerichtet, eines Krieges „in den so viele Staaten einbezogen wurden und der in Niederlage und Demütigung und im politischen Zerfall ganzer Weltteile endete.“ Und dann: „Wladimir Putin geht einer sicheren Niederlage entgegen, genau wie vor mehr als 20 Jahre al-Qaida.“ Und dennoch: „Es gibt keine Alternative zum Verhandeln. Schauen wir zu: Was haben die Amerikaner in Afghanistan getan? Sie haben verhandelt. Sie haben mit genau den Leuten verhandelt, die sie ursprünglich vernichten wollten.“ Und er hebt noch hervor: „All die Groß- und Mittelmächte, [USA, Sowjetunion, Großbritannien, Frankreich, Deutschland, China, Indien, Japan, Brasilien], ob sie nun früher oder später in der Moderne angekommen sind, haben sich entsetzlicher Verbrechen schuldig gemacht, von Sklaverei und Imperialismus bis hin zu Angriffskriegen und Völkermord. Tun wir jetzt nicht so, als wäre jemand unschuldig“, wobei, so Pankaj Mishra, sicher Putin derjenige war, der das Nachbarland überfallen hat. Und dennoch, sagt Pankaj Mishra weiter, wisse auch Selenskyj, „dass er Verhandlungen nicht abschließen kann.“ Über die neu gefundene Einigkeit des Westens sagt der Inder Pankaj Mishra:

„Wenn diese Einigkeit des Westens sich darin erschöpft, Russland und damit viele von Russland abhängige Länder zu bestrafen, dann ist das eine negative und letztlich destruktive Einigkeit. Wenn sie aber auf etwas Größeres zielt, eine Reflexion darüber, wie man solche Situationen künftig verhindern kann, dann wäre das großartig. *Alle müssen darüber nachdenken, welche Fehler sie gemacht haben.*“ (DER SPIEGEL, Nr. 18, 30.04.2022)

Und hier wiederhole ich noch einmal die Worte von Benjamin Ferencz:

„Politiker und ihre Anhänger, die sagen, ihr Land sei das größte – oder die sich wünschen, dass ihr Land das größte ist –, sind Kleingeister. Das Größte ist entweder eine Welt, in der wir alle friedlich koexistieren können, oder gar nichts. Menschen, denen nur ihre eigene Nation

am Herzen liegt, klingen wie Kinder, die sich über ihre jeweilige Ecke auf dem Spielplatz streiten.“ [Genau das ist die Ebene des Erdenmenschentieres, füge ich dazu]. „Und Menschen, die sagen, eine geeinte Welt sei nicht möglich, fehlt entweder die Vorstellungskraft oder sie profitieren vom Status quo.“ (FERENCZ 2020, S. 139) – Hier höre ich die Stimme des *Geistesmenschen*, der ebenso klar ausspricht:

„Man kann Probleme nicht lösen, indem man Unschuldige tötet.“ Und: „Wir befinden uns in tödlicher Gefahr, wenn wir den Krieg über das Recht stellen. In unserem heutigen Cyberspace-Zeitalter gilt, dass der nächste Krieg auch der letzte sein wird. Er wird dem Leben auf der Erde ein Ende bereiten. Wir alle müssen den Krieg ächten, möglichst schon in ganz jungen Jahren. Wie wir das schaffen? Das lässt sich mit nur einem Wort beantworten: langsam.“ (FERENCZ 2020, S. 136f)

Ja, langsam, und durch eine umfassende Bildungsoffensive sowie durch die Erweckung der bisher verkümmerten seelischen Empfindungsfähigkeit, die, einmal geweckt, imstande ist, Wahrheit und Wahn mit sicherer Zuverlässigkeit zu unterscheiden. Außerdem ist diese erweckte seelische *Empfindungsfähigkeit* überhaupt die erste Voraussetzung, dass einzelne Menschen erhellende und lebensfördernde Einwirkungen aus der Transzendenz – aus dem Reich des ewigen substantiellen Gottesgeistes – aufnehmen und dann in das irdische Geschehen einfließen lassen.

Das Auseinanderhalten von Wahrheit und Wahn ist zur Rettung des Friedens existenziell wichtig. Deborah Lipstadt, geboren 1947 in New York, ist eine ausgezeichnete Historikerin und Holocaust-Forscherin. Sie kommt nicht aus einer Familie Überlebender, denn ihr in Hamburg geborener Vater hat schon 1926 Deutschland verlassen. In der Disziplin der Holocaust-Forschung, die in den 1980er Jahre ihren Anfang nahm, hat sie sich einen international hochgeachteten Namen gemacht, indem sie das erste und wichtigste Gebot der Geschichtswissenschaft stets vor Augen hielt und hält: Im Umgang mit den Quellen *die Fakten erkennen und anerkennen* und sich dann erst einer Deutung widmen. Da es immer einzelne Menschen sind, die in irgendeiner Wissenschaft die Fakten (das reale Geschehen) erkennend entdecken, und sie dann so oder an-

ders deuten, d.h. sich darüber eine Meinung bilden, ist für Deborah Lipstadt enorm wichtig, die *eigene Meinung* und die realen *Fakten* sorgfältig zu unterscheiden. Oder, mit anderen Worten, Wahrheit und Wahn, Wahrheit und Illusion, Wahrheit und Ideologie auseinanderzuhalten. Immer sei sie bereit, sagt sie, mit Menschen zu diskutieren, die andere Meinung haben, zumal die Meinungsfreiheit in den USA zu den erst-rangigen Grundrechten gehöre. Doch Achtung, sagt sie weiter: *Es sei nicht möglich, „an der historischen Wahrheit zu rütteln. Man kann zwar seine eigene Meinung haben, aber nicht seine eigenen Fakten.“* Und sie fügt noch hinzu: *„Das ist die Lektion, die uns die Geschichte der Shoah lehrt.“* (MAYER 2022, S. 9)

Und im Namen des altherwürdigen und nicht ersetzbaren Wortes „Wahrheit“ ist heute, in diesem furchtbaren Ukraine-Krieg, schlicht und einfach festzuhalten: De facto hat nur die eine Großmacht das Nachbarland, das sie als Bruderland bezeichnet, militärisch angegriffen und dafür sehr konfuse, wahnhaftige Begründungen dargelegt. Weitere *Tatsachenwahrheiten* seien genannt:

- (1) Den Ausbruch des Zweiten Weltkrieges hat die Nazi-Regierung des Dritten Reiches provoziert und dann grausam, bis zum Untergang, durchgeführt. Das ist die faktische Wahrheit.
- (2) Der Zerfall des Kommunismus ist letztlich nicht ein Werk des Westens, sondern ein Akt der nach Freiheit strebenden Menschen der früheren Ostblockländer.
- (3) Michail Gorbatschows enorme Großzügigkeit gegenüber dem Westen, speziell gegenüber Deutschland, wurde nicht angemessen erwidert. Der Westen muss sich vorwerfen lassen, Russland anders als die mittelosteuropäischen Staaten weitgehend im Stich gelassen zu haben.
- (4) Für das wirtschaftliche, politische und ideologische Chaos nach der Auflösung der Sowjetunion (26.12.1991) trägt nicht der Westen die Verantwortung, sondern Boris Jelzin.

- (5) Nach der Annexion der Krim hat Barack Obama, sehr undiplomatisch, Russland als eine „Regionalmacht“ bezeichnet, was nicht nur beleidigend, sondern sachlich falsch war.
- (6) Einerseits mit dem Irakkrieg, andererseits mit dem Ausstieg aus dem ABM-Vertrag von 1972 haben die USA [unter der Regierung von Donald Trump, ein „genialer Lügner-Präsident“] das Vertrauen Russlands zerstört und läuteten eine neue Runde der Aufrüstung ein. Außerdem hat Donald Trump auf den ukrainischen Präsidenten Wolodymyr Selenskyj telefonisch Druck ausgeübt, damit dieser wahrheitswidrig behaupten soll, nicht Russland, sondern die Ukraine habe 2016 in den US-amerikanischen Wahlkampf interveniert.
- (7) Fakt ist es auch, dass man im Westen allzu schnell vergessen hat, dass auch Russland eine traumatische Leidensgeschichte wegen der Angriffe durch andere Länder – letztmals durch Nazi-Deutschland 1941 – hinter sich hat (HÖSLE 2021; S. 185–188), und dass die seelischen Folgen davon nicht geheilt sind.

Und so ließen sich viele andere Tatsachenwahrheiten aufzählen, die nicht der Sphäre der Meinungen zugehören, sondern das erschließen, was ist: was da und dort realiter der Fall war.

Ich beende diesen Abschnitt mit der Feststellung: In den Jahren 1997 bis 2015 hat der Westen blind, ignorant und arrogant übersehen, nicht gesehen, nicht sehen wollen, dass auf russische Empfindlichkeiten mehr Rücksicht genommen werden muss, will man nach Ende des Kalten Krieges (1949–1989) die mühsam errungene neue Stabilitäts- und Friedensordnung, die entscheidend durch Gorbatschows Beitrag zustande kam, langfristig bewahren. Dennoch ist dieses Versäumnis des Westens, auf Empfindlichkeiten Russlands nicht ausreichend Rücksicht genommen zu haben, kein Grund, das Nachbarland militärisch anzugreifen. Denn der wahre Grund dafür war der freie Wille eines Mannes, der vom Willen anderer unterstützt wurde. Andererseits lässt sich daraus folgern, dass Rücksichtnahme und Empathie nicht nur im Rahmen von privaten Beziehungen oder im Rahmen einer Psychotherapie wich-

tig sind, sondern ebenso in der Politik ihren Platz haben. An dieser Stelle, immer noch die Antwort suchend auf die Frage, wozu Krieg gut sein soll, greife ich auf einen 1934 veröffentlichten Text der Weisheit zurück. Darin heißt es:

Seid sicher,
Daß auch nicht die Enkelkinder eurer Enkel
Eine Zeit erleben werden,
Die auf Erden keinen Krieg mehr kennt!

Seid sicher,
Daß auch noch der fernste Nachfahr
Mordbedrohung um der Selbstsucht willen
Unter Menschen dieser Erde:
„Zwangsläufig“ und „Naturbedingnis“ nennt!

Der Mensch mag alle Kräfte der Natur
Bezwingen: –
Das Raubtier in sich selbst zu zähmen,
Wird auf dieser Erde aber
Nur den Höchstgearteten, –
Den Hörigen des Menschentieres
Nie gelingen!
(BÔ YIN RÂ 1979, S. 81)

Die Sinn-Botschaft dieses Textes auf unsere heutige Situation angewandt, lässt sich festhalten: Die Hörigen des Menschentieres, des Erdenmenschentieres sind diejenigen Zeitgenossen, die, in welchem Land auch immer, sich als Kriegstreiber entpuppen, das Raubtier in sich selbst nicht zähmen (wollen), sich dem Hass verschrieben haben und die unverschämten Propagandalügen verbreiten. Auf ihrer Ebene sind Mordbedrohungen aus Selbstsucht, aus Großmannssucht, sowie die offen gezeigte imperialen Allüren und die Initiierung von Eroberungskriegen zwangsläufig und bedingt durch die physische Natur, deren Ressourcen wir langsam verbraucht haben. Mit dieser Zwangsläufig-

keit und Notwendigkeit hat der Kreml-Chef in seiner am 9. Mai gehaltenen Rede den Angriffs-Krieg auf die Ukraine gerechtfertigt, sagend, dass es „präventiv“ gemeint gewesen sei, da „die Faschisten“ die „Sicherheit unseres Landes“ bedroht hätten, und „wir nun denjenigen glorreichen Krieg weiterführen, der unsere Väter und Großväter“ gegen Nazi-Deutschland damals 1945 geführt haben. Dass etliche Leute in Russland dieser Rede glauben, ist relativ gut nachvollziehbar. Zugleich ist hier das Propaganda-Muster erkennbar, dem sich auch Adolf Hitler bedient hat. ... Es bleibt einem nur das Gebet als eine Art Kontrapunkt übrig: „Und führe uns in der Versuchung, auf dass wir nicht der dunklen Mächte der Propaganda zum Opfer fallen, sondern den Geistesmenschen in uns empfindend erkennen, der allein Widerstand leisten, und Wahn von Wahrheit unterscheiden kann.“

Zwar hat der Mensch durch Technik und Wissenschaft viele Kräfte der Natur schon bezwungen, auch winzige Teile des Weltraumes be-sichtigt, aber das Raubtier in sich selbst konnten wir, von löblichen Ausnahmen abgesehen, nicht bezwingen. Nur den Höchstgearteten wird es gelingen, das Raubtier in sich selbst zu bezwingen, heißt es. Neid und Hass und unbarmherzige Härte charakterisieren uns weitgehend, – wiederum von einigen schönen Ausnahmen abgesehen, – und gerade als westliche Menschen bilden wir uns irrigerweise ein, es gäbe ein unbegrenztes wirtschaftliches Wachstum. Dabei hatte Europa nach 1945 und trotz des Kalten Krieges einen wirklich bemerkenswerten Weg hinter sich gelassen.

Überblickt man die 77 Jahre, die seit Beendigung des Zweiten Weltkrieges vergangen sind, lassen sich, sehr summarisch zusammengefasst, sieben Kapitel der europäischen Geschichte skizzieren, wobei Kapitel sieben gerade geschrieben wird: geschrieben von uns allen und geprägt durch den Krieg in der Ukraine, dessen Ausgang heute [Stand: 17. Mai 2022] noch offen ist. Hier sind die sieben Kapiteln der europäischen Geschichte von 1945 bis heute:

Kapitel eins war »Nie wieder Krieg« und Auferstehung aus Ruinen, beginnend mit der „Stunde Null“ am 08./09. Mai 1945 und dann mit Hilfe des Marshall-Plans.

Kapitel zwei war westliches Wohlstandswunder und osteuropäische Diktaturen nach dem zunächst stalinistischen, dann sowjetkommunistischen Modell in den osteuropäischen Ländern – im früheren Ostblock – sowie der Kalte Krieg von 1949 bis 1990. Hierher gehört auch das herausragend wichtige Lebenswerk von Robert Schuman und Jean Monnet, die die Grundlagen der EU geschaffen haben und als leuchtende Großgeister in die Geschichte eingegangen sind (SCHUMAN 1963).

Kapitel drei war der Mauerfall (November 1989) und die friedliche Osterweiterung mit dem Scheitern des kommunistischen Modells in Osteuropa. In diesem Zusammenhang hat der ebenfalls Großgeist Michail Gorbatschow eine enorm positive Rolle gespielt.

Kapitel vier war die Einführung der neuen Währung (2001) und die weitgehende Etablierung einer europäischen Wirtschaftsgemeinschaft, die aber bis heute noch nicht eine tiefe, noch nicht eine solide und unerschütterliche Wertegemeinschaft geworden ist. Es fehlt immer noch eine Europäische Verfassung! Und gespenstische Gestalten in der EU, sehr nationalistisch und rechtsextremistisch orientiert, stören immer wieder massiv das bisher mühsam Erreichte.

Kapitel fünf handelt – seit 2007 – von der Dauerkrise: Finanzen, Flucht, Furcht und Korruption [in Luxemburg, bei der Fifa, bei der CSU in Bayern, in Großbritannien und in der Vatikanbank, um nur einige Beispiele zu nennen] sowie Mangel an Solidarität mit den Schwächeren und den Schutzbedürftigen. [Eine löbliche Ausnahme ist die Solidarität mit den Flüchtlingen aus der Ukraine seit Ende Februar 2022]. Hierher gehört auch das erneute Erwachen von Nationalismen in verschiedenen Ländern, – von Rumänien über Ungarn bis Frankreich – als wüssten viele Menschen nicht, wer sie eigentlich sind. Leiden wir in Europa an Identitätskrise?

Kapitel sechs wurde seit 2016 und bis Februar 2022 geschrieben. In der wachsenden Krise hat man als EU versucht, den „Sinn des Wir“ zu erfahren und zu erkennen, wobei der Versuch, wenn überhaupt, nur zur Hälfte gelungen ist. Es fehlte und es fehlt immer noch eine Europäische

Verfassung, welche die rechtliche Grundlage bietet, die Kleingeister, wie zum Beispiel Viktor Orbán, einzuschränken und sich den Herausforderungen der zweiten Dekade des 21. Jahrhunderts zu stellen (vgl. FICHTNER 2016, 3). Doch genau dieser so wichtige Aspekt des Zusammenlebens in Europa tritt seit Mitte Februar zunehmend in den Vordergrund und lässt hoffen, dass Europa wirklich und auf Dauer einig wird, denn, wie es sich bisher gezeigt hat, hat die Aggression der russischen Regierung gegen die Ukraine Europa wieder stark gemacht.

Kapitel sieben wird seit dem 24. Februar 2022 geschrieben, nach dem Tag der „Zeitenwende“ (Olaf Scholz) – mitten im Krieg in der Ukraine, durch wirtschaftliche Sanktionen des Westens und durch eine wachsende Radikalisierung der Kriegsparteien, wobei hier Ursache (Angreifer) und Wirkung (Verteidiger), Aktion und Reaktion sorgfältig zu unterscheiden sind. Klimawandel, Armut, unvorstellbare Korruption weltweit bilden weitere Elemente des Kapitels sieben. Darüber hinaus ist der Hunger in manchen Ländern Afrikas die Folge dieses gänzlich sinnwidrigen Krieges, dessen eigentlicher Sinn sich mir nicht so richtig erschließt.

Das Schöngute dabei ist, dass die Idee der Menschenrechte, die auch die Menschenpflichten einschließt, nicht verschwunden ist. Auch in Russland nicht. „Diese Idee hat so tiefe Wurzeln in der westlichen Kultur, dass mit dem Ende des Abendlandes [falls wir einen dritten Atomkrieg nicht abwenden können] der ganzen Welt etwas Entscheidendes und vielleicht Unersetzliches fehlen würde. (...) Das Projekt der Moderne [das mit der Französischen Revolution begonnen hat] wird für die Menschheit nur dann segensreich enden, wenn es gelingt, einen weltweiten Wertkonsens zu erzielen, der die verschiedenen Kulturen zu einen vermag.“ (HÖSLE 2021, S. 206) Und hierzu ist, ich wiederhole, die Implementierung der Idee des von Viktor Frankl sogenannten *Monanthropismus* in die politische Theorie und Praxis unerlässlich, und ebenso die Erweckung der seelischen Empfindungsfähigkeit in den einzelnen Menschen, die dann, langsam, ein qualitativ höheres, spirituelles Bewusstsein hervorbringt, gepaart mit dem tiefen Gespür für die *Sakralität* der geistigen Person sowie für einen viel vorsichtigeren Umgang mit

den Ressourcen der physischen Natur. Die Zeitwende bedeutet für mich, dass wir endlich erkennen: „Es gibt keinen unbegrenzten Fortschritt hier auf Erden!“ (BÔ YIN RÂ 1990, S. 214) Schon gar nicht durch einen Krieg. Nur der demütige Rückschritt der Kontrahenten, die die Sakralität der Person gegenseitig anerkennen, könnte aus diesem furchtbaren Krieg einen Ausweg zeigen. –

Für den guten Fall, dass diese Erkenntnisse in vielen Menschen dieser Erde durchfühlt und bejaht werden, wird man – vielleicht (!) – in einem späteren Rückblick sagen können: Der Ukraine-Krieg hatte den „Sinn“ gehabt, den Humus für die Ausbreitung dieser Erkenntnisse zu bereiten. Vielleicht, sage ich, denn auch ohne diesen Krieg wäre an und für sich möglich gewesen, gemäß dem Konzept der *Sakralität* der geistigen Person und entsprechend dem Konzept des *Monanthropismus* kleine Fortschritte zu erzielen. Wäre ... hätte ... Fahrradkette ... Oder ist nicht die Konjunktiv-Form diejenige Redensart, welche die existenzielle Erkenntnis und die Reue in uns wecken kann, um eine ethische und geistige Neugeburt zu ermöglichen?

Die Schmerzen der Geburt ihres ersten Kindes hat die am Anfang zitierte Frau-Mutter bewusst bejaht und sich danach glücklich, dankbar und erleichtert gefühlt. Von ihrer existenziellen Erfahrung heraus denkt sie weiter und stellt die Frage: Wer kann so ein weltpolitisches Narrenspiel bejahen, das sich in der Ukraine abspielt? Wer kann bejahen, dass die jetzt generierten Kriegsleiden und Schmerzen, die eigentlich niemand ernsthaft wollen kann (oder doch?), sozusagen Voraussetzung dafür sind, dass ein friedliches Europa und ein neues Miteinander entstehen? Sie schreibt zwar das Wort nicht aus, aber im Subtext meint sie doch: Nein, das kann niemand bejahen. Es ist absurd, so etwas zu bejahen. Es ist sinnwidrig.

Ja, dieser Krieg ist gänzlich sinnwidrig – und dies festzustellen, ist sinnvoll. Denn gerade in diesem Krieg, und in dem Gespräch von Mensch zu Mensch ereignet sich die Neuentdeckung dessen, dass es Böses und Gutes gibt; dass es Einzelne gibt, die sich für das Böse (das Sinnwidrige) entscheiden, und dass es wiederum andere Einzelne gibt, die sich für das Gute (das Sinnvolle) entscheiden.

Auf dem dritten Weltkongress für Logotherapie in Regensburg (16.–19.06.1983) hat Viktor Frankl „Argumente für einen tragischen Optimismus“ dargelegt. In dem Schlussteil seines Vortrages sagte er:

Wer im Dreck von Auschwitz und Stalingrad gelegen ist, dem habe sich gezeigt, dass die Menschen dort sich differenziert, sich demaskiert hätten, „es entlarvten sich dort die Schweinehunde und die Heiligen.“ Die Letzteren nennt Frankl erneut „die Anständigen“, die, wie er noch einmal betont, in der Minorität sind. Das heißt, sie sind rar. Und dann richtet er den leidenschaftlichen Appell an alle, die ihm damals in Regensburg zugehört haben, sich der Minderheit der anständigen Menschen anzuschließen oder, in anderen Worten, sich die Haltung der Seltenen anzueignen. Denn, so fügt er hinzu: „Die Welt liegt im argen; aber es wird alles nur noch viel ärger werden, wenn nicht jeder einzelne sein möglichstes tut. Seit Auschwitz wissen wir, wessen der Mensch fähig ist. Und seit Hiroshima wissen wir, was auf dem Spiel steht.“ (FRANKL 1998, S. 63).

Und, mit Blick auf den Krieg in der Ukraine, wissen wir ebenfalls, dass die mühsam aufgebaute Sicherheitsordnung Europas auf dem Spiel steht. Die Negativ-Folgen erleben wir nicht nur in der Wirtschaft, sondern in den Seelen zahlreicher Einzelnen: in den Seelen der aus der Ukraine Geflüchteten und in den Seelen derjenigen Kriegsenkel, die immer noch Altlasten aus dem Zweiten Weltkrieg in sich tragen sowie in den Seelen aller Mütter, deren Söhne in diesem Krieg schon gefallen sind. Die vielen Einzelnen müssen nun all ihre Kräfte bündeln und dem Zuruf praktische Folge leisten:

Steh auf, Europa, und zahle den „Preis“ für deinen späteren Aufstieg!!

Sofern dies gelingt, mag man in einem späteren Rückblick sagen können: Der Ukraine-Krieg diene dazu und hatte darin seinen „Sinn“, dass der europäische Mensch endgültig eingesehen und erkannt hat, dass ein Krieg niemals die Lösung für irgendwelche Konflikte und Probleme sein kann.

Literatur

BILLER, KARLHEINZ UND DE LOURDES STIEGELER, MARIA (2020): Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Sachbegriffe, Metaphern, Fremdwörter. Fürstenfeldbruck

BÓ YIN RÁ, [JOSEPH ANTON SCHNEIDERFRANKEN] (1979): Unvermögen. In: Über dem Alltag. Bern.

BÓ YIN RÁ (1990): Das Buch vom lebendigen Gott. Bern.

DEL PONTE, CARLA (2021): Ich bin keine Heldin. Mein langer Kampf für Gerechtigkeit. Frankfurt/Main.

FERENCZ, BENJAMIN (2020): „Sag immer deine Wahrheit“. Was mich 100 Jahre Leben gelehrt haben. München.

FICHTNER, ULLRICH (2016): Alles auf Anfang. Von Problemen gelähmt, von Populisten verhöhnt, muss Europa einen Neustart wagen. In: Der Spiegel Nr. 6

FRANKL, VIKTOR E. (1998): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern.

FRANKL, VIKTOR E. (2002): In memoriam 1938. In: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. Weinheim und Basel

HÖSLE, VITTORIO (2021): Globale Fliehkräfte. Eine geschichtsphilosophische Kartierung der Gegenwart. Karl Alber Verlag 2021, S. 185–188.

MAYER, VERENA (2022): Interview in: Süddeutsche Zeitung, 20.01.2022

SCHUMAN, ROBERT (1963): Pour l'Europe! Paris.

DER SPIEGEL (2022). NR. 18, 30.04.2022

IV. LOGOS-GESCHICHTEN

Norbert Kremser

„Alt werden ist nicht schön!“

Corresponding author: norbertkremser@web.de

„Alt werden ist nicht schön!“ – wie oft hatte er diesen Satz schon gehört. Und wie oft war er versucht gewesen, gegen diese Worte anzugehen. Aber immer mehr war er dabei an Grenzen gestoßen, nicht nur an die der anderen, sondern vor allem an seine eigenen.

Leicht fiel es ihm, bei Menschen zu widersprechen, die zwar alt waren, aber geistig noch sehr rege, körperlich beweglich waren und in einem guten sozialen Umfeld lebten. Manchmal half schon eine kleine Blickänderung, ein Aufzeigen und Finden von Möglichkeiten, die Erinnerung an Gutes und Schönes in der Vergangenheit. Auch die Gegenwart hielt so manches bereit, was das eigene Alter in einem anderen Licht erscheinen ließ. Hin und wieder hatte er den Eindruck, dass dieses „Alt werden ist nicht schön!“ so etwas wie eine Pflichtformel war.

Aber richtig schwierig wurde es für ihn, wenn er bei einem alten, bisweilen sehr alten Menschen saß, der ans Bett gefesselt war, bei dem die Augen und die Ohren „nicht mehr so richtig wollten“ und auch klar war, dass es auf keinen Fall mehr besser werden würde. „In meinem Alter sind alle um mich herum schon gestorben. Nur ich bin übrig geblieben. Der liebe Gott hat mich einfach vergessen. Die Kinder sind versorgt und gehen ihre eigenen Wege. Außerdem müssen sie ja arbeiten und können sich nicht dauernd um mich kümmern. Und die Enkelkinder sind in alle Welt verstreut. Was soll ich dann noch hier?“ So oder ähnlich waren die Worte, die er zu hören bekam in vielen Gesprächen, gesteigert durch den Satz „Ich komme mir so überflüssig vor.“ Und noch einmal schwieriger wurde es, wenn die betreffende Person unter einer schmerzvollen Krankheit litt, die zudem unheilbar war. Was sollte

er dann sagen? Welche Worte hätten hier ihren Platz? Solange ein Mensch eine sinnvolle Aufgabe hat, sozusagen auch „gebraucht wird“, solange gibt es für ihn auch einen Grund zum Leben, zum Weiterleben. Aber hier? War hier nicht tatsächlich eine Grenze erreicht? Musste hier nicht akzeptiert werden, dass das Leben ein Ende hat? „Sie müssen nicht unter allen Umständen weiterleben müssen, sie dürfen in Ihrem Alter und in Ihrer Situation auch ans Sterben denken, wenn es denn auf Sie zukommt. Und vor allem müssen Sie nicht heroisch sein und die Zähne zusammenbeißen, damit die anderen ja nicht merken, wie Sie dran sind. Nein, Sie dürfen zeigen, wie Ihnen zumute ist, Sie dürfen auch mal alles heraus schreien.“ Das Gegenüber nickte leicht und sagte: „Ja, danach ist es mir tatsächlich manchmal. Aber trauen tu ich mich doch nicht. Ich will es doch den anderen nicht unnötig schwer machen.“ Immer wieder dieser Gedanke an die anderen, und vor allem diese Rücksicht auf sie. „Ich will doch keinem zur Last fallen.“, kam dann noch hinterher. „Ja, das kann ich verstehen. Vielleicht gibt es dennoch auch in Ihrer Situation etwas, was Sie ‚tun‘ können.“ Mit großen Augen schaute ihn dann die andere Person an als hätte er etwas Unpassendes gesagt. „Ich, so wie ich daliege? Ich soll noch etwas tun? Ich kann mich doch alleine gar nicht bewegen. Mit den Händen kann ich kaum noch etwas greifen. Und die Schmerzen sind nahezu unerträglich. Der Pflegedienst kommt zwar dreimal am Tag und versorgt mich, aber das ist dann auch schon alles. Ich vegetiere doch nur noch so vor mich hin.“ Es entstand eine bedrückende Stille. Vielleicht hatte er sich gegenüber diesem alten Menschen nicht verständlich genug ausgedrückt. So setzte er noch einmal an: „Immerhin sind Sie in Ihrem hohen Alter geistig noch so fit, dass wir beiden uns über Ihre Situation unterhalten können. Alle Achtung! Das ist gar nicht so selbstverständlich.“ Ein kleines Nicken deutete er als Zustimmung. „Ja, aber Sie kennen ja auch den Spruch, dass Altwerden nichts für Feiglinge ist?“, kam ihm entgegen. Beinahe hätte er über diese Bemerkung lachen müssen, denn sie zeugte von einer gewissen Prise Humor.

„Nein für Feiglinge bestimmt nicht. Aber dazu werden Sie ja wohl kaum zählen. Es gehört schon eine Portion Mut dazu, das eigene Alter mit allem Drum und Dran so anzunehmen, wie es ist. Also ist Altwer-

den eher etwas für Mutige, ja für besonders Mutige.“ Wieder dieser Moment der Stille. Diese Langsamkeit im Gespräch tat beiden gut.

„Das wollte ich Ihnen sagen. Was Sie tatsächlich noch tun können, ist, den nachfolgenden Generationen – Ihren Kindern und Enkelkindern und all den anderen – zu zeigen, wie Sie mit dieser Situation umgehen. Wir leben ja in einer verrückten Gesellschaft, in der alles jung, schön, schnell und reich sein soll.“ Wieder ein bestätigendes Nicken. „Und die meisten denken, es soll auch möglichst lange so bleiben. Diese Bilder, ja ich will sagen Dogmen, spuken bei vielen Menschen im Kopf umher. Und Sie wissen ja auch, wie viele Menschen versuchen, das Altern rauszuschieben bzw. es zu übertünchen. Die Zeitschriften sind voll davon.“ Die Worte wirkten nach. „Da könnten Sie dann zwar vermitteln, dass alt werden ganz und gar nicht schön ist, dass man daran verzweifeln kann. Sie könnten also kräftig jammern. Aber – Sie können den anderen auch zeigen, dass trotz Alter, Krankheit und Leid das Leben noch nicht zu Ende ist. Und dass es vielleicht das ein oder andere gibt, was noch möglich ist. Zum Beispiel ein Gespräch, ein gutes Gespräch, so wie jetzt gerade. Wie gesagt, Sie müssen ganz und gar nicht heroisch dabei sein, sondern können versuchen, die Möglichkeiten auszuschöpfen, die Ihnen bleiben. Und wenn es mal gar nicht geht, dürfen Sie auch einfach nur daliegen oder sich den Kummer von der Seele reden.“ War es die Wirkung dieser Worte oder war es einfach nur die Erschöpfung, die die Kranke entspannt ins Kissen zurücksinken ließ?

Er blieb noch ein paar Minuten innerlich bewegt still an ihrer Seite sitzen. Dann verließ er leise den Raum und die Wohnung. In zwei Tagen würde er zur gleichen Zeit wiederkommen.

V. REZENSIONEN

Christian Uhle: *Wozu das alles? Eine philosophische Reise zum Sinn des Lebens*, S. Fischer Verlag, 2022, 26 Euro.

1988 geboren, hat Christian Uhle bereits eine bemerkenswerte Vita zu verzeichnen. Als studierter Philosoph, Physiker und Volkswirtschaftler bereichert er sogar große Konzerne wie die Deutsche Bahn durch Mitarbeit und Beratung. Auf seiner Homepage findet sich eine beachtliche Anzahl an Vorträgen, Gesprächen, Interviews und Publikationen. Schon seine Masterarbeit verfasste er zum „Sinn der Lebens“.

Mit fünfzehn Jahren kam er zur Philosophie, indem er spürte, dass zum Leben auch das Nachdenken gehört. Er möchte Philosophie „mitten in der Gesellschaft und für die Gesellschaft betreiben“ (<https://christian-uhle.de/ueber-mich/philosophie-und-ich/04.10.2022>).

Dies gelingt ihm in seinem Buch „Wozu das alles? Eine philosophische Reise zum Sinn des Lebens“. Auf knapp 500 Seiten beschreibt Christian Uhle, Vertreter der jungen und engagierten Philosophie, eine Rundumbetrachtung der Frage „Wozu das alles?“ und bezieht dabei auch Strömungen der Psychologie und Soziologie mit ein. Ausgehend von seiner ersten Sinnkrise mit 16 Jahren und der Erkenntnis „Es ist ein paradoxes Nebeneinander: Oft scheint alles so klar. Wir sind beseelt vom Leben, und jeder Zweifel an dessen Sinn wäre geradezu absurd. [...] Doch die anderen Momente gibt es auch, in denen wir nicht weniger klar, nicht weniger intuitiv und deutlich erkennen: Letztlich ist alles sinnlos. Das Leben, nur ein kurzes Theater, ein unbeholfenes Stolpern in den sicheren Tod.“ (UHLE, S. 15 f.) nimmt er den Leser mit auf eine weite Reise und stellt fest: „Es gibt Antworten. Es gibt Sinn“ (UHLE, S. 410).

In 6 Kapiteln gelingt es dem Autor dabei eine breite Spannweite verschiedener Fragen: Warum bin ich hier? Wohin führt das alles? Was ist wirklich wichtig? Wen interessiert's? Wo bin ich zu Hause? Wer bin ich? in gut lesbarer Sprache zu hinterfragen und philosophisch zu betrachten. Dabei verknüpft er verschiedenste Themenfelder geschickt miteinander. So beleuchtet er unter anderem zunächst die Frage „Warum bin ich hier?“ und macht sich in der Beantwortung derselben auf die Spuren von

Aristoteles, Galilei, Darwin u.a., um nach Gründen, Zweck oder Orientierung zu suchen. Uhle fragt nach objektiven Werten, betrachtet die Sinnfrage im Hinblick auf die Vergänglichkeit unseres Dasein, verweist auf die „Steigerungslogik unserer Gesellschaften“ (UHLE, S. 107) und betrachtet den Sinn als persönliche und gesellschaftliche Verantwortung, um nur einige Spuren zu benennen, auf die er den Leser mitnimmt. Dies alles umschreibt er stets mit praktischen Lebensbeispielen. Sein Anliegen, die Philosophie in das persönliche Leben einzubinden gelingt ihm damit sehr anschaulich. Wenngleich er auch oft das große Ganze, die Gesellschaft und ihre Strukturen im Blick hat bzw. nicht aus dem Blick verliert. Mit einem unkonventionellen Du spricht er den Leser immer wieder an und fordert uns zum Denken und Wahrnehmen auf. Uhle verweist in seinem Text auf zahlreiche aktuelle (und ältere) Studien, Zahlen, Publikationen auch Geschichten und Sagen und verknüpft diese alle zu einem großen Konstrukt, das dem Leser die Vielschichtigkeit von Sinn gut durchdacht und anschaulich näher bringt. Denn leider „lässt sich unser Lebenssinn nicht mit einem knackigen Slogan auf den Punkt bringen“ (UHLE, S. 410). Daher widmet er sich im Verlauf des Buches zahlreichen Facetten des Sinns: „Sinn durch wertvolle Ziele, Sinn durch Hoffnung, Sinn durch spielerische Hingabe, Sinn durch erfahrbare Bedeutsamkeit, Sinn durch leibliche Verbundenheit, Sinn durch poetische Verbundenheit, Sinn durch verständliche Weltbilder, Sinn durch dialogische Identitäten“ (UHLE, S. 422), die in dem letzten Kapitel – Angekommen – noch einmal in verdichteter Weise zusammengefasst werden. Mit diesem umfassenden Werk gelingt es dem Autor „einen Denkraum aufzuspannen, der Orientierungspunkte bietet“ (UHLE, S. 430), jedoch keine allgemeingültige Lösung im Gepäck hat, denn „Es gibt nicht einen Sinn, sondern unterschiedliche Sinnquellen. Sinn ist wandelbar und verändert sich im Laufe des Lebens. Und vor allem ist Sinn nicht mysteriös, sondern entsteht ganz konkret in unserer greifbaren Lebensrealität. [...] Sinn ist so vielseitig wie das Leben selbst“ (UHLE, S. 410 f.)

Als Zeitschrift des Bundesverbandes für Logotherapie und Existenzanalyse müssen wir allerdings – obgleich sich viele Gedanken und Ansätze mit denen der Logotherapie wunderbar vereinen lassen – mit ei-

nem großen Wermutstropfen anmerken, dass ausgerechnet Frankl nur sehr kurz und oberflächlich in diesem Buch erwähnt wird. Er wird zitiert als einer von vielen, die „auch im Leiden und Tod einen Sinn [zu] finden“ (UHLE 2022, S. 72).

Anne Gawron und Nari Heitkamp

Hans-Helmut Decker-Voigt: *„Nehmen Sie doch schwarze, Herr Professor, die sind erotischer ...“, Von Kompressionsstrümpfen- und andere Geschichten aus (m)einer Reha.* Düren: Shaker Media. 2021, 159 Seiten, Euro 13,90.

Hans-Helmut Decker-Voigt, Prof. Dr. Dr. h. c. mult. ist Musiktherapeut, Ausdruckstherapeut und Hypnosetherapeut. Von 1990 bis 2010 war er Gründungsdirektor und Lehrstuhlinhaber des Instituts für Musiktherapie der Hochschule für Musik und Theater in Hamburg. Zusätzlich ist er erfolgreicher Autor und Gründungsmitglied des Verbandes deutscher Schriftsteller (VS). Als in Celle geborener Pfarrerssohn hat er unter anderem eine beeindruckende Roman-Trilogie über das evangelische Pfarrhaus auf der Grundlage der Biographie seiner Vorfahren verfasst, die sich auf umfangreiche Quellen beruft, die bis in die Reformationszeit zurückreichen.

Er musste in seinem Leben früh eine außerordentliche Resilienz gegen krankheitsbedingte Einschränkungen entwickeln, konnte wegen Polio und TBC nur drei Klassen lang zur Schule gehen und wurde in der Familie durch Privatlehrerinnen individuell gebildet.

Es folgten Verlagslehre, Musikstudium, weiterhin Studium der Pädagogik, der Psychologie und künstlerischen Psychotherapie. Er hat bedeutende Grundlagenwerke der Musiktherapie verfasst, seine Fachbücher erschienen in 16 Sprachen. Er ist Ehrendoktor der Medizin, der Kunstwissenschaften und Bibliothekswissenschaften, ist Gast- und Seniorprofessor an mehreren Hochschulen weltweit und Ehrenmitglied

der Gesellschaft ärztlicher und psychologischer Psychotherapeuten Russlands.

Als Schriftsteller beherrscht er aber auch das „leichtere Fach“, so schreibt er seit 1980 regelmäßig eine eigene Kolumne in der „Allgemeinen Zeitung der Lüneburger Heide“ mit tagesaktuellen sowie tiefgründigeren Themen. Von dieser Fähigkeit zur ironisch-distanzierten, gut lesbaren und humorvollen Schreibkunst profitiert auch das jüngste, hier zu rezensierende Buch, das seine Rehabilitationsbehandlung nach einem schweren Verbrennungstrauma beschreibt und alle Leidensgenossen ermutigen kann.

Die erwähnte „Reha“ war nach einem langen, teilweise intensivmedizinischen Krankenhausaufenthalt notwendig geworden, nachdem Decker-Voigt im Januar 2019 bei einem Weihnachtsbaumbrand schwer verletzt worden war. Dabei wurde auch sein Haus in der Lüneburger Heide einschließlich vieler Noten und Musikinstrumente stark beschädigt. Fast alles ist inzwischen wieder hergestellt, aber es grenzt an ein Wunder und zeugt von enormer psychologischer und physiologischer Widerstandskraft, dass der Autor trotz schwerster Verletzungen wieder komplett genesen ist. Der Tiefpunkt seiner Behandlung war nach eigenem Bekunden, als man ihm eröffnete, dass er aufgrund von Kontrakturen und Hauttransplantationen wohl nie mehr in der Lage sein werde, auf gewohntem Niveau Klavier zu spielen. Als ihm diese Prognose mitgeteilt worden ist, habe er erstmals in seinem Leben lebensüberdrüssige Gedanken gehabt. Nach Verarbeitung des ersten Schocks habe er sich aber, unterstützt durch seine Therapeuten, insbesondere seine Physiotherapeuten, entschieden, diese Prognose nicht zu akzeptieren und an der Wiederherstellung auch seiner Musizierfähigkeit konsequent zu arbeiten. Durch langes hartes Training und stetige Übung ist dies schließlich auch gelungen, Hans-Helmut Decker-Voigt kann seinen ebenfalls wiederhergestellten historischen Flügel so spielen, wie vor der Verletzung. Für uns Psychotherapeuten ist diese Krankengeschichte sehr lehrreich, da sie die Bedingungen für Resilienz, in diesem Falle besonders Humor, Selbstdistanzfähigkeit und Ziel- bzw. Sinnorientierung aufweist.

Gemessen an der Ernsthaftigkeit des Traumas wirkt die Beschreibung der Rehabilitationsbehandlung in einer ostdeutschen Klinik eher leichtfüßig mit sehr viel Einfühlung und Sympathie für seine Mitpatientinnen und Mitpatienten und mit viel Achtung, Dankbarkeit aber auch gelegentlich satirischer Überzeichnung seiner Ärztinnen und Therapeuten. Der ganze Duktus ist von tiefer Menschenfreundlichkeit geprägt, nie macht er sich über seine Leidensgenossen lustig, sondern er praktiziert mit ihnen zusammen die humorvolle und heilsame Distanzierung von einer prinzipiell zunächst ziemlich unerfreulichen Situation. In diesem Sinne wird auch gleich zu Beginn klargestellt, dass eine Rehabehandlung keine Kur und damit kein Zuckerschlecken ist.

Manchmal fühlt man sich an den Zauberberg von Thomas Mann erinnert (allerdings in der ostdeutschen Ebene), zum Glück dauerte der Aufenthalt unseres Helden dann doch keine sieben Jahre und endete auch nicht mit einem Weltkrieg. Der Grund dafür wird auf den Seiten 13 und 14 erläutert: Im Gegensatz zu Hans Castorp mangelt es unserem Patienten an „sekundärem Krankheitsgewinn“, er genießt zwar im Rahmen der gesundheitlichen Möglichkeiten seine flachländische Zauberbergkur, hat aber gesunderweise immer das Ziel vor Augen, wieder der Alte zu werden, allerdings mit einem durch die Erfahrung der Hin-fälligkeit bedingten besonderen Bewusstsein für die Chance der Verwirklichung von Erlebnis- und schöpferischen Werten (Frankl). „Die gesunden Teile in uns sind es, die dann den sozialen, den sekundären Krankheitsgewinn auf die Dauer verhindern und in das Gegenteil verkehren. Passiert das nicht, werden Menschen zu Hypochondern und Hypochondrie erfordert schleunigst ein zusätzliches Behandlungskonzept. Eines für die Psyche“ (Decker-Voigt, Seite 14).

Daher hat er sich angewöhnt, die von den Mitpatienten geforderte Beschreibung des Unfallhergangs im eingeübten Telegrammstil (etwa eine Minute) darzulegen und nicht weiter zu vertiefen, sondern das Augenmerk auf die Überwindung der Misere zu legen. Das Konzept des Psychotherapeuten Decker-Voigt, nämlich die gesunden Teile in uns zu fördern, verhindert, dass er wie Hans Castorp auf dem Davoser Zauberberg zum Hypochonder und damit zum Psycho-Patienten wird. Es ist ganz im Sinne der Logotherapie, in buchstäblich jeder Lebenslage

die gesunden Anteile zu aktualisieren, sie zu fördern und die Möglichkeiten jeder Situation anhand der gefühlten Werte zu ergründen. Im Falle von Hans-Helmut Decker-Voigt sind dies vor allem kreative-, aber auch Erlebniswerte; die Aussicht auf die Wiedererlangung der Musizierfähigkeit und deren therapeutische Anwendungsmöglichkeit ist so verlockend, dass allen hypochondrischen Versuchungen widerstanden werden kann.

Wie bei Thomas Mann spielt auch im literarischen Reha-Bericht die Erotik eine leitmotivische Rolle. Bei Decker-Voigt taucht sie gleich im Titel auf („Nehmen Sie doch schwarze, Herr Professor, die sind erotischer ...“) und setzt sich explizit in den Kapiteln „Bettgeschichten“ und in der Titelgeschichte fort, implizit schwingen erotische Motive unterschwellig oft mit, zum Beispiel bei der Kurschattensuche, aber auch bei Fango oder bei Tango (Kapitel 7).

Als literarisches Leitmotiv kommt, abgesehen von der Erotik vor allem die Musik in Betracht – nicht verwunderlich, da unser Autor ja u. a. Musiker und Musiktherapeut ist. Dass bei Thomas Mann der „Seelenzauberkünstler“ Richard Wagner nicht nur im Kapitel „Fülle des Wohllauts“ der Favorit ist, überrascht nicht, dass bei Decker-Voigt aber der Nibelungenring vom Mitpatienten und Landwirt Herrn Ernst in der Scheune oder gar vom Traktor dirigiert wird, ist schon einigermaßen erstaunlich und demonstriert einmal mehr die universale Macht der Musik.

Auf der Pinnwand vor dem Speisesaal hängt die Einladung: „Singen ist gesund“. Dieser Aufforderung schließt sich der Autor an und widmet ihr gleich zwei Kapitel („Vom Singen I und II“). Die heilende Kraft der Musik und insbesondere des Singens muss übrigens nicht unbedingt von examinierten Musiktherapeutinnen zur Anwendung gebracht werden, der Psychologe Herr Kahn zeigt, dass man auch als diesbezüglicher Laie mit entsprechendem Enthusiasmus und Überzeugungskraft heilsam wirken kann. Damit sind wir wieder bei den Sinnverwirklichungsmöglichkeiten von Frankl: Schöpferische Werte und Erlebniswerte können mit Musik realisiert werden und sie helfen, sich auf den zum Teil langen und mühsamen therapeutischen Weg zu begeben.

Für die Ärzte des Zauberbergs gibt es hier im Flachland aber keine Pendants, der Ärztliche Direktor tritt im Gegensatz zu Hofrat Behrens kaum in Erscheinung und die behandelnde Oberärztin mit „Berliner Schnauze“, Frau Dr. Tschilp, ist bodenständig und kompetent und hat nichts mit dem manierierten „Seelenzergliederer“ und Möchtegern-Psychoanalytiker Dr. Krokowski gemein, der zwar die tiefsten Geheimnisse der Damen kennt, ansonsten aber nur für die leichten und unheilbaren Fälle zu gebrauchen ist.

Hoffentlich haben die bisherigen Ausführungen gezeigt, warum ich das sehr lesenswerte Buch empfehlen kann, bei einer ausgewogenen Rezension dürfen aber der Vollständigkeit halber auch ein paar kritische Gedanken nicht fehlen, die, das sei vorweg betont, rein subjektiver Natur sind:

Im Kapitel „Der liebe Gott und die Gottlosen“ scheint mir der protestantisch-aufklärerische Ehrgeiz des Protagonisten etwas zu weit zu gehen, obwohl die Absicht, in religiösen Fragen zwischen christlicher Tradition und zeitgeistgemäßem atheistischen Materialismus zu vermitteln, ehrenwert ist: Der Mitpatient Herr Ferdy stellt die Gretchenfrage, Frau Pflaumstein versucht sie noch als „übergriffig“ abzuwehren, zu spät, der Pfarrerssohn, -enkel und -urenkel antwortet gekonnt mit Entmythologisierung: Er verallgemeinert die konkreten Fragen nach Auferstehung und Sitzordnung im Himmel zu „allgemeinen Fragen der Menschheit“, relativiert das Dogma der Jungfrauengeburt in der üblichen Weise durch den Hinweis auf die vielen anderen von Jungfrauen geborenen Propheten, einschließlich des Propheten Mohammed, gesteht aber immerhin zu, dass er einigen der Tipps, die der Mensch Jesus damals für besseres Leben gegeben habe, durchaus folgen könne. Prof. Decker-Voigt geht das Thema psychopathologisch an und findet, dass Christus heute ein interessanter Patient wäre. Das bringt sogar Herrn Ferdy dazu, sein Kauen zu unterbrechen, „Christus – ein Patient“ zu wiederholen, es mit einem „Mmm“ zu kommentieren und dann zustimmend zu nicken. „Frau Priester hat ihren Sekundenschlaf zwischen Salat und Brot gar nicht erst angefangen und die Augen erschreckt aufgeklappt, als sie den Namen Christus hört. ‚Jesus und Patient‘. Sie schüttelt vorwurfsvoll den Kopf“ (Decker-Voigt, S. 135). Diesem Kopf-

schütteln muss sich der Rezensent ausnahmsweise und in aller Zurückhaltung anschließen, hier geht ihm die Entzauberung dann doch etwas zu weit und das katholisch-rechtgläubige Gewissen protestiert.

Aber auch dieses Kapitel zeigt die Vielseitigkeit und vor allem auch Vielschichtigkeit des an der Oberfläche humorvoll und satirisch, in der Tiefenstruktur aber aufklärerisch und therapeutisch wirkenden Werkes: Auch Tabuthemen wie Erotik und Religion kommen zur Sprache und regen nicht nur zum Schmunzeln, sondern auch zum Nachdenken an.

Fazit: Eine so unterhaltsame wie lehrreiche und ermutigende Lektüre.

Jörg Zimmermann

Werner Schüßler. *Vom Ich, der Liebe und dem Tod. Was unser Menschsein letztlich ausmacht.* Würzburg: Echter Verlag. 2022, 125 Seiten, Euro 12,90.

Werner Schüßler, Philosoph, Theologe und Professor für Philosophie an der Theologischen Fakultät Trier, hat in diesem Jahr ein Buch vorgelegt, das als Fortsetzung des an dieser Stelle im letzten Heft rezensierten Werkes: „Warum die Welt nicht alles ist“ (2021) verstanden werden kann. Im ersten Buch ging es um die Bedeutung der Philosophie überhaupt in Abgrenzung zu den empirischen Einzelwissenschaften, außerdem wurden die Themen Freiheit und Transzendenz aus existenzphilosophischer und existenzanalytischer Sicht erörtert.

In dem jetzt (2022) erschienen Band führt Schüßler diese Gedanken weiter und konzentriert sich auf die auch logotherapeutisch entscheidende Frage, was der Mensch sei und noch wichtiger: wie man Mensch werde, die Grundfrage der Existenzphilosophie. Schüßler arbeitet heraus, „was unser Menschsein letztlich ausmacht“, und ich darf hinzufügen, dass dies auch die entscheidende Frage für die Existenzanalyse Frankls ist. Die Logotherapie soll den Menschen dazu befähigen, im existenziellen Sinne „Mensch zu werden“, das ist der Sinn des Lebens, auch wenn das von Frankl nicht derart explizit ausgesprochen wird. Die Ermöglichung von Sinnfindung und Sinnerfüllung steht im Mittel-

punkt der Franklschen Therapie, sie geschieht durch eine Analyse des Lebens auf Existenz hin.

Existenz ist einer der Begriffe für das „Ich“, um das es Schüßler im ersten von drei großen Abschnitten in seinem Buch geht. Existenz meint nicht das „Ich“ im Sinne des cartesianischen „Cogito“, eines erkenntnistheoretisch verengten Subjektes, welches der Naturalismus auf ein „Epiphänomen des Gehirns“ reduziert. Existenz im Franklschen und auch im Jasperschen Sinne ist dagegen als die Seinsweise des Menschen gedacht, mit der er seine innerste Selbstbestimmung, sein wahres Wesen und sein „eigentliches“ unvertretbares individuelles Selbst in Freiheit verwirklichen kann. Existenz ist also nicht faktisch vorhanden wie ein Gegenstand, der wissenschaftlich abschließend erklärt werden könnte, sondern sie ist zunächst eine Möglichkeit, die vom Selbst ergriffen werden kann.

Schüßler zitiert in diesem Zusammenhang Kierkegaard, den „Vater der Existenzphilosophie“, der das menschliche Selbst als Geist definiert hat, der dadurch gekennzeichnet ist, ein Verhältnis zu sein, das sich zu sich selbst verhält.

Das ist das Entscheidende an der existenzphilosophischen und existenzanalytischen Konzeption des Menschen: Der Mensch ist kein Objekt, sondern selbstreflexives Subjekt, das ihm dazu verhilft, sich zu sich selbst verhalten zu können, aber auch zu müssen. Somit ist sein Selbst dem Menschen nicht einfach gegeben, sondern auch aufgegeben.

Die Fähigkeit dazu bezieht er aus der „geistigen Dimension“, die die „Trotzmacht des Geistes“ gegenüber dem „Psychophysikum“ ermöglicht. Die Grundidee stammt von seinem philosophischen Lehrer Max Scheler, der in seinem Werk „Die Stellung des Menschen im Kosmos“ (1928) eine Stufenfolge beschrieben hatte, die auf der letzten und entscheidenden Stufe die geistige Dimension eröffnet. Diese steht über der „Natur“ im natursystematischen bzw. naturalistischen Sinne (der empirisch erforschbaren Natur) und bedingt so die eigentliche „Natur“, also das Wesen des Menschen. Die geistige Dimension macht ihn in existenzieller Betrachtung erst zum Menschen. Der von Scheler entwickelte Begriff des Geistes wird von Frankl übernommen und steht im Zentrum seiner existenziellen Anthropologie. Das Prinzip, das dem Menschen

exklusiv zur Verfügung steht, ist seine „existenzielle Entbundenheit vom Organischen, seine Freiheit von der Abhängigkeit vom Organischen, vom Leben (Scheler: „Die Stellung des Menschen im Kosmos“). Entscheidend ist seine „Weltoffenheit“. Ein solches Wesen ist der Trieb- und Umweltgebundenheit entbunden, damit „umweltfrei“. „Geist ist daher Sachlichkeit, Bestimmbarkeit durch das Sosein von Sachen selbst“ (Scheler, ebd.). Der Mensch ist in dieser Perspektive im Gegensatz zum Tier grundsätzlich frei von seiner physiologisch-psychischen Zuständlichkeit, auf die er sich einstellen kann und der gegenüber er eine Haltung entwickeln kann. „Weltoffenheit“ besagt die prinzipielle Unabhängigkeit von inneren Zuständen sowie vom „Umweltbann“. Mit Hilfe des Geistes ist auch Selbstbewusstsein möglich in der Weise, dass der Mensch seine eigene physiologische und psychische Beschaffenheit sich selbst gegenständlich machen kann, eine Umschreibung der Kierkegaardschen Definition des Selbst.

Hier zeigen sich Parallelen zur modernen, achtsamkeitsorientierten Psychotherapie, die auch als Ergänzung zur Logotherapie dienen kann, um Zuständlichkeiten wahrzunehmen, ohne innerpsychische oder verhaltensbestimmende Kausalketten auszulösen. Somit kann mit „Achtsamkeit“ auch die Freiheit eingeübt werden, bestimmten Impulsen zu widerstehen oder ihnen nachzukommen. Der Mensch kann also prinzipiell asketisch sein, er kann eigene Triebimpulse unterdrücken im Gegensatz zum Tier, das immer „ja zum Wirklichsein“ sagen muss. Daher bezeichnet Scheler den Menschen auch als „Neinsagenkönner“, als „Asket des Lebens“, als ewigen „Protestanten gegen alle bloße Wirklichkeit“. Viktor Frankl bezieht sich in seiner anthropologischen Grundanschauung im Wesentlichen auf Max Scheler, auch für ihn ist die geistige Dimension die entscheidende, er stellt den Geist dem von ihm sogenannten Psychophysikum gegenüber und nennt seine anthropologische Perspektive „Dimensionalontologie“. Die geistige Dimension ist der Träger der „Existenz“ als der „Seinsweise“, die der Mensch aufgrund seiner Freiheit verwirklichen oder verfehlen kann. In existenzieller Hinsicht ist der Mensch frei und verantwortlich; dieses bewusst und spürbar zu machen, ist eine wichtige Aufgabe der Logotherapie. Durch

die geistige Dimension wird der Mensch nach Frankl befähigt, sich selbst gegenüberzutreten bzw. sich selbst zu transzendieren.

Frankl spricht sogar vom „unbedingten Menschen“, ein Prädikat, darauf weist Schüßler hin, das bisher immer Gott vorbehalten war: Da der Mensch nicht ein Ding unter anderen Dingen sei, sei er nach Frankl insofern unbedingt, als er zur Selbstbestimmung fähig sei. Er kann (innerhalb gewisser Grenzen) selbst bestimmen, ob er sich von den Dingen bestimmen lässt oder nicht. Somit ist das Geistige das Unbedingte im Menschen. Wir können uns gegenüber dem Schicksal distanzieren und eine Haltung dazu einnehmen.

Schüßler weist darauf hin, dass ein solches Menschenbild eher einem Leitbild entspricht, welches nicht in jedem Fall verwirklicht werden, an dem der Mensch sich aber ausrichten kann. Frankl wisse sehr wohl, dass der Mensch letztlich aus der Spannung zwischen Sein und Sollen, Trieb und Geist nie völlig herauskommen könne. Er ist ein therapeutischer Optimist und ermutigt dazu, die Menschen so zu behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollen und wollen.

Die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung befähigt den Menschen, sein Selbst als Selbstverhältnis wahrnehmen zu können, die Fähigkeit zur Selbsttranszendenz befähigt den Menschen zur „Liebe“, womit wir beim zweiten großen Abschnitt des Schüßlerschen Werkes sind: Liebe ist ein schillernder Begriff, der nicht einfach definierbar ist und zur besseren Handhabbarkeit immer wieder nach speziellen Aspekten differenziert worden ist. Seit der griechischen Philosophie werden z.B. Eros (Platon), Philia (Aristoteles), später Agape (Neues Testament) unterschieden. Diese Einteilungen entsprechen bestimmten Aspekten der Liebe und wurden in veränderter Form auch von Theologen und Philosophen wie Paul Tillich (Libido, Eros, Philia und Agape) und Karl Jaspers übernommen.

Dem Thema Liebe hatte Werner Schüßler zusammen mit seinem Doktoranden und Habilitanden Marc Röbel im Jahr 2016 ein ganzes Buch gewidmet, das vom Referenten in dieser Zeitschrift (Heft 25, 2017) bereits rezensiert worden war. Hier wird die Liebe unter philosophischen und theologischen Aspekten, aber auch von renommierten Wissenschaftlern aus der Perspektive der Einzelwissenschaften betrachtet,

eine genauere Zusammenfassung würde hier zu weit führen. In diesem Zusammenhang ist es Schüßler wichtig darzulegen, dass die Liebe für die Menschwerdung unverzichtbar sei und dass sie Frankl zufolge nicht blind, sondern sehend mache. Die Fähigkeit des Geistes zur Selbsttranszendenz befähigt nicht nur zu selbstlosen Handlungen, sondern ist auch eine Möglichkeit, ein anderes menschliches Wesen im innersten Kern seiner Persönlichkeit zu begreifen. Das wahre Wesen eines anderen Menschen kann man nur dann erfassen, wenn man ihn liebt. Durch die Liebe wird man dazu befähigt, die wesentlichen Züge und Eigenheiten der geliebten Person wahrzunehmen (Frankl, zitiert nach Schüßler, S. 61). Frankl schließt sich der Schelerschen Definition der Liebe als einer geistigen Bewegung auf den höchstmöglichen Wert der geliebten Person an: „Die Liebe lässt das ansichtig werden, was noch als unverwirklichte aber verwirklichungswürdige Möglichkeit in dem anderen Menschen liegt“ (ebd.). Sie hilft einer anderen Person, ihre vom Liebenden gesehenen Potenziale umzusetzen. Der Liebende sieht gewissermaßen, was dem anderen unter Umständen noch verborgen ist, was er sein könnte und werden sollte, die Möglichkeiten, zu seiner eigenen existenziellen Verwirklichung zu kommen. Ein Mittel dazu wurde von Karl Jaspers beschrieben: Die „existenzielle Kommunikation“, die Kommunikation von Existenz zu Existenz, gewissermaßen auf „Augenhöhe“.

Zum dritten Thema: Das spezifisch Menschliche am Tod ist die Tatsache, dass der Mensch sich als einziges Lebewesen seiner Sterblichkeit bewusst ist. Sie ragt notwendigerweise in das Leben hinein, wie immer er ihr auch begegnen mag, sei es durch bewusste Akzeptanz oder durch Verleugnung. Das „Sein zum Tode“ (Heidegger) prägt das Sein und entscheidet über Dasein oder Existenz. Dementsprechend hebt Jaspers die Angst vor dem nicht erfüllten (sinnvollen) Leben als „Existenzangst“ gegen die bloße „Daseinsangst“ ab. Nur was auch angesichts des Todes wesentlich bleibe, sei „existierend getan“. Existieren heißt in diesem Zusammenhang, der Grenzsituation des Todes nicht auszuweichen, sondern sie zur Existenzzerhellung, also zur „Selbstwerdung mit Transzendenzbezug“, zu nutzen. Frankl schließt sich dieser Meinung an und betont, dass die Endlichkeit dem menschlichen Leben nicht den

Sinn nehmen könne, sondern ihm diesen im Gegenteil erst verleihe. Das nennt er auch „tragischen Optimismus“.

Zusammenfassend gelingt es Werner Schüßler in dem vorliegenden Band, zu veranschaulichen, dass „Menschwerdung“ entscheidend von der Liebesfähigkeit und dem lebenssinnstiftenden Todesbewusstsein abhängt. Dazu bedarf es eines „Ichs“, das zur Selbstdistanzierung und zur Selbsttranszendenz und damit zur Selbstwerdung befähigt ist. Die theoretische Grundlage zu seiner Erhellung bieten existenzielle Denker wie Sören Kierkegaard, Max Scheler, Karl Jaspers, Paul Tillich und Martin Buber; die praktische existenzanalytische und therapeutische Umsetzung wird von Viktor Frankl aufgezeigt. So gesehen ist die Logotherapie auch eine Antwort auf die existenzielle Grundfrage: „Wie wird man Mensch?“

Fazit

Das beschriebene Buch kann allen Logotherapeutinnen und Logotherapeuten, die sich für die anthropologischen, philosophischen und weltanschaulichen Grundlagen ihrer Therapie interessieren, uneingeschränkt empfohlen werden und bietet zusammen mit dem Vorgängerwerk eine sehr gut lesbare Einführung in die Philosophie und in die Existenzphilosophie unter besonderer Berücksichtigung von Schüßlers Lieblingsphilosophen, die überwiegend auch diejenigen Frankls sind. Es ist insofern provokativ und beinahe „aus der Zeit gefallen“, als es dem bewusst vertretenen oder unreflektiert unterstellten weltanschaulichen „Mainstream“, dem reduktiven Materialismus, eine Philosophie gegenüberstellt, bei der Freiheit, Verantwortung und Transzendenzbezug eine zentrale Rolle spielen. Auch wenn diese Phänomene naturwissenschaftlich nicht „bewiesen“ werden können, tragen sie dennoch zur Humanität unserer Gesellschaft bei und stellen die Basis existenzanalytischer Psychotherapie dar.

Jörg Zimmermann

Sven Fuchs: *Die Kindheit ist politisch! Kriege, Terror, Extremismus, Diktaturen und Gewalt als Folge destruktiver Kindheitserfahrungen.* Heidelberg: Mattes Verlag 2019, 407 Seiten, Euro 18,90.

Als dieses Buch erschien, gab es noch keinen Krieg in der Ukraine und doch sind die Inhalte dieses Buches geradezu „prophetisch“ mit Blick auf das Phänomen des aktuellen und schrecklich brutalen Krieges in der und gegen die Ukraine. Dies ist dem Rezensenten sehr einsichtig, da zum Zeitpunkt der Fertigstellung dieser Rezension (Mitte April 2022) der aggressive Angriff Russlands – der Krieg eines einzigen Mannes, der vielleicht von zweidutzend Gleich-Gesinnten aus dem Machtzirkel unterstützt wird – gegen das Bruderland Ukraine schon seit sieben Wochen tobt (Beginn des Krieges war der 24. Februar 2022), und alle ernst zu nehmenden Analysen und Erkenntnisse über Gründe und Ursachen dieses Krieges konvergieren letztlich in der Gestalt des Kreml-Chefs, der einmal auch ein Kind war und die tiefe Sehnsucht hatte, geschätzt, geschützt, geliebt und angenommen zu werden. Im Duktus des rezensierten Buches kann vorwegnehmend gesagt werden: Es ist nicht so, dass missbrauchte, gedemütigte und nicht wertgeschätzte Kinder später automatisch Gewalttäter, Terroristen und Kriegstreiber werden, sondern, so lautet die Grundthese dieses Buches, dass die vielen im Buch genannten Negativ-Akteure, wie z.B. Stalin und Hitler, „ein enormes Ausmaß an Destruktivität und belastende Kindheitserfahrungen erlitten haben“ (Fuchs 2019, S. 9), die in ihrem späteren Leben den Humus für destruktives Verhalten bildeten. Weitergedacht bedeutet diese Feststellung auch, „dass als Kind geliebte, gewaltfrei und umsorgt aufgewachsene Menschen nicht zu Gewalttätern, Terroristen, Kriegstreibern und ähnlichen Akteuren werden“ (ebd.). Der Autor belegt seine These mit differenziert und breit dargelegten historischen Beispielen und mit zahlreichen empirischen Untersuchungen. Es werden über 530 deutsch- und englischsprachige Literaturquellen zitiert. Angesichts der nicht enden wollenden Gewalttaten und der Kriege auf Erden will der Autor u.a. verstehen – und mit ihm wollen viele verstehen –, wie es dazu kommen konnte, dass ein Adolf Hitler Europas Höllensturz entscheidend vorbereitet hatte und grausam durchführen ließ. Auf diese

Frage antwortet Sven Fuchs: „Das Ungeheuer Adolf Hitler ist nur über einen offenen Blick auf seine extrem destruktive Kindheit zu erklären. Wirklich als Kind geliebte und gewaltfrei aufgewachsene Menschen werden nicht zu einem Hitler“ (S. 106).

In den 17 Kapiteln dieses Buches geht es also um die komplexe Frage nach dem historischen Kindheitsleid, das in erschreckenden Einzelheiten dokumentiert wird. Der Autor lässt in einem persönlichen Nachwort durchblicken: „Mein Großvater väterlicherseits war ein überzeugter Nazi und bei der SS. Meine anderen Großeltern hielten einfach ihren Mund während der NS-Diktatur. Diese familiäre Geschichte und die NS-Zeit in meinem Heimatland an sich haben mich früh sehr aufgewühlt“ (S. 355).

In einem Gespräch mit der Stiftung „Für Kinder“ sagte der Psychohistoriker Fuchs auf eine Frage antwortend: „Was wir Kindern auf dem Weg ins Leben mitgeben sollten, damit sie sich zu einer prosozialen Persönlichkeit entwickeln? Nun, ich denke: Das Gefühl, angenommen und „richtig“ zu sein. Das Gefühl, dass man selbst als Kind kompetent ist und seine Wege gehen wird. Das Gefühl, dass es im eigenen Zuhause sicher ist und man nicht verletzt wird. Und: Ein Kind braucht Eltern, die zwischen „Ich“ und „Du“ unterscheiden können. Eltern, die mitfühlen und sich flexibel auf den jeweiligen Menschen einstellen können, der da in die Familie geboren wird und seinen unverwechselbaren Platz in der bestehenden Personengemeinschaft einnimmt. Eltern, die mit ihren Kindern immer im Gespräch bleiben und sich für das Kind interessieren. Und Eltern, die wissen, dass sie Fehler haben und machen.“ – Hier passt noch die vielsagende Ergänzung: Das Wort Eltern existiert im Deutschen nur im Plural.

Die Psychohistorie, auf die sich der Autor bezieht, ist eine relativ junge Wissenschaft, welche die pränatale Phase, die Dynamik und die Grundlinien der Mentalitätsentwicklung im Laufe der Geschichte untersucht und beschreibt, weil sie die Geschichte der Kindheit als eigenständige, relevante und Geschichte gestaltende Kraft mit einbezieht. Es sei wiederholt: Es geht nicht darum, dass ein missbrauchtes Kind später automatisch zum Aggressor, Diktator und Verbrecher wird, sondern es

hat sich gezeigt, dass Diktatoren, Terroristen und Gewaltverbrecher eine sehr schlechte Kindheit hatten.

Die Kehrseite dieser These lautet, dass Erwachsene, die als Kind geliebt, umsorgt und gewaltfrei in das Leben hinein begleitet wurden, nicht dazu neigen, Gewalttäter, Terroristen und Kriegstreiber zu werden.

Die Belege für diese Thesen werden vom Autor auch durch konkrete Biographien (asiatischer, wie europäischer Diktatoren, Terroristen und Massenmörder) in erdrückender Weise dargelegt, so dass man phasenweise die Lektüre unterbrechen muss, um sich vor der dunklen Negativenergie und der finsternen Macht der sehr destruktiven Persönlichkeiten (wie Ivan der Schreckliche, Hitler und Stalin, Ceaușescu und Milošević) zu schützen.

Aus europäischer und vor allem aus menschlicher Sicht sind die oben Genannten und viele andere, die der Autor ausführlich darstellt, einmal Kinder gewesen und mit den Kindern sollten wir Mitgefühl haben, so der Autor, nicht aber mit den späteren Erwachsenen, die als Diktatoren und Massenmörder in Erscheinung getreten sind. Denn: „Erwachsene Menschen sind für ihr Tun verantwortlich und strafrechtlich zu verfolgen, sofern sie andere Menschen verletzt haben, egal wie ihre Kindheit aussah“ (Fuchs, S. 10). Dem stimmt der Rezensent zu und gesteht freimütig, dass er ein gutes Gefühl in sich wahrgenommen hatte, als er im Dezember 1989 die Nachricht vernommen hatte, dass Nicolae Ceaușescu, der frühere, 24 Jahre herrschende rumänische Diktator, gestürzt und sehr bald von seinen eigenen Leuten erschossen wurde, obwohl es richtiger gewesen wäre, ihm den Prozess zu machen und ihn in einem ordentlichen Verfahren zu verurteilen.

Sven Fuchs macht in seinem faktenbasierten Buch klar, „dass es irrational ist, die politische Bedeutung von Kindheit anzuzweifeln oder diese bei umfassenden Gesellschaftsanalysen auszublenden“ (Fuchs, S. 10). Pioniere des Forschungsbereiches Psychohistorie – hierher gehört auch die quälende Frage, warum eigentlich Kinder missbraucht werden –, sind Alice Miller, Arno Gruen und Lloyd deMause, dessen bahnbrechendes Buch, „Das emotionale Leben der Nationen“, für den

Autor besonders wichtig wurde, wobei er alle drei als „große Augenöffner“ betrachtet.

Es ist kein Scherz, dass der Themenkomplex Kindesmisshandlung – auch durch etliche Priester und Nonnen praktiziert, wie dies in den letzten Jahren bekannt wurde – so ungeheuer ist, dass wir vor dem realen Grauen, das die hier gemeinten Opfer erleiden mussten, die Augen zunächst verschließen. Unzählige Studien in aller Welt belegen ein Ausmaß der nicht nur körperlichen Gewalt gegen Kinder, so dass die dunklen Fakten uns als angeblich zivilisierte Menschen, als Homo humanus, beschämen, dann aber auch dazu ermuntern sollten, viel mehr für den Schutz der Kinder zu leisten als bisher. Denn: „Je mehr Kinder bei uns und weltweit vernachlässigt, geschlagen, gedemütigt werden und in Hoffnungslosigkeit und Hass abgleiten, desto höher ist das destruktive Potenzial in unserem eigenen Land und weltweit. Vor diesem Hintergrund ist Kinderschutz zu einer Frage des Überlebens geworden. Eine humanere Zukunft ohne Kinder, die geschützt und geliebt aufwachsen, ist kaum möglich. Weltweiter Kinderschutz ist der Königsweg zur Prävention nicht nur von seelischem Leid, sondern auch von Kriminalität, Militarismus und Terrorismus. Er sichert die Demokratie und den friedlichen kulturellen Austausch“ (S. 317), sagte in einer Rede Peter Riedeser (1945–2008), Experte für Psychotraumatologie und Direktor der Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Der Autor zitiert ihn gänzlich zustimmend und wer würde das Gegenteil behaupten wollen? Wir sehen ja täglich die Flüchtlinge aus der Ukraine und aus anderen Ländern und wir bekommen irgendwie mit, welches Leid den Kindern angetan wird. Später werden sie, wenn auch nicht alle, zurückschlagen.

Nur scheinbar weiche ich vom Thema ab, wenn ich zwischendurch den Armutsforscher Christoph Butterwegge zitiere, der, spezialisiert auf die Forschung der Kinderarmut in Deutschland, in einem Spiegel-Gespräch gesagt hat: Das Wort „Kinderarmut“ stehe drei Mal im Koalitionsvertrag von CDU, CSU und SPD, während das Modewort „digital“ beziehungsweise „Digitalisierung“ 290-mal vorkommt (vgl. Butterwegge & Butterwegge 2021, Der Spiegel 33/2021). Wie die Bundesregierung bzw. die „C“-Parteien diesen Sachverhalt für und vor sich

selbst rechtfertigen, ist für den durchschnittlichen Bundesbürger ein Rätsel mit sieben Siegeln.

Sven Fuchs aber sagt, das Ausmaß der Kindesmisshandlung sei im Grunde unfassbar, denn wir würden uns als moderne Menschen (des 21. Jahrhunderts) verstehen und hätten doch alle „irgendwie ein Ideal im Kopf, das da lautet: Eltern sorgen für ihre Kinder, Eltern schützen ihre Kinder und Eltern lieben ihre Kinder. Doch leider geht die größte Gefahr für Kinder sehr oft von den eigenen Eltern aus“ (Fuchs, S. 11). Man kann es auch so sagen: In den ersten 10 bis 12 Jahren seines Lebens, ist ein Kind restlos seinen Eltern ausgeliefert: im Guten, im weniger Guten und im Destruktiven. (Wem das merkwürdig oder unglaublich vorkommt, der möge das Buch von Michael Tsokos und Saskia Guddat, Deutschland misshandelt seine Kinder, München, 2014, studieren und sich über das Thema Missbrauch der Kinder und Gewalt gegen die Kinder selbst ein Bild machen).

Angesichts der erdrückenden Fakten der Kindesmisshandlung, die eine lange Vorgeschichte hat, besteht die Aufgabe jedes einzelnen Menschen darin, „den Kreislauf der Gewalt und Destruktivität zu durchbrechen“ (Fuchs, S. 12). Gewiss sei der Alltag mit Kindern auch für Konflikte anfällig, doch eine liebevolle Kindererziehung schließt körperliche, psychische und sexuelle Gewalt gegen das Kind, aber auch zwischen den Eltern aus, und ist gepaart mit elterlicher Zuwendung, die auch Grenzen ziehen kann. Nicht menschliche Fehler und Konflikte des Alltags im Umgang mit Kindern sind also das Thema des Buches, sondern die Darlegung und die Analyse der Belastungsfaktoren, die „nachhaltig schädlich auf Kinder wirken“ (Fuchs, S. 13.) und worüber auch heute noch, und trotz der Enthüllungen vieler Missbrauchsgeschichten, geschwiegen wird. Aus diesem Grunde wiederholt der Autor verschiedentlich: „Kindheitseinflüsse werden bezüglich der Ursachenanalyse von Gewalt und Terror oftmals ausgeblendet, dabei sind sie von zentraler Bedeutung. Diese Bedeutung in den Focus zu stellen, war für mich die Antriebskraft, dieses Buch zu schreiben“ (Fuchs, S. 192).

Im Kapitel 6, „Das große Schweigen“, merkt Sven Fuchs an: Noch 1978, als die bekannte Kinderbuchautorin Astrid Lindgren, unter dem Titel Niemals Gewalt, eine leidenschaftliche Rede für die gewaltfreie

Erziehung hielt – Anlass war die Verleihung des Friedenspreises des Deutschen Buchhandels –, wollten die Veranstalter, nach der Lektüre des Manuskriptes, Druck auf Frau Lindgren ausüben, indem sie ihr nahelegten, sie solle den Preis „kurz und gut“, ohne lange Rede entgegennehmen. Doch sie hat sich durchgesetzt und hielt ihre bis heute lesenswerte Rede. Die damals Verantwortlichen fühlten sich irritiert, dass diese weltberühmte Kinderbuchautorin in ihrer Rede die Verknüpfung von gewaltvollen Kindheiten und gewaltvoller Politik dargelegt hatte. Sie sagte u.a.: „Ob ein Kind zu einem warmherzigen, offenen und vertrauensvollen Menschen mit Sinn für das Gemeinwohl heranwächst oder aber zu einem gefühlskalten, destruktiven, egoistischen Menschen, das entscheiden diejenigen, denen das Kind in dieser Welt anvertraut ist, je nachdem, ob sie ihm zeigen, was Liebe ist, oder aber dies nicht tun“ (Fuchs, S. 94). Und dann sprach sie davon, dass es für uns alle ein Glück sei, wenn ein liebevoll und ohne Gewalt erzogenes Kind, „später als Erwachsener zu denen gehört, die politische Macht haben“, denn, so fügte sie hinzu, „auch künftige Staatsmänner und Politiker werden zu Charakteren geformt, noch bevor sie das fünfte [oder das siebte] Lebensjahr erreicht haben“ (Fuchs, S. 94). Die bei der Verleihung des Preises anwesende Menschen (im Jahre 1978) waren im Alter zwischen 40 und 70 und demnach entstammten sie aus den Geburtsjahrgängen zwischen 1908 und 1938, aus einer Zeit also, in der in Deutschland die Schwarze Pädagogik sowie die Härte der NS-Erziehung den Umgang mit den Kindern dominiert haben. Es ist nicht zu leugnen, dass es einen direkten Zusammenhang zwischen den Auswirkungen der NS-Ideologie, der Schwarzen Pädagogik und dem Zweiten Weltkrieg gibt, denn die Keimzelle der menschlichen Destruktivität liegt in den frühkindlichen Ereignissen des entweder „Anerkannt-werden“ oder des „Abgelehnt-werden“. Nebenbei sei rasch eingefügt: Über die Schwarze Pädagogik hat Katharina Rutschky (1941–2010) schon 1977 ein Buch vorgelegt, das 1997 in einer erweiterten Neuausgabe erschienen ist. Und über die enorm schädlichen Wirkungen der NS-Erziehung auf die Psyche, besonders durch die fanatische Lungenärztin und Hitleranbeterin Johanna Haarer propagiert und gefördert, hat Sigrid Chamberlain detailliert geschrieben, siehe: „Adolf Hitler, die deutsche Mutter

und ihr erstes Kind. Über zwei NS-Erziehungsbücher“, Gießen: Psychosozial-Verlag (1. Auflage 1997 und 5. Auflage 2010). Zu erwähnen ist auch der Film „Das weiße Band – Eine deutsche Kindergeschichte“ 2009. Der Österreicher Michael Haneke hat den exzellenten Film gemacht, der als deutsch-österreichisch-französisch-italienische Koproduktion entstanden ist. Die Geschichte spielt vor dem Ersten Weltkrieg in der Lüneburger Heide, in der Zeit der Schwarzen Pädagogik.

Es ist aber nicht so, dass nur „früher“ oder „damals“, in illo tempore, in jener alten Zeit, Kinder mit Gewalt überzogen wurden. Nein. Wir kennen auch heute bestimmte „Gestalten“, die sogar den Beruf des Kinderpsychiaters ausüben und den Kindern unerlaubterweise, ohne Diagnose, schwere Neuroleptika wie Pipamperon geben, und sie gar nicht empathisch behandeln, wie dies 2021 der Fall des Bonner Psychiaters Michael Winterhoff zutage gefördert hat. Wer hierzu mehr wissen will, wird in den Medien schnell fündig. An dieser Stelle nur eine kurze Anmerkung: Pipamperon wirkt stark sedierend, Experten empfehlen es nur in Notfällen für eine kurze Zeit – etwa bei heftigen Aggressionen, wenn Kinder und Jugendliche therapeutisch nicht mehr anders erreichbar sind. Michael Winterhoff jedoch verschrieb das Mittel seinen jungen Patienten fast standardmäßig, manche mussten es bis zu zehn Jahren einnehmen. Die Liste der Nebenwirkungen von Pipamperon ist lang. Viele Betroffene leiden noch Jahre nach dem Absetzen unter ständiger Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten und Bewegungsstörungen. Nicht wenige fühlen sich ihrer Kindheit beraubt. Ob eine solche gewaltige Intervention durch einen Psychiater in unserem Rechtsstaat geahndet wird? Man muss genau hinschauen. Am 01.04.2022 sah dieser schlimme Fall so aus: „Die verantwortlichen Ministerien in Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz, wo Winterhoff vorwiegend tätig war, stehen vor allem Staatsanwaltschaft und Ärztekammern in der Pflicht, den Fall aufzuarbeiten. Doch die Bemühungen halten sich in Grenzen“, heißt es in einem Bericht der Süddeutschen Zeitung.

Die Frage, die sich hier stellt, lautet: Was für ein Menschenbild hat derjenige Erwachsene, der im Kind nur ein Objekt sieht? Was ist bei dem hier gemeinten Erwachsenen in seiner Kindheit passiert, dass er auf solch eine „subtile“ Weise den Kindern und Jugendlichen Gewalt

antut? ... Ein halbwegs gesund fühlender Erwachsener, noch dazu ein Arzt, wird jedes Mal die einmalige und einzigartige Persönlichkeit des Kindes erfühlen und mit ihm geduldig ins Gespräch kommen, bevor er „Diagnosen“ stellt oder gar Neuroleptika vorschreibt. Die Kinderpsychiaterin Renate Schepker, Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie hat mit deutlichen Worten die Vorgehensweise des Kinderpsychiaters Michael Winterhoff kritisiert: Er sei schon seit Jahren rufschädigend „mit dem, was er in seinen Vorträgen als Kinderpsychiater verbreitet. Seine pädagogischen Grundüberzeugungen sind in keiner Weise wissenschaftlich fundiert und werden von der Fachgesellschaft nicht geteilt“, sagte u.a. Renate Schepker in einem Interview (Süddeutsche Zeitung, 21./22. August 2021, S. 8).

Wenn die Kindheit „politisch“ ist, wie Sven Fuchs auf 407 Seiten seines Buches kohärent darstellt; wenn darüber hinaus die Kindheit auch sozialetisch ins Visier genommen werden muss und wenn weiter, das Kind auch als eine „geistige Person“, als „ein absolutes Novum“ (Frankl) nicht nur wahrgenommen, sondern erkannt werden soll, [Wahrnehmung ist nämlich noch keine Erkenntnis], dann stehen wir heute in Europa vor einer enormen pädagogischen, psychologischen und spirituellen Herausforderung, die durch den brutalen Ukraine-Krieg vielfach hochpotenziert ist. Realisieren bis zur Erschütterung tun wir dies erst dann, zumindest vorübergehend für einige Tage, wenn solch ein Terrorakt passiert, den Anders Breivik am 22. Juli 2011 in Norwegen gesetzt hat. Mit insgesamt 77 Todesopfern hat er den schwersten terroristischen Anschlag in Norwegen verübt. Hatte auch er eine schwer traumatische Kindheit? Ja, antwortet Sven Fuchs und besteht darauf, vielmehr und viel genauer hinzuschauen, wenn man den Extremismus und den Terrorismus studiert, forscht und untersucht. Dann nämlich wird der Forscher gewahr, dass Missbrauch während der Kindheit, erlittene körperliche und psychische Gewalt in frühen Jahren mit einer Reihe von sozial negativen Verhalten wie Kriminalität und Neigung zur Gewalt korreliert (vgl. Fuchs, S. 100). Ob dieser Zusammenhang auch für politisch motivierte Gewalt gilt, wird die Frage von einem der Forscher (Peter R. Neumann) gestellt und der Autor, Sven Fuchs, beant-

wortet sie mit: Ja! Denn, so heißt es, „eine aggressive Sozialisation hat eine Wirkung, in der sie die Kinder auf den Krieg vorbereitet“ (Fuchs, S. 101), und die Belege hierzu darf jeder nachlesen.

Befassen sich klassische Historiker mit politischen Führern und entdecken dabei, dass sie destruktive Kindheitserfahrungen erlitten haben, gehen sie darauf nicht weiter ein und erkennen deren Einfluss auf das spätere Verhalten dieser Führer nicht an. Ein Paradebeispiel für dieses Nicht-Anerkennen der destruktiven Kindheit auf das spätere Verhalten entdeckt Sven Fuchs in der Biographie über Adolf Hitler, die der Historiker Volker Ullrich (2013) verfasst hat. Dieser wie auch andere Historiker halten von psychologischen oder gar psychohistorischen Erklärungen des Hitler-Phänomens nicht allzu viel (vgl. Fuchs, S. 105), wobei die meisten Historiker die Disziplin der Psychohistorie gar nicht kennen. Doch Sven Fuchs vertritt die These, die er durch zahlreiche Beispiele auch belegt, dass das Ungeheuer Adolf Hitler nur über einen offenen Blick auf seine extrem destruktive Kindheit zu erklären sei, denn: „Wirklich als Kind geliebte und gewaltfrei aufgewachsene Menschen werden nicht zu einem Hitler“ (Fuchs, S. 106). Der Rezensent hat sich an dieser Stelle die Frage gestellt, wieso und warum sind Viktor Frankl, Roger Schutz, Dag Hammarskjöld oder Mahatma Gandhi nicht Gewaltverbrecher oder Kriegstreiber geworden? Genügt es zu sagen, weil sie sich anders – nämlich für das Gute und das Sinnvolle – entschieden haben? Will man logotherapeutisch und existenzanalytisch argumentieren, dann sagt man: Ja, irgendwann entscheidet sich der Erwachsene selbst dafür, ob er das Sinnvolle oder Sinnwidrige priorisiert. Gründet seine Entscheidung in seinem Willen zum Sinn, werden seine Handlungen sinn- und werteorientiert sein, das Gemeinwohl im Blick haltend. In anderen Worten: Der Charakter eines Menschen wird in der frühen Kindheit geformt oder verformt. Sein Selbstbild ist etwa bis zum 14. Lebensjahr sehr stark davon abhängig, was ihm die Eltern – oder andere primäre Bezugspersonen – gespiegelt haben und genau in dieser frühen Phase der Persönlichkeitsentwicklung spielen Sinn- und Werterfahrungen, die dem Heranwachsenden gewährt werden, eine zentrale Rolle. Danach beginnt der Jugendliche und später der Erwachsene selbst zu entscheiden, in welche Richtung er gehen will. Damit aber

wird auch seine Verantwortung greifbar, so dass man behaupten kann: Egal wie ihre Kindheit aussah, sind erwachsene Menschen für ihr Tun verantwortlich, und sie sind auch strafrechtlich zu verfolgen, sofern sie Verbrechen begangen haben. Als eine persönliche Einsicht soll festgehalten werden: Alle Nazi-Führer, die sich umgebracht haben (Hitler, Goebbels, Göring usw.), wussten genau, dass sie von den Alliierten zur Verantwortung gezogen werden. Sie haben es vorgezogen, feige genug, sich durch einen suizidalen Akt aus der Sphäre der Verantwortung zu entwinden.

An diesem Punkt berühren wir ein nicht weiter zu erhellendes, dunkles Geheimnis, das auch bei Viktor Frankl mit diesem Begriff bezeichnet wird. Gemeint ist das *mysterium iniquitatis*, das Geheimnis des Bösen, dessen furchtbare Realität – hier in Europa besonders stark und erneut sichtbar, fühlbar, spürbar im Ukraine-Krieg – uns schon wieder einholt. Besonders interessant in diesem Zusammenhang ist das Faktum, dass der Autor im Kapitel 13, „Die Kindheiten ausgewählter politischer Führer, Diktatoren und Kriegsherren“ (Fuchs, S. 221–266), neben etlichen Diktatoren (Lenin, Stalin, Pinochet, Castro, Noriega, Ceaușescu usw.) auch Wladimir Putin (Jg. 1952) unter die Lupe nimmt. Folgendes scheint bedeutsam: „Der Vater von Putin kämpfte im Zweiten Weltkrieg an der Front und wurde dabei fast getötet. Putins Mutter kam ebenfalls fast zu Tode, als ihre Heimatstadt Leningrad belagert und ausgehungert wurde. Allerdings starben ihre beiden Söhne, davon wohl einer auf Grund der Belagerung. Es ist davon auszugehen, dass Putins Eltern schwer traumatisiert wurden“ (Fuchs, S. 254). Und weiter: Es ist davon auszugehen, dass die Mutter Putin nicht gerne angenommen hat. Er sei ein ungewolltes Kind gewesen, behauptet der Heidelberger Psychohistoriker Ludwig Janus. Es ist weiterhin davon auszugehen, dass traumatisierte Kinder zwar nicht im Sinne einer 1 zu 1 Relation, also nicht im Sinne eines strengen Determinismus, wohl aber im Sinne einer Prädisposition stark oder eher dazu neigen, später zu Tätern zu werden. Damit ihre Neigung realiter zu Täterschaft wird, muss man voraussetzen, dass sie eine Reihe von Vorentscheidungen treffen, die in eine bestimmte Richtung zeigen. Es ist eine bestimmte Richtung vorgegeben, wenn sich jemand schon mit 18 Jahren bei der KGB oder bei der CIA meldet

und sein Leben in einem Verein führt, in dem das Lügen und Täuschen – und oft auch das Morden – an der Tagesordnung ist. Freilich kann der Einzelne, von Fall zu Fall auch beim KGB, „anständig“ bleiben, wobei dieser Begriff hier in einem weiten und relativen Sinn verstanden werden soll, denn Anständig-sein ist nicht etwas Punktuelleres, sondern eine Charakter- und Geisteshaltung. Schließlich, und an diesem „Punkt“ angelangt, dürfen wir mit Max Scheler, Karl Jaspers und Viktor Frankl übereinstimmen: Der Mensch ist dasjenige Wesen, das immer entscheidet. Wählen und Verwerfen ist des Menschen basales Tun. Ein jemand zieht „dieses“ vor und verwirft „jenes“. Was am Ende herauskommt, wird nur der Sich-so-und-so-Entscheidende wissen, die anderen aber, die ihn einigermaßen erkannt haben, werden dennoch sagen dürfen: Du bist wer du bist. Du selbst hast es so gewählt. Du selbst hast dich „dafür“ (für den Krieg oder für den Frieden, für den sinnvollen Kompromiss oder für die Rache) entschieden. Deine Taten spiegeln dein So-Sein. Der Spruch war schon im Mittelalter bekannt: *Agere sequitur esse*, das heißt: das Handeln folgt aus dem Sein [eines Menschen].

Mit Blick auf das Politische und das Sozialethische seien noch einige Gedanken aus dem Buch von Sven Fuchs zitiert, wobei drei verschiedene Begriffe im Kern dasselbe meinen: „Täterintrojekte“ (M. Huber), „Alter-Ego“ (deMause) und „der Fremde in uns“ (Arno Gruen). Man könnte aber auch „die Dämonen in mir“ sagen und es würde genauso passen, um denjenigen psychischen Sachverhalt zu benennen, der hier gemeint ist. Im Kern ist dies gemeint, in der ersten Person Singular formuliert: Ich habe keine aus meinem Inneren kommende feste Identität und deshalb klammere ich mich an „Symbole der Identität“ wie: Rasse, Klasse, Nationalismus, Partei, Religion, Sekte, Geheimdienst, Maffia usw. Genau davor warnte Viktor Frankl, wie an dieser Stelle anzumerken ist, als er in der zweiten These zur Person ausgeführt hat: Die Person sei in ihrem Wesen in-summabile, nicht verschmelzbar, da sie Einheit und Ganzheit sei, weshalb sie in höheren Ordnungen – wie Masse, Klasse, Rasse – nicht aufgehe. Derjenige Mensch aber, der meint, in diesen „pseudopersonalen Entitäten“ aufgehen zu müssen, riskiert in Wirklichkeit seinen eigenen Untergang, denn er gibt sich selbst als Person auf (vgl. Frankl, 1951, S. 50). In seiner Psyche kann ein Mensch den-

noch so sehr mit einem pseudopersonalen Gebilde – mit einer Partei, einer Verbrecherorganisation, einem diktatorischen Regime – verschmelzen, sich ihm hingeben und sich in ihm so sehr verstricken, dass er seine geistig begründete Würde nicht mehr spürt. Es kommt zu einer Dominanz des Psychischen über das Noetische. Das „bessere Ich“ eines Menschen wird von seinem psychischen „Ego-Ich“ überlagert: er verliert den spürbaren Zugang zu seinem wahren Selbst.

Sven Fuchs schreibt, andere zitierend: „Je schlimmer, abrupter, grausamer die erlebte Gewalt, desto schlimmer, abrupter und grausamer die täterimitierenden Anteile. Und da ein Kind unter dermaßen unerträglichen Bedingungen während der Einwirkung solcher Grausamkeiten dissoziiert, also nicht mehr einheitlich wahrnehmen und speichern kann, sondern nur noch fragmentiert, werden die unter solch traumatischen Bedingungen aufgenommenen Täterintroyekt-Anteile ein noch abgespalteneres Eigenleben führen als bei Menschen, die ‚nur‘ Zeuge oder Opfer unangenehmer, aber nicht traumatisierender Situationen waren. Mit anderen Worten: Man dissoziiert auch die Täterintroyekte“ (Fuchs, S. 323). Als hoffnungsvoll positiv stimmend, ist auch die Tatsache zu nennen, dass in Deutschland etwa seit der Mitte der 1990er Jahre ein allgemeiner Trend des Gewaltrückgangs gegen Kinder zu beobachten sei. Entsprechende Studien werden in diesem Zusammenhang herangezogen und zitiert (vgl. Fuchs, S. 118f.). Es heißt: Die Geburtsjahrgänge um das Jahr 2000 berichten mittlerweile zu 78,6% über ein hohes Maß an elterlicher Zuwendung. Im Jahr 2018/19 jedenfalls – das heißt vor der Pandemie – haben Studien für Deutschland eine stetige und deutliche Verbesserung der Kindererziehungspraxis festgestellt (vgl. Fuchs, S. 120f.) Dieser positive Trend dürfte sich in der Coronazeit verschlechtern haben. Hierüber kann aber nicht weiter berichtet werden. Mit dem Autor Sven Fuchs wollen wir als Fazit festhalten:

Bisher sei es so gewesen, dass gesellschaftliche Phänomene wie Krieg, Terror und Extremismus in der breiten Öffentlichkeit nur selten, von einzelnen Forschern „in einen ursächlichen Zusammenhang zu destruktiven Kindheitserfahrungen gesetzt werden. (...) Die Folgen von belastenden Kindheitserfahrungen sind derart umfassend (auch weil

ihr Ausmaß so hoch ist), dass es fahrlässig ist, nicht darum zu wissen“ (Fuchs, S. 349).

Es wird darauf ankommen müssen, und zwar sehr bald, eigentlich schon heute, „dass menschliche Gesellschaften gezielt, besonnen und planmäßig Kinder vor Gewalt und schweren belastenden Erfahrungen schützen und gleichzeitig Hilfe anbieten müssen, wenn dieser Schutz nicht gelingen konnte. Dies würde die Welt, davon bin ich überzeugt, deutlich voranbringen und besser machen“ (S. 349).

Davon ist auch der Rezensent überzeugt. Er empfiehlt dieses nicht leicht zu lesende Buch allen, die mit Kindern in irgendeiner Weise – direkt oder indirekt – zu tun haben und ihre Entwicklung fördern.

Otto Zsok

Literatur

BUTTERWEGGE, CAROLIN; BUTTERWEGGE, CHRISTOPH (2021): *Wie sich die Gesellschaft ihrer Zukunft beraubt*. Frankfurt am Main.

DER SPIEGEL, NR. 33/14.08.2021

FRANKL, VIKTOR (1951): *Logos und Existenz*. Wien.

ULLRICH, VOLKER (2013): *Adolf Hitler. Die Jahre des Aufstiegs 1889–1893*. Frankfurt am Main.

Irina Pendorf: *Einladung zum Dialog. Über eine Pädagogik des Vertrauens.* Dortmund: Verlag Modernes Lernen 2021, 287 Seiten, Euro 22,95.

Vorbemerkung: Immer sind Menschen gemeint, weiblich wie männlich, wenn im Folgenden, anders als im Buch, kein Sternchen * verwendet wird. Stattdessen wird in der Rezension mal die weibliche, mal die männliche Form ausgeschrieben.

Gewiss freut es den Rezensenten, der seit 30 Jahren Logotherapie und Existenzanalyse doziert, in einem Buch über Erziehung – und noch dazu mit solch einem schönen und ansprechenden Titel – gleich beim ersten Durchblättern zu entdecken, dass die Autorin, seit vielen Jahren Dozentin für Erzieherinnen und Erzieher, dem Konzept der „existenziellen Erziehung“, die auf Viktor Frankl (1905–1997) aufbaut, etwa 30 Seiten widmet, wobei sie ebenso das Konzept der wertorientierten Persönlichkeitsbildung nach Uwe Böschmeyer als auch die existenziellen Grundmotivationen des Menschen nach Alfred Längle, aber ebenso den Beitrag von Elisabeth Lukas (alle sind Frankl-Schüler) in Betracht zieht. Ein besonders wichtiger Teil dieses Buches, könnte man in aller Kürze sagen, wobei manche Ungenauigkeiten (vgl. Pendorf 2021, S. 207) einer kleinen Korrektur bedürfen. Später komme ich darauf zurück.

Doch auch andere Teile dieses Werkes sind wert genug, um näher betrachtet zu werden, weshalb im Folgenden eine dichte Skizze über manche Inhalte des Buches gewagt wird.

Gleich in der Einleitung heißt es: „Existenzielle Fragen stellen sich angesichts der weltweiten Krise, die durch das Coronavirus ausgelöst wurde, schärfer denn je. (...) In der Rolle der Dozentin und Beraterin bin ich gewohnt, Fragen zu stellen und gemeinsam auf die Suche nach hilfreichen Antworten zu gehen. (...) Als lösungsorientierte systemische Familientherapeutin, die ich auch bin, hoffe ich auf Ihr neugieriges Interesse, auf Ihre Lust, sich mit spannenden Fragen des Lebens auseinanderzusetzen und so den persönlichen und pädagogischen Möglichkeitsraum ein wenig zu erweitern“ (Pendorf, S. 15f.).

Das didaktisch und optisch ansprechend gestaltete Buch gliedert sich inhaltlich in vier Teile, wie folgt:

Teil 1 – Grundfragen und erste Antworten – ein Überblick. Hier werden sieben große Themen erörtert: Erziehung, Bildung, Mensch sein, Leben, Werte, Normen und Moral, Welt sowie Haltung, Stil, Autorität. Dann folgt Teil 2: Existenzielle Antworten – Konzepte einer Pädagogik des Vertrauens. Hier liest man u.a. über dialogische Erziehung und Bildung sowie Existenzielle Erziehung und Bildung (in diesem Teil ist viel über Viktor Frankl und seiner Logotherapie und Existenzanalyse zu lesen). Teil 3: Persönlichkeitsbildung, wobei auch hier sieben interessante Bereiche behandelt werden: Aus-Fort-/Weiterbildung, Teamarbeit, Supervision, Coaching, Beratung, Therapie, zwei methodische Wege. Schließlich folgt Teil 4: Das Ende und darin – mit Danksagungen der Autorin – der Abschied.

Eine Pädagogik des Vertrauens ist, zweifelsohne, ein sehr wertvolles Konzept und sofern es konkret umgesetzt wird, – gute Theorien brauchen immer die praktische Umsetzung, – wirkt sie sich segensreich und heilsam im Leben der Kinder und der Jugendlichen aus. Dass der Erziehungsbegriff starkem Wandel ausgesetzt ist, geht daraus hervor, so die Autorin, dass man plausibel klingende Definitionen – sie listet 25 Definitionen auf – 1935 in Nürnberg oder 1969 in Berlin oder 1990 in Erfurt ganz anders gedeutet hat als im Jahre 2021 im Kontext einer liberal-demokratischen Gesellschaft (vgl. Pendorf, S. 25f.). Zutreffend heißt es weiter: Es sei das Menschen- und Weltbild, von dem wir ausgehen, dafür entscheidend, „wie wir Erziehung definieren, welche Ziele uns in der Erziehung wichtig sind, und welche erzieherische Grundhaltung wir einnehmen bzw. entwickeln“ (Pendorf, S. 27). Freilich darf man hier fragen, ob Erziehung – im Lichte der neurobiologischen Forschungen – in einem erweiterten Sinn nicht schon während der Schwangerschaft beginnt, also in einer vorgeburtlichen Phase, in der die Haltung der Frau-Mutter – bejahend-liebevoll oder eher ambivalent oder ablehnend und zweifelnd – das werdende Kind so oder so beeinflusst, wobei ihre Haltung sicher auch davon abhängt, wie weit sie vom dazugehörigen Mann-Vater wertgeschätzt und geliebt wird. Von Anfang an gehören

nämlich die zwei Grundkräfte des SEINs, »Yin« und »Yang« (das Männliche und das Weibliche), sowie ihre harmonische Verbindung zum Gelingen eines neuen menschlichen Lebens im Ur-Vertrauen dazu.

Wir müssen uns fragen, heißt es, „was für ein Bild vom Menschen, vom Kind, vom Schüler, der Studierenden, steckt hinter der Annahme, dass mit Noten besser gelernt wird?“ (Pendorf, S. 58). Lernen die Schüler nicht, wenn es keine Noten gibt? Die Autorin sagt: Doch, denn sie habe die „interessantesten Referate und Präsentationen erlebt, wenn sie unbenotet blieben“, denn genau da kann Begegnung passieren, inhaltlich und zwischenmenschlich.

Die behavioristische Arbeitsweise, so die Autorin, sei inadäquat und letztlich inhuman in der Pädagogik. Die verschiedenen Missstände in der Erziehung führt sie nicht auf böse Absichten der Erwachsenen zurück, sondern? Die Autorin spricht hier von Ohnmacht: „Ohnmacht den vielen Ansprüchen gegenüber, die von Seiten der Gesellschaft, des Trägers, der Eltern usw. gestellt werden. Ohnmacht der eigenen (möglicherweise noch nicht eingestandenen) pädagogischen Ideenlosigkeit gegenüber. Ohnmacht dem persönlichen Umgang mit Stress gegenüber“ (Pendorf, S. 60). Oft ist dann die Folge der aggressive Akt, die Verletzung des Anderen, die Gewalt gegen das Kind. Und der Gewaltanwendende verändert sich auch, „er verliert an Würde, an Menschlichkeit und bleibt hinter seinen anthropologischen Möglichkeiten zurück“ (Pendorf, S. 61). Was die Autorin darunter versteht, erzählt sie im Rahmen einer persönlich erlebten Geschichte, in der ein Mann das verlorene Portmonee ihrer Partnerin findet und ihr zurückbringt, aber so, dass er zuvor die darin gefundene Summe von 35 Euro für sich behält und auch ausgibt. Doch immerhin ist er so ehrlich, dass er den Fund persönlich vorbeibringt (vgl. Pendorf, S. 105f.). Und dann stellt die Autorin u.a. die Frage, wie das Verhalten des Mannes zu beurteilen sei, ob er unverfroren oder mutig oder ehrlich und hilfsbereit gewesen sei. Eine sehr nachdenkenswerte Geschichte, die in die Mitte der Wertfragen hineinführt. Diese sollten, so die Autorin, schon sehr früh durch Ethik- und Religionsunterricht vermittelt werden, denn mit dem Philosophieren könne man nicht genug früh beginnen (S. 106). Von hier aus

legt sie den überaus bedeutenden Ansatz von Lawrence Kohlberg (1927–1987) dar, der die moralische Entwicklung bei Kindern untersucht und zentrale Einsichten herausgearbeitet hat. Was den Rezensenten bei Kohlberg sehr beeindruckt hat, ist u.a. das Ergebnis einer bestimmten Untersuchung; dass es unter siebenjährigen Kindern eine große Übereinstimmung gab: Lügen, Stehlen, Schlagen und egoistisches Verhalten sind falsch, auch wenn keine Regeln dagegensprechen. Erwähnt sei noch nebenbei, dass das Hauptwerk von Kohlberg, „Die Psychologie der Moralentwicklung“ (Suhrkamp Verlag 1995) auch heute noch überaus lesenswert ist.

Dass der Einzelne aus der „selbstverschuldeten Unmündigkeit“ (Kant) heraustreten und zu lernen hat (ein langer Prozess!) selbstständig zu denken, zu fühlen, zu empfinden, zu urteilen und Verantwortung zu übernehmen, um Mündigkeit zu erreichen, ist nicht nur pädagogisch und psychologisch, sondern auch spirituell das Ziel der Persönlichkeitsentwicklung, so die Autorin sinngemäß, und sie fügt noch hinzu: Das „Wir“ fühlend mitzuberücksichtigen, also die Gemeinschaftsfähigkeit vor Augen zu halten und zu fördern, um „eine Haltung der Fürsorge einnehmen zu können und solidarisch zu sein“ (Pendorf, S. 111), sind Elemente auf dem Weg zur Mündigkeit. Sie wird erreicht, wenn ein Mensch, laut Kohlberg, die letzte Ebene (Stufe 6) der „Orientierung an noch allgemeingültigen, übergeordneten ethischen Prinzipien“ erreicht bzw. erklommen hat (vgl. Pendorf, S. 117). Neben dem Dalai Lama und Gandhi, die diese Stufe „möglicherweise erreicht haben“, so die Autorin, lassen sich mindestens zwei weitere herausragend große Namen nennen: Lao-Tse und Jesus von Nazareth. In beiden spirituell herausragenden Gestalten hat sich die Liebe als Ur-Kraft und als „Kaiserin und Königin aller Kräfte“ so offenbart, dass ihre Auswirkung heute noch diejenigen erreicht, die sich mit ihr verbinden wollen.

Viktor Frankl hat der Liebe auch tiefsinnige Betrachtungen gewidmet. Er hat unterschieden zwischen drei Stufen der Liebe-Fähigkeit: zwischen der sexuellen, der erotischen und der eigentlichen Liebe. An diesem Punkt verwechselt die Autorin die Eros-Liebe (bei Frankl die zweite Stufe, bei der Autorin die dritte Stufe) mit der eigentlichen Lie-

be: erst auf dieser dritten Stufe ereignet sich, wie die Autorin nun richtig schreibt, „das liebende Erfassen des Anderen in seiner Einmaligkeit und seiner Einzigartigkeit“ (S. 207). Ebendort spricht die Autorin davon, dass Frankl die Geistigkeit des Menschen in Form einer Trias beschreibe: Ethos, Eros und das Pathische. Das Letztere trifft nicht zu, denn bei Frankl geht es da um den Logos! Und dann lautet die gemeinte Trias richtig so: Ethos (als Wert), Eros (als Liebe) und Logos (als der transsubjektive, nicht machbare, sondern ein zu entdeckender Sinn). Schließlich, was das Pathische anbelangt, wird dieser Begriff bei Frankl im Kontext einer „Existenzanalyse des Gewissens“ ins Spiel gebracht (vgl. Viktor Frankl, *Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion*, 2018, S. 26f.). Dort heißt es: Neben dem ethischen Gewissen, wirkt im Menschen auch das Pathische als das künstlerische Gewissen. Die Quellen, aus denen der Künstler im Vorgang der Inspiration schöpft, „bleiben in einem bewusstseinsmäßig niemals restlos erhellbaren Dunkel“ (Frankl, ebd., S. 27).

Zu begrüßen ist, dass die Autorin auch über Weiterentwicklungen der Logotherapie spricht (Lukas, Längle, Böschmeyer) und bemüht ist zu würdigen, was die Genannten zur Ausdifferenzierung des Ansatzes von Frankl beigetragen haben. (Nebenbei: Längle war neun Jahre – und nicht elf – mit Frankl in enger Verbindung: 1982–1991, vgl. S. 220). Der Autorin ist zuzustimmen, wenn sie sowohl die existenzielle Pädagogik wie die Logopädagogik darstellt (Pendorf, S. 224–235) und hervorhebt: Es reiche nicht, immer nur von Digitalisierung zu sprechen, sondern man müsse endlich Bildung als „existenzielle Bildung“ (Pendorf, S. 226) auffassen und fördern. An dieser Stelle sei noch hinzugefügt: So sehr die Digitalisierung einem technisch geprägten Zeitgeist entsprechen mag, wird sie die tiefere Berührung mit der eigenen Seele und den Seelenkräften nicht fördern, denn hierzu ist die Stille, die Meditation, die Innewerdung, die wahre Selbstbegegnung unerlässlich. Die Autorin hebt dies auf ihre Weise auch hervor.

Dieses Buch ist reich an guten, brauchbaren und Richtung gebenden Gedanken und praktischen Übungen. Es bietet allen, die sich mit Erziehung beschäftigen, ein breites Feld von werte- und sinnorientierten Im-

pulsen. Eine Pädagogik des Vertrauens blendet existenzielle Themen und Fragen nicht aus, schreibt die Autorin, „sondern greift sie bewusst auf und integriert sie in den pädagogischen Alltag. Dazu gehört auch die Frage nach der Sterblichkeit, nach dem Tod und was danach kommt oder nicht kommt“ (Pendorf, S. 257f.). Das Erstaunliche an diesem Satz, so empfindet es der Rezensent, ist in der Tat, dass das Thema Sterben-Lernen „zum selbstverständlichen Bestandteil einer dialogisch-existenziellen Erziehung und Bildung wird“ (Pendorf, S. 258) und noch mehr werden soll. Es ist äußerst selten, dass Autoren von Büchern über Pädagogik auch auf solche Aspekte eingehen. Man kann der Autorin nur gratulieren, dass sie es wagt, dieses doch vielfach tabuisierte Thema in ihrem Buch über Erziehung so explizit darzulegen. Und sie hat durchaus Recht, wenn sie festhält, dass das Leben – gerade nachdem die Pandemie uns alle enorm herausfordert und inzwischen wir auch vom Krieg in der Ukraine mehrfach herausgefordert sind – nicht planbar, nicht kalkulierbar und nicht berechenbar ist (vgl. S. 258). Ein Buch über die Pädagogik des Vertrauens kann nicht nach dem guten Leben fragen, „ohne den Tod mitzudenken“ (Pendorf, S. 262) und ohne „sich liebend auf das Leben als Ganzes einzulassen“ (Pendorf, S. 263). Hier berührt die Autorin – so empfindet es der Rezensent – die Schwelle zur Transzendenz. Sie hat viel gewagt und ein feines, inhaltlich reiches Werk mit vielen praktischen Übungen, die man pädagogisch und therapeutisch verwenden kann, vorgelegt. Ihr Buch ist lesenswert!

Otto Zsok

Elisabeth Schmitt: *WEGE in gelingendes Leben. Wenn Türen sich öffnen. Impulse, die ermutigen.* August Kutterer • Kunst-Sinn • Viktor Frankl. Neulingen: Klotz Verlag 2021, 144 Seiten, Euro 22,00.

Dieses kunstvoll und optisch wie inhaltlich sehr ansprechend gestaltete Buch hat die Autorin – Ärztin, Psychotherapeutin und Logotherapeutin der ersten Stunde – nicht nur „für unsere Kinder und Enkelkinder“, sondern für all diejenigen geschrieben und geformt, die einen praktischen und meditativen Zugang zum konkreten Sinn und Wege zur Sinnerfüllung suchen. Sie sei seit 32 Jahren in eigener Praxis tätig, schreibt sie, und deshalb „ist es mir ein großes Anliegen, in meinem Buch nicht nur therapeutisches und theoretisches Wissen, sondern vor allem praktische Anregungen zum Umsetzen des Gelesenen in den Alltag zu vermitteln. Dabei ist es mir wichtig, schwierige Zusammenhänge sowie medizinische und psychotherapeutische Erkenntnisse in einfacher Sprache zu erklären und für Laien verstehbar zu machen“, so die Autorin in einem Begleitschreiben zum Buch. Und dann: „Die eingefügten Gemälde meines Großvaters August Kutterer sind wie Ruheplätze zwischen den Texten. Hier können Sie sich Zeit nehmen, zu betrachten, innezuhalten, nachzusinnen und dem eigenen Lebensbild auf die Spur zu kommen“ (Schmitt, S. 8). Diese Rezension will einige Aspekte skizzieren.

Ihre erste Krise sei gewesen, so die Autorin, als ihr Mann mit einem Freund eine Landarztpraxis übernahm, sich im Beruf verwirklichen konnte, während ihr die Arbeit zu Hause blieb, obwohl sie auch Medizin studiert habe. Sie haderte mit dem Hausfrau-Dasein und fragte sich oft, was der Sinn ihres Lebens sei. Da begegnete sie Viktor Frankl in einem Buch, das ihr ein Freund ausgeliehen habe und sie begriff: „Nicht etwas muss sich für mich ändern, sondern ich kann auch in der schwierigsten Situation etwas ändern“ (Schmitt, S. 12). Durch Frankl entdeckte sie „die Trotzmacht des Geistes“ und die Bedeutung der inneren Freiheit. „Wenn Menschen in der Hölle des KZ diese Trotzmacht mobilisieren konnten und nicht aufgaben, dann ergab sich daraus für mich die Pflicht, wenigstens zu versuchen, meine Schwierigkeiten und meine

Not zu bewältigen“ (Schmitt, S. 13). Ihr Sohn hatte damals einen Unfall und ihr Vater sei plötzlich gestorben, merkt die Autorin an und dies sei große Not gewesen. Doch der Sinn-Impuls wirkte in ihr nach, sie machte die Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse am Süddeutschen Institut bei Dr. Elisabeth Lukas und hatte auch das Glück, Viktor Frankl noch persönlich kennen zu lernen. Eine Tür – eine neue Sinnerspektive – tat sich auf und sie erlebte existenziell, in ihrem Alltag, was es heißt: „Nicht die Freiheit wovon, sondern die Freiheit wozu zählt“ (Schmitt, S. 15). Die andere Tür ist für E. Schmitt die Malerei ihres Großvaters August Kutterer, den sie nicht persönlich kennenlernen konnte, da sie ein Jahr alt war als er gestorben ist. Ihre Mutter und Großmutter aber sorgten dafür, dass die kleine Elisabeth durch Erzählungen mit dem Geist des Großvaters in Berührung kommt. Wie sie schreibt: „Wenn ich als Kind durch die Tür seines Ateliers ging, spürte ich etwas von seinem schöpferischen Tun, ich betrat eine Welt voll Kreativität, gestalterische Energie und Schönheit. Diesen Zauber spüre ich noch heute, wenn ich das Atelier betrete“ (Schmitt, S. 20).

Und es geht dem Leser an dieser Stelle auf, dass Kunst und Sinn zusammengehören und, dass im Anschauen der Gemälde Erlebniswerte ersten Ranges realisiert werden, ist doch das Schöne diejenige „Größe“, bei der die Aufmerksamkeit weilen kann, wie dies die Philosophin Simone Weil einmal formuliert hat. Beeindruckend finde ich den Brief, den Elisabeth Schmitt an ihrem längst verstorbenen Großvater anlässlich einer Ausstellung in der Städtischen Galerie Karlsruhe zu seinem 90. Geburtstag geschrieben hat (Schmitt, S. 21). Das Fazit danach lautet: Ein „Leben mit der Kunst“ ist von sich aus ein höchst sinnvoller, lebendiger Zusammenhang. Man könnte sogar sagen: Kunst und Leben zu verbinden, wobei hier jeder Einzelne eingeladen ist, dies auf seine eigene Weise zu tun, heißt, die Kunst, sinnvoll zu leben zu praktizieren, sich selbst als Künstler zu entdecken, als ein Jemand, der zugleich das Kunstwerk selbst und der Künstler ist, der das Lebensmaterial – Gedanken, Gefühle, Leid- und Freudeerfahrungen – so gestaltet, dass er dabei reifer wird. Und dies beginnt immer hier und jetzt, schreibt die Autorin und ermuntert mit den Worten: „Fang heute an! Streif die Mutlosigkeit ab! Sei ein lebendiger Mensch!“ (Schmitt, S. 29).

Das Buch von E. Schmitt ist voll von konkret brauchbaren Impulsen. Erwähnt seien noch die Themen: Glücklich sein durch Sinnfindung und Dankbarkeit (Schmitt, S. 34f.). Oder: Die Entdeckung der eigenen Einzigartigkeit und Werthaftigkeit (Schmitt, S. 42). Oder: Die Bedeutung des sinnvollen Verzichtes (S. 48). Diese und weitere Lebens-Themen werden durch die Bilder des Großvaters und durch Weisheitsgeschichten, Dichtungen und philosophische Gedanken verschiedener Autoren bereichert, illustriert und differenziert. Mich persönlich hat besonders derjenige Teil des Buches angesprochen, in welchem die Autorin über Alice Herz-Sommer (1903–2014) schreibt. Diese besondere Frau war mit 110 Jahren die älteste Überlebende des Holocaust und die älteste Pianistin der Welt, und was die Autorin über sie schreibt, soll an dieser Stelle wörtlich zitiert werden: „Alice Herz-Sommer hat mich angesteckt mit ihrer wundervollen Lebensfreude mit ihrer Begeisterung für die Musik und das Leben und mit ihrer großen Dankbarkeit. Ich bin fasziniert, wenn ich sie in einem Video auf Youtube sagen höre: Das Leben ist schön. Das Leben ist ein Geschenk. Diese Haltung hat sie ihr ganzes Leben hindurch in schweren und in guten Zeiten nicht aufgegeben. Sie bezeichnet diese Haltung als ‚das Geheimnis des Glücks‘. Wie sie und ihr Sohn diese ‚dunkelste Zeit‘ [im KZ] erlebten und überlebten, beschreibt Reinhard Piechoki in seinem Buch ‚Alice Herz-Sommer. Ein Garten Eden inmitten der Hölle‘. Es ist ein bewegendes Dokument der menschlichen Freiheit, des geistigen Potenzials im Menschen und der Kraft der Musik und der Liebe“ (Schmitt, S. 76). Und ich füge hinzu: Gerade in der heutigen Zeit, in der in Europa schon wieder Krieg herrscht, da ein Aggressor die Ukraine – wieso? – angegriffen hatte, erweist sich die hohe humanistische Haltung von Alice Herz-Sommer besonders relevant, sind wir doch vielfach Hass-Strömen ausgesetzt, die niemandem guttun und die uns alle in den Abgrund reißen, wenn wir nicht aufpassen.

Elisabeth Schmitt gibt im Quellenverzeichnis (Schmitt, S. 138f.) die Bücher an, die sie zitiert. Neben Viktor Frankl und Elisabeth Lukas findet man unter den zitierten Autoren Namen wie: Jehuda Bacon, Phil Bosmans, Anthony de Mello, Nossrat Peseschkian, Luise Reddemann, Paul Roth, David Steindl-Rast, um nur einige zu nennen.

Im Schlusskapitel (Schmitt, S. 133f.) kommt sie noch einmal auf die hohe Seelenkraft der Dankbarkeit zu sprechen. Sie ist der Ansicht, dass das Schreiben eines Dankbarkeitstagebuchs ein wichtiger Beitrag zur seelischen Gesundheit sei, denn: „Danken heißt, das Leben feiern.“ Und dann zitiert sie aus ihrem Dankbarkeitstagebuch:

„Ich danke, dass ich mich auf den Weg gemacht habe und durch die Türen gegangen bin, die sich mir eröffnet haben.

Von Herzen danke ich meinem Mann, meinen Kindern und allen, die mich auf diesem Weg begleitet, unterstützt und ermutigt haben. Ich danke dem Leben und Gott, dem Urgrund allen Seins, dass ich mich getragen fühlen darf“ (Schmitt, S. 135).

Wer einem Mitmenschen ein schönes Geschenk zum Geburtstag bereiten will, oder nur für sich selbst feine Sinn-Impulse in einem kunstvoll gestalteten Buch wünscht, oder im Bereich der sinnzentrierten Psychotherapie nach Frankl lehrend oder konkret praktizierend tätig ist, dem sei dieses ausgezeichnete Werk von Elisabeth Schmitt empfohlen.

Otto Zsok

IV. DGLE-NACHRICHTEN

Christoph Riedel

Nachruf auf Lic.Theol. Hans Tscholl

Gründer und Leiter des Südtiroler Instituts
für Logotherapie und Existenzanalyse in Bozen (1996–2018)

Corresponding author: info@psychologicalcare.de

Hans Tscholl ist tot. Er starb am 22. Juni 2022. Damit verliert die Logotherapie ihre wichtigste und beharrlichste Stimme in Südtirol. Dort gründete er 1996 in Runggaditsch, wo er als Pfarrer eine Kirchengemeinde wieder aufbaute, das Südtiroler Institut für Logotherapie und Existenzanalyse (SILEA). Hans Tscholl machte die logotherapeutische Weiterbildung am Institut für Logotherapie in Fürstenfeldbruck als Schüler von Elisabeth Lukas. Er schloss sie mit der biographischen Selbsterfahrung 1995 ab. Motiviert dazu hatte ihn einerseits die pastorale Arbeit mit jungen Menschen. Er wollte keine fertigen Antworten auf deren Lebensfragen geben. Ihm war es wichtig, ihnen eine Strategie zu vermitteln, selbst nach dem Sinn der jeweiligen Lebensanfrage zu forschen. Was der höchstpersönliche Sinn in den verschiedenen Situationen im Leben sein kann, sollten sie selbst erkennen. Andererseits sorgten ihn die vielen Suizide in Südtirol in den neunziger Jahren. Deshalb wollte er die „Sinnlehre gegen die Sinnleere“ (Frankl) präventiv in Südtirol verbreiten.

Das Institut zog einige Jahre später nach Bozen um. Sein Sitz war unweit der Bozner Lauben, im Herzen der Stadt. Die WeiterbildungsteilnehmerInnen kamen nicht nur aus Südtirol und dem Trentino, sondern auch aus Österreich, aus der Schweiz, aus Deutschland und aus der

Ukraine, wo Hans Tscholl eine Pfarrei tatkräftig unterstützte, solange es seine Gesundheit und sein Alter zuließen. So multinational die WeiterbildungsteilnehmerInnen waren, so offen war das Institut auch inhaltlich. Nicht nur der klassische Weiterbildungskurs samt Selbsterfahrung gehörte zum Programm von SILEA. Logotherapeutische Gesprächskreise, sinnorientierte Trauergruppen, meistens von Hans Tscholl persönlich geleitet, Seminare zu beratender Kommunikation, Traumgeschehen, paartherapeutischen Fragestellungen, öffentliche Vorträge zu Themen der Sinnfindung und Wertorientierung, das alles gehörte zum Angebot von SILEA.

Eine wichtige Aufgabe sah Hans Tscholl in der Grundlegung der Logotherapie durch wissenschaftliche Psychologie. In der Persönlichkeits-theorie von Julius Kuhl, Osnabrück, fand er ein wissenschaftliches Modell, das sich mit wichtigen Aussagen der Logotherapie zur Person, zur Sinnorientierung, zur Theorie der Werte berührte. Weiterbildungen in der Theorie der Persönlichkeitssysteminteraktionen gehörten damit zum festen Bestandteil des SILEA.

Als seine Kräfte nachließen und die Nachfrage nach Logotherapie in Südtirol schwächer wurde, entschloss er sich, SILEA zu schließen. Im März diesen Jahres bei einem Besuch in Runggaditsch fragte ich, ob er noch viel lese. Da leuchteten seine Augen und er meinte: Ja. Unermüdlich, ruhig und kaum von einmal eingeschlagenen Wegen abzubringen, ging Hans Tscholl auch seinem Lebensende entgegen. Sicher war der überraschende Tod seines langjährigen Weggefährten und Geschäftsführers von SILEA Pepi Wierer am 17. März 2022 auch für ihn ein deutliches Zeichen, dass die Zeit des Lebens zu Ende geht. Die Offenheit, Neugier, das Augenmaß und die Bodenständigkeit eines versierten Kollegen in der Logotherapie wird fehlen. Mir fehlt ein Freund für das „dichte Gespräch“.

HINWEISE FÜR AUTORINNEN UND AUTOREN DER ZEITSCHRIFT „EXISTENZ UND LOGOS“

Bitte richten Sie Ihre Artikel, Briefe, Anregungen, Fragen und Kritiken zur Zeitschrift per Mail an die Schriftleiterinnen:

Anne Gawron und Dr. Nari Heitkamp

Email: existenz-logos@dgle.org.

Eine genaue Ausführung für mögliche Beiträge und der formalen Gestaltung entnehmen Sie bitte der Homepage: <https://www.dgle.org/logotherapie-und-existenzanalyse/publikationen/existenz-logos-fachjournal-der-dgle/hinweise-fur-autor-innen/>

In der Regel nimmt die Redaktion nur Arbeiten an, die zuvor weder im Inland noch im Ausland veröffentlicht worden sind. Ausnahmen gelten in begründeten Fällen nur nach Absprachen.

Originalmanuskripte senden Sie bitte grundsätzlich als Email-Anhang. Speichern Sie bitte Ihr Dokument als *.rtf-Datei ab. Dieses Rich-Format finden Sie in jedem Textprogramm (z.B. Word).

Bilder und Grafiken, die aus einer WORD-Textdatei kopiert werden, sind in der Druckqualität immer unbefriedigend! Bitte diese mit mindestens 300 DPI einscannen und als gesonderte Datei mitsenden.

Mit der Annahme des Manuskripts zur Veröffentlichung in der Zeitschrift geht das **Copyright** an die Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse e.V. über. Nachdruck oder sonstige Vervielfältigung setzt in jedem Fall die Genehmigung durch die Schriftleitung voraus.

