



Erich
Fromm
Authentisch
leben

HERDER

Urheberrechtlich geschütztes Material

1. „Der Mensch erlebt sich selbst nicht mehr als etwas Eigenes.“
2. „Die Fragen, nicht die Antworten machen das Wesen des Menschen aus.“
3. „Freiheit – die authentische Realisierung der Persönlichkeit.“
4. „Das Selbst ist in dem Masse stark, wie es aktiv tätig ist.“
5. „Der Mensch verkauft nicht nur Waren, er verkauft sich selbst.“
6. „Der heutige Mensch ist vom Gefühl einer tiefen Ohnmacht erfüllt.“
7. „Den Unterschied zwischen dem Authentischen und dem Fassadenhaften sehen.“

„Die Leute führen ihr Leben wie eine Firma. Wenn sie reden, sagen sie nicht, was sie denken. Es ist nur Eigenwerbung.“

(Henri-Frederic Blanc, geb. 1954)

„Viele Menschen lernt man auch in jahrelangem Verkehr nicht kennen, weil sie sich immer ‚geben‘, niemals ‚sind‘.“

(Richard von Schaukal, 1874 – 1942)

Einleitung

von Rainer Funk (ehem. Schüler und Assistent Erich Fromms)

Die moderne Sicht und Wahrnehmung der Wirklichkeit wird in der heutigen Gesellschaft durch ein Verständnis abgelöst, bei dem *Wirklichkeit hergestellt, erschaffen, erzeugt* wird. Dabei wird der Anspruch, die erzeugte Wirklichkeit an einer vorgegebenen Wirklichkeit zu messen, zunehmend vernachlässigt, ja zum Teil

ausdrücklich verneint bzw. bewusst umgangen. Letzteres lässt sich auf allen Ebenen beobachten: Die künstlichen Welten der Unterhaltungsindustrie sind aufregender und spannender als das Erleben der Natur oder die Beziehung zu Kindern; die durch diverse Medien vermittelte Nachricht ist glaubwürdiger als die selbst ermittelte; die über das Internet hergestellte Beziehung zu unbekanntem Menschen ist attraktiver als die zum Nachbarn. In den vom Menschen geschaffenen virtuellen Welten fühlt man sich mehr zu Hause als in den eigenen vier Wänden. Die Faszination von Drogen, suggestiver und manipulativer Techniken sowie halluzinogener Wirkstoffe erklärt sich aus der *Bevorzugung selbst erzeugter Wirklichkeit und Wirklichkeitswahrnehmung*.

Sozialpsychologisch gesehen hat die heute um sich greifende Attraktivität inszenierter Wirklichkeit ihren Grund vor allem in dem durch das allgegenwärtige Marketing bestimmten Bedürfnis des gegenwärtigen Menschen, sich zu vermarkten, „gut drauf“ zu sein, beim anderen gut ankommen zu wollen und sich gleichzeitig einer schwierig, konflikthaft, destruktiv, enttäuschend oder sonst wie unpässlich erlebten Wirklichkeits- und Selbstwahrnehmung zu entziehen. Von besonderer Bedeutung ist dabei die Möglichkeit, auch die eigene Wirklichkeit – das Selbst und das Selbsterleben – zu inszenieren. Die Wahrnehmung des eigenen Selbst orientiert sich dann nicht mehr am eigenen So-Sein, spricht an den eigenen Bedürfnissen, Befindlichkeiten, Gefühlen und Fähigkeiten, vielmehr gilt es, die eigene Persönlichkeit und den eigenen Charakter zu inszenieren und sich eine Ich-Identität von aussen anzueignen. Man zieht sich ein bestimmtes Persönlichkeitsprofil über, die Rolle des Erfolgreichen, Selbstbewussten, Selbstsicheren, Einfühlsamen, Rationalen, mit Charisma Ausgestatteten usw. und bringt diese möglichst perfekt zur Darstellung.

Die Identifizierung mit dem inszenierten Selbsterleben kann so weit gehen, dass für den Betroffenen wie für seine Umwelt nur noch mit Mühe erkennbar ist, wer er nun wirklich ist und was an ihm echt ist, weil er die Rolle so „authentisch“ spielen kann, dass sein authentisches So-Sein völlig verschwunden ist. Sein Selbsterleben ist das eines hypnotisierten Menschen, der sein Tun als aus seinem eigenen Willen, Fühlen und Denken resultierend erlebt. Er hat meist keinen direkten Zugang mehr dazu, dass er ein Opfer von suggestiven Kräften geworden ist. Im Gegenteil, er wird die Frage danach, was er in Wirklichkeit sei, als altmodisch zurückweisen, weil es so etwas wie eine „Natur“ oder ein „Wesen“ des Menschen oder ein authentisches Selbstsein in Wirklichkeit nicht gebe. Wirklich ist nur, was inszeniert ist. Warum noch nach einem authentischen Leben suchen?

Das Problem verschärft sich, wenn das entfremdete Selbsterleben das Ergebnis von kollektiven Suggestionen ist, weil dann viele Menschen das gleiche Selbsterleben haben. Es gibt dann kaum noch einen Anlass, das, was sie als ihr ureigenstes Denken, Fühlen, Wollen und Handeln erleben, als Produkt kollektiver Suggestionen in Frage zu stellen, weil ja alle davon überzeugt sind, ganz authentisch zu leben, wenn sie ihre Rolle perfekt spielen. Dass ein Leben aus einem inszenierten Selbst nicht glatt und bruchlos möglich ist, verdanken wir vor allem unserer Psyche, die – zum Glück und für viele leidvoll erfahrbar – nicht alles mit sich machen lässt. Wir alle haben ein besseres Wissen um das menschliche Gelingen. Doch dieses kann ignoriert, das heisst verdrängt und verleugnet werden. Dieses bessere Wissen hat Erich Fromm mit verschiedenen Begriffen zu fassen versucht. Er sprach von Spontaneität und spontanem Tätigsein oder von der produktiven Orientierung, um deutlich zu machen, dass, was immer der Mensch denkt, will, fühlt und handelt, aus eigenem Antrieb (*sua sponte*) und mit Hilfe der dem Menschen eigenen geistigen, psychischen und körperlichen Fähigkeiten aus ihm herausgeführt (*pro-ducere*) wird.

Fromm sprach vom „ursprünglichen“ Menschen und vom „kreativen“, um gegen alle Fremdbestimmung und Suggestion zu verdeutlichen, dass die Lebensäußerungen etwas „Selbsttätiges“ sind, also ihren „Ursprung“ im eigenen „Sein“ (und nicht im „Haben“ und Aneignen) haben müssen und so eine „schöpferische“ Qualität haben. Nur wenn diese Eigengesetzlichkeit menschlichen Lebens und psychischen Wachstums beachtet wird, kommt es zu einem authentischen Selbsterleben und lebt der Mensch authentisch, weil er der Autor, der Urheber, das Subjekt seines Menschseins ist.

Wird diese Grundoption für ein authentisches Leben verstossen, dann kommt es zu Störungen und Leidenszuständen: Menschen fühlen sich gelangweilt, fantasielos, depressiv, innerlich leer und antriebslos. Spürt man diesen negativen Gefühlen des Selbsterlebens nach, so zeigt sich ein tiefreichendes Ohnmachtsgefühl, das umso ausgeprägter ist, je weniger ein Mensch aus seiner ihm eigenen Stärke zu leben imstande ist. Aber auch das Erleben dieser ohnmächtigen Gefühle kann aus dem Bewusstsein verbannt werden, indem man sich beleben lässt durch die Erlebnisangebote inszenierter Wirklichkeit aus allen Sparten der Unterhaltung. Oft brechen die Ohnmachtsgefühle erst dann durch, wenn das inszenierte Leben nachlässt oder Schwächen zeigt und die kollektive Hypnose nicht mehr richtig wirkt. Manchmal kehren sie in psychosomatischen Erkrankungen wieder, die einem dann die ganze Ohnmacht spüren lassen, oder werden in zwanghaften, phobischen, suchthaften, kontrollierenden neurotischen Verhaltensweisen gebunden. Solche neurotischen oder psychosomatischen Symptombildungen zwingen einen nicht, das unerträgliche Ohnmachtsgefühl spüren zu müssen. Der Preis aber sind psychische und körperliche Leidenszustände. Solche Leidenszustände sind meist schmerzvolle Hinweise darauf, dass Menschen nicht authentisch leben und keinen Zugang mehr zu ihrem besseren Wissen um sich selbst haben. Dieses ist verdrängt worden und spricht oft nur noch in den Träumen der Menschen eine eindeutige Sprache. Und doch lässt sich authentisches Leben wiedererlernen, indem man sich auf seine ursprünglichen Kräfte besinnt, ihnen Raum gibt, sie praktiziert.

Die in diesem Band versammelten Beiträge Erich Fromms sind ein Plädoyer für das Wagnis eines authentischen Lebens. Zwischen einem authentischen und entfremdeten Leben kann man nur unterscheiden, wenn es etwas Unbeliebiges (Undefiniertes und Unzuverlässiges) im Menschen gibt. Nur wenn menschliches Leben, so zufällig und gestaltbar es im Laufe der Geschichte ist, seine sich durchhaltende Eigengesetzlichkeit zeigt, einen ausgeprägten Charakter mit klaren eigenen Zielen und Vorstellungen, kann man sinnvoll und kritisch von authentischem Leben sprechen. Die Frage nach dem Wesen des Menschen wird von Erich Fromm anhand verschiedener Verständnisse von Freiheit vertieft, denn erst die Entwicklung eines individuellen Selbst ermöglicht Authentizität als etwas unverwechselbar Eigenes. Auch wenn heute unter Spontaneität meist nur unkontrollierte Impulshaftigkeit verstanden wird, so sind doch Spontaneität und spontanes Tätigsein Kennzeichen von Freiheit und Selbstsein. Hiervon und von spontaner Liebe und Arbeit wird bei Fromm gesprochen und indem er aufweist, wie durch die Erziehung spontanes Fühlen vereitelt werden kann und Sentimentalität und Pseudo-Gefühle etabliert werden. Auch verdeutlicht er, wie es zu Pseudo-Denken und zu Pseudo-Wollen kommt. Fromm zeigt auf, wie es heute aufgrund des Zwangs, seine Persönlichkeit verkaufen zu müssen, zum Verlust des Selbst kommt. Er verdeutlicht die Dynamik dieses Selbstverlusts mit hypnotischen Experimenten und erläutert, wie wir versuchen, unser Pseudo-Denken als authentisches Denken zu rationalisieren, zu rechtfertigen.

Fromm widmet sich hier schliesslich auch ganz dem Gefühl der Ohnmacht als einer Folge der Unfähigkeit, authentisch zu leben. Mit der Kompetenz des erfahrenen Psychoanalytikers zeigt er bereits in einem Beitrag aus dem Jahr 1937 (!) zunächst auf, wie Ohnmachtsgefühle vom modernen

Menschen rationalisiert (rechtfertigt) werden, um dann von jenen Reaktionen und Reaktionsbildungen zu sprechen, die bei der Verdrängung des Ohnmachtsgefühl besonders häufig vorkommen: von Aktivismus (dem ständigen Drang, irgendwie beschäftigt zu sein), einem allgegenwärtigen Kontrollbedürfnis (von eigenen wie fremden Gefühlen, Gedanken und Handlungen) und einer ohnmächtigen Wut, die meist auf andere projiziert wird, so dass man sich nicht mehr von seiner eigenen ohnmächtigen Wut bedroht fühlt, sondern von der Umwelt.

Schliesslich betont Fromm, wie es entwicklungspsychologisch zur Entstehung des Gefühls der Ohnmacht kommt: dass der Mensch schon als Kind nicht ernstgenommen wird und dass – zumindest in autoritären Strukturen – versucht wird, den Willen des Kindes zu brechen.

Abschliessend gibt Fromm Hinweise darauf, wie sich authentisches Leben wiedererlernen lässt: indem man wirklich zu sehen anfängt, wieder staunen kann, sich selbst in Erfahrung bringt und konfliktfähig wird. An welchen Fähigkeiten jemand auch ansetzt, es kommt einzig darauf an, mit Hilfe eigener Kräfte (und nicht den Kräften von aussen) sich und die Wirklichkeit wahrzunehmen und auf sie zu reagieren. Obwohl Erich Fromms Beiträge aus einer Zeitspanne von über dreissig Jahren stammen, zeigen sie nicht nur einen inneren Zusammenhalt, sondern eine ungeahnte Aktualität und Fromms Leistung, gesellschaftliche Entwicklungen in ihrer psychischen Dynamik schon frühzeitig erkannt zu haben.

Rainer Funk (geb. 1943) ist ein deutscher *Psychoanalytiker* und der *Nachlassverwalter von Erich Fromm*. Funk studierte Philosophie und Theologie. 1974 bis 1980 war er Assistent von Erich Fromm, über den er 1977 promovierte und dessen zehnbändige Gesamtausgabe er von 1975 bis 1981 editierte. Der 1980 verstorbene Fromm setzte Funk als seinen Nachlassverwalter ein. Seitdem baut Rainer Funk aus dem Nachlass und der Bibliothek Erich Fromms das *Erich-Fromm-Archiv* auf. Er ist Inhaber der Rechte an Fromms Schriften und im Vorstand der *Internationalen Erich-Fromm-Gesellschaft* tätig. Die Gesellschaft vergibt jährlich (national wie international) den *Erich Fromm-Preis*. Neben seiner wissenschaftlichen Tätigkeit betreibt Rainer Funk eine psychoanalytische Praxis in seinem Wohnort Tübingen. Er ist verheiratet und hat zwei Söhne.

„Wer nicht auf seine Weise denkt, denkt überhaupt nicht.“

„Wir leben in einem Zeitalter der Überarbeitung und der Unterbildung, in einem Zeitalter, in dem die Menschen so fleißig sind, dass sie verdummen.“

„Heutzutage kennen die Leute vor allem den Preis und nicht den Wert.“

(Oscar Wilde, 1854 – 1900)

1. „Der Mensch erlebt sich selbst nicht mehr als etwas Eigenes.“

Laster der heutigen Gesellschaft

Autoritarismus

Bevor ich auf die Frage der Autorität als ethisches Problem der Gegenwart zu sprechen komme, muss ich einige theoretische Erklärungen zum Begriff der Autorität vorausschicken. Es ist sinnvoll, zwischen rationaler und irrationaler Autorität zu unterscheiden.

Irrationale Autorität geht immer mit Angst und Ausübung von Druck (Sadismus) auf der Grundlage einer emotionalen Unterwerfung (Masochismus) einher. Es ist dies die Autorität des blinden Gehorsams, die Art von Autorität, die man am deutlichsten ausgeprägt in allen totalitären Ländern findet.

Rationale Autorität ist jede Art von Autorität, die sich auf Kompetenz und Wissen gründet, die Kritik zulässt und die ihrer Natur nach dazu tendiert abzunehmen, die sich nicht auf die emotionalen Faktoren von Druckausübung und Unterwerfung gründet, sondern auf die realistische Anerkennung der Kompetenz eines Menschen, etwa in seinem Beruf. Ein rational autoritärer Mensch weiss und kann etwas und ist bemüht, dieses Wissen und Können weiterzugeben, damit es unabhängig von seiner Autorität angewandt und vollbracht werden kann.

Ein weiterer Unterschied besteht zwischen der offen ausgeübten und der anonymen Autorität. Diese Unterscheidung ist sehr wichtig und sollte nicht übersehen werden. Um *offene Autorität* handelt es sich, wenn der Vater zu seinem Kind sagt: „Tu das nicht, sonst weisst Du, was passiert!“ *Anonyme Autorität* ist es, wenn die Mutter zu ihrem Kind sagt: „Ich bin sicher, dass Du das nicht tun möchtest.“ Das Kind merkt am Ton ihrer Stimme, was sie möchte und was sie nicht möchte. Im ersten Fall ist die Autorität offen und unverblümt. Im zweiten Fall ist sie anonym; sie gibt sich den Anschein von Toleranz und Nachgiebigkeit, und doch weiss ein Jeder, der die Spielregeln kennt, was erwartet wird. Die offene Autorität ist dabei unbedingt vorzuziehen, denn der Betreffende kann sich gegen ihren Anspruch zur Wehr setzen. Die offene Autorität bietet die Chance, über die Auseinandersetzung seine Persönlichkeit zu entwickeln. Die anonyme Autorität hingegen ist so gut wie unangreifbar und wirkt aus dem Hinterhalt. Man weiss nicht, wer was will. Die Spielregeln liegen nicht offen zutage; man fühlt sie zwar, aber es gibt nichts, woran man sich halten könnte. Das 19. Jahrhundert und die Gegenwart unterscheiden sich gerade hinsichtlich dieser beiden Arten von Autorität.

Wie aber sieht die anonyme Autorität heute aus? Sie ist der *Markt*, die öffentliche Meinung, der sogenannte gesunde Menschenverstand, das, was alle tun, der Wunsch, sich nicht vom anderen zu unterscheiden und die Angst, drei Meter von der Herde entfernt ertappt zu werden. Jeder lebt dabei in der Illusion, er handle aus eigenem freien Willen. In Wirklichkeit aber macht er sich über nichts so viele Illusionen, wie über sich selbst.

Ausbeutung

Heute beutet jeder sich selbst aus. Jeder benutzt sich selbst zu Zwecken ausserhalb seiner selbst. Er gibt nur ein allmächtiges Ziel, die *Produktion von Dingen*, und es geht gerade nicht um Ziele, zu denen wir uns mit den Lippen bekennen: um die volle Entwicklung der Persönlichkeit, um die volle Geburt, die volle Entfaltung des Menschen.

Bei jenem Prozess, bei dem es uns letzten Endes nur um die Produktion von Dingen, um die Umwandlung von Mitteln in Zwecke geht, verwandeln wir uns selbst in Dinge. Wir stellen Maschinen her, die sich wie Menschen benehmen, und wir produzieren Menschen, die mehr und mehr wie Maschinen handeln. Die Gefahr des 19. Jahrhunderts hätte sein können, dass wir zu Sklaven geworden wären. *Die Gefahr heute ist, dass wir zu Robotern oder Automaten werden.* Gewiss sparen wir Zeit, aber wenn wir Zeit gespart haben, sind wir in Verlegenheit, weil wir nicht wissen, was wir mit der eingesparten Zeit anfangen sollen. Bestenfalls versuchen wir, sie totzuschlagen. Was geschähe wohl, wenn wir in der Woche nur noch drei Arbeitstage hätten?

Wir hätten nicht genug Kliniken, um die seelischen Zusammenbrüche aufzunehmen, zu denen es käme, wenn man so viel Zeit zur Verfügung hätte und nicht wüsste, was man mit ihr anfangen kann. Wir beten die Dinge an, die Erzeugnisse unserer Hände, und beugen vor ihnen die Knie. In der Schule, im Kindergottesdienst oder in der Kirche sprechen wir vom Götzendienst und denken dabei vielleicht an die Götzen verschiedener Religionen, und wir fühlen uns als gute Christen, Juden, Mohammedaner oder was auch immer, die längst den Götzendienst überwunden haben. Aber wir haben nur sein Objekt gewechselt. Bei unserer Anbetung der Dinge, bei unserer Verehrung der Erzeugnisse unserer Hände handelt es sich genau um den gleichen Götzendienst, von dem die Propheten sprachen, und *unsere Götter haben genau wie die Götzen Augen und können nicht sehen, und sie haben Hände, mit denen sie nichts berühren können.*

Aber der Mensch ist kein Ding, und wenn er sich in ein Ding verwandelt, wird er krank, ob er es weiss oder nicht. Die Franzosen wissen über diese Krankheit seit dem 18. Jahrhundert weit besser Bescheid, und es gibt eigentlich nur französische Bezeichnungen für diese Krankheit – *ennui, malaise, la maladie du siècle* (die Krankheit des Jahrhunderts) – eine Bezeichnung, die schon im 19. Jahrhundert geprägt wurde. Wir bezeichnen diese Krankheit als Langeweile, als das Gefühl der Sinnlosigkeit des Lebens, das Gefühl, dass wir freudlos inmitten der Fülle leben, dass das Leben uns wie Sand durch die Finger rinnt, dass wir nicht wissen, wohin wir gehen, und dass wir verwirrt und ratlos sind. Die Franzosen hatten einen Namen dafür, und wir haben eigentlich keinen; erst seit relativ kurzer Zeit haben wir ein Wort dafür und bezeichnen diese Krankheit als *Neurose*.

Nur wenige Menschen kommen zum Arzt und sagen: „Herr Doktor, ich empfinde mein Leben als sinnlos. Ich leide unter einer Langeweile, die ich nicht länger ertragen kann.“ Es empfiehlt sich heute nicht, so etwas zu sagen oder zu denken. Tatsächlich besitzt ja jede Kultur ihre eigene Ideologie der Krankheit. Samuel Butler hat das in seinem satirischen Zukunftsroman „Erehwon“ vorzüglich ausgedrückt. Wenn man da eine Erkältung hat, sagt man, man sei deprimiert. Wenn man bei uns deprimiert ist, hat man zu sagen, man sei erkältet.

Man hat uns eingetrichtert, was wir als krank bezeichnen dürfen. Deshalb sagen die meisten Leute nicht, sie litten unter Langeweile und unter der Sinnlosigkeit ihres Lebens, sondern sie sagen, sie litten unter Schlaflosigkeit, unter ihrer Unfähigkeit, ihre Frau, ihren Mann oder ihre Kinder zu lieben, unter ihrem Bedürfnis zu trinken, unter ihrem beruflichen Unbefriedigtsein – unter allen möglichen Dingen, die sämtlich zugelassene und gesellschaftlich gebilligte Ausdrucksformen von Krankheit sind. Und trotzdem sind Schlaflosigkeit, Trinken und berufliches Unbehagen nur unterschiedliche Aspekte der *malaise*, der Krankheit des Jahrhunderts, eben der Sinnlosigkeit des Lebens, die ihren Grund darin hat, *dass der Mensch sich in ein Ding verwandelt*.

Gleichheit

Heute wird unter Gleichheit meistens *Gleichartigkeit* verstanden: Gleich sein bedeutet so viel wie sich nicht unterscheiden. Ja man geht noch weiter und argumentiert: Wenn Du gleichberechtigt sein willst, musst Du gleich sein wie die anderen; bist Du es nicht, dann bist Du auch nicht gleichberechtigt. Viele gehen heute lieber mit anderen *freiwillig* konform und passen sich an, als dass sie dazu *gezwungen* würden. Dies, weil es den Menschen leichter fällt, ein Herdentier zu

sein als ein Einzelwesen. Letzteres erfordert eine vollständige Mündigkeit, Charakterstärke und Unabhängigkeit. Auf den Punkt gebracht: Authentizität.

Die Neigung, mit anderen – bewusst oder unbewusst – konform zu gehen, ist heute weitaus grösser, als man es aus den gesellschaftlichen Verhältnissen erklären kann. *Der Mensch erlebt sich selbst, seine Überzeugungen, seine Gefühle nicht mehr als etwas Eigenes. Er fühlt sich mit sich identisch, wenn er sich nicht mehr von den anderen unterscheidet. Passt er sich ihnen aber nicht an, so fühlt er sich von einer schrecklichen Einsamkeit bedroht und läuft Gefahr, aus der Gruppe ausgestossen zu werden.*

Verschwendung und Verarmung

Der heutige Mensch muss Geld ausgeben und konsumieren, kaufen, verkaufen und verbrauchen. Das Konsumieren ist heute eine ebenso grosse Tugend wie das Sparen und Horten vor hundert Jahren. Wir sind die ewigen Verbraucher. Wir konsumieren Zigaretten, Alkohol, Vorträge, Bücher, Filme und Menschen. Nichts davon wird behalten. Nichts ist von Dauer. Alles wird verwendet und verbraucht. Selbst wenn wir von der Liebe reden, die ein Kind von seinen Eltern braucht, dann reden wir so darüber, als handelte es sich um einen neuen Artikel, den ein Kind benötigt. Wir leben inmitten eines ungeheuren Reichtums (an Dingen!) und sind die ewigen Säuglinge, die nach der Flasche, nach dem Apfel Ausschau halten; wir konsumieren, warten und sind ständig enttäuscht, weil wir nicht produktiv sind, nichts tun, nichts aus uns selbst heraus produzieren. Alles kommt von aussen – da die Welt und die Menschen verdinglicht werden. Wir produzieren zwar die Dinge, aber in unserer Beziehung zu anderen Menschen, zueinander, ja selbst in unserer Beziehung zu den Dingen, sind wir höchst unproduktiv. Daraus resultiert die Unfähigkeit, mit sich allein sein zu können gleichermassen wie die Unfähigkeit, mit anderen zusammen sein zu können. Das ist die Armut des modernen Menschen.

„Das beste und wertvollste Kunstwerk ist nicht irgendeine Statue eines griechischen oder andern berühmten Künstlers, auch nicht der körperlich wohlgeartete und tüchtige Mensch, sondern der seelisch vollkommene Charakter, den die Selbsterkenntnis und die Selbstbearbeitung formen. Wer sich nicht auf sich selbst besinnt, der verarmt. Die Selbstbesinnung ist Buchführung über unser innerliches Vermögen.

Nur durch die Beschäftigung mit uns selbst gewinnen wir immer

wieder neue Kraft, speichern sie auf und lernen haushalten mit ihr.“

(Conrad Gräber)

2. „Die Fragen, nicht die Antworten machen das Wesen des Menschen aus.“

Die Natur des Menschen und sein Potenzial zur Authentizität

Der authentische Mensch ist ein *homo faber*, ein Lebewesen, das etwas fabriziert. Er muss sich selbst erzeugen und der Urheber seiner Geschichte sein. Der Mensch ist kein mit Vernunft begabtes Wesen – er *wird* erst dazu. Er ist nicht sozial – er *wird* es. Er ist nicht religiös – er *wird* es. Und so weiter. Entwicklung bedeutet nicht lediglich die passive Aufnahme von Antworten, die man für sich übernimmt und hinnimmt. Es sind die Fragen, die das Wesen eines Menschen ausmachen. Was will er? Was denkt er? Was fühlt er? Was tut er? Dass die Antworten von vielen Faktoren abhängen, schliesst nicht aus, dass menschliche Einsicht und menschlicher Wille darauf hinwirken können, bessere statt schlechtere Antworten bzw. Lösungen zu finden. Erst die Fragen, die der Mensch sich stellen muss, geben im Laufe seines Lebens die richtungweisenden Antworten. Je mehr der Mensch hinterfragt, desto authentischer ist bzw. *wird* er.

In jüngster Zeit brachte Teilhard de Chardin die Idee von einer menschlichen Natur vor, die immer die gleiche, jedoch der Entwicklung fähig sei, sobald sie eine grosse Komplexität erworben habe. Dies bedeutet nichts anderes, als das dort, wo eine grössere Komplexität vorhanden ist, auch ein höher entwickeltes Bewusstsein zu finden ist: Der Mensch ist dann nicht nur bewusster und komplizierter als die höheren Tiere, sondern er befindet sich selbst in einem Evolutionsprozess, in einer Evolution, die ihn gleichzeitig zu einer grösseren Sozialisierung und einer grösseren individuellen Freiheit hinführen wird. Pascal drückt es so aus: „Nur ein Schilfrohr, das zerbrechlichste in der Welt, ist der Mensch; aber ein Schilfrohr, das denkt.“ Alle grossen Denker betrachteten den Menschen als ein Wesen, dessen Grösse auf seiner Fähigkeit beruht, sich seiner Grenzen *bewusst* zu werden und im Prozess der zunehmenden Bewusstwerdung diese Grenzen zu *überwinden*.

Sind wir davon überzeugt, dass der Mensch kein Ding ist und für niemanden Mittel zum Zweck dienen darf, dann gilt wirklich, dass es noch nie so schwer war wie in unserer gegenwärtigen Industriegesellschaft, die Natur des Menschen zu verstehen. Mit Hilfe des Verstandes hat es diese Gesellschaft fertiggebracht, die Natur in einer Weise zu beherrschen, wie es sich vor hundert Jahren noch niemand hätte träumen

lassen. Angefeuert durch seine ständig wachsenden technischen Fähigkeiten hat der Mensch seine gesamte Energie auf die Produktion und den Konsum von Dingen konzentriert. Bei diesem Prozess erlebt er sich selbst als ein Ding, das Maschinen manipuliert und von ihnen manipuliert wird. Soweit er nicht von anderen ausgebeutet wird, beutet er sich selbst aus. Er stellt sein menschliches Wesen in den Dienst seines Lebensunterhalts; seine menschlichen Kräfte benutzt er zur Befriedigung seiner stets wachsenden, grossenteils künstlich erzeugten Bedürfnisse. Er läuft damit Gefahr zu vergessen, dass er ein Mensch ist. Deshalb war es nie schwieriger, aber auch nie notwendiger als heute, die Anschauungen über die Natur und das Potenzial des Menschen neu zu überdenken.

Anstelle der Arbeit an der Befriedigung künstlicher Bedürfnisse sollte die Arbeit an echten Bedürfnissen treten. Anstelle von Beherrschung und Kenntnis von Maschinen und Systemen sollte die Fähigkeit entwickelt werden, sich selbst und seine Mitmenschen zu kennen und zu verstehen. Die rohen Beziehungen zur Maschine dienen in vielerlei Hinsicht als Vergleichsmodell für die ebenso rohen Beziehungen unter den Menschen. Rascher Nutzen, Effizienz, Resultate und blosser, oberflächlicher und Austausch zur Unterhaltung und Zerstreuung, um von sich und den eigentlichen menschlichen Aufgaben abzulenken.

3. „Freiheit – die authentische Realisierung der Persönlichkeit.“

Die Frage nach der Freiheit und die Frage nach Mittel oder Zweck stehen in enger Beziehung. Der Mensch darf nicht als Mittel oder Werkzeug betrachtet werden. Seine Unabhängigkeit ist eine Voraussetzung für seine Freiheit. Will der Mensch frei sein, so darf er weder sich selbst noch andere als Mittel benützen, vielmehr müssen beide Selbstzweck sein – unabhängig voneinander, aber aufeinander bezogen. Mittel sind immer Werkzeuge, und wer als Mittel benutzt wird bzw. sich selbst oder andere als Mittel benutzt, ist kein frei handelnder Mensch, sondern wird zum Abhängigen, und macht den anderen zum Abhängigen – zum Objekt, zum Ding. Freiheit impliziert eine willensmässige Entscheidung und eine bewusste Erkenntnis in allen Bereichen.

Wir wissen, in welchem Ausmass die Erziehung in der Familie, die soziale Umwelt und die historischen Gegebenheiten unsere psychische und geistige Struktur beeinflussen. Tiefenpsychologie, Soziologie und Wirtschaft haben in vielen, ja sogar in den meisten Fällen ergeben, dass unser Tun und unser Charakter ausschliesslich das Resultat vorausgegangener Bedingungen sind. Somit sind wir von

unbewussten Kräften in der Gesellschaft oder von unseren eigenen unbewussten Trieben geprägt. Ziel aber ist es, dass die Menschen innerhalb der natürlichen und historischen Bedingungen des menschlichen Daseins ein Optimum an Freiheit erreichen. Freiheit ist demnach nicht so sehr eine Tatsache als eine Möglichkeit: die authentische Realisierung der menschlichen Persönlichkeit. Freiheit muss erst im Kampf gegen die Hindernisse und Bedingungen, denen der Mensch ständig ausgesetzt ist, gewonnen werden. In genau diesem Sinne hatten die grossen Philosophen die Auffassung vertreten, dass „frei sein die Freiheit erobern heisst“.

Am besten hat die Freiheit vielleicht Platon in seinem „Höhlengleichnis“ zum Ausdruck gebracht. Gäbe es Freiheit ohne die Anstrengung, die eigenen Ketten zu sprengen und unter erheblichen Schwierigkeiten die steilen Wände der Höhle empor zu klimmen, um schliesslich die Sonne der Gerechtigkeit zu erblicken? Was wäre Freiheit, wenn der Philosoph, nachdem er die Sonne erblickt hat, nicht in die Höhle zurückkehrte, um den Menschen zu sagen, dass das, was sie sehen, eine Illusion ist – dass die wahre Freiheit im Gewährwerden der Wahrheit beruht? Wir können kaum sagen, die Freiheit sei einfach da. Wir sollten lieber sagen, dass wir zur Freiheit *gelangten*. In eben diesem Sinne ist Freiheit – wie die Humanisten der Renaissance es ausdrückten – die Offenbarung der menschlichen Würde oder – anders gesagt – das Wesen des Menschen selbst, also das, was er ist und was er trotz aller durch seine Endlichkeit bedingten Schranken, Hindernisse und Grenzen zu sein vermag. Er muss nur selbst und aus eigener Kraft dorthin *gelangen* und mündig werden – oder sich in Ketten führen lassen.

Um zur Freiheit zu gelangen braucht es Grossmut und Seelenstärke, um die „positiven“ Schmerzen, die wir in unserem Wachstums- und Entwicklungsprozess erleiden, zu ertragen. Die „Müden“, die „Verzagten“ und die „Pessimisten“ können nicht zur Freiheit gelangen. Je müder, verzagter und pessimistischer jemand ist, desto weniger wird er die Freiheit erlangen. Nur die „Begeisterten“, „Mutigen“, „Widerstandsfähigen“ können frei sein, also nur die, welche – psychologisch gesprochen – nicht der Regression (Aufgabe/Rückschritt) verfallen, sondern sich um Progression (Aufbruch/Fortschritt) bemühen, um einen Fortschritt, der Unabhängigkeit und zugleich Liebe zu unseren Mitmenschen einschliesst. „Erkenne Dich selbst!“ – dieser klassische griechische Spruch zeigt, wo die Wurzel der Freiheit zu suchen ist. Selbsterkenntnis besagte von jeher, seine Grenzen zu erkennen, zu überschreiten und zur Reife zu gelangen – bedeutete also, der zu werden, der wir potentiell sind.

Das Leben scheint aus lauter Widersprüchen und Leiden zu bestehen. Andererseits

haben wir gesehen, dass der Weg zur Erfüllung unseres Seins in der Überwindung unserer Leiden und passiven Haltung zu suchen ist. „Oppression“ (Unterdrückung) kann in „liberté“ (Freiheit) verwandelt werden, um Simone Weil zu zitieren. Der Mensch wird nur in der Masse frei, wie er zum Bewusstsein gelangt, wie er der Wirklichkeit gewahr wird.

Anstatt zu versuchen zu *sein*, versuchen wir zu *haben* (Dinge wie Menschen) und bei vielen Gelegenheiten besitzt für uns das Haben eine stärkere Realität als unser Sein. (Auch Gefühle und Gedanken versuchen wir zu „haben“, sie zu kontrollieren, zu manipulieren, anstelle sie auszuleben und auszudrücken.) Indem wir uns zu Besitzenden entfremden (und somit selbst von unserem Besitz „besessen“ werden), sind wir unser Besitz und hören auf, wir selbst als menschliche Persönlichkeiten zu *sein*. Martin Heidegger spricht vom „Man“, das uns alle erobert und unsere authentische Existenz auslöscht. „Man“ impliziert keine Identität. Das Wort an sich meint etwas Anonymes und Unpersönliches. „Sein“ deutet auf eine Identität hin. In unserem täglichen Leben laufen wir Gefahr, die Identität unserer Persönlichkeit zu verlieren. In unserem gemeinschaftlichen Zusammenleben, das zu uns ebenso gehört wie unser individuelles Sein, verlieren wir mehr und mehr unsere Freiheit und unser Verantwortungsgefühl.

Wenn man sagt, es werde Krieg geben oder es werde allgemeine Wohlfahrt und Frieden herrschen, dann äussere ich keine Meinung dazu. Mit dem „man sagt“ betreten wir eine Welt des bedeutungslosen Geredes, in der niemand für irgendetwas wirklich verantwortlich ist. Auf politischem Gebiet tendiert jede Art von Diktatur dazu, das „Man“ möglichst allgegenwärtig zu machen, das *undifferenzierte Prinzip*, das uns zu *Schaffen* macht. Die Politik, die Gesellschaft mit allen ihren starren Systemen können ohnehin als „narzisstisch“ betrachtet werden.

Ein Don Juan z.B., der Frauen „sammelt“ und sie ausnutzt (wie ein Diktator seine *Schafe*), ist ein typischer Narziss wie in der griechischen Sage. Jeder, der nur sich sieht und sich auch noch verfälscht sieht, ertrinkt schliesslich in eben diesem Spiegel, den er selbst geschaffen hat. *Don Juan oder „Man“ ist der, welcher in anderen und in sich nicht das wahre Wesen zu finden sucht, sondern – wie Narziss – das Wesen seiner eigenen selbstsüchtigen Wirklichkeit, wie er sie haben möchte – seine Illusion.* So kann er nicht lieben und für andere da sein. Die Traurigkeit eines solchen Don Juan ist die Traurigkeit des „Man“, der einzig jemand sein möchte und am Ende niemand ist.

Wenn wir auch deutlich auf dem Weg zur Entfremdung, Verdinglichung, zur Passivität und zum Leiden sind, so ist doch unverkennbar, dass der Mensch schon

immer ein Bedürfnis nach Vervollkommnung, Erlösung, Erleuchtung, Einheit und Harmonie hatte, dass er schon immer versuchte, dadurch eine Lösung für seine Konflikte zu finden, dass er mit der Welt eins wird. Der Mensch besitzt stets die Fähigkeit zur Hoffnung, ja man kann ihn gerade definieren als „das Wesen, das hoffen kann“. Bedeutende Vertreter der bildenden Literatur haben das immer wieder bewiesen. „Sei Dir selber treu“ lesen wir im Hamlet. „Ich weiss, wer ich bin“, sagt Don Quichote. Die Frage nach dem Sinn des Lebens hat zutiefst mit der Frage nach der Authentizität zu tun. Dem authentischen Menschen geht es um den Geist; der nicht-authentische ist zugleich ungeistig. Damit soll keine spezifisch metaphysische Einstellung gefordert sein. Auch Materialisten sind geistige Menschen, sofern sie nach dem Authentischen, nach Erleuchtung, nach Harmonie und Erlösung suchen. Andererseits sind sogenannte „geistige Menschen“, die nicht nach wirklicher Erleuchtung streben, in Wirklichkeit ungeistige Menschen.

Authentizität steht im engen Zusammenhang mit *offener Kommunikation und Transzendenz*. Transzendenz bedeutet: das Hinausgehen über das nur mit sich selbst beschäftigte Ich, die Befreiung unserer selbst aus dem Gefängnis unseres Egoismus, indem wir mit der Wirklichkeit und den Mitmenschen in Beziehung treten. Sich ganz zu geben, so wie man ist und ausnahmslos immer so wie man gerade ist (wie man denkt und fühlt), das ist der einzige Weg, sich selbst zu sein. Krieg ist im psychologischen Sinne die logische Konsequenz auf dieser Welt, die von Menschen bevölkert wird, die ihre innere Unruhe, ihr inneres Unglück immer wieder aufs Neue nach aussen projizieren. Teilhard de Chardin fasst den Gedanken in ein Wortspiel: „Wenn wir den Krieg (*un corps à corps*) vermeiden wollen, kann es als Lösung nur den inneren Frieden (*un coeur à coeur*) geben.“

Um diesen inneren Frieden unter den Menschen zu garantieren, ist die Bereitschaft zur Kommunikation notwendig. Die Menschen müssen kommunizieren, sich öffnen, sich mitteilen – echt und unverfälscht.

Das *Kommunikationsproblem* ist nicht nur ein gesellschaftliches oder historisches. Auf einer tieferen Ebene ist es ein existentielles Problem. Wie bei unseren Leidenschaften und Leiden ist auch das Suchen des Menschen nach dem wahren Wesen des anderen die Alternative zum Narzissmus, zur Selbstsucht. Die meisten verfallen Letzterem. Es gibt viele Gründe, welche die Kommunikation erschweren und in einigen extremen Fällen sogar unmöglich machen: der abstrakte Individualismus, der aus einer bürgerlichen Nivellierung stammt (= nichts von sich selbst preiszugeben), wie sie vermutlich im 19. Jahrhundert entstand, das Bedürfnis nach Propaganda (= Tratsch, Hetze, seichte, ablenkende Unterhaltung)

und das sich daraus ergebende Bestreben, die anderen zu eigenen Zwecken zu benutzen (= gegenseitige List und Falschheit); die persönliche und gesellschaftliche Abhängigkeit, die in gewissen Fällen bis zur Tyrannei geht (= Druck von aussen); und schliesslich die Angst vor einem Krieg, der der letzte Krieg der Menschheit sein könnte (= Furcht um sein Leben, seine Existenz). Gesellschaftliche, psychologische und ökonomische Faktoren kommen oft zusammen und machen eine tiefergehende Kommunikation zu einem vergeblichen Versuch.

Zusammenfassend ist zu sagen: Wir sind nur fähig, den anderen zu erkennen, zu verstehen und zu lieben, wenn wir auch fähig sind, uns selbst zu verstehen, zu lieben und zu erkennen. Aber bewusste Hingabe an andere bedeutet nicht Verzicht auf die eigene Intimsphäre oder eine Verletzung der Intimsphäre unserer Mitmenschen. Liebe ist Erkennen, aber eben weil sie Erkennen ist, ist sie auch Respekt vor dem anderen. Die Undurchsichtigkeit des anderen wird innerhalb des menschlich Möglichen transparent, wenn wir für uns selbst transparent werden.

„Der gewöhnliche Kopf ist immer der herrschenden Meinung und der herrschenden Mode konform.“

„Wer sich selbst recht kennt, kann sehr bald alle anderen Menschen kennenlernen.“

„Wie gut wäre es, wenn man die Stimmen, anstatt sie zu zählen, wägen könnte.“

(Georg Christoph Lichtenberg, 1742 – 1799)

4. „Das Selbst ist in dem Masse stark, wie es aktiv tätig ist.““

Freiheit kann der Mensch dadurch erlangen, dass er sein Selbst verwirklicht, dass er *er selbst* ist. Was ist unter der Verwirklichung des Selbst zu verstehen? Die Philosophen des Idealismus waren der Ansicht, dass man nur durch *intellektuelle Einsicht* zur Selbstverwirklichung gelangen könne. Sie betonten nachdrücklich, dass die menschliche Persönlichkeit in *Natur und Vernunft* gespalten sei und dass die Vernunft die menschliche Natur unterdrücken und unter Aufsicht halten könne. Die Folge dieser Aufspaltung war jedoch, dass nicht nur das Gefühlsleben des Menschen (Natur), sondern auch seine intellektuellen Fähigkeiten (Vernunft, Geist) verkrüppelt wurden. Dadurch, dass die Vernunft zum Wächter über ihren Gefangenen (den Menschen und seine Natur) gesetzt wurde, wurde sie selbst zum Gefangenen; und so verkrüppelten beiden Seiten der menschlichen Persönlichkeit – Vernunft und Gefühlsleben, da sie von Anfang an eingeschränkt wurden.

Behinderung spontanen Tätigseins

Wir glauben, dass die Verwirklichung des Selbst nicht nur durch einen Akt des Denkens, sondern auch durch die Verwirklichung der gesamten Persönlichkeit zustande kommt, wenn der Mensch nämlich alle seine emotionalen und intellektuellen Möglichkeiten tätig zum Ausdruck bringt. Diese Möglichkeiten stecken in jedem; sie werden aber nur in dem Masse verwirklicht, als sie einen Ausdruck finden. Mit anderen Worten: Die positive Freiheit besteht im spontanen Tätigsein der gesamten, integrierten Persönlichkeit. Dieses Tätigsein aber kann durch die jeweiligen kulturellen und gesellschaftlichen Strukturen unterdrückt und manipuliert werden. Darin zeigt sich eben die Unfreiheit des Menschen.

Wir kommen hier auf eines der schwierigsten Probleme der Psychologie zu sprechen, auf das Problem der Spontaneität. Spontanes Tätigsein meint keine zwanghafte Tätigkeit, zu der sich der Mensch durch seine Isolierung und Ohnmacht getrieben fühlt oder zu der er gezwungen wird; es handelt sich nicht um die Tätigkeiten eines automatenhaften Konformisten (Angepassten), der kritiklos Verhaltensmodelle übernimmt, die ihm von aussen suggeriert werden. Spontanes Tätigsein ist die freie Aktivität des Selbst im Sinne der lateinischen Wurzel des Wortes *sponte*, was wörtlich so viel bedeutet wie „aus freien Stücken“. Unter Tätigsein bzw. Aktivität verstehen wir nicht, dass jemand „irgendetwas tut“; es handelt sich vielmehr um das kreative Tätigsein, das sowohl im emotionalen Bereich als auch im intellektuellen Bereich, sowohl im sinnlichen Bereich als auch in dem des Willens wirkt. Voraussetzung für diese Spontaneität ist, dass man die Persönlichkeit in ihrer Totalität annimmt und die Spaltung zwischen „Vernunft“ und „Natur“ beseitigt; denn nur wenn der Mensch nicht wesentliche Teile seines Selbst verdrängt, nur wenn er sich selbst transparent wird und nur wenn er die verschiedenen Sphären seines Lebens grundsätzlich integriert hat, ist spontanes Tätigsein möglich.

Die Spontaneität ist in unserer Kultur zwar eine relativ seltene Erscheinung, doch fehlt sie immerhin nicht ganz. Ich möchte nur einige Beispiele dafür anführen: Erstens kennen wir Menschen, die diese Spontaneität besitzen oder doch besaßen, deren Denken, Fühlen und Handeln Ausdruck ihres Selbst und nicht Ausdruck eines Automaten ist. Bei solchen Menschen handelt es sich meistens um *Künstler*. Tatsächlich kann man den Künstler geradezu als einen Menschen definieren, der sich spontan auszudrücken weiss. Wenn wir diese Definition akzeptieren – und Balzac hat ihn genau so definiert –, dann muss man auch gewisse Philosophen und

Wissenschaftlicher als Künstler bezeichnen, während wieder andere sich von ihnen so sehr unterscheiden wie ein altmodischer Fotograf von einem schöpferischen Maler. Es gibt andere Menschen, denen zwar die Fähigkeit

– oder vielleicht auch nur die notwendige Übung fehlt, sich in einem objektiven Medium auszudrücken, wie der Künstler das tut, die aber trotzdem die gleiche Spontaneität besitzen. Die Lage des Künstlers ist jedoch prekär, denn man pflegt nur die Individualität oder die Spontaneität des erfolgreichen Künstlers zu respektieren; gelingt es ihm nicht, seine Kunstwerke (in welchen Bereichen auch immer) zu verkaufen, so bleibt er für seine Zeitgenossen ein „Spinner“ oder ein „Neurotiker“. Der Künstler befindet sich in dieser Hinsicht in einer ähnlichen Lage wie der Revolutionär. Der erfolgreiche Revolutionär ist ein Staatsmann, der erfolglos ist ein Verbrecher.

Ganz gleich, ob wir das frische, spontane Erlebnis einer Landschaft haben, ob uns eine Erkenntnis als Ergebnis unseres Nachdenkens dämmert, ob wir ein sinnliches Vergnügen erleben, das nicht stereotyper Art ist, oder ob die Liebe zu einem anderen Menschen plötzlich in uns aufquillt – in solchen Augenblicken wissen wir alle, was ein spontanes Erlebnis ist, und wir haben vielleicht eine Ahnung davon, was das menschliche Leben sein könnte, wenn solche Erfahrungen nicht so selten wären und so wenig gepflegt würden. Weshalb ist spontanes Tätigsein eine Lösung das das Problem der Freiheit? Die negative Freiheit allein, die ausschliessliche Freiheit *von*, macht den Menschen zu einem isolierten Wesen, dessen Beziehung zur Welt distanziert und voller Misstrauen ist und dessen Selbst schwach und ständig bedroht ist. Spontanes Tätigsein ist die positive Freiheit *zu* etwas. Sie ist der einzige Weg, auf dem man die Angst vor dem Alleinsein überwinden kann, ohne die Integrität seines Selbst zu opfern, denn in der spontanen Verwirklichung des Selbst vereinigt sich der Mensch aufs Neue mit der Welt – mit den Menschen, der Natur und sich selbst.

Die wichtigste Komponente einer solchen Spontaneität ist die *Liebe* – aber nicht die Liebe, bei der sich das Selbst in einem anderen Menschen auflöst, und auch nicht die Liebe, die nur nach dem Besitz des anderen strebt, sondern die Liebe als spontane Bejahung des anderen, als Vereinigung eines Individuums mit dem anderen auf der Basis der Erhaltung des individuellen Selbst. Die dynamische Eigenschaft der Liebe liegt eben in dieser Polarität, die darin besteht, dass sie aus dem Bedürfnis entspringt, die Absonderung zu überwinden und zum Einssein zu gelangen und trotzdem die eigene Individualität nicht zu verlieren. Wäre dem nicht so, welche Bereicherung wäre dann die Liebe, wenn man in ihr sich selbst

und die Stärke des eigenen Selbst verlieren müsste?

Die andere Komponente ist die *Arbeit* – aber nicht die Arbeit als zwanghafte Aktivität, die nur dazu dient, dem Alleinsein zu entfliehen, nicht die Arbeit, die einerseits die Natur beherrschen möchte und die andererseits die von Menschen geschaffenen Produkte vergötzt oder sie zu Sklaven dieser Produkte macht (z.B. im Bereich des Marketings, in der Verkaufs- und Dienstleistungsbranche), sondern die Arbeit als Schöpfung, bei der der Mensch im Akt der Schöpfung eins wird mit der Natur. In diesem Akt erschafft er etwas aus sich selbst heraus, ist er spontan tätig. Was für die Liebe und die Arbeit gilt, gilt für jedes spontane Tätigsein, ob es sich nun um sinnliche Freuden oder um die Teilnahme am politischen Gemeinschaftsleben handelt. Sie bejaht die Individualität des Selbst und eint es zugleich mit den anderen Menschen und der Natur. Die Unfähigkeit, spontan zu handeln und das zum Ausdruck zu bringen, was man genuin (echt) fühlt und denkt, und die sich daraus ergebende Notwendigkeit, anderen und sich selbst ein Pseudo-Selbst zu präsentieren, sind die Wurzeln des Gefühls von Minderwertigkeit und Schwäche. *Ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht, es gibt nichts, dessen wir uns mehr schämen, als nicht wir selbst zu sein, und es gibt nichts, was uns stolzer und glücklicher macht, als das zu denken, zu fühlen, zu tun und zu sagen, was wirklich unser eigen ist.*

Dies impliziert, dass es auf das Tätigsein als solches ankommt, auf den Prozess und nicht auf das Resultat. In unserer Kultur ist das Gewicht genau umgekehrt verteilt. Wir produzieren nicht, um konkrete Bedürfnisse zu befriedigen, sondern zu dem abstrakten Zweck, unsere Ware zu verkaufen. Wir haben das Gefühl, alle materiellen und auch alle immateriellen Dinge durch Kauf erwerben zu können, und so werden die Dinge zu unserem Eigentum, unabhängig davon, ob wir uns auf schöpferische Weise um sie bemühen. Ebenso betrachten wir unsere persönlichen Eigenschaften und den Erfolg unserer Bemühungen als Ware, die man für Geld,

Prestige und Macht verkaufen kann. So verschiebt sich das Gewicht von der augenblicklichen Befriedigung, welche eine kreative Tätigkeit verleiht, auf den Wert des fertigen Produkts. *Dabei geht dem Menschen die einzige Befriedigung verloren, die ihn wirklich glücklich machen kann – das Augenblickserlebnis des Tätigseins – und er jagt hinter einem Phantom her, das ihn enttäuscht, sobald er es erreicht zu haben glaubt – das trügerische Glück, genannt Erfolg.* Der fiebernde Wunsch nach dem Erfolg wurzelt in der Unsicherheit, in den zahlreichen Selbstzweifeln des modernen Menschen. Erst der äussere Erfolg macht ihn sicher. Es ist die Sicherheit, die sich der Mensch in jedem Augenblick durch sein spontanes Tätigsein erwirbt. *Die Sicherheit, die nur die Freiheit geben kann und die keiner Illusion bedarf, weil sie die Bedingungen ausgeschaltet hat,*

welche Illusionen notwendig machen.

Seine Zweifel würden schwinden, sobald es der Mensch fertigbringt, nicht mehr unter Zwang und automatisch, sondern spontan zu leben. Er erlebt sich dann als tätiges und schöpferisches Individuum und erkennt, dass das Leben nur den einen Sinn hat: den Vollzug des Leben selbst – unabhängig vom Wohlgefallen der Masse.

Zur positiven Freiheit, der Freiheit *zu* als der Verwirklichung des Selbst, gehört die volle Bejahung der *Einzigartigkeit* des Individuums. Die Menschen sind gleich geboren, aber sie sind auch verschieden geboren. Diese Verschiedenheit beruht auf der unterschiedlichen erblichen, körperlichen und seelisch-geistigen Veranlagung, die sie mit auf die Welt bringen, zu der dann die besondere Konstellation der äusseren Umstände und die gemachten Erfahrungen hinzukommen. Diese individuelle Grundlage der Persönlichkeit ist bei zwei Menschen ebenso wenig identisch wie zwei Organismen jemals physiologisch identisch sind. Bei der genuinen (echten) Entfaltung des Selbst handelt es sich stets um ein Wachstum auf dieser besonderen Grundlage. Es ist ein organisches Wachstum, die Entfaltung eines Kerns, der dieser einen Person eigentümlich ist und nur für die gilt. Dagegen stellt die Entwicklung eines automatenhaften Angepassten kein organisches Wachstum dar. Da ist die Entfaltung der Basis des Selbst blockiert, und das Selbst wird vom Pseudo-Selbst überlagert, das seinem Wesen nach die Verkörperung äusserer Modelle des Denkens und Fühlens ist – nicht der inneren. Ein organisches Wachstum ist nur möglich, wenn man vor der Besonderheit des Selbst anderer Menschen wie auch vor der des eigenen Selbst grösste Achtung hat. Diese Achtung vor der Einzigartigkeit des Selbst und ihre Pflege ist die wertvollste Errungenschaft der menschlichen Kultur, und gerade sie ist heute in Gefahr.

Die Einzigartigkeit des Selbst widerspricht in keiner Weise dem Prinzip der Gleichheit. Die These, dass die Menschen gleich geboren werden, heisst, dass sie alle grundlegenden menschlichen Eigenschaften miteinander gemein haben, dass sie als menschliche Wesen das gleiche Schicksal haben und dass sie den gleichen unveräusserlichen Anspruch auf Freiheit und Glück haben. Es bedeutet ausserdem, dass sie in einer Beziehung der Solidarität zueinander stehen, und nicht in einer Beziehung von Herrschaft und Unterwerfung. Aber der Begriff „Gleichheit“ bedeutet nicht, dass alle Menschen gleich sind. Ein derartiger Gleichheitsbegriff ist von der Rolle abgeleitet, die der Mensch heute im ökonomischen Bereich spielt. In der Beziehung zwischen dem, der kauft, und dem, der verkauft, sind die konkreten Unterschiede der Persönlichkeit ausgeschaltet. In dieser Situation kommt es lediglich darauf an, dass der eine etwas zu verkaufen hat und dass der andere das

Geld besitzt, es zu kaufen. Im wirtschaftlichen Leben unterscheidet sich der eine Mensch nicht vom anderen, als reale Personen unterscheiden sie sich, und die Pflege ihrer Besonderheit macht das Wesen der Individualität aus. Zur positiven Freiheit gehört auch das Prinzip, dass es keine höhere Macht als dieses einzigartige und individuelle Selbst gibt, dass der Mensch Mittelpunkt und Zweck seines Lebens ist und dass das Wachstum und die Realisierung der Individualität des Menschen ein Ziel ist, das niemals irgendwelchen Zwecken untergeordnet werden kann, die angeblich noch wertvoller sind.

Die Unterdrückung spontanen Tätigseins und die hierdurch hervorgerufene Beeinträchtigung der Entwicklung einer echten Individualität beginnt schon sehr früh, praktisch bereits mit den ersten *Erziehungsmassnahmen* beim Kleinkind. (Rorschach-Tests mit drei – bis fünfjährigen Kindern haben ergeben, dass deren Versuch, ihre Spontaneität zu wahren, zum Hauptkonflikt zwischen den Kindern und autoritären Erwachsenen führt.) Das besagt nicht, dass diese Erziehung unweigerlich zur Unterdrückung der Spontaneität führen muss, wenn das eigentliche Ziel darin besteht, die innere Unabhängigkeit und Individualität des Kindes, sein Wachstum und seine Integrität zu fördern. Die Beschränkungen, die eine derartige Erziehung dem heranwachsenden Kind vielleicht zumuten muss, sind lediglich vorübergehende Massnahmen, welche dem Wachstums- und Entfaltungsprozess nur nützen. In unserer Kultur jedoch führt die Erziehung nur allzu oft zur Ausrottung der Spontaneität. Dann werden die ursprünglich psychischen Akte durch andersartige Gefühle, Gedanken und Wünsche überlagert. (Ich möchte betonen, dass ich unter „ursprünglich“ nicht verstehe, dass ein Gedanke nicht schon zuvor von jemand anderem gedacht wurde, sondern dass er *in dem Betreffenden seinen Ursprung hat*, dass er *aus seiner eigenen Aktivität und aus seinem Denken entspringt*.)

Unterdrückung von Gefühlen

Ein etwas willkürlich herausgegriffenes Beispiel ist etwa die ganz frühe *Unterdrückung von Gefühlen* wie Abneigung und Feindseligkeit. Die meisten Kinder bekunden zunächst ein gewisses Mass an Feindseligkeit und Trotz, die durch ihre Konflikte mit der Umwelt hervorgerufen werden. Die Umwelt sucht ihrem Expansionsdrang Einhalt zu gebieten, und sie müssen sich – als der schwächere Teil – im Allgemeinen fügen. Eines der wichtigsten Ziele im Erziehungsprozess besteht darin, diese feindseligen Regungen zu beseitigen. Man wendet dabei unterschiedliche Methoden an, die von Drohungen und Strafen, die dem Kind Angst einjagen, bis zu den subtileren Methoden von „Bestechungen“ oder

„Erklärungen“ variieren, die das Kind verwirren und dazu veranlassen, seine Feindseligkeit aufzugeben. Das Kind bringt dann zunächst seine Gefühle nicht mehr offen zum Ausdruck und gibt es schliesslich auf, überhaupt noch etwas selbst zu fühlen.

Hinzu kommt, dass man ihm beibringt, die Wahrnehmung von Feindseligkeit und Unaufrichtigkeit bei anderen zu verdrängen. Das ist manchmal nicht eben leicht, da Kinder die Fähigkeit haben, derartige negative Eigenschaften bei anderen zu merken, und sich nicht so leicht von Worten oder Geschenken täuschen lassen, wie das meist bei Erwachsenen der Fall ist. Es gibt immer noch Leute, die sie „ohne jeden Grund“ nicht leiden können – ausser aus dem sehr triftigen Grund, dass sie die von solchen Leuten ausstrahlende Feindseligkeit oder Unaufrichtigkeit spüren. Diese Reaktion treibt man ihnen bald aus. Es dauert nicht lange, bis das Kind die „Reife“ des durchschnittlichen Erwachsenen erreicht und sein Vermögen verliert, zwischen einem anständigen Menschen und einem Schuft zu unterscheiden, solange Letzterer nicht eine offenkundige Untat verübt.

Andererseits bringt man dem Kind schon früh durch Erziehung bei, Gefühle zu empfinden, die keineswegs „seine“ eigenen sind. Besonders lehrt man es, die Leute zu lieben, kritiklos freundlich zu ihnen zu sein und sie anzulächeln. Was dabei die Erziehung vielleicht nicht ausrichtet, wird dann im späteren Leben durch gesellschaftlichen Druck nachgeholt.

Wenn Du nicht lächelst, bist Du in den Augen der anderen kein „liebenswürdiger Mensch“ – und Du musst ein liebenswürdiger Mensch sein, wenn Du Deine Dienstleistung als Kellnerin, als Handlungsreisender oder als Arzt verkaufen willst. Nur die an der untersten Basis der Gesellschaftspyramide, die nichts als ihre körperliche Arbeit zu verkaufen haben, und die ganz oben brauchen nicht besonders „liebenswert“ zu sein. Freundlichkeit, Fröhlichkeit und alles, was ein Lächeln sonst noch auszudrücken vermag, wird zur automatischen Reaktion, die man an- und abdreht, wie einen elektrischen Schalter. Natürlich merkt man oft, dass es sich dabei lediglich um eine Geste handelt. Meistens aber macht man es sich nicht klar und verlernt daher, zwischen dem Pseudo-Gefühl und spontaner Freundlichkeit zu unterscheiden.

Nicht nur die Feindseligkeit wird nach aussen hin unterdrückt, und nicht nur die echte Freundlichkeit erleidet den Todesstoss, wenn man sie auf diese Weise durch ein Pseudo-Gefühl ersetzt. Es gibt noch eine ganze Reihe spontaner Emotionen, die ebenfalls unterdrückt und durch Pseudo-Gefühle ersetzt werden. Eine dieser

Unterdrückungen ist die *Unterdrückung der Sexualität*. Wenn ich auch der Ansicht bin, dass die Verhinderung der Freude an der Sexualität nicht die einzige wichtige Unterdrückung spontaner Reaktionen, sondern nur eine von vielen ist, so ist doch ihre Bedeutung nicht zu unterschätzen. Sie führt zweifellos zu sexuellen Hemmungen und ausserdem dazu, dass die Sexualität einen zwanghaften Charakter annimmt und wie Alkohol oder eine Droge konsumiert wird, um sich selbst zu vergessen, ohne dabei einen besonderen Genuss zu verspüren. Infolge der Intensität der sexuellen Begierden beeinflusst deren Unterdrückung ausserdem nicht nur die sexuelle Sphäre, sondern sie nimmt dem Betreffenden auch den Mut zu einem spontanen Reagieren in allen anderen Bereichen.

In unserer Gesellschaft hält man ganz allgemein nicht viel von Gefühlen. Wenn auch zweifellos jedes kreative Denken – genau wie jede andere schöpferische Tätigkeit – untrennbar mit Emotionen verknüpft ist, so ist es doch zu einem Ideal geworden, emotionsfrei zu denken und zu leben. „Emotional“ sein ist gleichbedeutend geworden mit unausgeglichen oder gar geistesgestört sein. Wer diesen Massstab akzeptiert, wird hierdurch stark geschwächt, sein Denken verarmt und verflacht.

Da aber andererseits die Gefühle nicht ganz auszurotten sind, müssen sie völlig getrennt von der intellektuellen Seite der Persönlichkeit existieren. Das Resultat ist jene billige und unaufrichtige Sentimentalität, womit seichte Filme, Kitschromane und Schlager Millionen abspeisen, die nach Gefühlen hungern.

Ich möchte noch ein Gefühl, das als tabu gilt, besonders erwähnen, weil seine Verdrängung tief an den Wurzeln der Persönlichkeit rührt: Ich meine das *Gefühl für das Tragische*. Das Bewusstsein des Todes und der tragische Aspekt des Lebens, ob undeutlich oder klar vorhanden, ist eines der Grundmerkmale des Menschen. Jede Kultur setzt sich auf ihre Weise mit dem Problem des Todes und der Tragik auseinander. Für Gesellschaften, in denen der Individuationsprozess (Persönlichkeitsentwicklung) erst wenig fortgeschritten ist, ist das Ende der persönlichen Existenz weniger ein Problem, weil die Erfahrung der individuellen Existenz selbst noch weniger weit entwickelt ist. Man begreift den Tod noch nicht als etwas, das sich vom Leben grundsätzlich unterscheidet. Kulturen, in denen die Persönlichkeitsentwicklung bereits ein höheres Stadium erreichte, behandelten den Tod je nach ihrer gesellschaftlichen und psychologischen Struktur. Die Griechen legten allen Nachdruck auf das Leben und stellten sich den Tod nur als eine schattenhafte, verschwommene Fortsetzung des Lebens vor. Die Ägypter gründeten ihre Hoffnung auf den Glauben an die Unzerstörbarkeit des

menschlichen Körpers, wenigstens bei denen, deren Macht sich während ihres Lebens als unzerstörbar erwies. Die Juden nahmen die Tatsache des Todes auf realistische Weise zur Kenntnis und brachten es fertig, sich mit dem Gedanken der Vernichtung des individuellen Lebens abzufinden mit Hilfe ihrer Vision von einem Zustand des Glücks und der Gerechtigkeit, die durch die Menschen in dieser Welt eines Tages erreicht sein wird. Das Christentum machte den Tod zu etwas Unrealistischem und versuchte, die Unglücklichen mit der Verheissung eines Lebens nach dem Tode zu trösten. Unsere Zeit leugnet den Tod ganz einfach und damit verleugnet sie einen grundlegenden Aspekt unseres Lebens. Anstatt das Bewusstsein, das wir leiden und sterben müssen, zu einem der stärksten Antriebe für das Leben, zur Grundlage für die menschliche Solidarität und zu einer Erfahrung werden zu lassen, ohne die der Freude und Begeisterung Intensität und Tiefe fehlen, sieht sich der moderne, westliche Mensch gezwungen, diese Erfahrung zu verdrängen – ebenso wie das Leben selbst. Aber wie das stets bei Verdrängungen der Fall ist, hören die verdrängten Elemente, die man sich aus den Augen schafft, damit nicht auf zu existieren. So führt die Angst vor dem Tode unter uns ein illegitimes Dasein. Sie bleibt lebendig, auch wenn wir sie zu leugnen versuchen, aber weil sie verdrängt wurde, bleibt sie steril. Dies ist eine Quelle für die mangelnde Tiefe anderer Erfahrungen, für die Ruhelosigkeit unseres Lebens, das erst im Angesicht des Todes zu schätzen gelernt wird, und ich möchte meinen, dass sich aus ihr auch die Riesenbeträge erklären, die man in Amerika für Bestattungen aufwendet.

Bei dem Tabuisierungsprozess von Emotionen spielt die moderne Psychiatrie eine zwiespältige Rolle. Einerseits hat ihr grösster Vertreter, Sigmund Freud, der Fiktion von der rationalen, zweckgerichteten Eigenart des menschlichen Geistes ein Ende gemacht und hat uns einen Weg gewiesen, der einen Blick in den Abgrund menschlicher Leidenschaften erlaubt. Andererseits hat die eben durch diese Errungenschaften Freuds bereicherte Psychiatrie sich in den Dienst der allgemeinen Tendenz gestellt, die Persönlichkeit zu manipulieren. Viele Psychiater – und auch Psychoanalytiker – haben das Bild der „normalen“ Persönlichkeit aufgestellt, die niemals zu traurig, zu zornig oder zu aufgereggt ist. Sie benutzen Worte wie „kindisch“ oder „neurotisch“ zur abschätzigen Beurteilung von Wesenszügen oder Persönlichkeitstypen, die nicht in das herkömmliche Modell vom „normalen“ Menschen hineinpassen. Sie machen es sich da sehr einfach. Einfach für sich und die Gesellschaft, in die sie den Patienten entlassen. Diese Art der Beeinflussung ist vielleicht noch gefährlicher als die ältere Form, die den Betroffenen offen beschimpfte. Der wusste dann wenigstens, dass es da einen

Menschen oder eine Auffassung gab, die ihn ablehnte, und er konnte sich dagegen wehren. Aber wer kann sich gegen die allgemein anerkannte „Wissenschaft“ zur Wehr setzen?

Entstellung von Gedanken

Genauso wie unsere Gefühle wird auch unser ursprüngliches Denken entstellt. Von Anfang an läuft unsere Erziehung darauf hinaus, das Kind *am selbständigen Denken zu hindern und ihm fertige Gedanken in den Kopf zu setzen.*

Wie man das bei Kleinkindern bewerkstelligt, ist einfach zu beobachten. Sie sind voller Neugier in Bezug auf die Welt, sie wollen sie mit den Händen und mit dem Verstand begreifen. Sie möchten (wie mit kindlicher Neugier ausgestattete Erwachsene) die Wahrheit wissen, da dies der sicherste Weg ist, sich in einer fremden und mächtigen Welt zu orientieren. Stattdessen nimmt man Kinder nicht ernst, wobei es keinen Unterschied macht, ob diese Einstellung sich als *offene Missachtung* oder als *subtile Herablassung* äussert, wie man sie all jenen gegenüber zu bekunden pflegt, die machtlos und eingeschränkt sind (wie Kinder, alte Menschen, Behinderte oder Kranke). Wenn auch diese Behandlung bereits weitgehend den Mut zum selbständigen Denken nimmt, gibt es doch ein noch schlimmeres Handicap; die – oft unbeabsichtigte – *Unaufrichtigkeit*, die für das Verhalten eines durchschnittlichen Erwachsenen einem Kind gegenüber typisch ist. Diese Unaufrichtigkeit bezieht sich zum Teil auf das *fiktive Bild von der Welt*, das man dem Kind vermittelt und mit dem es ungefähr ebenso viel anfangen kann wie jemand, der Informationen über das Leben in der Arktis bekommt, wenn er wissen möchte, wie man sich am besten auf eine Expedition in die Wüste Sahara vorbereitet. Neben dieser ganz allgemein falschen Darstellung der Welt gibt es noch viele spezielle *Lügen*, mit denen man Tatsachen zu verbergen sucht, welche die Erwachsenen aus unterschiedlichen persönlichen Gründen vor den Kindern geheimhalten möchten. Von der schlechten Laune, die man mit dem Verhalten beim Kind rechtfertigt, oder von den sexuellen Beziehungen der Eltern oder ihren Streitigkeiten „braucht das Kind nichts zu wissen“, und wenn es dahinterzukommen versucht, stösst es auf eine verärgerte oder höfliche Ablehnung.

So vorbereitet, kommt das Kind in die Schule und später vielleicht aufs College. Ich möchte noch kurz auf einige unserer heutigen Erziehungsmethoden eingehen, die darauf hinauslaufen, dass den Heranwachsenden nur noch mehr der Mut zum eigenständigen Denken genommen wird. Hierher gehört das Beispiel, dass man

dem Wissen von Tatsachen – oder besser gesagt den Informationen – einen übertriebenen Wert beimisst. Man huldigt den pathetischen Aberglauben, wenn man sich nur immer mehr Tatsachen einprägen werde man schliesslich zur Erkenntnis der Wirklichkeit gelangen. Hunderte von verstreuten Einzelfakten, die ohne jede Beziehung zueinander sind, werden den Schülern eingetrichtert. Ihre Zeit und ihre Kraft werden dafür in Anspruch genommen, dass sie immer mehr Tatsachen lernen, so dass ihnen zum Denken kaum noch Zeit bleibt. Natürlich bleibt das Denken ohne die Kenntnis von Tatsachen leer und fiktiv; aber „Informationen“ allein können für das Denken ebenso ein Hindernis bilden wie zu wenig Informationen.

Ein anderer, eng damit verwandter Weg, dem Menschen den Mut zum eigenständigen Denken zu nehmen, läuft darauf hinaus, dass man alle Wahrheit als relativ auffasst. Man stellt die Wahrheit als einen metaphysischen Begriff hin, und wenn jemand sagt, es gehe darum, die Wahrheit zu ergründen, dann halten ihn die „fortschrittlichen“ Denker unserer Zeit für rückständig. Man erklärt die Wahrheit zu einer durchaus subjektiven Angelegenheit, ja fast zu einer Geschmackssache. Die wissenschaftliche Forschung hat von allen subjektiven Faktoren frei zu sein und ihre Ziele ohne Leidenschaft und Interesse zu verfolgen. Der Wissenschaftler hat mit keimfreien Händen an die Tatsachen heranzugehen wie der Chirurg an seinen Patienten. *Die Folge dieses Relativismus, der sich oft als Erfahrung ausgibt, oder der sich rühmt, sich stets korrekter Begriffe zu bedienen, ist die, dass das Denken seinen wesentlichen Anreiz verliert – nämlich die Wünsche und Interessen dessen, der denkt.* Stattdessen wird das Denken zu einer Maschine, die „Tatsachen“ registriert. Aber genauso wie sich das Denken aus dem Bedürfnis entwickelt hat, das materielle Leben zu meistern, wurzelt auch die Suche nach der Wahrheit in den Interessen und Bedürfnissen von Einzelmenschen und gesellschaftlichen Gruppen. Ohne dieses Interesse gäbe es keinen Anreiz für das Suchen nach Wahrheit. Es gibt immer Gruppen, deren Interesse durch Wahrheit vorangetrieben wird, und ihre Vertreter sind die Vorkämpfer menschlichen Denkens. Aber es gibt auch Gruppen, deren Interessen durch die Verschleierung von Wahrheit vorangetrieben werden. Daher geht es nicht darum, dass irgendein Interesse mit im Spiel ist, sondern um *welche Art von Interesse* es sich handelt. Aber die Wahrheit ist für den Menschen nicht nur wichtig im Hinblick auf seine Orientierung in der Aussenwelt, seine innere Stärke hängt weitgehend davon ab, ob er die Wahrheit über sich selber kennt. Wen man sich Illusionen über sich selber macht, dann sind das Krücken, die nur dem von Nutzen sind, der nicht allein laufen kann, aber sie machen ihn nur noch schwächer.

Der Mensch ist umso stärker, je mehr es ihm gelingt, seine Persönlichkeit zu

integrieren, das heisst auch, je besser er sich selbst durchschaut. „Erkenne Dich selbst“ gehört zu den fundamentalen Geboten, deren Ziel Kraft und Glück des Menschen ist.

Ausser den bereits erwähnten Faktoren gibt es noch andere, die geeignet sind, beim durchschnittlichen Erwachsenen den letzten Rest an eigenständigem Denken durcheinanderzubringen. In Bezug auf alle Grundfragen im Leben des Einzelnen und der Gesellschaft, in Bezug auf alle psychologischen, wirtschaftlichen, politischen und moralischen Probleme hat ein grosser Sektor unserer Kultur nur die eine Funktion – das, worum es geht, zu vernebeln. Die Behauptung, die Probleme seien zu kompliziert, als dass der Durchschnittsmensch sie verstehen könne, ist dabei nur eine Verschleierungstaktik. Mir scheint dagegen, dass viele der Grundprobleme im Leben des Einzelnen und der Gesellschaft sehr einfach, ja so einfach sind, dass man von jedermann erwarten könnte, dass er sie begreift. Wenn man sie als so ungeheuer kompliziert hinstellt, dass nur ein „Spezialist“ sie verstehen kann, und auch dieser nur auf seinem eigenen begrenzten Gebiet, dann nimmt man – oft sogar absichtlich – den Leuten den Mut, in Bezug auf die wirklich wichtigen Probleme, ihrer eigenen Denkfähigkeit zu trauen. Der einzelne Mensch steht dann hilflos einer chaotischen Masse von Daten gegenüber und wartet mit einer rührenden Geduld darauf, dass die Spezialisten herausfinden, was man zu tun habe und welcher Weg einzuschlagen ist. Die Beeinflussung der Menschen hat zweierlei zur Folge: Einmal bringt sie eine skeptische und zynische Einstellung zu allem hervor, was gesagt oder gedruckt wird, andererseits führt sie zu einem kindlichen Glauben an alles, was einem von einer Autoritätsperson gesagt wird. Diese Verbindung von Zynismus und Naivität ist für den modernen Menschen höchst kennzeichnend. Die wesentliche Folge davon ist, dass er den Mut zu eigenem Denken und zu eigenen Entscheidungen verliert.

Lähmung von kritischem Denken

Die Fähigkeit zum kritischen Denken wird auch durch die Zerstörung eines jeden strukturierten Weltbildes gelähmt. Die Tatsachen verlieren ihre spezifische Qualität, welche sie nur als Teile eines strukturierten Ganzen besitzen können, und behalten nur eine abstrakte, quantitative Bedeutung. Jede Tatsache ist immer wieder nur eine weitere Tatsache, und es kommt lediglich darauf an, ob wir mehr oder weniger wissen. Hierbei haben Rundfunk, Film und Presse eine verheerende Wirkung. Die Nachricht von der Bombardierung einer Stadt und vom Tod Hunderter von Menschen wird schamlos breitgetreten oder von einer Reklamesendung über eine Seifen- oder Weinmarke unterbrochen. Der gleiche

Sprecher mit der gleichen suggestiven, einschmeichelnden und autoritativen Stimme, deren er sich eben noch bediente, um uns über den Ernst der politischen Lage aufzuklären, drängt sich jetzt dem Zuhörer mit der Anpreisung eines bestimmten Waschmittels auf, deren Hersteller den Werbefunk dafür bezahlt. In der Wochenschau folgt auf die Bilder torpedierter Schiffe eine Modeschau. Die Zeitungen räumen den läppischen Ideen und Essgewohnheiten einer Debütantin den gleichen Raum ein und berichten mit dem gleichen Ernst darüber wie über Ereignisse von wissenschaftlicher oder künstlerischer Bedeutung. Aus allen diesen Gründen haben wir zu dem, was wir hören, keine echte Beziehung mehr. Wir regen uns nicht mehr darüber auf, unsere Gefühle und unser kritisches Urteilsvermögen werden beeinträchtigt, und wir werden gegen das, was in der Welt vorgeht, immer gleichgültiger. Das Leben verliert im Namen der „Freiheit“ jede Struktur. Es setzt sich aus vielen Einzelstückchen zusammen, und wir verlieren jedes Gefühl für das Ganze. Der Einzelne sitzt vor diesen Einzelstücken wie ein Kind vor einem Puzzlespiel. Der Unterschied besteht jedoch darin, dass das Kind weiss, was ein Haus ist, und deshalb in den Stückchen, mit denen es spielt, Teile des Hauses erkennen kann, während der Erwachsene die Bedeutung des „Ganzen“, dessen Stücke er in den Händen hält, nicht mehr erfasst. Er ist verwirrt und starrt angstvoll auf seine sinn- und bedeutungslosen Einzelstückchen.

Die Illusion vom eigenen Willen

Was wir über den Mangel an „Originalität“ in unserem Fühlen und Denken sagten, gilt auch für das Wollen. Das zu erkennen, ist besonders schwierig; es sieht ja so aus, als ob der heutige Mensch – wenn überhaupt irgendetwas – dann zu viele Wünsche habe, und als ob sein einziges Problem darin bestehe, zwar zu wissen, was er will, aber nicht alles haben zu können.

Wir verwenden unsere ganze Energie darauf, das zu bekommen, was wir haben wollen, und die meisten fragen nie nach der Voraussetzung dafür. Dass sie nämlich wissen, was sie wirklich wollen. Sie nehmen sich nicht die Zeit, darüber nachzudenken, *ob das, was sie anstreben, auch wirklich das ist, was sie selber wollen*. In der Schule wollen sie gute Noten bekommen, als Erwachsene wollen sie immer erfolgreicher sein, sie wollen zu Geld kommen, noch mehr Ansehen erwerben, einen noch besseren Wagen kaufen, Reisen machen und so weiter. Aber wenn sie inmitten dieser krampfhaften Aktivität einmal innehalten, kommt ihnen vielleicht die Frage in den Sinn: „Wenn ich diese Stelle jetzt wirklich bekomme, wenn ich mir diesen besseren Wagen anschaffe, wenn ich diese Reise machen kann – was dann? Was nützt mir das alles? Bin *ich* es denn, der das alles will? Laufe ich nicht

hinter irgendeinem Ziel her, das mich angeblich glücklich machen soll und das mir wieder aus den Händen gleitet, sobald ich es erreicht habe?“ Wenn solche Fragen auftauchen, so erschrecken sie den Betreffenden, denn sie stellen die Grundlage in Frage, auf die sich die gesamte Tätigkeit eines Menschen, seine Vorstellung von dem, was er will, aufbaut. Deshalb versucht man, solche beunruhigenden Gedanken so schnell wie möglich wieder loszuwerden. Man hat das Gefühl, man quäle sich mit derartigen Fragen nur, weil man müde oder deprimiert sei – und man jagt weiter Zielen nach, die man für die ureigensten hält.

Trotzdem ist das alles doch ein Hinweis darauf, dass man eine vage Vorstellung von der Wahrheit hat – nämlich *dass der heutige Mensch in der Illusion lebt, er wisse, was er wolle, während er in Wirklichkeit nur das will, was er nach Ansicht der anderen wollen sollte*. Um das einzusehen, muss man sich darüber klar werden, dass es nicht – wie die meisten meinen – verhältnismässig einfach ist zu wissen, was man wirklich will, sondern dass es sich dabei um eines der schwierigsten Probleme handelt, die der Mensch zu lösen hat. Es ist eine Aufgabe, der wir krampfhaft dadurch aus dem Wege zu gehen suchen, dass wir fertig angebotene Ziele akzeptieren, als ob es unsere eigenen wären. *Der heutige Mensch ist bereit, grosse Risiken auf sich zu nehmen beim Versuch, die Ziele zu erreichen, die angeblich „seine“ Ziele sind, aber er hat eine tiefe Angst davor, das Risiko und die Verantwortung auf sich zu nehmen, sich seine eigenen Ziele zu setzen*. Eine intensive Aktivität wird oft irrtümlich als Beweis dafür angesehen, dass man sein Handeln selbst bestimmt, wenn wir auch wissen, dass es vielleicht nicht spontaner ist als das Verhalten eines Schauspielers oder eines Hypnotiseurs. Wenn die Rollen verteilt sind, kann jeder Schauspieler mit Elan seine Rolle spielen und dabei sogar in Bezug auf den Text und die Einzelheiten seines Spiels etwas improvisieren. Aber er spielt doch nur die Rolle, die ihm übertragen wurde.

Der Zwang zur Anpassung

Dass es so schwer ist zu erkennen, bis zu welchem Grad unsere Wünsche – wie auch unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen – nicht wirklich unsere eigenen sind, sondern uns von aussen eingegeben wurden, hängt eng mit dem Problem von Autorität und Freiheit zusammen. Im Verlauf der modernen Geschichte ist an die Stelle der Autorität der Kirche die des Staates getreten, an die Stelle der Autorität des Staates trat die des Gewissens, und in unserer Zeit hat man Letzteres durch die anonyme Autorität des gesunden Menschenverstandes, des Marktes und der öffentlichen Meinung ersetzt, um hierdurch zur Konformität (Anpassung) zu gelangen. Weil wir uns von den älteren, unverhüllten Formen der Autorität freigemacht haben, merken wir nicht, dass wir einer neuen Art von Autorität zum

Opfer gefallen sind. Wir sind zu Konformisten geworden, zu angepassten Schafen einer Herde, die in der Illusion leben, Individuen mit eigenem Willen zu sein. Diese Illusion hilft dem einzelnen Menschen, sich seiner Unsicherheit nicht bewusst zu werden, aber darin erschöpft sich auch die Hilfe, die einem eine solche Illusion gewähren kann. Im Grunde ist das Selbst so geschwächt, dass der Mensch sich machtlos und höchst unsicher fühlt. Er lebt in einer Welt, zu der er keine echte Beziehung mehr hat und in der jeder und alles instrumentalisiert ist, wo er zu einem Teil der Maschine geworden ist, die seine Hände konstruiert haben. Er denkt, fühlt und will, was die anderen von ihm erwarten und verliert dabei sein Selbst, auf das sich jede echte Sicherheit eines freien Menschen gründen muss.

Der Verlust des Selbst hat die Notwendigkeit, mit den anderen im Gleichschritt zu gehen, noch vergrößert, führt er doch zu einem tiefen Zweifeln an der eigenen Identität. Wenn ich nichts bin als das, was die anderen von mir erwarten, wer bin „ich“ dann?

Der Zweifel am eigenen Selbst begann mit dem Zusammenbruch der mittelalterlichen Welt, in der der Einzelne noch seinen unangefochtenen Platz in einer festbegründeten Ordnung besass. Die Identität des Individuums ist ein Hauptproblem der modernen Philosophie seit Descartes. Heute halten wir es für selbstverständlich, dass wir „wir“ sind. Trotzdem besteht unser Zweifel an uns fort oder hat sich sogar noch verstärkt. Pirandello verleiht diesem Gefühl des modernen Menschen in seinen Theaterstücken Ausdruck. Er geht von der Frage aus: „Wer bin ich? Welch‘ anderen Beweis habe ich für meine Identität als den Fortbestand meines körperlichen Selbst?“ Seine Antwort ist nicht die Bejahung des persönlichen Selbst, sondern dessen Leugnung: „Ich besitze keine Identität, es gibt kein Selbst ausser dem Spiegelbild dessen, was andere von mir erwarten. *Ich bin, wie Du mich haben willst.*“

Dieser Identitätsverlust macht es nur umso dringlicher, sich anzupassen; er bedeutet, dass man sich seiner selbst nur sicher sein kann, wenn man den Erwartungen der anderen entspricht. Entsprechen wir ihren Vorstellung von uns nicht, so riskieren wir nicht nur ihre Missbilligung, was zu einer noch stärkeren Isolierung führt, wir riskieren auch, die Identität unserer Persönlichkeit zu verlieren, womit wir unsere geistige Gesundheit aufs Spiel setzen. Wenn wir uns den Erwartungen der anderen – der breiten Masse – anpassen, wenn wir uns von ihnen nicht unterscheiden, bringen wir diese Zweifel an unserer Identität zum Schweigen und gewinnen damit eine gewisse (Pseudo-)Sicherheit. Aber der Preis dafür ist hoch. Wenn man seine Spontaneität und seine Individualität aufgibt, so

führt das zu einer Vereitelung des Lebens. Auch wenn ein solcher Konformist (Angepasste) biologisch noch weiterlebt, ist er doch emotional und seelisch tot. Er bewegt sich weiter, aber das Leben rinnt ihm durch die Finger wie Sand. Denn er ist ohne festen Boden – ohne Identität.

Hinter einer Fassade von Zufriedenheit und Optimismus ist der heutige Mensch tief unglücklich; tatsächlich steht er am Rande der Verzweiflung. Er klammert sich verzweifelt an seine vermeintliche Individualität. Er möchte „anders“ sein, und er kennt kein grösseres Lob, als von etwas zu sagen, es sei „anders“. Man informiert uns über den Namen des Schalterbeamten, bei dem wir unsere Fahrkarte kaufen. Handtaschen, Spielkarten und tragbare Rundfunkgeräte werden „persönlich gemacht“, indem man die Initialen des Besitzers darauf anbringt. All das ist ein Hinweis auf den Hunger nach „Andersein“, aber es sind fast die letzten Überreste von Individualität, die uns noch geblieben sind. Der heutige Mensch hungert nach Leben. Aber da er ein Konformist ist, kann er das Leben nicht mehr spontan erleben und greift zum Surrogat in Form von Anreizen und Nervenkitzel: dem Nervenkitzel des Alkohols, des Sports oder indem er die aufregenden Erlebnisse fiktiver Personen (und unrealistischer Ereignisse) auf der Leinwand miterlebt.

„Jemand, der sich selbst liebt, verweilt gerne bei sich. Er flüchtet nicht vor sich, und gerade das befähigt ihn, auch beim Du zu verweilen.“

Wer nicht bei und in sich selbst zu Hause ist, kann auch beim anderen keine Heimat finden.“

(Aristoteles, 384 – 322 v. Chr.)

„Die Erfüllung liegt im Bemühen – nicht im Erreichten.“

(Mahatma Gandhi, 1869 – 1948)

„Wenn einer stirbt, nicht das allein ist Tod. Tod ist, wenn einer lebt, und es nicht weiss.“

(Rainer Maria Rilke, 1875 – 1926)

5. **„Der Mensch verkauft nicht nur Waren, er verkauft sich selbst.“**

Das „Selbst“, in dessen Interesse der moderne Mensch handelt, ist das *gesellschaftliche Selbst*, ein Selbst, das sich im Wesentlichen mit der Rolle deckt, die der Betreffende nach dem, was die anderen von ihm erwarten, zu spielen hat und die in Wirklichkeit nur eine subjektive Tarnung seiner objektiven Funktion in der Gesellschaft ist. Die moderne Selbstsucht ist die Gier, die auf der Frustration des wahren Selbst beruht und deren Objekt das gesellschaftliche Selbst ist. Während sich der moderne Mensch durch eine nicht mehr zu übertreffende Bejahung seines Selbst auszuzeichnen scheint, ist dieses Selbst in Wirklichkeit geschwächt und auf

ein Segment seines totalen Selbst reduziert – nämlich auf seinen Intellekt und seine Willenskraft – unter Ausschluss aller anderen Bestandteile seiner Gesamtpersönlichkeit.

Wirtschaftskrisen, Arbeitslosigkeit, Kriege bestimmten das Schicksal der Menschen. Der Mensch hat sich seine Welt aufgebaut, er baut Fabriken und Häuser, er produziert Autos und Textilien, er erntet Getreide und Früchte. Aber er ist den Erzeugnissen seiner Hände entfremdet, und er beherrscht die Welt nicht mehr, die er gebaut hat. Ganz im Gegenteil ist diese vom Menschen geschaffene Welt zu seinem Herrn geworden, dem er sich beugt, den er zu besänftigen und so gut er kann zu manipulieren versucht. Das Werk seiner Hände ist zu seinem Gott geworden. Er scheint von seinem Selbstinteresse motiviert, in Wirklichkeit aber ist sein gesamtes Selbst mit allen seinen konkreten Möglichkeiten zu einem Werkzeug geworden, das den Zwecken eben jenes Apparates dient, den er selbst geschaffen hat. Er wiegt sich weiter in der Illusion, der Mittelpunkt der Welt zu sein, und ist dennoch von einem intensiven Gefühl seiner Bedeutungslosigkeit und Ohnmacht erfüllt, wie es seine Vorfahren einst bewusst Gott gegenüber empfanden.

Das Gefühl der Isolierung und Ohnmacht des heutigen Menschen wird noch durch den Charakter seiner menschlichen Beziehungen verstärkt. Die konkreten Beziehungen zwischen den Menschen haben ihren unmittelbaren und humanen Charakter verloren. Stattdessen manipuliert man einander und behandelt sich gegenseitig als Mittel zum Zweck. In allen persönlichen und gesellschaftlichen Beziehungen gelten die Gesetze des Marktes. Es liegt auf der Hand, dass die Menschen einander gleichgültig sein müssen, wenn sie Konkurrenten sind. Andernfalls könnten sie ihre wirtschaftliche Aufgabe nicht erfüllen, sich gegenseitig zu bekämpfen, und notfalls auch nicht davor zurückzuschrecken, sich gegenseitig wirtschaftlich zugrunde zu richten. Gleichgültigkeit charakterisiert auch die Beziehung zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Das englische Wort für Arbeitgeber (*employer* von *to employ* = verwenden, gebrauchen) besagt alles: Der Kapitaleigner verwendet ein anderes menschliches Wesen so, wie er eine Maschine „verwendet“. Arbeitgeber und Arbeitnehmer benutzen sich gegenseitig zur Erreichung ihrer wirtschaftlichen Interessen; sie sind sich in ihrer Beziehung beide Mittel zum Zweck. Es handelt sich nicht um eine Beziehung zwischen zwei menschlichen Wesen, die ein Interesse aneinander haben, abgesehen davon, dass sie sich gegenseitig von Nutzen sind.

Die gleiche Instrumentalität beherrscht auch die Beziehung zwischen dem

Geschäftsmann und seinem Kunden. Der Kunde ist ein Objekt, das manipuliert werden muss, und keine konkrete Person, deren Wünsche der Geschäftsmann befriedigen möchte. Auch die Einstellung zur Arbeit ist vom gleichen Geist erfüllt. Im Gegensatz zum mittelalterlichen Handwerker ist der moderne Fabrikant nicht in erster Linie daran interessiert, was er produziert; er möchte vor allem erreichen, dass das von ihm investierte Kapital Profit bringt, und was er jeweils produziert, hängt im Wesentlichen davon ab, ob gerade dieser Zweig des Marktes ihm Gewinn verspricht.

Genauso entfremdet und zweckgerichtet sind die Beziehungen der Menschen untereinander. Es ist, als ob es sich nicht um Beziehungen zwischen Menschen, sondern um solche zwischen Dingen handelte. Am verheerendsten aber wirkt sich dieser Geist der Instrumentalisierung und Entfremdung auf die Beziehung des Menschen zu seinem Selbst aus. *Der Mensch verkauft nicht nur Waren, er verkauft auch sich selbst und fühlt sich als Ware.* Der Handarbeiter verkauft seine Körperkraft; der Geschäftsmann, der Arzt, der Büroangestellte verkauft seine „Persönlichkeit“.

Sie müssen „eine Persönlichkeit“ sein, wenn sie ihre Erzeugnisse oder Dienstleistungen verkaufen wollen. Diese Persönlichkeit sollte liebenswürdig sein, aber ihr Besitzer sollte auch noch eine Reihe anderer Erwartungen erfüllen: Er sollte Energie und Initiative besitzen und was sonst noch seine spezielle Stellung erfordert. Wenn er also sich nicht gut verkaufen kann, dann ist er auf dem Markt wertlos und er empfindet sich als nutzlos.

Wie bei anderen Waren ist es auch hier der Markt, der über den Wert dieser menschlichen Eigenschaften, ja sogar über deren Existenz entscheidet. *Wenn für die Eigenschaften, die ein Mensch zu bieten hat, kein Bedarf besteht, dann hat er sie auch nicht, genauso wie eine unverkäufliche Ware wertlos ist, wenn sie auch ihren Gebrauchswert haben mag.* Demnach ist auch das Selbstvertrauen, das „Selbstgefühl“, nur ein Hinweis darauf, was die anderen über einen denken. *Es ist nicht „er“, der von seinem Wert ohne Rücksicht auf seine Beliebtheit und seinen Erfolg auf dem Markt überzeugt ist. Wenn Nachfrage nach jemandem besteht, dann ist er „wer“; wenn er nicht beliebt ist, dann ist er schlichtweg niemand.* Diese Abhängigkeit der Selbstachtung vom Erfolg der Persönlichkeit des Betreffenden verleiht der Popularität ihre ungeheure Bedeutung für den modernen Menschen. Von ihr hängt es nicht nur ab, ob man im praktischen Leben vorankommt, sondern auch, ob man seine Selbstachtung behaupten kann oder in einen Abgrund von Minderwertigkeitsgefühlen versinkt.

Die Bedeutungslosigkeit des Einzelnen in unserer Zeit bezieht sich nicht nur auf

die Rolle des Geschäftsmanns, des Angestellten und Arbeiters, sondern auch auf die Rolle des Kunden. Auch diesbezüglich ist es in den letzten Jahrzehnten zu einer drastischen Veränderung gekommen. Der Kunde, der in einen kleinen Laden ging, welcher einem unabhängigen Geschäftsmann gehörte, konnte sicher sein, dass man ihm persönliche Aufmerksamkeit schenkte: Was er einkaufte, war dem Kaufmann wichtig. Er wurde empfangen wie jemand, auf den er ankam, und man erkundigte sich genau nach seinen Wünschen. Sein Einkauf gab ihm ein Gefühl von Wichtigkeit und Würde und ebenso dem Kaufmann. *Was verkauft und gekauft wurde, war nicht von einem anonymen Markt bestimmt, sondern von den Fähigkeiten (Verkäufer) und Bedürfnissen (Kunden) der Menschen.* Wie anders ist das Verhältnis eines Kunden zum Kaufhaus. Hier steht er unter dem Eindruck des riesigen Gebäudes, einer Unzahl von Angestellten und der verwirrenden Fülle des Angebotes. Dies gibt ihm das Gefühl, im Vergleich zu alledem winzig und unbedeutend zu sein. Als Individuum ist er für das Kaufhaus ohne jede Bedeutung. Er ist nur wichtig als „ein“ Kunde. Das Geschäft möchte ihn nicht verlieren, weil das ein Zeichen dafür wäre, dass etwas nicht stimmt, und weil das bedeuten könnte, dass man aus dem gleichen Grund auch noch andere Kunden verlieren könnte. Als abstrakter Kunde ist er wichtig, als konkreter Kunde ist er völlig unwichtig. Niemand freut sich, wenn er das Geschäft betritt, und niemand ist an seinen Wünschen besonders interessiert. Wenn er einkauft, so ist das etwas Ähnliches, wie wenn er auf die Post geht und Briefmarken kauft. Ein Standardprodukt, ohne das er keine Briefe abschicken kann. Ebenso findet er im Kaufhaus Standardprodukte, die der Markt ihm aufzwingt und von denen er glaubt, sie zu brauchen und kaufen zu wollen. Im Grunde aber ist „er“ es, der gekauft wurde, genauso wie sich der Anbieter des Produktes im Kaufhaus verkauft hat.

Diese Situation wird durch die heutige Werbung noch augenfälliger. Das Verkaufsgespräch des altmodischen Geschäftsmanns war im Wesentlichen rational. Er wusste Bescheid über seine Ware, er kannte die Wünsche seines Kunden und versuchte auf dieser Basis ihm etwas zu verkaufen. Natürlich war auch sein Verkaufsgespräch nicht ganz objektiv, und natürlich versuchte auch er nach Kräften, den Kunden zum Kauf zu überreden. Aber er musste vernünftige Argumente vorbringen, wenn er Erfolg haben wollte. Bei einem grossen Teil der heutigen Werbung ist das anders. Sie appelliert nicht an die Vernunft, sondern an Emotionen. Wie jede Art von hypnoider Suggestion versucht sie ihre Objekte emotional zu beeindrucken, um sie zu veranlassen, den Verstand auszuschalten. Diese Art der Werbung versucht den Kunden auf alle mögliche Weise zu beeindrucken: durch die ständige Wiederholung des immer gleichen

Werbeslogans, durch das als Autorität wirkende Bild einer Dame der Gesellschaft oder eines berühmten Boxers, der eine bestimmte Zigarettenmarke raucht, oder dadurch, dass man mit dem Sex-Appeal eines hübschen Mädchens den Kunden anlockt und gleichzeitig sein kritisches Urteilsvermögen herabsetzt, oder dass man ihm mit der Drohung, er habe einen schlechten Körper-oder Mundgeruch, einen Schrecken einjagt.

Auch bedient man sich der Möglichkeit, in ihm Traumfantasien zu wecken, dass er seinem Leben eine plötzliche Wendung geben könnte, wenn er ein bestimmtes Hemd oder eine bestimmte Seife kauft. Alle diese Methoden sind ihrem Wesen nach irrational. Sie haben mit den Eigenschaften der angepriesenen Ware nichts zu tun und dämpfen oder beseitigen nur die kritischen Fähigkeiten des Kunden wie ein Opiat oder eine regelrechte Hypnose. Sie geben ihm eine gewisse Befriedigung, indem sie ihn zum Tagträumen veranlassen, genauso wie das die kitschigen, anspruchslosen Filme tun, aber gleichzeitig verstärken sie auch sein Gefühl der Kleinheit und Ohnmacht.

Meistens wird angenommen, die Menschen seien Individuen, denen es freistehe zu denken, zu fühlen und zu handeln, wie es ihnen beliebt. Es ist dies nicht nur die allgemeine Ansicht über den modernen Individualismus, jeder Einzelne ist auch der aufrichtigen Überzeugung, dass er „er“ ist und dass seine Gedanken, Gefühle und Wünsche die „seinen“ sind. Obwohl es auch unter uns eigenständige Persönlichkeiten gibt, so ist diese Meinung doch in den allermeisten Fällen eine Illusion – und eine gefährliche noch dazu – denn sie verhindert, dass wir die Bedingungen beseitigen, die an diesem Stand der Dinge schuld sind.

Pseudo-Denken

Der Pseudo-Charakter, den das Denken annehmen kann, ist besser bekannt als die gleiche Erscheinung im Bereich des Wollens und Fühlens. Wir behandeln daher am besten zuerst den Unterschied zwischen dem genuinen (echten) Denken und dem Pseudo-Denken. Nehmen wir einmal an, wir befänden uns auf einer Insel, wo Fischer und Sommergäste aus der Stadt wohnen. Wir möchten gern wissen, was wir für Wetter bekommen und fragen einen Fischer und zwei Leute aus der Stadt danach, von denen wir wissen, dass sie den Wetterbericht im Radio gehört haben. Der vom Wetter abhängige Fischer mit seiner langen Erfahrung wird nachdenken, wenn er nicht schon, bevor wir ihn gefragt haben, sich seine Meinung darüber gebildet hat. Da er weiss, was Windrichtung, Temperatur, Feuchtigkeit und so weiter als Grundlage für die Wettervoraussage bedeuten, wird er die

verschiedenen Faktoren gegeneinander abwägen und zu einem mehr oder weniger endgültigen Schluss gelangen. Vermutlich wird er sich auch an den Wetterbericht im Radio erinnern und darauf zu sprechen kommen, ob dieser seine Meinung bestätigt oder ihr widerspricht, widerspricht er ihr, so dürfte er die Gründe für seine eigene Meinung besonders sorgfältig abwägen. Aber – und darauf kommt es an – *es handelt sich um seine Meinung, um das Resultat seines Denkens, das er uns mitteilt.*

Der erste der beiden Sommergäste ist ein Mann, der, als wir ihn nach seiner Meinung fragten, sich bewusst ist, dass er vom Wetter nicht viel versteht, und der auch nicht das Gefühl hat, dass man etwas davon verstehen müsse. Er sagt: „Ich kann das nicht beurteilen. Ich weiss nur, dass der Wetterbericht im Radio so und so war.“ Der andere Mann, den wir fragen, ist ein anderer Typ. Er meint, er wisse genau über das Wetter Bescheid, obwohl er in Wirklichkeit nur wenig davon versteht. Er gehört zu denen, die meinen, sie müssten jede Frage beantworten können. Er denkt einen Augenblick nach und sagt uns dann „seine“ Ansicht, die in Wirklichkeit mit der Wettervoraussage im Radio übereinstimmt. Wir fragen ihn, wie er zu dieser Ansicht komme, und er sagt, er habe es aus der Windrichtung, Temperatur und so weiter geschlossen. Oberflächlich betrachtet verhält sich dieser Mann nicht anders als der Fischer. Analysieren wir seine Antwort jedoch genauer, dann stellt sich heraus, dass er die Radiomeldung gehört und übernommen hat. Da er jedoch das Gefühl hat, er müsse eine eigene Meinung haben, vergisst er, dass er die Meinung einer Autoritätsperson nur einfach wiederholt und ist überzeugt, dass er durch eigenes Nachdenken darauf gekommen ist. Er bildet sich ein, er habe sich aufgrund der vorhandenen Verhältnisse eine Meinung gebildet, aber wenn wir näher zusehen, stellen wir fest, dass die von ihm angeführten Gründe ihm niemals die Möglichkeit zu dieser Wetterprognose gegeben hätten, wenn er nicht schon eine vorgefasste Meinung gehabt hätte. Tatsächlich handelt es sich nur um Pseudo-Gründe, die ihm dazu dienen, den Eindruck zu erwecken, er sei durch eigenes Nachdenken zu seiner Meinung gekommen. Er macht sich die Illusion, er habe sich eine eigene Meinung gebildet, während er in Wirklichkeit nur die Meinung einer Autoritätsperson übernommen hat, ohne sich jedoch über den Vorgang selber klar zu sein. Es ist sehr gut möglich, dass er in Bezug auf das Wetter recht hatte und dass der Fischer sich irrte, aber in diesem Fall wäre nicht „seine“ Meinung die richtige, selbst wenn sich der Fischer mit „seiner eigenen Meinung“ tatsächlich geirrt hätte.

Die gleiche Erscheinung können wir beobachten, wenn wir die Leute nach ihrer Meinung über gewisse andere Themen, zum Beispiel in der Politik, fragen. Man frage einmal einen durchschnittlichen Zeitungsleser, wie er über ein bestimmtes

politisches Problem denke. Er wird uns dann einen mehr oder weniger exakten Bericht über das, was er gelesen hat, als „seine“ Meinung hinstellen und trotzdem – und das ist der springende Punkt – der Überzeugung sein, das von ihm Vorgebrachte sei das Ergebnis seines eigenen Nachdenkens. Wenn er in einer kleinen Gemeinschaft lebt, wo politische Meinungen vom Vater auf den Sohn weitergegeben werden, kann „seine eigene“ Meinung weit mehr, als er es auch nur einen Augenblick für möglich halten würde, von der immer noch vorhandenen Autorität eines strengen Vaters geprägt sein. Die Meinung eines anderen Lesers kann einer augenblicklichen Verlegenheit entspringen, der Angst, man könne ihn für schlecht informiert halten, weshalb seine „Ansicht“ im Wesentlichen Theater ist und nicht das Ergebnis einer natürlichen Kombination von Erfahrung, Wünschen und Wissen. Die gleiche Erscheinung finden wir auch bei ästhetischen Urteilen. Der durchschnittliche Museumsbesucher, der das Bild eines berühmten Malers – sagen wir Rembrandts – betrachtet, sagt, das sei ein wunderschönes, eindrucksvolles Bild. Wenn wir sein Urteil analysieren, finden wir, dass er innerlich nicht besonders darauf anspricht, sondern dass er es nur deshalb für schön hält, weil er weiss, dass man es von ihm erwartet. Das gleiche gilt für das Urteil der Leute über Musik und auch für den Akt der Wahrnehmung selbst. Wenn die Leute irgendeine Sehenswürdigkeit betrachten, dann kommt es häufig vor, dass sie in Wirklichkeit nur die Reproduktion davon im Sinn haben, die sie unzählige Male zum Beispiel auf Postkarten gesehen haben, und während sie glauben, „sie“ sähen die Sehenswürdigkeit, haben sie in Wirklichkeit nur diese Abbildungen davon vor Augen. Oder wenn sie Zeuge eines Unfalls werden, dann sehen und hören sie die Situation so, wie die Zeitung vermutlich darüber berichten wird. *Tatsächlich ist es doch so, dass für viele Leute ein Erlebnis, das sie hatten, eine künstlerische Darbietung oder eine politische Versammlung, erst dann „wirklich“ wird, wenn sie darüber in der Zeitung gelesen oder etwas davon im Fernsehen gesehen haben.*

Die Unterdrückung *kritischen Denkens* beginnt meist schon frühzeitig. So erkennt vielleicht bereits ein fünfjähriges Mädchen die Unaufrichtigkeit seiner Mutter entweder auf subtile Art daran, dass diese zwar immerzu von Liebe und Freundlichkeit spricht, aber tatsächlich kalt und egoistisch ist, oder auf gröbere Weise, wenn es merkt, dass die Mutter mit einem anderen Mann ein Verhältnis hat, während sie ständig ihre hohen moralischen Grundsätze betont. Das Kind fühlt die Diskrepanz. Sein Gefühl für Gerechtigkeit und Wahrheit ist verletzt. Weil es aber von der Mutter abhängig ist, die keinerlei Kritik erlauben würde, und weil es vielleicht einen schwachen Vater hat, auf den es sich nicht verlassen kann, ist es gezwungen, seine kritische Einsicht zu verdrängen. Schon sehr bald wird es die

Unaufrichtigkeit und Untreue der Mutter nicht mehr bemerken. Es wird die Fähigkeit zum kritischen Denken verlieren, denn sie beizubehalten wäre ebenso hoffnungslos wie gefährlich. Ausserdem steht es unter dem Eindruck, es werde von ihm erwartet, dass es glaubt, dass seine Mutter aufrichtig ist und sich anständig verhält und dass seine Eltern glücklich verheiratet sind, und es wird sich diese Vorstellung bereitwillig zu eigen machen.

Bei allen diesen Beispielen geht es darum, ob der Gedanke das Ergebnis eigenen Denkens, das heisst eigenen Tätigseins ist. Es geht nicht darum, ob die Inhalte des Denkens richtig sind. Wie wir bereits bei der Wetterprognose des Fischers andeuteten, kann seine Ansicht, die auf eigenem Denken beruht, falsch und die des Mannes, der nur wiederholt, was ein anderer für ihn gedacht hat, richtig sein. Das Pseudo-Denken kann auch völlig logisch und rational sein. Sein Pseudo-Charakter äussert sich nicht unbedingt darin, dass es unlogisch ist. Man kann das an Rationalisierungen (Rechtfertigungen) studieren, die sich bemühen, eine Handlung oder ein Gefühl mit rationalen und realistischen Beweggründen zu erklären, obwohl sie in Wirklichkeit von irrationalen und subjektiven Faktoren determiniert waren. Die Rationalisierung kann zwar auch im Widerspruch zu den Tatsachen oder zu den Regeln logischen Denkens stehen, häufig aber wird sie selbst logisch und rational sein. Ihre Irrationalität liegt dann darin, dass sie nicht das wirkliche Motiv für die Handlung darstellt, deren Ursache sie angeblich war.

Ein Beispiel für eine „rationale“ Rationalisierung ist es, wenn A, der sich in wirtschaftlicher Not befindet, seinen Verwandten B bittet, ihm etwas Geld zu leihen. B lehnt ab mit der Begründung, wenn er A Geld leihe, werde er nur dessen Leichtsinn Vorschub leisten und seine Neigung unterstützen, sich immer nur auf andere zu verlassen. Das mag durchaus stimmen, aber es ist trotzdem eine Rationalisierung, weil B das Geld A auf keinen Fall leihen wollte, und auch wenn er selbst glaubt, er sei um das Wohl von A besorgt, handelt er doch tatsächlich aus Geiz. Es lässt sich daher nicht feststellen, ob wir es mit einer Rationalisierung zu tun haben, wenn wir lediglich untersuchen, ob eine Behauptung logisch ist, wir müssen auch die psychologischen Motivationen mit berücksichtigen, die in einem Menschen am Werk sind. Das Entscheidende ist nicht, *was* der Betreffende denkt, sondern *wie* er denkt. Ein dem eigenen aktiven Denken entsprungener Gedanke ist stets neu und originell, originell nicht unbedingt in dem Sinn, dass ihn nicht andere schon zuvor gedacht hätten, jedoch stets in dem Sinn, dass derjenige, der denkt, sein Denken als Werkzeug benutzt, um etwas Neues in der Aussenwelt oder in sich selbst zu entdecken. Den Rationalisierungen fehlt ihrem ganzen Wesen nach dieses Entdecken und Enthüllen, sie bestätigen lediglich unsere emotionalen

Vorurteile. Die Rationalisierungen sind kein geeignetes Mittel, zur Wirklichkeit vorzustossen, sondern nur *post factum* ein Versuch, die eigenen Wünsche mit der vorhandenen Wirklichkeit in Einklang zu bringen.

Pseudo-Fühlen

Man muss beim Fühlen genau wie beim Denken zwischen einem echten Gefühl, das aus uns selbst kommt, und einem Pseudo-Gefühl unterscheiden, das in Wirklichkeit nicht unser eigenes ist, auch wenn wir es dafür halten. Wählen wir ein Beispiel aus dem täglichen Leben, das für den Pseudo-Charakter unserer Gefühle im Verkehr mit anderen typisch ist: Wir beobachten einen Mann auf einer Abendgesellschaft. Er ist heiter, er lacht, er führt freundschaftliche Gespräche und scheint alles in allem recht glücklich und zufrieden zu sein. Beim Abschied lächelt er freundlich und sagt, wie gut es ihm gefallen habe. Die Tür fällt hinter ihm ins Schloss – und in diesem Augenblick bemerken wir, wenn wir ihn genau beobachten, dass sein Gesichtsausdruck sich plötzlich verändert. Das Lächeln ist verschwunden, was natürlich zu erwarten war, da er ja jetzt allein ist und nichts und niemand ihn mehr zum Lächeln veranlasst. Aber die Veränderung, von der ich spreche, beschränkt sich nicht darauf, dass er nicht mehr lächelt. Ein Ausdruck tiefer Traurigkeit, ja fast Verzweiflung steht auf seinem Gesicht. Dieser Ausdruck dauert vermutlich nur ein paar Sekunden, dann nimmt das Gesicht wieder den üblichen maskenhaften Ausdruck an. Der Mann steigt in seinen Wagen und denkt über den Abend nach. Er fragt sich, ob er einen guten Eindruck gemacht hat, und hat das Gefühl, dass es der Fall war. Aber war „er“ wirklich den ganzen Abend lang glücklich und vergnügt? War der flüchtige Ausdruck von Traurigkeit und Verzweiflung, den wir auf seinem Gesicht beobachteten, nur eine momentane Reaktion ohne grössere Bedeutung? Diese Frage ist kaum zu beantworten, wenn wir nicht mehr über ihn wissen. Aber es gibt einen Schlüssel zum Verständnis der Bedeutung seiner Heiterkeit.

Er träumt nämlich in jener Nacht, er sei wieder im Krieg bei der A.E.F. (Amerikanische Streitkräfte in Übersee). Er hat den Befehl erhalten, sich durch die feindlichen Linien hindurch ins Stabsquartier des Gegners einzuschleichen. Er zieht eine Offiziersuniform an – offenbar eine deutsche – und findet sich plötzlich mitten in einer Gruppe deutscher Offiziere. Er ist überrascht, dass es im Stabsquartier so behaglich ist und dass alle so nett zu ihm sind, aber dabei bekommt er immer grössere Angst, sie könnten merken, dass er ein Spion ist. Da kommt auch schon ein jüngerer Offizier, der ihm besonders sympathisch ist, auf ihn zu und sagt: „Ich weiss, wer Sie sind. Es gibt für Sie nur eine Möglichkeit, hier

wieder rauszukommen. Erzählen Sie Witze! Lachen Sie und bringen Sie sie zum Lachen, damit sie so abgelenkt werden, dass sie Ihnen selbst keine Aufmerksamkeit mehr schenken.“ Er ist für diesen guten Rat dankbar und fängt an, Witze zu erzählen und laut zu lachen. Aber er übertreibt es schliesslich so sehr, dass die anderen Verdacht schöpfen. Je argwöhnischer sie werden, umso krampfhafter werden seine Witze. Schliesslich erfüllt ihn eine so furchtbare Angst, dass er nicht länger zu bleiben vermag. Er springt plötzlich vom Stuhl auf, und alle laufen hinter ihm her. Dann ändert sich die Szene, und er sitzt in einer Strassenbahn, die genau vor seinem Haus hält. Er ist in Zivil und fühlt sich erleichtert bei dem Gedanken, dass der Krieg vorüber ist.

Nehmen wir an, wir hätten die Möglichkeit, ihn am nächsten Tag zu fragen, was ihm im Zusammenhang mit den einzelnen Traumelementen einfällt. Wir wollen hier nur einige Assoziationen festhalten, die uns für das Verständnis des Hauptproblems, für das wir uns interessieren, besonders signifikant erscheinen. Die deutsche Uniform erinnert ihn daran, dass auf der Party am vergangenen Abend ein Gast war, der mit einem starken deutschen Akzent sprach. Es fällt ihm ein, dass er sich über diesen Mann geärgert hat, weil dieser Mann ihn kaum beachtete, obwohl er (der Träumer) sich doch bemühte, einen besonders guten Eindruck auf ihn zu machen. Während er sich das durch den Kopf gehen lässt, erinnert er sich, dass der Mann mit dem deutschen Akzent sich tatsächlich über ihn lustig gemacht und über eine seiner Äusserungen unverschämt gelächelt hatte. Zu dem behaglichen Raum, in dem sich das Stabsquartier befand, fällt ihm ein, dass er dem Zimmer ähnlich sah, in dem er letzte Nacht bei der Party gesessen hat, dass aber die Fenster aussahen wie die in dem Saal, in dem er früher einmal durch ein Examen gefallen war. Er wundert sich über diese Assoziation, aber es fällt ihm ein, dass er sich, bevor er zu der Party ging, Gedanken darüber gemacht hatte, ob er dort auch einen guten Eindruck machen würde; denn erstens war unter den Gästen der Bruder eines jungen Mädchens, für das er sich interessierte, und ausserdem hatte der Gastgeber einen erheblichen Einfluss auf einen seiner Vorgesetzten, der ihm für sein berufliches Vorankommen äusserst wichtig war. Zu diesem Vorgesetzten bemerkt er, er sei ihm sehr unsympathisch, und er fühlte sich gedemütigt, weil er ihm ein freundliches Gesicht zeigen müsse, und auch der Gastgeber sei ihm irgendwie unsympathisch gewesen, wenn er sich das auch nicht klargemacht hätte. Weiter assoziiert er, dass er eine komische Geschichte über einen Mann mit einer Glatze erzählt habe und ihm hinterher eingefallen sei, er könnte damit am Ende seinen Gastgeber gekränkt haben, weil dieser zufällig ebenfalls fast kahl sei. Mit dem Strassenbahnwagen kann er zunächst nichts

anfangen, bis ihm einfällt, dass er ihn an den Strassenbahnwagen erinnert, in dem er als Junge zur Schule gefahren ist. Dann fällt ihm noch ein, dass er im Traum plötzlich selbst der Fahrer war und sich darüber wunderte, dass eine Strassenbahn fast genauso zu lenken war wie ein Auto. Offensichtlich vertrat der Strassenbahnwagen im Traum die Stelle seines Autos, mit dem er nach Hause gefahren war, und diese Heimfahrt erinnerte ihn an seinen Heimweg von der Schule.

Für jemand, der mit der Deutung von Träumen vertraut ist, werden die Verwicklungen dieses Traumes und die ihn begleitenden Assoziationen inzwischen klar sein, wengleich ich die Assoziationen nur zum Teil erwähnt und praktisch nichts über die Persönlichkeitsstruktur dieses Mannes und über seine frühere und gegenwärtige Situation mitgeteilt habe. Der Traum enthüllt seine wahren Gefühle auf der Party. Er war ängstlich darauf bedacht, einen guten Eindruck zu machen, und hatte sich über einige Leute geärgert, bei denen er das Gefühl hatte, dass sie sich über ihn lustig machten und ihn nicht gebührend achteten. Der Traum zeigt, dass seine Heiterkeit ihm nur dazu diente, Angst und Ärger zu verbergen und gleichzeitig die für sich einzunehmen, über die er sich ärgerte. Die Heiterkeit war nichts als eine Maske. Sie kam ihm nicht von Herzen, sondern sie verdeckte nur, was „er“ wirklich fühlte, nämlich Angst und Ärger. Das verunsicherte ihn so, dass er das Gefühl hatte, er wäre ein Spion in einem feindlichen Lager, der jeden Augenblick entlarvt werden konnte. Der flüchtige Ausdruck von Traurigkeit und Verzweiflung, den wir bei ihm beobachten konnten, als er das Haus verliess, wird hiermit bestätigt und ist damit zu erklären, dass sein Gesicht in diesem Augenblick das ausdrückte, was „er“ wirklich fühlte, obwohl „er“ sich dieses Gefühls nicht bewusst war. Der Traum gibt das Gefühl auf dramatische Weise deutlich wieder, wenn er sich auch nicht unverhüllt auf die Menschen bezieht, auf die sich seine Gefühle richteten. Dieser Mann ist weder ein Neurotiker, noch stand er unter Hypnose. Es handelt sich bei ihm um einen ziemlich normalen Zeitgenossen, der von der üblichen Angst und dem üblichen Anerkennungsbedürfnis des heutigen Menschen erfüllt ist. Er ist sich nicht bewusst, dass seine Fröhlichkeit nicht *seine* Fröhlichkeit ist, weil er so daran gewöhnt ist, in jeder Situation das zu empfinden, was man gerade von ihm erwartet, dass es eher eine Ausnahme als die Regel wäre, wenn ihm etwas als „merkwürdig“ auffallen würde.

Pseudo-Wollen

Was für das Denken und Fühlen gilt, das gilt auch für das Wollen. Die meisten Menschen sind überzeugt, dass ihre Entschlüsse die ihren sind und dass es sich um

ihr eigenes Wollen handelt, wenn sie etwas wollen, solange sie nicht von einer äusseren Macht offen zu etwas gezwungen werden. Aber das gehört zu den grossen Illusionen, die wir uns über uns selber machen.

Sehr viele unserer Entschlüsse sind nicht wirklich *unsere* Entscheidungen, sondern sie werden uns von aussen suggeriert. Wir bringen es fertig, uns einzureden, es handele sich um unsere eigenen Entscheidungen, aber in Wirklichkeit verhalten wir uns so, wie es die anderen von uns erwarten, und das tun wir aus Angst vor der Isolierung und weil wir unser Leben, unsere Freiheit und unsere Behaglichkeit unmittelbar bedroht fühlen.

Wenn man ein Kind fragt, ob es gerne jeden Tag in die Schule geht, und die Antwort lautet: „Aber natürlich“, dann ist es zweifelhaft, ob die Antwort stimmt. In vielen Fällen stimmt sie sicher nicht. Möglicherweise geht das Kind häufig ganz gern in die Schule, aber oft würde es lieber spielen oder etwas anderes tun. Wenn es das Gefühl hat, „ich möchte jeden Tag gern in die Schule gehen“, besteht die Möglichkeit, dass es seine Abneigung gegen den regelmässigen Schulbesuch verdrängt hat. Es hat das Gefühl, man erwartet von ihm, dass es täglich gerne in die Schule geht; dieser Druck ist stark genug, das Gefühl zum Verschwinden zu bringen, es gehe oft nur deshalb, weil es muss. Vielleicht wäre es glücklicher, wenn es sich darüber im Klaren sein könnte, dass es manchmal gern geht und manchmal nur geht, weil es muss. Der Druck des Pflichtgefühls ist aber so gross, dass es das Gefühl bekommt, „es“ wolle das, was man von ihm erwartet.

Man nimmt allgemein an, dass die meisten Menschen freiwillig heiraten. Sicher gibt es Fälle, wo Menschen bewusst aus Pflichtgefühl oder aus einer Verpflichtung heraus eine Ehe eingehen. Es gibt auch Fälle, wo ein Mann heiratet, weil „er“ es wirklich will. Aber es gibt auch nicht wenige Fälle, wo ein Mann (oder natürlich auch eine Frau) bewusst glaubt, er *wolle* eine bestimmte Person heiraten, während er tatsächlich in eine Reihe von Ereignissen hineingeraten ist, die zur Heirat hinführen und die ihm jede Rückzugsmöglichkeit versperren. In den Monaten vor der Hochzeit ist er fest davon überzeugt, dass „er“ heiraten möchte, und der erste, ziemlich späte Hinweis darauf, dass er es vielleicht doch lieber nicht täte, ist die Tatsache, dass er am Hochzeitstag plötzlich in Panik gerät und den Impuls fühlt wegzulaufen. Wenn er „vernünftig“ ist, dauert dieses Gefühl nur wenige Minuten, und er beantwortet die Frage, ob er die Absicht habe, die Ehe einzugehen, fest überzeugt mit „Ja!“. Wir können noch viele Beispiele aus dem täglichen Leben anführen, wo Menschen scheinbar ihre Entscheidungen treffen und etwas Bestimmtes wollen, in Wirklichkeit aber einem inneren oder äusseren Druck

nachgeben, wonach sie das zu wollen haben, was sie dann auch tun. Wenn man sieht, wie die Menschen ihre Entscheidungen treffen, ist man geradezu verblüfft darüber, wie häufig sie irrtümlicherweise einen eigenen Entschluss zu fassen glauben, während sie sich in Wirklichkeit nur an die Konvention halten oder aus Pflichtgefühl oder ganz einfach unter einem Druck handeln. Es sieht fast so aus, als sei ein „ureigener“ Entschluss ein verhältnismässig seltenes Phänomen in einer Gesellschaft, die doch angeblich die individuelle Entscheidungsfreiheit zum Eckstein ihrer Existenz gemacht hat.

Pseudo-Wunsch

Jede Verdrängung löscht einen Teil unseres wirklichen Selbst aus und zwingt uns, das von uns verdrängte Gefühl oder Bedürfnis durch ein Pseudo-Gefühl bzw. durch einen Pseudo-Wunsch zu ersetzen. Bei dem Fall, den ich hier vorstellen möchte, handelt es sich um einen zweiundzwanzigjährigen Medizinstudenten. Er interessiert sich für seine Arbeit und kommt mit seinen Mitmenschen recht gut aus. Er ist nicht besonders unglücklich, wenn er auch oft etwas müde ist und keine recht Lust am Leben hat. Er macht eine Analyse nur, weil er Psychiater werden möchte, und er klagt lediglich über eine gewisse Blockierung bei seinen medizinischen Studien. Er könne sich häufig nicht an Dinge erinnern, die er gerade erst gelesen habe, und werde bei den Vorlesungen ungewöhnlich schnell müde, auch schneide er bei den Prüfungen schlecht ab. Das Ganze sei ihm ein Rätsel, weil er sonst ein viel besseres Gedächtnis besitze. Er bezweifelt nicht, dass er Medizin studieren möchte, doch kommen ihm oft starke Zweifel, ob er auch die nötige Begabung dazu besitzt.

Nach einigen Wochen Analyse erzählt er einen Traum, bei dem er im obersten Geschoss eines von ihm selbst erbauten Hochhauses steht und mit einem leichten Triumphgefühl auf die anderen Gebäude hinabblickt. Plötzlich bricht das Hochhaus zusammen, und er wird unter den Trümmern begraben. Er merkt, dass man versucht, ihn auszugraben und hört jemanden sagen, er sei schwer verletzt, und der Arzt werde gleich kommen. Aber er hat das Gefühl, endlos lange auf den Arzt warten zu müssen. Als dieser endlich eintrifft, stellt er fest, dass er seine Instrumente vergessen hat und ihm deshalb nicht helfen kann. Da wird er auf den Arzt wütend, steht plötzlich auf und merkt, dass er ja überhaupt nicht verletzt ist. Er verhöhnt den Arzt, und in diesem Augenblick wacht er auf.

Er hat zu diesem Traum zwar nur wenige, aber dafür umso bedeutsamere Assoziationen. Zu dem von ihm gebauten Hochhaus bemerkt er beiläufig, er habe sich schon immer für Architektur interessiert. Als Kind sei es viele Jahre lang

seine Lieblingsbeschäftigung gewesen, mit Bauklötzchen zu spielen, und mit siebzehn Jahren habe er Architekt werden wollen. Als er mit seinem Vater darüber gesprochen habe, habe dieser freundlich gesagt, es stünde ihm natürlich frei, seinen Beruf selbst zu wählen, doch er (der Vater) sei sicher, dass das nur ein Relikt aus der Kindheit mit ihren Wunschvorstellungen sei und dass er bestimmt in Wirklichkeit lieber Medizin studieren wolle. Der junge Mann dachte, der Vater habe wohl recht, und sprach nie mehr mit ihm darüber, sondern begann ganz selbstverständlich das Medizinstudium. Seine Assoziationen zu dem Arzt, der zu spät kam und seine Instrumente vergessen hatte, waren ziemlich unbestimmt und dürftig. Aber während er noch über diesen Teil des Traumes sprach, fiel ihm plötzlich ein, dass der Termin für seine Analyse geändert worden war und dass er zwar keine Einwände dagegen gemacht hatte, aber recht ärgerlich darüber gewesen war. Während er jetzt darüber spricht, kommt dieser Ärger wieder in ihm hoch. Er beschuldigt den Analytiker, er mache mit ihm, was er wolle, und sagt schliesslich: „Na ja, ich kann ja sowieso nicht tun, was ich will.“ Er ist selbst über seinen Zorn und über diese Äusserung ganz erstaunt, denn bisher hatte er nichts gegen den Analytiker und gegen die analytische Arbeit mit ihm einzuwenden. Einige Zeit danach hatte er einen anderen Traum, von dem er aber nur einen kleinen Teil behalten hatte: Sein Vater ist bei einem Autounfall verletzt worden. Er selbst ist Arzt und soll den Vater versorgen. Als er ihn aber untersuchen will, ist er völlig gelähmt und kann nichts tun. Er ist entsetzt und wacht auf.

Bei seinen Assoziationen erwähnt er widerstrebend, in den letzten Jahren sei ihm immer wieder der Gedanke gekommen, der Vater könne plötzlich sterben, und dieser Gedanke habe ihn erschreckt. Manchmal habe er sogar an das Erbe gedacht, das er ihm hinterlassen würde, und daran, was er damit anfangen würde. Er war jedoch mit diesen Fantasien nicht sehr weit gekommen und hatte sie jedes Mal unterdrückt, wenn sie auftauchen wollten. Beim Vergleich dieses Traumes mit dem zuvor erwähnten fällt ihm auf, dass der Arzt in beiden Fällen nicht in der Lage war, wirksame Hilfe zu leisten. Er merkt deutlicher als je zuvor, dass er niemals ein guter Arzt werden wird. Als er darauf hingewiesen wird, dass er im ersten Traum einen ausgesprochenen Zorn und Hohn über den unfähigen Arzt empfunden hat, fällt ihm ein, dass jedes Mal, wenn er von einem Arzt gehört oder gelesen habe, der unfähig war, seinen Patienten zu helfen, ein Gefühl des Triumphs in ihm aufgestiegen sei, das er sich aber damals nicht klargemacht habe. Im weiteren Verlauf der Analyse kommt noch weiteres verdrängtes Material zutage. Zu seinem Erstaunen entdeckt er ein starkes Gefühl des Zorns auf seinen Vater und kommt ausserdem dahinter, dass das Gefühl, als Arzt nichts zu taugen, nur Teil eines

allgemeinen Gefühls der Ohnmacht ist, das sein ganzes Leben durchdringt. Obgleich er an der Oberfläche seines Bewusstseins glaubte, sein Leben nach eigenen Plänen gestaltet zu haben, fühlt er jetzt, dass er in einer tieferen Schicht von einem Gefühl der Resignation beherrscht war. Er merkt, dass er überzeugt war, nicht tun zu können, was er wollte, sondern dass er sich so verhalten musste, wie man es von ihm erwartete. Es wird ihm immer klarer, dass er im Grunde nie Arzt werden wollte und dass das, was ihm wie mangelnde Begabung vorkam, nichts anderes als ein Ausdruck seines passiven Widerstandes war.

Dieser Fall ist ein typisches Beispiel dafür, dass jemand seine persönlichen Wünsche verdrängt und sich das, was andere von ihm erwarten, so zu eigen macht, dass er sich einbildet, er wolle es selbst. Man könnte auch sagen, dass an die Stelle des ursprünglichen Wunsches der Pseudo-Wunsch tritt.

Pseudo-Selbst

Freilich kann jemand auch viele Rollen spielen und subjektiv überzeugt sein, in jeder dieser Rollen „er“ zu sein. Tatsächlich aber ist er in allen diesen Rollen das, wovon er glaubt, dass man es von ihm erwartet, und bei vielen Menschen, wenn nicht gar bei den meisten, wird das ursprüngliche Selbst vom Pseudo-Selbst völlig erstickt.

Manchmal kommt in einem Traum, in Fantasien oder wenn der Betreffende betrunken ist, etwas von dem ursprünglichen Selbst zum Vorschein – Gefühle und Gedanken, die er jahrelang nicht mehr gehabt hat. Oft handelt es sich um schlimme Dinge, die er verdrängte, weil er Angst davor hatte oder sich ihrer schämte. Manchmal handelt es sich aber auch um das Beste in ihm, das er verdrängt hat, aus Angst, man würde ihn auslachen, nicht verstehen oder angreifen.

In welcher Beziehung steht der gegenwärtige Mensch zu sich selbst? Ich habe die Beziehung als *Marketing-Orientierung* bezeichnet. Bei dieser Orientierung erlebt sich der Mensch als ein Ding, das auf dem Markt erfolgreich eingesetzt wird. Er erlebt sich nicht als tätiger Urheber, als Träger menschlicher Kräfte. Er ist diesen Kräften entfremdet. Sein Ziel ist es, sich gewinnbringend auf dem Markt zu verkaufen. Sein Selbstgefühl beruht nicht auf seiner Tätigkeit als liebender und denkender Einzelmensch, sondern auf seiner sozio-ökonomischen Rolle. Wenn Dinge sprechen könnten, so würde eine Schreibmaschine auf die Frage „Wer bist Du?“ antworten: „Ich bin eine Schreibmaschine.“ Ein Auto würde antworten: „Ich bin

ein Ford.“ Fragte man einen Menschen: „Wer bist Du?“, dann antwortet er: „Ich bin Fabrikant“, „Ich bin Büroangestellter“, „Ich bin Arzt“ oder „Ich bin ein verheirateter Mann“, „Ich bin Vater von zwei Kindern“, und seine Antwort hat ziemlich die gleiche Bedeutung, wie es die eines entsprechenden Dinges haben würde. Es ist dies die Art, wie man sich erlebt, nicht als einen Menschen mit seiner Liebe, seiner Angst, seinen Überzeugungen und Zweifeln, sondern als eine der realen Natur entfremdeten Abstraktion, die im Gesellschaftssystem eine bestimmte Funktion erfüllt.

Des Menschen Wertgefühl hängt von seinem Erfolg ab, ob er sich gewinnbringend verkaufen kann, ob er mehr aus sich zu machen weiss als er zu Anfang seiner Laufbahn war – kurz, ob er „ein Erfolg ist“. Sein Körper, sein Geist und seine Seele sind sein Kapital, und seine Lebensaufgabe besteht darin, dieses vorteilhaft zu investieren, einen Profit aus sich zu ziehen. Menschliche Eigenschaften wie Freundlichkeit, Höflichkeit, Güte oder Talent werden zu Gebrauchswaren, zu Aktivposten des „Persönlichkeitspakets“, die zu einem höheren Preis auf dem Personalmarkt verhelfen. Gelingt es jemandem nicht, sich gewinnbringend zu investieren, so hat er das Gefühl, dass *er* ein Versager ist; ist er erfolgreich, so ist es *sein* Erfolg. Natürlich hängt auf diese Weise seine eigene Wertschätzung stets von Faktoren ausserhalb seiner selbst ab, vom launenhaften Urteil des Marktes, der über seinen Wert genauso entscheidet wie über den Wert von Gebrauchswaren. Wie alle Waren, die auf dem Markt nicht vorteilhaft zu verkaufen sind, ist dann auch er – in Bezug auf seinen Tauschwert – wertlos, selbst dann, wenn sein Gebrauchswert beträchtlich sein mag.

Die zum Verkauf stehende Persönlichkeit muss einen erheblichen Teil ihres Gefühls der eigenen Würde einbüssen, das selbst in den primitivsten Kulturen für den Menschen so charakteristisch ist. Ein solcher sich selbst entfremdeter Mensch muss fast sein ganzes Selbst-Gefühl, das Gefühl, ein einzigartiges und nicht wiederholbares Wesen zu sein, verlieren. Das Selbst-Gefühl entstammt der Erfahrung von mir selbst als dem Subjekt *meiner* Erfahrungen, *meiner* Gedanken, *meiner* Gefühle, *meiner* Entscheidungen, *meines* Urteilens und *meines* Handelns. Es hat zur Voraussetzung, dass meine Erfahrung wirklich meine eigene und kein entfremdetes Ergebnis ist. Die *Dinge* besitzen kein Selbst, und Menschen, die zu Dingen geworden sind, können kein Selbst besitzen. Der heutige Mensch hat sich von äusseren Fesseln befreit, die ihn daran hindern könnten, das zu tun und zu denken, was er für richtig hält. Er möchte die Freiheit haben, nach seinem eigenen Willen zu handeln, wenn er nur wüsste, was er will, denkt und fühlt. Aber eben das weiss er nicht. Er richtet sich dabei nach anonymen Autoritäten, nach fremden

Meinungen und nimmt ein Selbst an, das nicht das seine ist. Je mehr er das tut, umso ohnmächtiger fühlt er sich, umso mehr sieht er sich gezwungen, sich anzupassen. Trotz allem dick aufgetragenen Optimismus und trotz aller äusserlichen Initiative ist der heutige Mensch vom Gefühl einer tiefen Ohnmacht erfüllt.

6. „Der heutige Mensch ist vom Gefühl einer tiefen Ohnmacht erfüllt.“

Nie zuvor ist der Mensch so Meister der materiellen Welt gewesen. Andererseits aber weist der gegenwärtige Mensch gerade schroff entgegengesetzte Charakterzüge auf. Er produziert eine Welt der grossartigsten und wunderbarsten Dinge, aber diese seine eigenen Geschöpfe stehen ihm fremd und drohend gegenüber, sind sie geschaffen, so fühlt er sich nicht mehr als ihr Herr, sondern als ihr Diener. Die ganze materielle Welt wird zum Monstrum einer Riesenmaschine, die ihm Richtung und Tempo seines Lebens vorschreibt. Aus dem Werk seiner Hände, bestimmt, ihm zu dienen und ihn zu beglücken, wird eine ihm entfremdete Welt, der er demütig und ohnmächtig gehorcht.

Ohnmacht etwas zu bewirken und zu verändern

In den neurotischen Fällen wird der Inhalt des Ohnmachtsgefühls etwa folgendermassen beschrieben: *Ich kann nichts beeinflussen, nichts in Bewegung setzen, durch meinen Willen nicht erreichen, dass irgendetwas in der Aussenwelt oder in mir selbst sich ändert, ich werde nicht ernstgenommen, bin für andere Menschen Luft.* Die Objekte, auf die sich das Ohnmachtsgefühl bezieht, sind sehr mannigfaltig. Zunächst und in erster Linie bezieht es sich auf Menschen. Es besteht die Überzeugung, dass man andere Menschen in keiner Weise beeinflussen könne; man kann sie weder kontrollieren noch von ihnen erreichen, dass sie das tun, was man will. Solche Charaktere sind häufig sehr erstaunt, wenn sie hören, dass ein anderer über sie in ernsthafter Weise gesprochen oder gar sich auf sie oder eine Meinung von ihnen bezogen hat. Ihre realen Fähigkeiten haben damit nichts zu tun. Ein Analysand, der auf seinem wissenschaftlichen Gebiet ausserordentliches Ansehen genoss und vielfach zitiert wurde, war jedes Mal von neuem überrascht, dass ihn überhaupt jemand ernst nahm und dem, was er sagte, irgendwelche Bedeutung zumass. Auch die lange Erfahrung, dass dies tatsächlich so war, hatte an dieser Einstellung kaum etwas geändert. Solche Menschen glauben auch nicht, dass sie irgendjemanden kränken können, sie sind gerade deshalb häufig in ungewöhnlichem Masse zu aggressiven Äusserungen imstande und völlig davon überrascht, dass ein anderer

beleidigt ist. Wenn man dieser Überraschung nachgeht, so stellt sich als Grund dafür eben die tiefe Überzeugung heraus, sie könnten überhaupt nicht ernst genommen werden.

Diese Menschen glauben nicht daran, sie vermöchten irgendetwas dazu zu tun, dass jemand sie liebt oder gern hat. Sie machen auch gar keine Anstrengung, aus sich herauszugehen, sich in aktiver Weise so zu verhalten, wie es nötig wäre, um Liebe und Sympathie anderer zu gewinnen. Wenn dies dann natürlich ausbleibt, so ziehen sie die Folgerung, dass sie niemand liebt, und sehen nicht, dass hier eine optische Täuschung vorliegt. Während sie meinen, dass infolge irgendwelcher Mängel oder unglücklicher Umstände sich keiner findet, der sie liebt, ist es in Wirklichkeit ihre Unfähigkeit zu irgendeiner Anstrengung, die Liebe anderer zu gewinnen, die an der Wurzel des von ihnen beklagten Zustandes liegt. Da sie nicht glauben, dass sie irgendetwas dazu tun können, um geliebt zu werden, konzentriert sich alle ihre Aufmerksamkeit auf die in ihnen einmal vorhandenen Qualitäten, wie sie sie von Geburt mitbekommen haben. Sie sind ständig von dem Gedanken erfüllt, ob sie klug, schön, gut genug wären, um andere anzuziehen. Die Frage lautet immer: „Bin ich klug, schön usw., oder bin ich es nicht?“ Das müsse man herausfinden, denn die Möglichkeit, sich aktiv zu verändern und die anderen zu beeinflussen, gibt es für sie nicht. Das Resultat ist dann gewöhnlich ein tiefes Minderwertigkeitsgefühl, dass man eben die Qualitäten nicht hat, die nötig wären, um Liebe und Sympathie zu finden. Soweit es sich um den Wunsch nach Anerkennung und Wertschätzung handelt, ist es nicht anders. Solche Menschen denken zwangsmässig darüber nach, ob sie so begabt wären, um die Bewunderung aller anderen hervorzurufen. Ihr Ohnmachtsgefühl hindert sie aber daran, Anstrengungen zu machen, zu arbeiten, zu lernen, etwas zu produzieren, was die anderen wirklich anerkennen oder bewundern. Ein Selbstgefühl, das zwischen Grössenideen und dem Gefühl der absoluten Wertlosigkeit schwankt, ist gewöhnlich das Resultat.

Unfähigkeit sich zu verteidigen

Eine andere wichtige Frage des Ohnmachtsgefühls vor Menschen ist die *Unfähigkeit, sich gegen Angriffe zu verteidigen*. Das kann sich auf körperliche Angriffe beziehen, und die Folge ist dann ein mehr oder weniger ausgeprägtes Gefühl der körperlichen Hilflosigkeit. Dies führt häufig dazu, dass Menschen von den in ihnen vorhandenen körperlichen Kräften im Falle der Gefahr keinerlei Gebrauch machen können, dass sie wie gelähmt sind und gar nicht auf den Gedanken kommen, sich auch nur wehren zu können.

In der Praxis sehr viel wichtiger als die Unfähigkeit zur Verteidigung gegen körperliche Bedrohung ist die Verteidigungsunfähigkeit gegen alle anderen Arten von Angriffen. Man findet in diesen Fällen, dass Menschen jede gegen sie gerichtete Kritik, ungerechtfertigte wie gerechtfertigte, einfach hinnehmen und nicht imstande sind, Gegenargumente vorzubringen. Manchmal wissen sie, dass die Kritik ungerechtfertigt ist und können nur zu ihrer Verteidigung nichts äussern. In extremen Fällen geht aber die Hilflosigkeit so weit, dass sie auch nicht mehr imstande sind zu fühlen, dass sie ungerechtfertigt kritisiert werden, und jede Kritik oder jeden Vorwurf als berechtigt innerlich akzeptieren. Die gleiche Verteidigungsunfähigkeit bezieht sich häufig auch auf alle Arten von Beleidigungen und Demütigungen. Auch hier schwankt das Verhalten zwischen einer Unfähigkeit, auf die Beleidigung entsprechend zu antworten, und einem willigen Hinnehmen in der Überzeugung, der andere habe Recht und Grund, sie zu demütigen. Oft geht es so, dass erst nach Stunden oder Tagen die Tatsache des unberechtigten Vorwurfs oder der Unverschämtheit einer Beleidigung ins Bewusstsein kommt. Dann fallen häufig den Betreffenden alle Argumente ein, die sie zur Entkräftung des Vorwurf hätten gebrauchen, oder alle Grobheiten, die sie auf die Beleidigung hin hätten äussern können. Sie führen sich die Situation wieder und wieder vor Augen, fantasieren bis in alle Details, wie sie es hätten machen sollen, steigern sich in eine Wut, die sich manchmal mehr gegen den anderen, manchmal mehr gegen sie selbst richtet, um doch bei der nächsten Gelegenheit wieder genauso gelähmt und hilflos einem Angriff gegenüberzustehen.

Das Ohnmachtsgefühl tritt Dingen gegenüber ebenso in Erscheinung wie Menschen. Es führt dazu, dass sich Menschen in jeder Situation, die ihnen nicht geläufig ist, *völlig hilflos fühlen*. Es kann sich darum handeln, dass sie sich in einer fremden Stadt ausserstande fühlen, sich allein zurechtzufinden, oder dass sie bei einer Autopanne ganz unfähig sind, auch nur den leisesten Versuch zu unternehmen nachzusehen, wo die Störung liegen kann, oder dass sie bei einer Wanderung, bei der sie über einen kleinen Bach springen müssen, sich *völlig gelähmt fühlen*, dies zu tun, oder dass sie unfähig sind, sich ihr Bett zu machen oder sich etwas zu kochen, wenn die Situation es erfordert. Ein Verhalten, welches man als besonders unpraktisch oder ungeschickt bezeichnet, geht häufig auf das Ohnmachtsgefühl zurück. Wir vermuten, dass auch beim Schwindelgefühl auf Höhen das Ohnmachtsgefühl nicht selten die Wurzel darstellt.

Unfähigkeit sich zu ändern

Das Ohnmachtsgefühl äussert sich auch im Verhältnis zur eigenen Person. Ja, hier

liegen vielleicht seine wichtigsten Folgen für das Individuum. Eine Erscheinungsform des Ohnmachtsgefühls auf dieser Ebene ist die Hilflosigkeit gegenüber den in einem selbst wirksamen Trieben und Ängsten. Es fehlt völlig der Glaube, dass man auch nur den Versuch machen könne, seine Triebe oder Ängste zu kontrollieren. Das Motto ist eben immer: „Ich bin einmal so, und daran kann ich nichts ändern.“ Nichts scheint überhaupt unmöglicher, als sich zu ändern. Sie können ihr Leben damit zubringen, darüber zu jammern und zu klagen, wie schrecklich sie unter dieser oder jener Eigenschaft leiden, sie können auch bewusst sich äusserst bereit zeigen, sich zu ändern, aber bei näherer Beobachtung wird deutlich, dass sie deshalb nur umso hartnäckiger an der Überzeugung festhalten, sie selbst könnten nichts ändern. In manchen Fällen ist die Diskrepanz zwischen dieser unbewussten Überzeugung und den bewussten kompensierenden Veranstaltungen geradezu grotesk. Ob solche Menschen von einem Arzt zum anderen oder von einer religiösen oder philosophischen Lehre zu anderen laufen, ob sie jede Woche einen neuen Plan haben, wie sie sich ändern können, oder von jeder Liebesbeziehung erwarten, dass sie die grosse Änderung vollbringe, alle diese Geschäftigkeit und bewusste Anstrengung ist doch nur der Schirm, hinter dem sie sich im Gefühl der tiefsten Ohnmacht verstecken.

Tendenz zur Selbstaufgabe

Wie schon oben erwähnt, glauben sie nicht daran, ihre Wünsche durchsetzen und selbständig etwas erreichen zu können. Menschen dieser Art warten immer auf etwas und sind tief davon überzeugt, dass sie zum Ergebnis nichts tun können. Sehr häufig geht dieses Gefühl so weit, dass sie es aufgeben, überhaupt etwas zu wünschen oder zu wollen, ja, dass sie gar nicht mehr wissen, was sie eigentlich wünschen. Gewöhnlich tritt an die Stelle der eigenen Wünsche die Erwägung, was andere von ihnen erwarten. Ihre Entscheidungen nehmen zum Beispiel die Form an, darüber nachzугrübeln, dass, wenn sie diesen Schritt tun, ihre Frau ihnen böse ist, und wenn sie einen anderen Schritt tun, ihr Vater. Sie entscheiden sich zum Schluss nach der Richtung, wo sie das Bösessein am wenigsten fürchten, aber es kommt überhaupt nicht zur Aufrollung der Frage, was sie eigentlich am liebsten tun möchten. Die Folge ist häufig, dass solche Menschen bewusst oder unbewusst das Gefühl haben, von anderen vergewaltigt zu werden, wütend darüber sind und doch nicht sehen, dass sie es in erster Linie sind, die sich vergewaltigen lassen.

Der Grad der Bewusstheit des Ohnmachtsgefühls schwankt nicht weniger als der seiner Intensität. In vielen Fällen ist es als solches bewusst. Hier handelt es sich allerdings um Fälle schwerer Neurosen, in denen die Leistungsfähigkeit und das

soziale Funktionieren der Menschen so eingeschränkt sind, dass sie des Zwanges enthoben sind, sich über das Gefühl ihrer Ohnmacht hinwegzutäuschen. Der Betrag an seelischem Leiden, der mit der völligen Bewusstheit des Ohnmachtsgefühls verknüpft ist, ist kaum zu überschätzen. Das Gefühl tiefer Angst, der Sinnlosigkeit des eigenen Lebens ist regelmässig in solchen Fällen gegeben. Allerdings finden sich in schweren Neurosen auch die gleichen Wirkungen des Ohnmachtsgefühls, ohne dass dieses als solches überhaupt bewusst wäre. Es bedarf häufig langwieriger analytischer Arbeit, um das unbewusste Ohnmachtsgefühl ins Bewusstsein zu heben und mit seinen Folgeerscheinungen zu verknüpfen. Aber auch da, wo dieses Gefühl bewusst ist, zeigt sich gewöhnlich in der Analyse, dass das nur für einen kleinen Teil seines Umfangs gilt. Es stellt sich meist heraus, dass die tiefe Angst, die das Ohnmachtsgefühl begleitet, bewirkt, dass es nur in sehr abgeschwächter Form ins Bewusstsein zugelassen wird.

Flucht in Rationalisierungen (Rechtfertigungen/Begründungen)

Ein erster Versuch, das Quälende des Gefühls zu überwinden, liegt in einer Reihe von Rationalisierungen, die das Ohnmachtsgefühl begründen sollen. Die wichtigsten der begründenden Rationalisierungen sind folgende: Die Ohnmacht wird auf körperliche Mängel zurückgeführt. In solchen Fällen bestehen die Menschen darauf, körperlich schwach zu sein, keine Anstrengungen zu vertragen, diesen oder jenen körperlichen Defekt zu haben, „leidend“ zu sein. Damit gelingt es ihnen, das Ohnmachtsgefühl, das in Wirklichkeit psychische Wurzeln hat, auf körperliche Mängel zurückzuführen, die ihnen nicht zur Last zu legen sind und an denen sich auch im Prinzip nichts ändern lässt. Eine andere Form der begründeten Rationalisierungen ist die Überzeugung, durch bestimmte Lebenserfahrungen so geschädigt worden zu sein, dass ihnen alle Aktivität und aller Mut geraubt wurden. Bestimmte Erlebnisse in der Kindheit, unglückliche Liebe, ein finanzieller Zusammenbruch, Enttäuschungen mit Freunden werden als die Ursachen für die eigene Hilflosigkeit angesehen. Ein simplifizierendes Missverständnis der psychoanalytischen Theorie hat diese Rationalisierung in mancher Hinsicht noch erleichtert.

Eine andere Form der begründenden Rationalisierungen erweist sich oft als besonders verhängnisvoll, nämlich die Tendenz, in der Fantasie oder auch in Wirklichkeit eine Schwierigkeit auf die andere zu türmen und damit das Gefühl zu haben, dass die Aussichtslosigkeit der realen Situation es verständlich macht, wenn man sich ihr gegenüber hilflos fühlt. Was sich hier abspielt, ist zum Beispiel Folgendes: Ein Beamter soll einen Bericht schreiben und fühlt sich dieser Aufgabe

gegenüber hilflos. Während er an seinem Schreibtisch sitzt und das Gefühl seiner Schwäche wahrnimmt, geht ihm durch den Kopf, dass er Angst hat, seine Stelle zu verlieren, dass seine Frau krank ist, dass sein Freund ihm böse sein wird, weil er ihm so lange nicht geschrieben hat, dass es im Zimmer zu kalt ist, bis er endlich in seiner Fantasie eine so traurige und aussichtslose Situation zusammengebraut hat, dass das Gefühl der Ohnmacht als das ganz natürliche und adäquate Kapitulieren vor zu grossen Schwierigkeiten erscheint.

Noch verhängnisvoller ist es, wenn sich die Tendenz, die Situation zu verschlimmern, nicht nur auf Fantasien beschränkt, sondern sich auf das Verhalten in der Wirklichkeit erstreckt. Der Betreffende wird darum geneigt sein, wirklich krank zu werden, seinen Chef so zu provozieren, dass er ihn in der Tat entlässt, mit seiner Frau Streit anfangen, so dass den ganzen Tag Unfriede im Hause herrscht, und wenn ihm alles dies gelungen ist, fühlt er sich völlig gerechtfertigt, seine Ohnmacht als durch die Unerträglichkeit der äusseren Verhältnisse begründet anzusehen. Gewiss hat die hier geschilderte Tendenz, sich in der Fantasie oder in Wirklichkeit Leiden zuzufügen, sich schwach und unglücklich zu machen, noch andere Wurzeln. Dies zu erörtern, führt in das Problem des Masochismus, auf das wir hier nicht eingehen können. Die Rationalisierung des eigenen Ohnmachtsgefühls ist aber sicherlich einer der Faktoren, der für die Tendenz zur fantasierten oder realen Steigerung des eigenen Leidens verantwortlich ist.

Trost im Glauben an das Wunder und an die Zeit

Eine andere Gruppe von Rationalisierungen tritt in Erscheinung, wenn das Ohnmachtsgefühl weniger bewusst ist als in den eben besprochenen Fällen. Die Rationalisierungen haben dann weniger einen begründenden als vielmehr einen tröstenden Charakter und dienen dazu, die Hoffnung zu erwecken, dass die eigene Ohnmacht nur eine vorübergehende sei. Die zwei wichtigsten Formen dieser tröstenden Rationalisierungen sind der *Glaube an das Wunder* und der *Glaube an die Zeit*. Beim Glauben an das Wunder dreht es sich um die Vorstellung, durch irgendein von aussen eintretendes Ereignis werde plötzlich die eigene Ohnmacht verschwinden und alle Wünsche nach Erfolg, Leistung, Macht und Glück erfüllt werden. Die Formen, in denen dieser Glaube auftritt, sind äusserst mannigfaltig.

Häufig ist es so, dass man erwartet, irgendeine Veränderung in äusseren Lebensumständen werde den Umschwung bringen, sei es eine neue Liebesbeziehung, der Umzug in eine andere Stadt oder eine andere Wohnung, ein neuer Anzug, ein neues Jahr oder auch nur ein frischer Bogen Papier, auf dem die

Arbeit besser gehen wird. Bei religiösen Menschen nimmt der Glaube an das Wunder zuweilen die Form an, Gott werde plötzlich in das Schicksal eingreifen. Eine weitere Form des Wunderglaubens ist die, dass durch bestimmte Menschen das eigene Schicksal geändert werde. Ein häufiges Beispiel hierfür sind Menschen, die von einem Arzt zum anderen laufen und jedes Mal erwarten, er werde das Wunder vollbringen. Das Gemeinsame an all diesen tröstenden Illusionen ist immer, dass man selbst nichts zum gewünschten Erfolg zu tun braucht, auch gar nichts dazu tun kann, sondern dass eine ausserhalb des Menschen stehende Macht oder Konstellation plötzlich das Gewünschte vollbringt.

Eine besondere Form des Wunderglaubens ist der Ersatz kausaler Beeinflussung durch magische Handlungen, die dem Bewusstsein die Illusion eigener Aktivität gestatten. Der Inhalt der magischen Geste kann sehr verschieden sein. Ob es sich darum handelt, einem Bettler ein Almosen zu geben, einer alten Tante einen Besuch zu machen, aufs korrekteste seine Pflicht zu erfüllen oder vor dem Beginn der Arbeit dreimal bis dreissig zu zählen, die Erwartung ist immer dieselbe. Wenn ich dies oder jenes tue, dann wird sich alles so wenden, wie ich es wünsche. Wie bei allen magischen Handlungen tritt an die Stelle der objektiven Beeinflussung ein rein in Gedanken des Subjekts vorhandener Kausalnexus. Häufig wird es den betreffenden Menschen gar nicht bewusst, dass sie eine bestimmte Handlung im Sinne einer magischen Geste ausführen, häufig, vor allem bei Zwangsneurotikern, kann die magische Geste zu einem äusserst quälenden Zeremoniell ausarten. Gerade in der Stärke des Ohnmachtsgefühls und der magischen Geste als seiner spezifischen Überwindung liegt eine der Charakteristiken der Zwangsneurose.

Beim Glauben an die Zeit fehlt das Moment der Plötzlichkeit der Veränderung. Stattdessen besteht die Erwartung, dass sich „mit der Zeit“ schon alles machen werde. Von Konflikten, zu deren Lösung man sich selbst ausserstande fühlt, wird erwartet, dass die Zeit sie schon lösen werde, ohne dass man selbst das Risiko einer Entscheidung auf sich nehmen muss. Besonders häufig findet man diesen Glauben an die Zeit mit Bezug auf die eigenen Leistungen.

Menschen trösten sich über die Tatsache nicht nur, dass sie nichts von dem vollbringen, was sie leisten wollen, sondern auch, dass sie selbst keine Vorbereitungen dazu treffen, damit hinweg, sie hätten ja noch lange Zeit und es sei kein Grund, sich zu eilen. Ein Beispiel für diesen Mechanismus ist der Fall, in dem ein sehr begabter Schriftsteller, der ein Buch schreiben wollte, das seiner Meinung nach zu einem der wichtigsten Bücher der Weltliteratur gehören würde, nicht mehr tat, als eine Reihe von Gedanken über das zu haben, was er schreiben wollte,

in Fantasien zu schwelgen, welche epochemachende Wirkung sein Buch haben würde, und seinen Freunden zu erzählen, es sei schon fast fertig. In Wirklichkeit hatte er noch nicht eine Zeile davon geschrieben, obwohl er schon seit sieben Jahren an dem Buch „arbeitete“. Je älter solche Menschen werden, desto krampfhafter müssen sie an der Illusion festhalten, die Zeit werde es bringen. Bei vielen führt das Erreichen eines bestimmten Alters – häufig um den Beginn der Vierzig herum – entweder zu einer Ernüchterung, zu einem Aufgeben der Illusion und zu einer Anstrengung, die eigenen Kräfte zu benutzen, oder zu einem neurotischen Zusammenbruch, der mit darauf beruht, dass das Leben ohne die tröstende Zeitillusion unerträglich wird.

Verdrängung durch Geschäftigkeit und Scheinaktivität

Handelt es sich bei den tröstenden Rationalisierungen noch darum, dass das Gefühl der Ohnmacht vage bewusst ist, aber sein Stachel durch die Hoffnung auf seine Überwindung gemildert wird, so geht eine dritte Reaktion noch weiter in der Unterdrückung und Verdrängung des Ohnmachtsgefühls. Hier wird es durch ein überkompensierendes Verhalten und verdeckende Begründungen ersetzt. Der häufigste Fall solcher Überkompensierungen ist der der *Geschäftigkeit*. Wir finden, dass Menschen, die ein tiefes Ohnmachtsgefühl verdrängt haben, besonders aktiv und geschäftig sind, und zwar bis zu einem Grade, dass sie vor sich selbst und anderen gerade als das Gegenteil von ohnmächtigen Menschen erscheinen. Solche Menschen müssen immer etwas tun. Wenn sie sich in ihrer Stellung bedroht fühlen, so verhalten sie sich nicht so, wie wir es oben geschildert haben, dass sie Schwierigkeiten über Schwierigkeiten türmen, um sich ihre Unfähigkeit, irgendetwas zu unternehmen, zu beweisen, sie schwelgen auch nicht in Fantasien über ein Wunder, was geschehen werde, sondern sie fangen an, von Pontius zu Pilatus zu laufen, dieses und jenes zu unternehmen, und erwecken den Eindruck höchster Aktivität in der Abwehr der Gefahr. Oder wenn sie eine wissenschaftliche Arbeit zu schreiben haben, sitzen sie nicht träumend vor ihrem Schreibtisch, sondern bestellen sich Dutzende von Büchern aus der Bibliothek, besprechen sich mit allen möglichen Fachleuten, deren Meinung wichtig sein könnte, machen Reisen zum Studium gewisser Probleme und schützen sich so davor, Zeit für Gedanken und Gefühle zu haben, vor der Einsicht, dass sie sich ohnmächtig fühlen, die erwartete Leistung zu vollbringen.

Eine andere Form ist die *Scheinaktivität*. Sie äussert sich in Dingen wie der „Vereinsmeierei“, in der fortwährenden Bekümmern um andere Menschen oder auch nur um Kartenspielen oder langen Stammtischunterhaltungen. Es ist oft recht

schwer, die Grenze zwischen dieser scheinbaren und der echten Aktivität zu ziehen. Ganz allgemein lässt sich sagen, dass sich die Geschäftigkeit immer auf Dinge erstreckt, die im Verhältnis zum zu lösenden Problem nebensächlich und untergeordnet sind, und dass die Geschäftigkeit keine Beziehung zu den fundamentalen Zügen der zu lösenden Aufgabe hat. Im Falle des Neurotikers ist der Gegensatz zwischen echter Aktivität und Geschäftigkeit sehr viel leichter zu erkennen als im Falle des gesunden, realitätsangepassten Menschen. Hier ist es gewöhnlich so, dass er Aufgaben zu lösen hat, zu deren Vollbringung im Grunde nicht mehr als eine bestimmte Routine gehört, und die eine echte Aktivität gar nicht erfordern. Der gegenwärtige Mensch sieht sich einer Reihe von Aufgaben und Problemen gegenüber, zu deren routinemässiger Lösung er von früh auf trainiert ist, und weil niemand etwas anderes von ihm erwartet, wird auch das Bewusstsein seiner faktischen Ohnmacht nie so quälend, dass er es durch ein extremes und lächerliches Ausmass an Geschäftigkeit verdecken müsste. Was unter gesellschaftlichem Masstab gesehen als Aktivität erscheint, mag psychologisch gesehen als Geschäftigkeit aufgefasst werden, und häufig wird man sich überhaupt nicht darüber einigen können, ob ein Verhalten der einen oder anderen Kategorie zuzuschreiben ist.

Streben nach Macht, Kontrolle und Führung

Eine noch radikalere Reaktionsbildung gegen das Ohnmachtsgefühl ist das Streben nach Macht, Kontrolle und Führung in jeder Situation. In vielen Fällen bleibt dieser Wunsch rein auf die Fantasie beschränkt. Menschen ergehen sich dann in Fantasien darin, wie viel besser sie ein Unternehmen oder eine Universität leiten würden als die faktischen Leiter, oder sie stellen sich als Diktatoren eines Staates oder der gesamten Menschheit vor und schwelgen in diesen Fantasien. Oder es kommt nicht zur Ausbildung von solchen elaborierten Fantasien, sondern die Grössenideen bleiben vage und sind den Betreffenden wenig bewusst. In solchen Fällen findet man bewusst häufig nur die Erwartung, allen Menschen, mit denen man zusammenkommt, überlegen zu sein, oder, wenn auch noch diese Erwartung verdrängt ist, eine Wutreaktion, wenn man mit Menschen zusammentrifft, denen gegenüber man seine Überlegenheit nicht durchsetzen kann. Wenn auch diese Wutreaktion verdrängt ist, so ist gewöhnlich nichts sichtbar als eine gewisse Gehemmtheit und Schüchternheit gegenüber denen, die den Vorrang beanspruchen können. Gleichgültig, ob nun die Grössenideen mehr oder weniger elaboriert und mehr oder weniger bewusst sind, ihre Häufigkeit und ihre Intensität, speziell beim Angehörigen der bürgerlichen Mittelschichten und besonders bei Intellektuellen, lassen sich kaum überschätzen. Da die Menschen immer wieder ernüchtert aus

solchen Träumereien aufwachen, erfüllen diese ihre Funktion, das vorhandene Ohnmachtsgefühl zu kompensieren, nur sehr unvollkommen.

Anders ist es schon, wenn der Wunsch nach Kontrolle und Macht sich nicht nur auf Fantasien beschränkt, sondern sich im Verhalten in der Wirklichkeit ausdrückt. Wenn es gelingt, ihre faktische Ohnmacht im Grossen durch faktische Macht im Kleinen zu ersetzen, so wird häufig ein Gleichgewicht hergestellt, das für ein Leben lang anhalten kann. Der häufigste Fall dieser Art sind Männer, wie wir sie besonders im europäischen Kleinbürgertum finden, die in ihrer gesellschaftlichen und ökonomischen Existenz völlig ohnmächtig sind, aber ihren Frauen, Kindern und vielleicht dem Hund gegenüber einen intensiven Wunsch nach Macht und Kontrolle haben und imstande sind, ihn auch zu realisieren und zu befriedigen. In neurotischen Fällen finden wir gewöhnlich, dass die Teilung der Welt in eine Sphäre, wo man ohnmächtig, und eine, wo man mächtig ist, nicht gelingt. Der Neurotiker empfindet den Wunsch nach Kontrolle und Macht in jeder Situation, auch dort, wo ihre Ausübung unmöglich ist. Es ist ihm unerträglich, einen Vorgesetzten zu haben, er hat immer das Gefühl, alles besser zu verstehen und besser zu machen, er will in jeder Unterhaltung die dominierende Rolle spielen, in jeder Gesellschaft die anderen beherrschen. Aus diesem verstärkten Wunsch nach Kontrolle und Macht heraus werden auch Situationen, die für einen anderen Menschen gar kein Beweis seiner eigenen Unzulänglichkeit sind, zu solchen, die er als beschämende Niederlage empfindet. In extremen Fällen, die jedoch recht häufig sind, bedeutet jede Konstellation, in der er nicht führend und kontrollierend ist, eine Niederlage und einen Beweis seiner Ohnmacht. Es kommt zu einem Teufelskreis. Der verstärkte Wunsch nach Kontrolle und Macht ist zur gleichen Zeit eine Reaktion auf das Ohnmachtsgefühl und die Wurzel für seine Verstärkung.

Tendenz zur Wut

Die wichtigste und allgemeinste Folge von Ohnmachtsgefühlen ist Wut, und zwar eine Wut, die besonders durch ihre Ohnmacht gekennzeichnet ist. Ihr Ziel ist nicht, wie bei anderen Arten der Wut, die aktive und zielbewusste Vernichtung des Feindes, sondern sie ist viel vager, unbestimmter, aber auch viel destruktiver gegen die Aussenwelt und gegen das eigene Selbst gerichtet. Bei Kindern drückt sich das häufig im Strampeln aus, bei Erwachsenen im Weinen, manchmal aber auch in einem Wutanfall, dem jede Zielgerichtetheit und Beziehung zur Aktion fehlt. Gewöhnlich allerdings ist die ohnmächtige Wut nicht bewusst. Sie wird häufig durch trotziges und eigensinniges Verhalten ausgedrückt bzw. ersetzt. Dieser Trotz kann ganz bewusst sein. Hierher gehören Menschen, die sich nie einer

Anordnung fügen können, die immer widersprechen müssen, nie zufrieden sind und so fort. Er kann auch unbewusst sein, und dann entsteht gewöhnlich das Bild einer allgemeinen Gehemmtheit. In solchen Fällen haben die betreffenden Menschen bewusst den besten Willen, aktiv zu sein und das zu tun, was andere von ihnen oder sie von sich selbst erwarten. Aber sie sind trotz allen guten Willens ständig unlustig, missgestimmt und zu keiner Initiative fähig. Sind nicht nur die Wut und der Trotz aus dem Bewusstsein verdrängt, sondern an der Wurzel gebrochen und umgebogen, dann findet man häufig eine Reaktionsbildung, die sich als Überfreundlichkeit und Übergefügigkeit äussert.

Die Folge der Wut ist immer Angst. Je mehr die Wut verdrängt ist, desto grösser ist die Angst. Auf die komplizierten Mechanismen, die hierfür verantwortlich sind, können wir an dieser Stelle nicht eingehen. Als wichtigsten wollen wir die Projektion der eigenen Wut auf andere hervorheben. Um die Verdrängung der eigenen Wut zu sichern, wird das Gefühl erzeugt, das sich in dem Motto ausdrücken lässt: „Nicht ich bin auf andere wütend, sondern andere auf mich.“ Die Folge davon ist das Gefühl, von anderen gehasst oder verfolgt zu werden, und die Folge hiervon ist Angst. Neben diesem indirekten Weg über die Verdrängung der Wut wird die Angst auch direkt aus dem Ohnmachtsgefühl gespeist. Das Gefühl, seine Ziele nicht durchsetzen zu können und vor allem gegen Angriffe von anderen wehrlos zu sein, erzeugt notwendigerweise immer neue Angst. Das Ohnmachtsgefühl schafft Angst, die Angst aber verstärkt ihrerseits wieder das Ohnmachtsgefühl. Dieser Zirkel ist dafür verantwortlich, dass in so vielen Fällen ein einmal vorhandenes Ohnmachtsgefühl, statt allmählich zu verschwinden, immer stärker wird, und die Menschen gleichsam mit jedem Schritt tiefer in den Sumpf geraten.

Ein besonders günstiges Beobachtungsfeld für das Ohnmachtsgefühl und die verschiedenen Formen seiner Verdeckung oder Versuche zu seiner Überwindung bietet die psychoanalytische Situation. Manche Analysanden dieser Art werden dem Analytiker wieder und wieder klarmachen, dass sie sich nicht ändern können, weil sie schon zu alt seien, weil die Neurose in ihrer Familie erblich sei, weil sie nicht die Zeit hätten, die Analyse lange genug durchzuführen, oder was sonst immer als Rationalisierung gefunden werden kann. Häufiger als das offene Gefühl der Ohnmacht und der Aussichtslosigkeit der analytischen Bemühungen sind die Fälle, wo im Bewusstsein ein gewisser Optimismus und eine positive Erwartung vorherrschen. Der Analysand hat das Gefühl, er wolle sich ändern und könne es auch, aber wenn man näher zusieht, entdeckt man, dass er alles andere erwartet, nur nicht, dass er selbst dazu etwas tun könne. Seine grundlegende Erwartung ist

die, dass der Analytiker oder „die Analyse“ das Entscheidende für ihn tun müssten und dass er im Grunde passiv diese Prozedur über sich ergehen lassen könne. Sein wirklicher Unglaube an irgendeine Veränderung wird häufig durch die oben dargestellten, tröstenden Rationalisierungen verdeckt. Er erwartet, dass ganz plötzlich, wenn es nur gelinge, das „infantile Trauma“ herauszufinden, die grosse Wandlung mit ihm vorgehen werde. Oder er richtet sich auf Zeiträume von mehreren Jahren ein und hat nach fünf Jahren erfolgloser Analyse das Gefühl, man habe eben nur noch nicht lange genug analysiert, um etwas ändern zu können.

Eng verknüpft hiermit ist ein Verhalten im Sinne der „magischen Geste“. Analysanden, bei denen das eine grosse Rolle spielt, sind besonders darauf bedacht, „alles richtig zu machen“. Sie fügen sich den Anordnungen des Analytikers aufs Genaueste, und je mehr Regeln und Vorschriften er macht, desto zufriedener sind sie. Sie haben das Gefühl, dass, wenn sie nur das analytische Ritual getreu befolgen, diese Folgsamkeit in magischer Weise die Veränderung ihrer Persönlichkeit bewirken werde.

Es mag an dieser Stelle ein kleiner Exkurs über ein Problem der analytischen Technik gestattet sein. Wenn unsere eingangs geäusserte Annahme richtig ist, dass das Ohnmachtsgefühl, wenn auch in gemilderter Form, bei sehr vielen Menschen unserer Kultur vorhanden ist, dann ist es nur natürlich, wenn es sich bei einer Reihe von Psychoanalytikern selbst findet. In solchen Fällen ist es nicht nur der Patient, der im Grunde davon überzeugt ist, dass er sich nicht ändern kann, sondern der Analytiker ist der gleichen, wenn auch ganz unbewussten Überzeugung, dass man keinen Menschen beeinflussen könne. Hinter seinem bewussten beruflichen Optimismus steckt ein tiefer Unglaube an die Möglichkeit irgendwelchen verändernden Einflusses auf Menschen. Er scheut sich geradezu einzugestehen, dass die analytische Therapie eine Beeinflussung des Menschen sei. Gewiss sollte sie keine Beeinflussung in dem Sinne sein, ihn zu bestimmten Anschauungen oder Handlungen zu veranlassen. Aber man vergisst, dass alles Heilen, wie auch alles Erziehen, immer eine Beeinflussung voraussetzt, und dass, wo es in phobischer Weise vermieden wird, auch mit Notwendigkeit der Erfolg ausbleibt. Eine besondere Rolle spielt bei manchen Analytikern die Verdeckung des eigenen Ohnmachtsgefühls durch die magische Geste. Es scheint, als ob, ebenso wie für manche Patienten, auch für sie selbst die korrekte Durchführung des analytischen Rituals der Kernpunkt der ganzen Prozedur sei. Wenn sie nur getreulich allen Vorschriften von Freud gefolgt sind, meinen sie, alles getan zu haben, was möglich ist, und ihre wirkliche Ohnmacht, den Patienten zu beeinflussen, braucht ihnen nicht ins Bewusstsein zu kommen.

Wir möchten annehmen, dass die absonderliche Wichtigkeit, die für Analytiker dieses Typs das analytische Zeremoniell hat, letzten Endes auf ihr eigenes Ohnmachtsgefühl zurückgeht. Das Zeremoniell wird zum magischen Ersatz für die faktische Beeinflussung des Patienten.

Ursprung von Ohnmachtsgefühlen in der Kindheit

Wir müssen erwarten, dass ein so tief liegendes und intensives Gefühl wie das der Ohnmacht nicht erst in späteren Lebensjahren entsteht, sondern dass Erlebnisse in der allerfrühesten Kindheit für seine Entstehung verantwortlich zu machen sind. Diese Erwartung wird rasch bestätigt, wenn man sich die Situation des Kindes in der bürgerlichen Familie unter den uns hier interessierenden Gesichtspunkten ansieht. Das Verhalten des Erwachsenen zum Kind lässt sich dahin charakterisieren, dass das Kind nicht ernstgenommen wird. Dieser Tatbestand ist offenbar in den Fällen erkennbar, in denen Kinder vernachlässigt und ausgesprochen schlecht behandelt werden. Hier haben die Eltern die ganz bewusste Meinung, dass das Kind nichts gilt, sie wollen seinen eigenen Willen und seine eigene Persönlichkeit unterdrücken, das Kind ist für sie ein willenloses Instrument ihrer Willkür, und es darf in keiner Weise etwas zu bestellen haben. In extremen Fällen trägt es ihm schon Strafe ein, wenn es auch nur wagt, einen Wunsch zu äussern; aber dass es selbst etwas anordnen, die Eltern in ihren Entschlüssen beeinflussen, selbständig irgendetwas erreichen könnte, liegt ganz ausserhalb auch nur der Denkmöglichkeiten in dieser Konstellation.

Schwerer durchschaubar, aber nicht weniger folgenschwer ist jenes Nichternstnehmen des Kindes, das sich hinter Verzärtelung und Verwöhnung versteckt. Solche Kinder werden gewiss beschützt und behütet, aber die Entfaltung ihrer eigenen Kräfte bzw. des Gefühls dafür, selbst Kräfte zu haben, wird mehr oder weniger vollständig gelähmt. Sie erhalten alles, was sie brauchen, im Überfluss, sie dürfen sich auch alles wünschen, dürfen alles sagen, was sie wollen. Ihre Situation gleicht aber im Grunde der eines gefangenen Prinzen. Auch dieser hat alle Genüsse im Überfluss und viele Diener, denen er Befehle geben kann. Und doch ist alles unwirklich und gespensterhaft, denn seine Befehle haben nur Geltung, solange sie nicht den Rahmen seines Gefängnisses sprengen. Alle seine Macht ist eine Illusion, die er dann am besten aufrechterhalten kann, wenn er gar nicht mehr daran denkt, ein Gefangener zu sein, und gar nicht mehr wünscht, die Freiheit zu gewinnen. Er kann zwar seinen Untergebenen befehlen, dass sie ihn aufs pünktlichste bedienen, wollte er ihnen aber gebieten, sie sollten das Tor des

Schlusses öffnen, in dem er gefangen ist, so würden sie sich verhalten, als habe er überhaupt nichts gesagt.

Ob nun so extreme Fälle der Verwöhnung oder der durchschnittliche Fall des „liebepoll“ behandelten Kindes vorliegen, macht nur einen Unterschied im Grad des Nichternstnehmens aus. Gemeinsam ist in allen Fällen, dass das Kind aus eigenem Recht nichts anordnen, nichts vollbringen, nichts beeinflussen, nichts verändern kann. Es kann viel von dem, was es will, bekommen, wenn es lieb und brav ist, aber es kann nichts bekommen, was ihm nicht gegeben wird, und es kann nichts erreichen, ohne dass der Erwachsene sich einschaltet.

Dieses Nichternstnehmen drückt sich gewöhnlich keineswegs in dramatischen und auf den ersten Blick auffallenden Formen aus. Man muss nach sehr subtilen Eigenheiten des Verhaltens der Erwachsenen suchen, um den hier gemeinten Einfluss zu verstehen. Das leichte und kaum wahrnehmbare Lächeln, wenn das Kind etwas Selbständiges sagt oder tut, kann eine ebenso niederschmetternde Wirkung haben wie die größten Versuche, seinen Willen zu brechen. Ja, häufig ist es so, dass, wo sich die Eltern feindselig zeigen, das Kind gleichfalls eine Opposition entwickelt, die ihm erlaubt, sich von den Eltern zu lösen und ein selbständiges Leben zu beginnen, während die Freundlichkeit der Eltern das Kind an der Entfaltung jeder prinzipiellen Opposition hindert und es nur umso hilfloser und ohnmächtiger macht. Man findet nicht selten in Analysen, dass sich Menschen daran erinnern, welche ohnmächtige Wut sie als Kinder hatten, wenn sie über die notwendige Zeit hinaus in die Schule begleitet wurden, beim Anziehen geholfen bekamen, wenn sie nicht mitbestimmen durften, welche Art Kleider sie tragen wollten, wann es Zeit war, sich wärmer oder leichter anzuziehen.

Noch in einer Reihe von anderen typischen Verhaltensweisen kommt das Nichternstnehmen des Kindes zum Ausdruck. Versprechen, die dem Kind gegeben werden, werden nicht gehalten, bestimmte Fragen nicht ernstgenommen oder unaufrichtig beantwortet. Anordnungen werden gegeben, ohne dass dem Kind ihr Grund gesagt wird. Dies alles kann in der freundlichsten Weise geschehen, dem Kind bleibt aber das Gefühl, dass man nicht mit ihm rechnet und dass man sich im Grunde alles gegen es erlauben kann. Selbst da, wo Versprechen gehalten und Antworten gegeben werden, aber wo der Erwachsene das Gefühl hat, sein Verhalten stelle eine besondere Freundlichkeit oder ein besonderes Entgegenkommen dar, ist der Eindruck auf das Kind kein anderer. *Das Kind fühlt sich nur dann ernstgenommen, wenn der Erwachsene sich ihm gegenüber ebenso verpflichtet fühlt, aufrichtig und zuverlässig zu sein, wie er das anderen Erwachsenen gegenüber ist, die er*

respektiert. Als ein Symbol für die hier gemeinte Situation des Kindes hat uns immer ein bestimmtes Spielzeug beeindruckt, nämlich ein *Spieltelefon*. Es sieht aus wie ein richtiges Telefon, das Kind kann den Hörer abnehmen und die Nummern wählen, nur verbindet es mit niemand. Das Kind kann niemanden erreichen, und obwohl es genau dasselbe tut wie der telefonierende Erwachsene, bleibt seine Handlung ohne jede Wirkung und ohne jeden Einfluss.

Wenn auch extreme Fälle des Nichternstnehmens des Kindes auf individuelle Umstände zurückzuführen sind, so hat doch die geschilderte Haltung ihre Wurzel in der gesamten gesellschaftlichen und der durch sie bestimmten seelischen Konstellation. Der erste hier zu erwähnende Faktor ist die scharfe Trennung des Kindes von der Realität des Lebens, eine Trennung, die allerdings in geringem Masse für das proletarische und das Bauernkind gilt. Das bürgerliche Kind wird ausgesprochen davor behütet, mit der Realität in Berührung zu kommen; seine Welt gewinnt damit notwendig einen illusionären, ja gespensterhaften Charakter. Das Kind wird gelehrt, die Tugenden von Bescheidenheit, Anspruchslosigkeit, Nächstenliebe zu entwickeln. Für die grosse Mehrzahl der Menschen ist es nötig, dass sie sich fügen können, dass sie ihre Ansprüche auf eigenes Glück reduzieren und bis zu einem gewissen Grade tatsächlich jene Tugenden verkörpern. Für die kleine Gruppe derjenigen, aus denen die tüchtigen Geschäftsleute und alle anderen Arten von Erfolgreichen erwachsen, dürfen diese Regeln jedoch nicht gelten. Sie müssen anspruchsvoll und rücksichtslos sein, wenn sie Erfolg haben wollen. Aber das Geheimnis, das zum Erreichen dieses Erfolgs nötig ist, alles das, was den Kindern gepredigt wird zu vergessen, entdecken die Söhne der „Elite“ schon zur rechten Zeit. Der grossen Masse darf diese Entdeckung nicht gelingen. Die meisten bleiben daher ihr Leben lang verwirrt und verstehen gar nicht, was eigentlich im gesellschaftlichen Leben vor sich geht. Bei vielen führt der Widerspruch zwischen dem Wunsch nach Erfolg und dem Wunsch nach Erfüllung der ihnen in der Kindheit gelehrtene Ideale zu neurotischen Erkrankungen. Für das Verhalten der Erwachsenen zum Kind ist das regelmässige Resultat, dass es gar nicht ernstgenommen werden kann, weil es ja noch dumm ist, das heisst, von den Spielregeln des Lebens, in dem die Erwachsenen stehen, nichts weiss.

Das Kind wird nicht ernstgenommen, ebenso wenig wie die Kranken und Alten trotz aller entgegengesetzter Ideologien. In der gegenwärtigen Gesellschaft beruht der Wert des Menschen auf seiner ökonomischen Leistungsfähigkeit. Das Mass an Respekt, das ihm entgegengebracht wird, hängt von dem Ausmass seiner ökonomischen Kapazität ab. Menschen, die ökonomisch keine Potenz darstellen, sind letzten Endes auch menschlich unbeachtlich. Wenn man das Verhalten zu alten

Menschen oder im Umgang mit Kranken in Hospitälern etwas näher beobachtet, dann entdeckt man die gleiche Skala in den Verhaltensweisen wieder, die auch dem Kind gegenüber vorhanden sind. Von brutaler Nichtachtung bis zur überfreundlichen Hilfsbereitschaft finden sich alle Gefühlsskalen.

Das Nichternstnehmen des Kindes wird mit seiner biologischen Hilflosigkeit begründet. Gewiss ist das Kind relativ lange hilflos und auf die Erwachsenen angewiesen. Diese Hilflosigkeit erweckt aber in Erwachsenen nur zum Teil die Tendenz der Ritterlichkeit oder der Mütterlichkeit, zum anderen Teil vielmehr Tendenzen, das Kind eben wegen dieser Hilflosigkeit bewusst oder unbewusst zu verachten und zu demütigen. Diese Tendenzen, die man im weiteren Sinne als sadistische bezeichnen kann, sind ihrerseits in der Rolle des Erwachsenen im gesellschaftlichen Prozess begründet.

Wenn der Erwachsene Mächten ausgeliefert ist, denen gegenüber er keinerlei Kontrolle hat, so entwickelt sich die Tendenz als Kompensation dieser Ohnmacht, sich stark und überlegen gegenüber denen zu empfinden, die schwächer sind als er. In der grossen Mehrzahl der Fälle ist der Sadismus als solcher ganz unbewusst und äussert sich nur in der Tendenz, die biologische Hilflosigkeit des Kindes überzubetonen, und in jenem Nichternstnehmen des Kindes, von dem die Rede ist.

Verbreitung von Illusionen bei Erwachsenen durch die Gesellschaft

Die Bedingungen für das Ohnmachtsgefühl des Kindes finden ihre Wiederholung auf höherer Ebene im Leben des Erwachsenen. Gewiss fehlt hier das Moment des ausgesprochenen Nichternstnehmens. Im Gegenteil, dem Erwachsenen wird gesagt, er könne alles erreichen, was er wolle, wenn er es nur wirklich wolle und sich anstrengt, und er sei ebenso für seinen Erfolg wie für das Misslingen selbst verantwortlich. Das Leben wird ihm als ein grosses Spiel hingestellt, in dem in erster Linie nicht der Zufall, sondern eigenes Geschick, eigener Fleiss und eigene Energie entscheiden. Diesen Ideologien stehen die faktischen Verhältnisse schroff gegenüber. Der durchschnittliche Erwachsene unserer Gesellschaft ist tatsächlich ungeheuer ohnmächtig, und diese Ohnmacht wirkt noch umso drückender, als er ja glauben gemacht wird, es müsste eigentlich ganz anders sein und es sei sein Verschulden, wenn er so schwach sei. Er hat gar keine Macht, sein eigenes Schicksal zu bestimmen. Schon welche Fähigkeiten er entwickeln kann, ist ihm vom Zufall der Geburt vorgeschrieben, ob er überhaupt Arbeit bekommen, welchen Beruf er wählen kann, wird im Wesentlichen von Faktoren bestimmt, die

von seinem Willen und seiner Anstrengung unabhängig sind. Selbst in der Freiheit der Wahl seines Lebenspartners ist er durch enge ökonomische und soziale Grenzen eingeschränkt. Gefühle, Meinungen, Geschmack werden ihm eingehämmert, und jede Abweichung bezahlt er mit verstärkter Isolierung. Die Statistik kann ihm zeigen, ein wie kleiner Prozentsatz von denen, die mit der Illusion beginnen, die Welt stehe ihnen offen, auch nur eine gewisse Unabhängigkeit und ökonomische Sicherheit erreichen.

Der Umstand, dass der gegenwärtige Mensch über die sein Verhalten bestimmenden seelischen Antriebe nicht Bescheid weiss, findet seine Entsprechung darin, dass er die die wirtschaftliche Entwicklung bestimmenden Kräfte in der durch den Markt regulierten Wirtschaft nicht kennt und sie ihm als undurchschaubare Schicksalsmächte erscheinen. In der gegenwärtigen Gesellschaft bedarf es zum Unterschied von anderen Wirtschaftsformen einer besonderen Wissenschaft der politischen Ökonomie, um zu verstehen, wie sie funktioniert. Es bedarf eines umfangreichen Hintergrundwissens wie in der Psychoanalyse, um das Funktionieren der individuellen Persönlichkeit, das heisst, um sich selbst zu verstehen. Das Ohnmachtsgefühl wird durch den Umstand ausserordentlich verstärkt, dass sowohl die komplizierten Vorgänge ökonomischer und politischer Art als auch die seelischen Vorgänge undurchsichtig sind. Auch wenn der Erwachsene zu wissen glaubt, was vorgeht, so ändert diese Illusion doch nichts daran, dass ihm die Orientierung über die in der Gesellschaft und in ihm selbst wirkenden fundamentalen Kräfte nahezu völlig fehlt. Er sieht hundert Einzelheiten, hält sich an die eine oder andere und versucht, von einer aus das Ganze zu verstehen, um nur immer wieder von neuen Einzelheiten überrascht und verwirrt zu werden.

Da die erste Bedingung zum aktiven Handeln und Beeinflussen des eigenen Schicksals wie des der Gesellschaft die richtige Einsicht in die entscheidenden Kräfte und Konstellationen ist, haben die Unkenntnis und der Mangel an Einsicht die Folge, das Individuum ohnmächtig zu machen, und diese Ohnmacht wird auch innerlich von ihm registriert, selbst wenn er sich mit allen möglichen Illusionen verzweifelt dagegen wehrt, sie zu registrieren. Das Nichtverfügen über eine richtige gesellschaftliche und, soweit das Individuum in Frage kommt, psychologische Theorie ist eine wichtige Quelle für das Ohnmachtsgefühl. Theorie ist die Bedingung für das Handeln. Aber die Existenz der Theorie und selbst der leichte Zugang zu ihr befähigen die Menschen noch nicht ohne Weiteres zum aktiven Handeln.

7. „Den Unterschied zwischen dem Authentischen und dem Fassadenhaften sehen.“

Normalerweise unterscheidet sich das, was wir erleben, wenn wir Menschen sehen, nicht von dem, was wir erleben, wenn wir Gegenstände sehen. Was geht vor sich, wenn wir einen bestimmten Menschen zu sehen glauben? Wir sehen zunächst nur nebensächliche Dinge: seine Hautfarbe, die Art, wie er gekleidet ist, seine soziale Stellung und Erziehung, ob er freundlich oder unfreundlich ist, ob er uns nützlich sein kann oder nicht. Was wir zuerst wissen wollen ist, wie er heisst. Sein Name erlaubt uns, ihn zu klassifizieren, genauso wie wir eine Blume klassifizieren, indem wir sagen, dass es eine Rose ist. Die Art, wie wir ihn wahrnehmen, unterscheidet sich nicht allzu sehr von der Art, wie er sich selbst wahrnimmt. Fragen wir ihn, wer er sei, wird er uns zunächst antworten, er heisse Jones. Geben wir ihm zu verstehen, dass wir damit immer noch nicht recht über ihn Bescheid wüssten, wird er vielleicht sagen, dass er verheiratet, Arzt und Vater von zwei Kindern sei. Wer dann immer noch nicht das Gefühl hat, diesen Mann zu kennen, dem fehlt es offensichtlich am nötigen Scharfsinn, oder er ist ungewöhnlich indiskret.

Wir sehen in der konkreten Person eine *Abstraktion*, genauso wie er in sich selbst und in uns eine Abstraktion sieht. Mehr wollen wir auch gar nicht sehen. Wir teilen die allgemeine Phobie, wir könnten einem Menschen zu nahe kommen, wir könnten durch die Oberfläche zu seinem Kern vorstossen, deshalb sehen wir lieber nur wenig von ihm, nicht mehr als wir unbedingt für unser jeweiliges Vorhaben mit ihm sehen müssen. Diese Art des flüchtigen Kennens entspricht einem inneren Zustand der *Gleichgültigkeit* unserer Gefühle dem anderen Menschen gegenüber. Aber das ist noch nicht alles. Wir sehen nicht allein den Betreffenden nur am Rande und auf eine oberflächliche Weise: Wir sehen ihn auch in vieler Hinsicht unrealistisch. Hieran sind in erster Linie unsere *Projektionen* schuld. Wir sind zornig, projizieren unseren Zorn auf die andere Person und glauben, sie sei zornig. Wir sind eitel und empfinden den anderen als eitel. Wir haben Angst und bilden uns ein, er habe Angst, und so weiter. Wir machen ihn zum Aufhänger für die vielen Kleider, die wir selber nicht tragen möchten, und glauben trotzdem, das sei alles er, und merken nicht, dass es nur die Kleider sind, die wir ihm anziehen. Aber wir projizieren nicht nur, wir entstellen auch das Bild des anderen, weil unsere eigenen Emotionen uns unfähig machen, den anderen so zu sehen, wie er ist. Die drei wichtigsten Eigenschaften, die zu diesem Resultat führen, entsprechen den drei Grund-„Sünden“ der buddhistischen Ethik: Gier, Torheit und Zorn. Es erübrigt sich, eigens zu betonen, dass wir einen anderen Menschen nicht objektiv

sehen können, wenn wir aus Gier etwas von ihm haben wollen. Wir sehen ihn dann entstellt, ganz so wie ihn unsere *Gier* haben möchte, unser *Zorn* ihn zu sein zwingt und unsere *Torheit* ihn sich vorstellt.

Einen anderen Menschen wirklich sehen, heisst ihn objektiv, ohne Projektionen und ohne Entstellungen sehen, und das bedeutet, dass man in sich selbst jene neurotischen „Laster“ überwindet, die unausweichlich zu Projektionen und Entstellungen führen. Es bedeutet, zur Wahrnehmung der inneren und äusseren Wirklichkeit voll zu erwachen. Nur wer jene innere Reife erreicht, wer seine Projektionen und Entstellungen auf ein Minimum reduzieren kann, wird kreativ leben.

Das Erlebnis, einen Menschen in seiner ganzen Wirklichkeit zu sehen, erscheint uns manchmal wie eine plötzliche Erfahrung und kann uns überraschen. Wir können einen Menschen schon hundertmal gesehen haben, und plötzlich, beim hundertsten Mal, sehen wir ihn ganz und haben das Gefühl, als hätten wir ihn zuvor nie richtig gesehen. Sein Gesicht, seine Bewegungen, seine Augen, seine Stimme gewinnen eine neue intensivere und konkretere Wirklichkeit durch den Unterschied, der zwischen unserem neuen Bild von ihm und dem früheren besteht. So können wir den Unterschied zwischen „sehen“ und „sehen“ lernen. Die gleiche Erfahrung können wir bei einer vertrauten Landschaft, einem weltbekannten Gemälde oder bei einem sonst wie bekannten Gegenstand machen. Einen Menschen oder einen Gegenstand in seiner Totalität, in seiner ganzen Wirklichkeit zu sehen, ist die Voraussetzung für ein wirklichkeitsgerechtes Antworten. Die meisten Antworten sind – wie die Wahrnehmungen – unwirklich und rein verstandesmässig. Wenn ich in der Zeitung von einer Hungersnot in Indien lese, reagiere ich kaum darauf, oder ich reagiere nur mit einem Gedanken – mit dem Gedanken, dass es einfach furchtbar ist, mit einem Gedanken des Bedauerns oder bestenfalls des Mitgefühls.

Etwas anderes ist es, wenn ich jemanden leidend vor mir sehe. Dann reagiere ich mit meinem Herzen, mit meinem ganzen Körper. Ich leide mit ihm, ich habe den Impuls, ihm zu helfen und folge diesem Impuls. Aber selbst wenn ich dem konkreten Leiden oder dem Glück eines Menschen gegenüberstehe, reagiere ich nur oberflächlich. Ich „denke“ das in einem solchen Fall angebrachte Gefühl und tue auch das, was angebracht ist, bleibe aber trotzdem distanziert. Im realistischen Sinn reagieren und antworten bedeutet, dass ich mit allen meinen menschlichen Kräften, mit denen ich leiden, mich freuen, die Wirklichkeit verstehen kann, antworte. Ich antworte dann auf einen Menschen so, wie er ist; mein Erleben des

anderen orientiert sich an dem, wie er ist und bestimmt meine Antwort. Ich reagiere nicht mit meinem Gehirn oder mit meinen Augen und Ohren. Ich antworte vielmehr mit meiner ganzen Person; so wie ich bin. Ich denke mit meinem ganzen Körper und sehe mit meinem Herzen. Antworte ich auf ein Objekt mit den realen in mir vorhandenen Kräften, mit allen, die eben die Fähigkeit zur Antwort haben, dann hört das Objekt auf, Objekt zu sein. Ich werde eins mit ihm und bin kein blosser Beobachter mehr. Ich höre auf, sein Richter zu sein. Zu dieser Art von Antwort kommt es in einer Situation *vollkommenen Bezogenseins*, in der der Sehende und das Gesehene, Beobachter und Beobachtetes, eins werden, obwohl sie gleichzeitig zwei bleiben.

Welches sind die Voraussetzungen für diese Einstellung, zu sehen und zu antworten, wahrzunehmen und ein Gespür für das Wahrgenommene zu haben? Eine der ersten Voraussetzungen (für ein authentisches Leben) ist:

Die Fähigkeit des Staunens

Kinder besitzen diese Fähigkeit noch. Sie richten ihr ganzes Bemühen darauf, sich in einer neuen Welt zu orientieren, immer neue Dinge zu erfassen, um sie kennenzulernen. Sie sind verblüfft, überrascht und können staunen, und eben hierdurch können sie kreativ antworten. Haben sie jedoch einmal den Erziehungsprozess durchlaufen, verlieren die meisten Menschen die Fähigkeit zum Staunen. Sie meinen, dass sie eigentlich alles wissen müssten, und dass Staunen ein Indiz ihrer Unbildung sein würde. Die Welt hört auf, voller Wunder zu sein – man nimmt sie als selbstverständlich hin. Die Fähigkeit zu staunen ist jedoch die Voraussetzung für alles Schöpferische in Kunst und Wissenschaft.

Der französische Mathematiker Raymond Poincaré formulierte einmal sehr treffend: „Wissenschaftliche Genialität ist die Fähigkeit, sich überraschen zu lassen.“ Viele wissenschaftliche Entdeckungen sind eben auf diese Weise zustande gekommen. Der durchschnittliche Wissenschaftler beobachtet ein Phänomen, das schon viele andere vor ihm gesehen haben, ohne davon überrascht zu sein, ohne erstaunt innezuhalten. Der schöpferische Wissenschaftler aber besitzt die Fähigkeit zu staunen; das Offensichtliche wird ihm zum Problem, seine Gedanken beginnen zu arbeiten, und das ist der Anfang einer Entdeckung. Zum schöpferischen Wissenschaftler macht ihn nur zum Teil seine Fähigkeit, das Problem zu lösen. Er verdankt es grossenteils seiner Fähigkeit, sich über das zu wundern, was der durchschnittliche Wissenschaftler als selbstverständlich hinnimmt.

Die Kraft, sich zu konzentrieren

Dies ist in unserer westlichen Kultur eine Seltenheit. Wir sind immer beschäftigt, jedoch ohne Konzentration. Wenn wir etwas tun, denken wir bereits an das Nächste, an den Augenblick, wo wir mit dem, was wir gerade tun, aufhören können. Wir tun möglichst mehrere Dinge gleichzeitig. Wir frühstücken, hören Radio und lesen die Zeitung, und vielleicht unterhalten wir uns dabei auch noch mit unserer Frau und unseren Kindern. Wir tun fünf Dinge gleichzeitig, und wir tun nichts richtig. „Nichts“ meint hier, dass es Ausdruck unserer eigenen Kräfte wäre. Wenn man wirklich konzentriert ist, dann ist das, was man gerade in diesem Augenblick tut, das Allerwichtigste auf der Welt. Wenn ich mich mit jemandem unterhalte, wenn ich etwas lese, wenn ich spazieren gehe – wenn ich dies alles konzentriert tue, dann gibt es für mich nichts Wichtigeres als das, was ich hier und jetzt tue. Die meisten Menschen leben in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Vergangenheit oder Zukunft gibt es aber gar nicht als reale Erfahrungen. Es gibt nur das *Hier und Jetzt*. Darum gilt auch, dass es wirkliche Wahrnehmung und wirkliches Antworten nur im Hier und Jetzt gibt – wenn man sich dem, was man jetzt im Augenblick tut, sieht und fühlt, hingibt.

Die Fähigkeit zur Selbst-Erfahrung

Bekanntlich ist „ich“ eines der letzten Worte, die das Kind zu sprechen lernt, aber wenn es das Wort gelernt hat, benutzt es dies mit leichter Zunge. Wenn wir zum Beispiel eine Meinung äussern wollen, dann sagen wir „ich glaube“ das oder jenes. Analysiert man aber diese Meinung, dann kann man entdecken, dass der Betreffende nur äussert, was er von jemand anderem gehört, was er in der Zeitung gelesen hat oder was ihm seine Eltern beigebracht haben, als er noch ein Kind war. Er bildet sich ein, er selbst denke, während es richtiger wäre, wenn er sagte: „Es denkt in mir.“ Er macht sich etwa die gleichen Illusionen wie ein Plattenspieler, der – falls er denken könnte – sagen würde: „Ich spiele gerade die Mozartsinfonie“, wo wir doch alle wissen, dass wir die Schallplatte auf den Plattenspieler aufgelegt haben und dass er nur das wiedergibt, was in ihn hineingegeben wurde.

Was für das Denken gilt, gilt auch für das Fühlen. Fragen wir zum Beispiel jemanden auf einer Cocktail-Party, wie er sich fühlt, dann antwortet er: „Ich fühle mich wohl und amüsiere mich köstlich.“ Beobachten wir ihn aber etwa beim Verlassen der Party, dann können wir entdecken, dass er plötzlich einen traurigen Eindruck macht und müde aussieht. Möglicherweise hat er in der darauffolgenden Nacht einen Traum, einen richtigen Alptraum. War er wirklich glücklich?

Äusserlich betrachtet, scheint er es gewesen zu sein: Er sah sich trinken, lächeln und mit anderen unterhalten, die ebenfalls tranken, redeten, lächelten. Er folgerte, dass er glücklich sein und sich wohl fühlen müsse wie die anderen. Vielleicht fühlte er sich traurig, gelangweilt und gleichgültig, aber glaubt die Gefühle zu haben, die die Situation von ihm verlangte und die man bei einer solchen Gelegenheit von ihm erwartete. Wer jedoch wirklich sein Ich, sein Selbst fühlt, der erfährt sich selbst als Zentrum seiner Welt, als den wahren Urheber seines Tuns. Das ist es, was ich unter Originalität verstehe. Es geht dabei primär nicht um Neuentdeckungen, sondern um ein Erleben, bei dem das Erlebnis in mir selbst seinen Ursprung hat. Man kann die Angst und diesen Zwang sich anzupassen nur dadurch überwinden, dass man ein „Selbst“-Gefühl entwickelt, in welchem ich mich schöpferisch als Urheber meiner Taten erlebe. Das heisst jedoch keineswegs, egozentrisch oder narzisstisch zu werden. Ganz im Gegenteil kann ich mich nur im Prozess des Bezogenseins auf andere als „Ich“ erleben.

Wenn ich isoliert und ohne Beziehung zu anderen bin, dann erfüllt mich eine solche Angst, dass es mir völlig unmöglich ist, ein Gefühl für meine Identität und mein Selbst zu entwickeln. Stattdessen empfinde ich eher das Gefühl, meine Person zu besitzen. Mein Besitz – das bin dann ich. Alles, was ich besitze, einschliesslich meines Wissens, meines Körpers, meines Gedächtnisses, macht mein Ich aus. Es ist dies aber gerade keine Erfahrung des Selbst im oben beschriebenen Sinn. Mein Selbst ist dann ein „Selbst“, das sich an meine Person als ein Ding, als einen Besitz klammert. Ein Mensch mit dieser Einstellung ist in Wirklichkeit ein Gefangener seiner selbst, der eingesperrt und daher unausweichlich voller Angst und ohne Glück ist. Um ein echtes Gefühl seines Selbst zu erlangen, muss er aus seiner Person ausbrechen. Er darf sich nicht länger an sich selbst als an ein Ding klammern. Er muss lernen, sich selbst im Prozess kreativen Antwortens zu erleben; das Paradoxe dabei ist, dass er bei diesem Prozess des Sich-selbst-Erlebens sich selbst verliert. Er transzendiert dann die Grenzen der eigenen Person, und im gleichen Augenblick, in dem er das Gefühl hat „*ich bin*“, hat er auch das Gefühl „*ich bin Du*“. *Ich bin eins mit der ganzen Welt.*

Konflikte und Spannungen akzeptieren

Eine weitere Voraussetzung (für ein authentisches Leben) ist die Fähigkeit, die sich aus Polaritäten ergebenden Konflikte und Spannungen zu akzeptieren, anstatt ihnen aus dem Wege zu gehen. Dieser Gedanke steht in völligem Widerspruch zu der heute gängigen Meinung, dass Konflikte möglichst zu vermeiden seien. Die gesamte moderne Erziehung läuft darauf hinaus, dem Kind die Erfahrung von Konflikten zu

ersparen. Alles wird ihm leicht gemacht, jeder behandelt ihn mit Nachsicht. Die ethischen Normen werden so nivelliert, dass es nur selten Gelegenheit bekommt, den Konflikt zwischen Wunsch und Norm zu erleben. Es ist ein allgemein verbreiteter Irrtum, Konflikte seien schädlich und daher zu vermeiden.

Das Gegenteil trifft zu. Konflikte sind die Quelle des Staunens, der Entwicklung der eigenen Kraft und dessen, was man als „Charakter“ zu bezeichnen pflegte. Vermeidet man Konflikte, so wird man zu einer reibungslos laufenden Maschine, bei der jeder Affekt sofort ausgeglichen wird, bei der alle Wünsche automatisch ablaufen und alle Gefühle verflachen.

Wir repräsentieren alle Möglichkeiten, welche die menschliche Rasse hat oder jemals haben wird, und doch realisieren wir in unserem kurzen Leben nur einen verschwindend kleinen Teil dieser Möglichkeiten. Wir schmieden Pläne und treffen Vorkehrungen und sind doch Zufällen unterworfen, die von unserem Willen und unserem Planen völlig unabhängig sind. Diese Konflikte gilt es, bewusst zu erkennen, sie tief zu erleben und sie nicht nur mit dem Verstand, sondern auch mit dem Gefühl zu akzeptieren. Werden sie verleugnet oder nur verstandesmäßig erlebt, so führt das zu einem oberflächlichen, nur am Rande verlaufenden Erleben.

Die Bereitschaft, täglich neu geboren zu werden

Authentisch zu leben ist die Bereitschaft, täglich neu geboren zu werden. Der Mensch hat Angst, den früheren Zustand aufzugeben, der Sicherheit bedeutete, und möchte doch einen neuen Zustand erreichen, der ihm die Möglichkeit gibt, seine eigenen Kräfte freier und vollständiger zu gebrauchen. *Jeder Geburtsakt erfordert den Mut, etwas loszulassen*, um schliesslich auf alle Sicherheiten zu verzichten und sich nur noch auf eines zu verlassen: auf die eigenen Kräfte, die Dinge wirklich wahrzunehmen und auf sie zu antworten.

Die Bereitschaft geboren zu werden – und das bedeutet die Bereitschaft, „alle Sicherheiten“ und „alle Illusionen“ aufzugeben – erfordert *Mut und Glauben*: Mut, die Sicherheiten aufzugeben; Mut, sich von den anderen zu unterscheiden und die Isolierung zu ertragen; Mut, sich um nichts zu kümmern als um die Wahrheit, und zwar um die Wahrheit nicht nur in Bezug auf das eigene Denken, sondern auch in Bezug auf das eigene Fühlen, Wollen, Wünschen und Handeln. Der Realität des eigenen Erlebens im Denken, Fühlen und Wollen sicher sein, darauf vertrauen und sich darauf verlassen können – das ist Glaube.

Aus Josef Rattners „Menschenkenntnis durch Charakterkunde“:

Das Problem der existentiellen Angst

„Da der Mensch zwischen Möglichkeiten wählen muss und nie all seine Möglichkeiten ausschöpfen kann, bleibt er der Welt und den Mitmenschen vieles schuldig. So ist die Entscheidung zu einer stringenten Lebensführung immer auch mit Angst verbunden. Die Sorge um das eigene Ich und die Welt, verbunden mit der Sorge um die Humanisierung der Mitwelt, führt zum eigentlichen Selbstsein. Dieses Selbstsein ist aber das dem Menschen zukommende Lebensziel, das ohne Angst nicht zu erreichen ist.

Es gelingt in der Masse, wie der Mensch lernt, sein Leben in konkreten Utopien zu leben. Der ängstliche Mensch stellt kompensatorisch masslose Wünsche an die Zukunft, die im Missverhältnis zu seiner meist kläglichen Vergangenheit stehen. Derjenige hingegen, der den Mut zum Selbstsein aufbringt, kann die ihm begegnende existentielle Angst ertragen und sich durch Entschlossenheit selbst verwirklichen. Loslösung von Traditionen, vergangener und vergänglicher Geborgenheit bedeutet nicht nur angsterfülltes Getrenntsein von den Mitmenschen, sondern auch eine Chance der aktiven Meisterung des Lebens durch wachsendes Ich-selbst-Sein, durch echte Selbstverwirklichung.“

Menschenkenntnis durch Charakterkunde

(von Josef Rattner, Bechtermünz Verlag, 1998)

Der Kern des Menschen

„Wir erblicken mit dem Dritten Auge das Innere eines Menschen, das Gefüge seiner Gefühle, Gesinnungen, Strebungen, Wertungen, deren Summe wir Ich, Selbst, Persönlichkeit oder Charakter nennen. Dieser ‚Personkern‘ ist in uns selbst und im Du schwer zugänglich und wird viel häufiger verkannt als erkannt. Ohne geduldige, gefühlsmässige Zuwendung hat man wohl kaum die Chance, derart ins Innere eines fremden Ichs Eingang zu finden. Die Gesinnungs- oder Lebensleitlinie einer Person ist immer hinter einer Fassade von konventionellen Verhaltensmustern, Zufallsreaktionen, erworbenen Gewohnheiten und auch berufs- und epochebedingten Haltungen verborgen; das ‚Wesen‘ eines fremden Individuums wird nur dann und wann im Spektrum der Beobachtungen sichtbar, und zwar ist es am ehesten erspürbar, wenn man in ‚liebender Kommunikation‘ mit dem Betreffenden steht und nichts an ihm herausfinden will. Testmethoden, Fragebogen, künstliche Prüfungsbedingungen treffen von vornherein nicht auf das ‚Personzentrum‘, welches allein den Schlüssel zum Verstehen des Mitmenschen bietet. Wahre Menschenkenner sind jene, die diese Summe der Detailbefunde lange ‚in der Schwebel‘ halten können und mit grösstmöglicher Behutsamkeit alles Beobachtete auf das ‚Personganze‘ beziehen, das in ihm zum Ausdruck kommt. Die Fantasie des Interpretieren, gezügelt von kritischem Verstand und wachsamem Gefühl, ist

hierbei von erstrangiger Bedeutung.“

Wahrnehmung und Erlebnis

„Der Mensch ist kein Chaos von Strebungen und Tendenzen; in seinen Trieben, Ausdruckserscheinungen, Gedanken und Überzeugungen steckt jeweils ein bestimmtes ‚Lebensgesetz‘. So wird etwa der Traurige nicht nur hängende Gesichtszüge, matte Augen, eine leise und dumpfe Stimme, sparsame Gesten, geringen Mitteilungsdrang usw. zeigen, sondern auch dazu passende Gedankengänge, Wertvorstellungen und eine spezifische Welt- oder Lebensanschauung. Die Einheit dieses Weltentwurfs oder Lebensstils wahrzunehmen, ist die erste Bedingung des aufmerksamen Erlebens und analytischen Wahrnehmens.“

Kommunikationsbedingungen

„Je nach dem, mit wem wir zusammen kommen, haben wir ganz andere Kindheitserinnerungen, Träume, Fantasien, Stimmungen und Gedanken als sonst. Zu jedem Menschen entwickeln sich andere Kommunikationsbedingungen, die bestimmen, was in dieser Beziehung lebendig wird und was nicht.“

Charakterforschung – ein Lebensstudium

„Am besten kommt man in diesem Studium voran, wenn man es zum Zwecke der ‚Selbsterkenntnis‘ und ‚Selbsterziehung‘ betreibt. Man soll die eigene Person und die Mitmenschen intensiv erforschen mit der Absicht, nicht nur ‚klug für ein nächstes Mal‘, sondern ‚weise für immer‘ zu werden. Wer dieses Ziel anstrebt, wird nach und nach die Geduld, die Heiterkeit des Gemüts und die Schärfe der Selbst- und Fremdbeobachtung erwerben, ohne die man den in jedem Kopfe vorhandenen Wust von Vorurteilen und überlieferten Irrtümern nicht abbauen kann. Ohne die ‚Selbstwerdung‘ der eigenen Persönlichkeit erschliesst sich dem Forscher nicht die Vielfalt individuellen Lebens und die Subtilität unserer kulturellen Verankerung. Studium der Individuen und Studium der Kultur-, Zivilisations- und Epochenstruktur stützt das Verständnis für den ganzen Menschen.“

Die Natur des Menschen

„Seine Natur ist dem Menschen nicht gegeben wie dem Tier, sondern sie ist ihm ‚aufgegeben‘. Er muss ‚sich selbst gestalten‘ durch seinen und in seinem Bezug zur Welt; und sein Dilemma besteht nicht in seiner naturgemässen Bösartigkeit, sondern in seiner ‚Eigenverantwortlichkeit‘.“

Identität

„Hat ein Mensch seine Identität gefunden, besitzt er etwas, das ihm niemand streitig machen kann. Der sich selbst verwirklichende Mensch verfügt über eine Kraftquelle, die wächst, in dem er davon abgibt. Mit sich identisch sein, heisst aber auch, die eigenen

Schwächen und Mängel anzunehmen, um sie nach und nach abzubauen zu können. Jeder, der in diese Richtung geht, weiss, wieviel Geduld und Energie Fortschritt kostet und wird deshalb den Unzulänglichkeiten seiner Mitmenschen verständnisvoll und solidarisch unterstützend gegenüberstehen.“

Personsein – Stadien des Individuationsprozesses:

1. Lebendiges Dasein (Selbsterkenntnis)
2. Individuelles Selbstsein (Wachstum)
3. Über-sich-hinaus-Sein (Selbstverwirklichung)

„Die Ganzheit (Personsein) des Menschen ist eine Stellungnahme des Individuums zur Welt und zur eigenen Existenz; ein Bekenntnis zu sich selbst als Gewordenen, Seienden und Werdenen. Ganz ‚Person sein‘ bedeutet auch, durch Niederlagen und Ablehnung hindurchzugehen, ohne an ihnen zu zerbrechen und sich nach und nach selbst erst zu dem zu machen, was man in Wahrheit ist. Jeder Mensch hat eine eigene ‚schöpferische Kraft‘ und ist nicht nur ein ‚Produkt seiner Umstände‘. Es kommt nur darauf an, was er aus seiner Vergangenheit, seinen Fähigkeiten und seiner Gegenwart für die Zukunft macht.“

Charakter-Eigenschaften bzw. Charakter-Quellen

Ehrgeiz, Eitelkeit, Geiz, Neid, Eifersucht, Wut und Zorn, Hass, Angst, Melancholie, Schwermut und Traurigkeit, Schüchternheit, Bequemlichkeit und Riesenerwartungen, Freude, Liebe, Der Zwangscharakter (in der modernen Gesellschaft)

Inhaltsverzeichnis

Einleitung von Rainer Funk	3
1. „Der Mensch erlebt sich selbst nicht mehr als etwas Eigenes.“	7
2. „Die Fragen, nicht die Antworten machen das Wesen des Menschen aus.“	6
3. „Freiheit – die authentische Realisierung der Persönlichkeit.“	6
4. „Das Selbst ist in dem Masse stark, wie es aktiv tätig ist.“	6
5. „Der Mensch verkauft nicht nur Waren, er verkauft sich selbst.“	6
6. „Der heutige Mensch ist vom Gefühl einer tiefen Ohnmacht erfüllt.“	6
7. „Den Unterschied zwischen dem Authentischen und dem Fassadenhaften sehen.“	6