

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

Existenz und Logos

Zeitschrift für sinnzentrierte
Therapie/Beratung/Bildung

Existenz und Logos — HEFT 29/2021

ISSN 0942-8569

HEFT 29 — 2021

Existenz und Logos

Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie · Beratung · Bildung

29. Jahrgang (Jahrgang 1-7: „Zeitschrift für Logotherapie & Existenzanalyse“) **Heft 29/2021**

Herausgeber:

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

Schriftleitung:

Dr. Peter Suchla

Satz und Druck:

schwarz auf weiss, Freiburg

Umschlaggestaltung:

Finken & Bumiller, Stuttgart

Die Zeitschrift umfasst folgende Gebiete:

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

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

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

ISSN 0942-8569

Editorial

In eigener Sache 3

Logos-Notizen

„Bloß nicht alt werden“
Plädoyer für eine Einstellungsänderung 5

I. Beiträge

Ulla Spaleck/Gottfried Matthias Spaleck

„Nie war es so wertvoll wie heute ...“
Zur Bedeutung des Menschenbilds Viktor Frankls als
Paradigmenwechsel in Zeiten globaler Krisen 13

Peter Suchla

Wie Partnerschaft gelingen kann
20 Bausteine für ein erfülltes Zusammenleben 40

Karlheinz Biller

Sinn als ein „Da-Zwischen“
Ein Interview 76

II. Logos-Geschichten

Norbert Kremser

Wege des Lebens 114

III. Rezensionen

Ferencz, Benjamin, „Sag immer deine Wahrheit“ (*Uwe Seeber*) . . 119

Diegelmann, Christa / Isermann, Margarete / Zimmermann, Tanja,
Therapie-Tools Psychoonkologie (*Peter Suchla*) 123

Inhalt

- Holm-Hadulla, Rainer Matthias**, Integrative Psychotherapie. Ein schulenübergreifendes Modell anhand von exemplarischen Geschichten aus der Praxis (*Otto Zsok*) 125
- Jähner, Harald**, Wolfszeit: Deutschland und die Deutschen 1945–1955 (*Uwe Seeber*) 135
- Jung, Rüdiger Heinrich**, Besinnt Euch! Ein Plädoyer für das Menschliche (*Gottfried Matthias Spaleck*) 137
- Kolbe, Christoph/Dorra, Helmut**, Selbstsein und Mitsein. Existenzanalytische Grundlagen für Psychotherapie und Beratung (*Otto Zsok*) . 139
- Linklater, Kristin**, Meisterwerk Stimme. Entfaltung und Pflege eines natürlichen Instruments (*Beate R. Suchla*) 148
- Precht, Richard David**, Künstliche Intelligenz und der Sinn des Lebens (*Otto Zsok*) 151
- Reitinger, Claudia**, Zur Anthropologie von Logotherapie und Existenzanalyse. Viktor Frankl und Alfred Längle im philosophischen Vergleich (*Otto Zsok*) 161
- Schüßler, Werner**, Warum die Welt nicht alles ist. Was wir von der Philosophie lernen können (*Jörg Zimmermann*) 179

IV. DGLE-Nachrichten

- Otto Zsok
Gedanken zu einer sinnwidrigen Konflikt-Konstruktion 187

Hinweise für Autorinnen und Autoren der Zeitschrift „Existenz und Logos“ . . 207

EDITORIAL

In eigener Sache

Es gibt sehr aufmerksame Leser dieser Zeitschrift. So schrieb ein Kollege, dass er neulich einen Beitrag von Renate Deckart über Ängste gesucht und in Heft 2 aus dem Jahr 2004 auch gefunden hätte. Beim Lesen sei ihm aber aufgefallen, dass sich das damalige Schriftbild sehr viel schlechter lesen lasse als das der heutigen Hefte (er verglich S. 20/21 aus Heft 2/2004 mit S. 30/31 aus Heft 28/2020).

In der Tat habe ich als Schriftleiter die Zeitschrift im Laufe der Jahre verändert, nicht nur wurde die Zählweise der Hefte dem internationalen Standard angepasst, sondern auch die Optik der Zeitschrift kontinuierlich weiterentwickelt und das Schriftbild nach und nach neu gestaltet: Seitenränder vergrößert (entsprechend dem goldenen Schnitt), Schrift vergrößert, Zeilenlänge gekürzt, Abstände zwischen den Zeilen (der sog. Durchschuss) vergrößert, Seitenzahlen abstandsmittig nach oben gerückt usw., alles mit dem Ziel, weg von einer ermüdenden Buchstabenwüste hin zu einem lesefreundlichen Seitenbild zu kommen. Dies geschah Schritt für Schritt, war daher unauffällig – schön, wenn das Ergebnis dennoch registriert und für gut befunden wird.

Mit diesem Heft nun möchte ich mich als Schriftleiter der Zeitschrift „Existenz und Logos“ verabschieden. Es war mir in der Tat eine Ehre, dieses Ehrenamt (man bezieht dafür kein Gehalt) 18 Jahre lang auszuüben – als meine persönliche Art der Unterstützung der DGLE. Dankbar bin ich für die zahlreichen positiven Rückmeldungen der Leserinnen und Leser, die mir stets den Rücken stärkten, wenn ich wieder einmal über den Zeitaufwand stöhnte (ca. 60 Stunden pro Heft), wenn Terminzusagen für Beiträge nicht eingehalten, wenn halbfertige Texte eingereicht wurden oder auch Texte, die fernab von jeglicher Lebenspraxis über irgendeinen mysteriösen Sinnbegriff spekulierten, den Frankl definitiv nicht vor Augen hatte. Meine Aufgabe als Schriftleiter

habe ich darin gesehen, die Zeitschrift eines *Berufsverbands* zu gestalten (in klarer Unterscheidung etwa zur Zeitschrift eines Universitätsfachs), und zwar so, dass nicht nur deutlich wird, dass und wie sich Frankls Einsichten beruflich einsetzen lassen (statt nur darüber zu theoretisieren), sondern auch so, dass sich die unterschiedlichen Berufsfelder der DGLE-Mitglieder darin spiegeln und möglichst viele Mitglieder Anregungen für ihren eigenen Beruf in den Beiträgen finden können.

Wenn ich das Ehrenamt des Schriftleiters jetzt abgebe, dann nicht, weil mir die Freude daran abhanden gekommen wäre oder mich anderes am Weitermachen hindern würde, sondern weil ich gerne der jüngeren Generation die Möglichkeit geben möchte, die Zeitschrift zu gestalten. Die hervorragenden Ausbildungsinstitute der DGLE haben über die Jahre hin viele qualifizierte Logotherapeutinnen und Logotherapeuten hervorgebracht (weshalb sich ja in fast jedem Zeitschrift-Heft der letzten Jahre ein Beitrag findet, der einer Logotherapie-Abschlussarbeit aus den DGLE-Instituten entstammt). Und ich gehe davon aus, dass unter diesen Absolventen der eine oder die andere daran interessiert ist, sich mit eigenen Ideen in die Gestaltung der Zeitschrift einzubringen, so wie es auch mir vergönnt war, die Zeitschrift zu gestalten. Selbstverständlich bin ich gerne bereit, weiterhin für die Zeitschrift Beiträge zu schreiben (sofern die neue Schriftleitung daran interessiert ist), die aus der Sicht meines eigenen Berufes, heißt: aus *psychotherapeutischer* Sicht, zeigen, wie Logotherapie das Leben bereichert.

Mit großem Dank für das all die Jahre mir entgegengebrachte Vertrauen – nicht zuletzt von Seiten des Vorstands der DGLE – grüße ich alle Leserinnen und Leser ein letztes Mal in der Funktion als verantwortlicher Schriftleiter von „Existenz und Logos“ und bleibe

Ihr Peter Suchla

LOGOS-NOTIZEN

„Bloß nicht alt werden!“

Plädoyer für eine Einstellungsänderung

Was man heute über
junge Menschen sagt,
wenn bei ihnen etwas
Negatives auffällt

↔

Was man heute über
alte Menschen sagt,
wenn bei ihnen exakt
dasselbe auffällt:

zerstreut/vergesslich/
nicht bei der Sache

↔

„dement“

zwei linke Hände/ungeschickt

↔

tatterig

gelangweilt

↔

abgestumpft

zarte, zerbrechliche Knochen

↔

„Osteoporose“

traurig

↔

depressiv

unkonzentriert

↔

gebrechlich

zu faul zum Lernen

↔

zu alt zum Lernen

müde/kaputt/energielos

↔

altersschwach

unvorsichtig/unüberlegt

↔

alt geworden/unfähig

schlechtes Gedächtnis

↔

Gedächtnisschwund

hat das Beste noch vor sich

↔

hat das Beste hinter sich

kann sich noch entwickeln

↔

zu alt für Neues

usw.

usw.

(„dement“ und „Osteoporose“ stehen in Anführungszeichen, weil ich an dieser Stelle nicht Krankheitsdiagnosen damit bezeichne, sondern diskriminierende Etikettierungen)

Man sieht daran, dass wir zum einen definitiv mit zweierlei Maß messen, und dass wir zum anderen ein gnadenlos schlechtes Bild vom Altwerden haben und dieses Bild ständig in unser aller Köpfe verankern, damit auch der letzte endlich einsieht, dass das Altwerden einfach nur schrecklich ist.

Das Paradoxe ist, dass sich merkwürdigerweise niemand wünscht, in der Mitte des Lebens zu sterben, alle möchten alt werden und konsumieren daher pausenlos Anti-Aging-Pillen, -Salben, -Speisen und -Ratschläge. Alt werden *und* dabei jung bleiben – muss doch irgendwie zu machen sein ...

Wer mit offenen Augen durch unser Land geht, sieht, dass das längst der Fall ist, dass also die Menschen immer älter werden und alte Menschen immer jünger aussehen. Früher sah ein 70jähriger Mann wirklich alt aus, tief zerfurchtes Gesicht, krummer Rücken, zahnlos, schwerhörig – heute sieht ein 70jähriger aus wie früher die 50jährigen, und wenn man an die Kleidung denkt, wird man meist feststellen, dass Großmutter und Enkelin exakt dieselbe Jugendkultur-Kleidung tragen und man beim Anblick zuweilen im ersten Moment nicht weiß, wer von beiden jung oder alt ist.

Leider ziehen die wenigsten daraus Schlüsse für unser Bild vom Altwerden, kaum jemand korrigiert das eingangs in der Gegenüberstellung ersichtliche negative Bild. Wo man auch hinschaut: Wenn Menschen übers Altwerden reden, dann in der aufgelisteten Weise: das Alter – tatterig, „dement“, abgestumpft, depressiv, Gedächtnisschwund, zu alt zum Lernen, zu alt für Neues usw. Und dieses negative Bild übers Altwerden findet sich bei *allen* Altersstufen, auch Menschen in einem hohen Alter haben oft genau diese aufgelisteten Meinungen von sich selbst und sind davon überzeugt. „Nein, nein, dafür bin ich zu alt“, heißt es oft, oder: „Dafür ist mein Gedächtnis nicht mehr gut genug“, oder: „Das hätte ich in jungen Jahren lernen sollen, heute ist es zu spät“. Sätze wie diese sind so verbreitet, dass man verzweifeln könnte.

Warum verzweifeln? Deshalb, weil wir heute aus der Hirnforschung der letzten 20 Jahre unglaublich viele Erkenntnisse übers Altwerden sam-

meln konnten, die alle das Gegenteil dieses negativen Bildes zeigen. Denn bis ans Lebensende können wir dazulernen und haben dann immer noch mehr als genug Hirnzellen übrig, die wir nie gebrauchen. Und bis ans Lebensende bilden sich immer wieder neue Nervenverbindungen in unserem Gehirn, und zwar nicht, wie immer noch von vielen vermutet, nach irgendwelchen vorgegebenen Bauplänen, sondern – und diese Entdeckung der Hirnforschung war eine wirkliche Überraschung – sie bauen sich danach auf, wie wir unser Gehirn *gebrauchen*, also danach, wie und wofür wir es besonders gern und intensiv *nutzen*. Unser Gehirn entwickelt sich *nutzungs-abhängig und erfahrungs-abhängig*. Das heißt: Das, was uns bedeutsam erscheint, woran wir Freude haben, was uns wichtig ist, das regt unser Gehirn stärker an zum darauf abgestimmten Nerven-Wachstum als anderes. Wer sich für etwas begeistert, bekommt nach und nach ein Gehirn, mit dem er sich dem, wofür er sich begeistert, besonders gut widmen kann – und zwar bis ans Lebensende, es gibt keinen Lernstopp im Gehirn. Wer also mit 80 Jahren noch Lust hat, eine Fremdsprache, Tanzen oder Reiten zu lernen oder ein Psychologie-Studium zu absolvieren, kann das genauso gut wie mit 20 oder 40 Jahren.

Genauso gut? Das kann nicht sein! Lernen nicht Kinder deutlich schneller als alte Menschen? So dachte man früher in der Tat, bis jemandem auffiel, wieviel Schuljahre Kinder eigentlich fürs Lernen benötigen – und selbst danach beherrschen sie oft genug weder ihre Muttersprache noch Mathematik noch Englisch usw. Erwachsene lernen deutlich schneller, weil sie die Lernmechanismen besser beherrschen und ihr Gehirn aufgrund der gemachten Lern-Erfahrungen mehr Parallelen ziehen kann und mehr interne Hilfskonstruktionen fürs Lernen bereitstellt. Das einzige, was den Erwachsenen tatsächlich fehlt im Vergleich zu den Kindern, ist die viele Zeit, die Kindern fürs Lernen zur Verfügung steht ...

Aber wie ist es mit *sportlichen* Leistungen? Da, wenigstens, müssen doch die Älteren zurückstehen, oder? Dachte man ebenfalls früher, bis jemand untersuchte, warum z.B. Berufsfußballer meist mit ca. 35 Jahren ihren Beruf an den Nagel hängen. Das Ergebnis war, dass sie keine Lust mehr

hatten, sich für Fitness weiterhin zu quälen, nicht, weil sie sich jetzt mit 35 mehr quälen müssten als früher, sondern weil ihnen das Sich-Quälen früher leichter fiel, weil es früher weniger von ihnen infrage gestellt wurde, weil sie früher nicht wussten, dass es auch ein Leben ohne den Sport gibt, ein Leben ohne Sich-Quälen. Im übrigen ist es unsinnig, die Fitness eines 20jährigen Berufsfußballers mit der Fitness eines, sagen wir, 60jährigen Feinmechanikers zu vergleichen. Der 20jährige Berufsfußballer hat die Fitness, die man für den Fußball-Sport benötigt, also eine hoch-spezialisierte Fitness, die man mit allgemeiner Rund-um-Fitness, die ein 60jähriger haben kann, nicht in einen Topf werfen darf. Und wenn man beides dennoch miteinander vergleicht, wird man sagen müssen, dass eine allgemeine Rund-um-Fitness um vieles hilfreicher und lebensdienlicher ist. Zu dieser allgemeinen Rund-um-Fitness gehört z.B., wie man aufgrund größerer Lebenserfahrung denkt, fühlt, Dinge interpretiert, wie man mit Belastungen und Verletzungen umgeht, es gehört Durchhaltevermögen dazu und die Fähigkeit zur Leistungsregulation, aber auch wie man zu sich selber steht, wie viel Verständnis man für seinen Körper hat usw. Schon bei der Fähigkeit, körperlich und geistig mit *Stress* umzugehen, würde so mancher 60jährige den 20jährigen Berufsfußballer alt aussehen lassen. Aber merkwürdigerweise interessiert sich heutzutage niemand dafür, welch enorme körperliche Leistung auch im hohen Alter möglich ist. Bekanntlich findet nur, wer sucht. Und wenn niemand sucht, geraten auch all die Möglichkeiten für hohe geistige und körperliche Leistungen alter Menschen erst gar nicht in den Blick – so dass alte Menschen bei uns oft selbst nicht mehr an ihre Leistungsfähigkeit glauben.

Aber sind denn nicht die Alten- und Pflegeheime „voll von gebrechlichen Menschen“, wie es so oft heißt? Leider macht sich kaum jemand die Mühe, darüber nachzudenken, wie viel alte Menschen es in Deutschland eigentlich gibt und wie wenig davon in Pflegeheimen leben. In diesem Land leben ca. 80 Millionen Menschen, davon befinden sich in den Pflegeeinrichtungen gerade einmal ca. 850.000 Senioren, das ist knapp über 1 (!) Prozent der Gesamtbevölkerung, buchstäblich nur 1 Prozent. Der Anteil der über 60-Jährigen an der Gesamtbevölkerung beträgt aber bei uns ca. 22 Prozent.

Aber wird nicht bei alten Menschen die Haut runzelig, das Haar schütter und das Bindegewebe schlaffer? Die ganze jugendliche Schönheit schwindet doch dahin, oder etwa nicht? Ja, stimmt genau, und zwar in exakt dieser Formulierung: Das, was schwindet, ist die *jugendliche* Schönheit, und was im Alter beginnt, ist eine *neue* Form von Schönheit, die man bei Menschen in der Jugend nicht findet, eine neue Form, die sich nicht aus der jugendlichen Schönheit ableitet, sondern ihren eigenen Charakter hat. Wer darauf achtet, wird merken, dass einem schöne junge Menschen auffallen – und dass einem ebenfalls schöne alte Menschen auffallen, und dass beides nicht vergleichbar ist. Zwar empfinden wir nicht alle jungen Menschen als schön und auch nicht alle alten Menschen. Aber jedes Alter hat seine *eigene* Schönheit, auch wenn man die Schönheit alter Menschen nicht so recht beschreiben kann, weil unser Gehirn daran gewöhnt ist, dass beim Wort „Schönheit“ sofort das Bild der *jugendlichen* Schönheit vor unserem inneren Auge steht. Und doch spüren wir beim Anblick schöner alter Menschen diese besondere Art ihrer Schönheit, wir können sie nicht so recht in Worte fassen, doch sie existiert, man kann sie wahrnehmen ...

Aber es gibt doch richtige Alterskrankheiten wie Alzheimer, Diabetes, Prostata-Krebs und andere Krebsarten, oder nicht? Doch, die gibt es, so wie es ja auch genügend Kinderkrankheiten gibt. Leider vergessen viele, dass Krebs eine Krankheit ist, die nicht nach dem Alter der Betroffenen fragt, sondern sämtliche Altersgruppen betrifft, und wenn sämtliche, dann natürlich auch die Gruppe der älteren Menschen, daran ist nichts Ungewöhnliches.

Aber ist und war denn nicht die Kindheit, die Jugend und das junge Erwachsensein viel schöner als die Zeit jetzt im Alter? Vorsicht: Dieser Gedanke spiegelt nicht die Wirklichkeit, sondern er spiegelt die spezielle Konstruktion unseres Gedächtnisses. Die Evolution hat unser Gedächtnis nämlich so konstruiert, dass die positiven Ereignisse länger und besser haften bleiben als die negativen. Darauf beruht ja der bewährte Ausspruch „Zeit heilt Wunden“. Im Zeitalter der Computer-Terminologie kann man diese Eigenschaft unseres Gedächtnisses auch so beschreiben,

dass unsere Erinnerung immer zuerst die positiven Eindrücke der Vergangenheit abgreift. Genau diese Konstruktion unseres Gedächtnisses aber lässt unsere Jugend-Vergangenheit viel schöner erscheinen als sie je war und rückt auf diese Weise die Alters-Gegenwart in ein schlechteres Licht (der Fachterminus heißt „Rückschau-Fehler“). Es wäre gut, genau daran zu denken, wenn man als älterer Mensch anfängt, Vergleiche zu früher zu ziehen, fast immer gerät man dabei in diesen Rückschau-Fehler.

Aber heißt es nicht in sämtlichen Medien, dass die über 65-jährigen gesundheitlich eine „Risikogruppe“ darstellen? Ja, das liest man allerorten und verfällt dabei in denselben Fehler wie oben beim Fehlschluss von den pflegebedürftigen alten Menschen in Pflegeheimen auf die Gesamtheit aller alten Menschen. Pflegebedürftige alte Menschen sind in der Tat eine Risikogruppe, aber nur ein extrem kleiner Teil der über 65-jährigen ist pflegebedürftig. Für die weitaus überwiegende Mehrheit der über 65-jährigen gilt vielmehr, dass diese Gruppe heute den besten Gesundheitszustand aufweist, den jemals eine Kohorte von Älteren besessen hat, und dass sie über das am besten angepasste Infektionsschutzverhalten sämtlicher Altersgruppen verfügt.

Ich will an dieser Stelle abkürzen, auch wenn es noch viele weitere dieser „Aber“-Bedenken gäbe. Alle diese Bedenken zeigen ohne Ausnahme in dieselbe Richtung: auf ein *negatives* Bild vom Altwerden. Dieses Bild ist jedoch ein gesellschaftliches Konstrukt, dasselbe Konstrukt wie das von Frauen als dem „schwachen Geschlecht“. Das Konstrukt des angeblich schwachen Geschlechts ist zum Glück heute im Fokus unserer Aufmerksamkeit, und mehr und mehr setzt sich die Erkenntnis durch, dass die herkömmliche, patriarchalisch dominierte Rolle der Frauen, also das Konstrukt des angeblich schwachen Geschlechts, von gestern ist. Das gleiche sollte aber auch für unser Alters-Konstrukt gelten, es wird höchste Zeit, dass wir auch darauf unsere Aufmerksamkeit richten und unsere Einstellung über das Alter korrigieren.

Wer an allen Straßen-Ecken gebrechlich-alte, schwer atmende Menschen sieht, die sich mühsam auf ihren Rollator stützen, ist dem der-

zeitigen Alters-Konstrukt bereits auf den Leim gegangen. Das gilt auch für den Altenpfleger im Pflegeheim oder den Arzt auf der gerontologischen Abteilung einer Klinik. Denn die *nicht* gebrechlichen, körperlich fitten alten Menschen sind 20fach in der Mehrzahl, fallen aber nicht auf, weil sie keinen Rollator vor sich herschieben, nicht in einem Pflegeheim oder einer Klinik sind. Was nicht auffällt, dringt nicht in unser Gehirn, wird also von unserem Gehirn nicht verarbeitet und ist uns daher nicht bewusst. Das hat die Natur gut eingerichtet, denn wenn wir pausenlos sämtliche möglichen Bilder, Töne, Gerüche und sonstigen Empfindungen registrieren und bearbeiten würden, würden wir durchdrehen. Daher nehmen wir nur das wahr, worauf wir gerade unsere Aufmerksamkeit richten. Dieser Aufmerksamkeits-Scheinwerfer (in der Fachsprache „Aufmerksamkeitsfokussierung“) ist der Schlüssel für unsere gesamte Wahrnehmung und daher auch der Startpunkt für all unsere Gehirnaktivitäten.

Gibt es einen Weg, wie man vermeiden kann, dem momentanen Alters-Konstrukt unserer Gesellschaft auf den Leim zu gehen? Ja, den gibt es, er heißt: eine neue Aufmerksamkeitsfokussierung, eine neue Ausrichtung unserer Aufmerksamkeits-Scheinwerfer. Das bedeutet, von jetzt an überall *ganz bewusst* Ausschau zu halten nach Fakten, die dem vorherrschenden Alters-Konstrukt *zuwiderlaufen*. Man wird dann – aber nur dann – ziemlich schnell feststellen, dass es von diesen Fakten mehr als genug gibt. Wer weiß z. B., dass unter den Pilgern nach Santiago de Compostela, die in der Regel ca. 800 Kilometer am Stück wandern, 20 % (nicht 2, sondern 20!) über 60-Jährige sind? Das entspricht annähernd dem 22%igen Anteil der Über-60-Jährigen an der Bevölkerung in unserem Land, woraus folgt, dass in diesem Anteil ähnlich viele Leistungsträger sind wie in anderen.

Der größte Feind jeder neuen Aufmerksamkeitsfokussierung sind freilich wir selber, zäh und beharrlich halten wir in der Regel an unseren Konstrukten fest (dafür gibt es sogar einen eigenen Begriff mitsamt entsprechenden Studien: „Status-quo-Bias“). Es ist geradezu körperlich unangenehm, sich von solchen langjährigen Konstrukten zu tren-

nen, man windet sich förmlich, sucht irgendwo in einer Kopfecke nach Gründen, es nicht tun zu müssen. Deshalb ist es auch viel einfacher und mit deutlich mehr körperlichem Wohlgefühl verbunden, dieses gewohnte bisherige Alters-Konstrukt beizubehalten, jenes üble Konstrukt, das besagt: tatterig, „dement“, abgestumpft, Gedächtnisschwund, zu alt zum Lernen, zu alt für Neues u. dgl. Aber mit diesem bisschen Wohlgefühl des Festhaltens am Gewohnten schaden wir uns kolossal selbst, bringen wir uns um den Genuss der schönsten Lebensjahre.

Der schönsten? Wer jetzt in sich massive Zweifel aufsteigen spürt, Zweifel daran, dass uns das Alter die schönsten Lebensjahre beschert, mehr noch: bei wem dieser Gedanke eine Art schlechtlaunigen Unwillen hervorruft, der ist noch mit Haut und Haar im herrschenden negativen Alters-Konstrukt gefangen. Es lohnt sich aber, daraus auszubrechen. Konstrukte sind nicht für die Ewigkeit. Kaum jemand hält sich z. B. vor Augen, dass vor 100 Jahren das damals herrschende negative Frauenkonstrukt sogar die Frauen selbst massiv daran zweifeln ließ, dass aus Männerberufen jemals Männer- *und* Frauenberufe werden könnten. Und doch gibt es bei uns heute keinen Beruf mehr, den nur Männer ausüben können. Dem bei uns derzeit herrschenden Alters-Konstrukt sollte es nicht besser ergehen, helfen Sie mit! Und das erste, was Sie tun können, ist, aus der am Anfang dieses Textes stehenden Liste alle Ausdrücke der rechten Seite zu streichen und stur, wirklich stur, für Jung und Alt nur noch die Ausdrücke der linken Seite zu benutzen. Das fällt Ihnen schwer? Weil hin und wieder auch ein Ausdruck der rechten Seite zutrifft? Tun Sie es trotzdem, denn entscheidend ist nicht, dass etwas vorkommt, sondern welche Schlüsse man daraus zieht. Und wer den Schluss zieht, dasjenige, was auf der rechten Seite steht, sei *typisch* fürs Alter und trifft mehr oder weniger alle, die alt werden, liegt nachweislich falsch und steckt noch tief im derzeitigen Alters-Konstrukt. Viktor Frankl ging unbeirrbar davon aus, dass wir unsere Einstellungen ändern können. Unsere Einstellung über das Alter hätte er davon nicht ausgenommen ...

Peter Suchla

I. BEITRÄGE

Ulla Spaleck/Gottfried Matthias Spaleck

„Nie war es so wertvoll wie heute....“

Zur Bedeutung des Menschenbilds Viktor Frankls als Paradigmenwechsel in Zeiten globaler Krisen

Zusammenfassung

Der Beitrag beschreibt, dass die Menschheit aktuell mit zahlreichen Krisen konfrontiert ist, deren augenscheinlichste die momentane pandemische Krise ist. Krisen sind Chancen für eine Bewusstseinsweiterung. Vom Menschen gemachten Krisen liegen meist funktionale, reduzierende Menschen- und Weltbilder zugrunde. Das logotherapeutische Menschenbild beinhaltet die Möglichkeit eines psychischen und geistigen Blickwinkels. Der globale Umgang mit der gegenwärtigen pandemischen Krise erfolgt überwiegend auf der psychischen Ebene. Dies wird für die Bereiche der Grundrechte, des Umgangs mit der Natur, der Einstellung zum Phänomen „Angst“, der Haltung zur Gegebenheit der menschlichen Sterblichkeit, der Stellung der Wissenschaft und der Digitalisierung aufgezeigt. Ein Grundphänomen dieser und anderer Krisen ist eine „Krise der Beziehung“. Die Ur-Geste von Beziehung ist die Beziehung zu Gott. Die Beziehung zur Sphäre der Werte stellt jenseits aller Religionen ein einigendes Band für die Menschheit dar. Deshalb ist das Menschenbild der Logotherapie auch aktuell von herausragender Bedeutung.

Schlüsselwörter: Logotherapie, Existenzanalyse, Krisenbewältigung, Menschenbild, psychische und geistige Dimension, Werteorientierung, existenzielle Religiosität, Beziehung, Bewusstseinsweiterung.

Den älteren unter Ihnen, verehrte Leserin, verehrter Leser, dürfte die Überschrift dieses Aufsatzes als Werbeslogan für einen Melissengeist noch in Erinnerung sein. Das alte Hausmittel sollte in Zeiten gesundheitlicher Instabilität Linderung bringen. Dass unsere aktuelle Zeit weltweit mit gesundheitlicher Instabilität verbunden ist, ist evident, wobei es offensichtlich eines Geistes ganz anderer Qualität bedarf, um krisenhafte Geschehnisse wie die aktuelle Pandemie nachhaltig zu be-

einflussen. Das Phänomen der Instabilität geht weit über den Bereich von Krankheit und Gesundheit hinaus. Existentielle Krisen erlebt die Menschheit momentan auch im Bereich des Klimas, der Umwelt, der Wirtschaft, der Wissenschaft und des sozialen Miteinanders.

Es hat den Anschein, als böten die etablierten, herkömmlichen Menschen- und Weltbilder, seien sie bewusst oder unbewusst, keine ausreichende Grundlage für nachhaltige Lösungen dieser Krisenfelder. Im Gegenteil: die Ursachen der beschriebenen Problembereiche scheinen eng mit den etablierten Menschenbildern verknüpft zu sein.

Menschenbilder bilden die Hintergrundfolie für alle menschlichen Handlungen und Haltungen. Meist sind sie unreflektiert und unbewusst. Sie lassen sich vielleicht grob in zwei grundsätzliche Richtungen unterteilen, in Menschenbilder, die den Menschen als funktionales Wesen beschreiben, und in Menschenbilder, die den Menschen in seiner Existenzialität erfassen.

Hier erscheint uns das von Viktor Frankl beschriebene Menschenbild ein hilfreicher Beitrag dazu zu sein, wie die unausweichlich vor uns stehenden notwendigen Veränderungen in Richtung einer menschenwürdigen, nachhaltigen Gestaltung angegangen werden können.

Krisen überall

Es sieht so aus, als sei die Menschheit von Krisen geradezu umzingelt. Mittlerweile ist es wohl auf allen Kontinenten erlebbar, dass Wetter und Klima sich verändern. Wissenschaftler stellen apokalyptische Szenarien in Aussicht, wenn keine drastischen Veränderungen menschlichen Verhaltens eintreten. Trotz geäußerter Veränderungsbereitschaft geschieht von verantwortlicher Seite (dies meint nicht nur politisch oder wirtschaftlich Verantwortliche, sondern wohl uns alle) offensichtlich zu wenig oder nichts. Teppiche von Plastikmüll, so groß wie ganze Bundesländer, breiten sich auf den Weltmeeren

und mittlerweile in den Körpern von Tieren und Menschen aus. Die Entsorgung der hochgefährlichen, vom Menschen hergestellten radioaktiven Substanzen ist so ungelöst wie am Tage ihrer Einführung. Die Menge der für die Herstellung von Waffen eingesetzten Ressourcen steigt unaufhörlich. Der Zugang zu gesundem Trinkwasser wird für immer größere Teile der Menschheit zu einem Problem. Die Schere zwischen armen und reichen Teilen der Weltbevölkerung klafft heute so weit wie noch nie in der Menschheitsgeschichte auseinander. Seit über einem Jahr ist das Leben der Weltgemeinschaft durch die Corona-Pandemie und den Umgang damit in beispielloser Weise eingeschränkt, mit ungewisser Perspektive.

Die Liste der bedrohlichen aktuellen Umstände ließe sich lange fortsetzen; jeder von uns kennt diese Gegebenheiten, die Grund für Sorge sein können und bei zahlreichen Menschen den Blick auf konstruktive Möglichkeiten verstellen.

Sinn in der Krise

Viktor Frankl hat in überzeugender Weise beschrieben, dass die Möglichkeit des Ja-Sagens zum Leben auch in scheinbar aussichtsloser Situation nicht erlischt. Wenn Menschen in persönliche Krisen geraten, etwa durch eine Erkrankung, ist die Frage angebracht, welche Sinnmöglichkeit sich hinter der belastenden oder gar bedrohlichen Situation verbirgt. Diese Perspektive gilt wohl auch für kollektive Ereignisse wie die oben beschriebenen, zumal diese Geschehnisse uns letztlich alle auch individuell betreffen. Dabei bleibt festzuhalten, dass es der freien Entscheidung des Menschen unterliegt, ob eine Krise zu einer Erweiterung seiner Existenz führt oder abkippt ins Destruktive bis hin zum Tödlichen. Krise bedeutet Chance und Gefahr zugleich.

Versuchen wir also einen Blick hinter die Kulissen des „Bedrohlichen“. Was könnte angefragt sein von uns, individuell und gemeinschaftlich? Was will „anders“ werden? Welches „Neue“ wartet auf uns?

Psyche und Geistige Person

Anders als bei den zu seiner Zeit etablierten Psychotherapieformen legte Viktor Frankl seinem Ansatz ein klar definiertes Menschenbild zugrunde. Das bahnbrechend Neue daran war, dass Frankl erkannte, dass der unsichtbare Bereich des Menschen zwei unterschiedlichen Dimensionen angehört, die scharf voneinander zu trennen sind. Es gibt demnach einen bedingten, formbaren Bereich (die Psyche) und eine unbedingte, freie, schöpferische, existenzielle Sphäre, die den Ausgangspunkt der Persönlichkeit jedes einzelnen Menschen bildet (Geistige Person).

Es lässt sich beobachten, dass der Mensch sich in der Dimension der Psyche als getrennt erlebt vom Geistigen, vom Ganzen. Er lebt in der Wahrnehmung der Unsicherheit seines Lebens und steht somit vor der Notwendigkeit, sich vor den ihm bedrohlich erscheinenden äußeren Gegebenheiten schützen zu müssen. Die äußere Welt wird dabei zum Objekt gemacht und eingeteilt in positiv und negativ, gefährlich und ungefährlich, nützlich und unnützlich. Das Selbstbild des Menschen im psychischen Modus entspricht dem des „Ego“.

Als Geistige Person lebt der Mensch in der Wahrnehmung der Verbundenheit. Als solcher tritt er mit der überpersonalen Sphäre der Werte in Verbindung und verantwortet seine Entscheidungen. Die äußere Welt wird als verwandt und nicht als fremd erlebt. Das Selbstbild des Menschen in der geistigen Sphäre ist das eines selbstverständlichen Teil-Seins der Schöpfung. Als freies Wesen wählt der Mensch, bewusst oder unbewusst, aus welcher der beiden Bereiche er seine Handlungen motiviert. Diese Wahlmöglichkeit geht vom einzelnen Menschen aus und wirkt im Weiteren innerhalb der Entscheidungen von Menschengruppen bis hin zu Institutionen und Regierungen.

Im Weiteren wird der Frage nachzugehen sein, inwieweit aktuell beobachtbare Phänomene im Bereich der Wissenschaft, des Sozialen, der Politik u.a. sich aus dem psychischen oder im geistigen Bereich des Menschen ableiten. Davon wird wohl maßgeblich bestimmt sein, inwieweit die „Antworten“, die wir als Einzelwesen oder als Personen innerhalb von Institutionen bis hin zu Regierungen geben, lebensfördernd,

lebendige Gegenwart ermöglichend und damit Krisen lösend sind oder destruktiv, lebensverneinend und dadurch Krisen verstärkend.

Erlösung der Begriffe

Die Notwendigkeit der Unterscheidung zwischen psychischem und geistigem Hintergrund betrifft in vorrangiger Weise auch den Umgang mit Begriffen. Aktuell ist im öffentlichen Raum eine zunehmende Unklarheit bei der Verwendung zentral bedeutsamer Begriffe zu beobachten. Der Begriff der Freiheit etwa beinhaltet vom Geistigen her die Erkenntnis, dass ich als Mensch in meiner Freiheit nicht verbindungslos für mich alleine agiere, sondern dass ich anderem gegenüberstehe: der „Welt“ mit der unfassbaren Vielfalt ihrer Formen, anderen Menschen, die in gleicher Weise frei sind wie ich, und der Sphäre der Werte, aus der heraus ich in meiner Freiheit unablässig angesprochen bin.

Vom Psychischen her erlebt wird Freiheit als grenzenlose Möglichkeit des eigenen Handelns aufgefasst, ohne Bezugnahme zu einem Gegenüber. Dieser so verstandene Freiheitsbegriff bildet offensichtlich ein wesentliches Fundament des gegenwärtigen Wirtschaftssystems, bei dem es als erstrebenswertes Ziel gilt, dass der einzelne seine Möglichkeiten und materiellen Ressourcen unbegrenzt ausweiten kann, ohne Einbezug dessen, was dieses Vorgehen für andere Menschen und die Natur als Konsequenzen nach sich zieht. Diese Sicht- und Verhaltensweise sollte stimmiger Weise in Anlehnung an Martin Buber's Aussage „der freie Mensch ist der ohne Willkür wollende“¹ als „Willkür“ bezeichnet werden. Sie ist noch nicht zur eigentlichen Freiheit vorgestoßen, die eine Wahrnehmung der Auswirkungen eigenen Handelns und eine Werteentscheidung miteinschließt.

Ähnlich verhält es sich mit dem Begriff der Verantwortlichkeit. Während der Corona-Pandemie war und ist in unserem Land häufig der Appell an die Verantwortlichkeit der Bürger zu hören, bestimmte

¹ Buber, Martin: Ich und Du. Heidelberg 1983, S. 72.

Verhaltensweisen zu unterlassen oder durchzuführen. Bei Nichtbefolgung wurde und wird staatlicherseits mit Strafen und im öffentlichen Raum mit sozialer Ausgrenzung gedroht.

Nun ist es wohl in der Tat so, dass eine Krisensituation wie eine Pandemie nur mit dem verantwortlichen Verhalten der einzelnen Menschen zu bewältigen ist. Regierungen, Gesetzgebung und Administrationen können eine solche Situation nicht aus eigener Kraft bewältigen; sie sind auf das verantwortliche Handeln möglichst zahlreicher Bürger angewiesen. In diesem Zusammenhang ist es wohl eine Tragik, dass aktuell die meisten Regierungen und Administrationen und auch der Großteil der Medien weltweit die Bürger überwiegend nicht als geistige, also freie und verantwortliche Personen ansprechen, sondern offensichtlich glauben, sie durch direkten oder subtilen Zwang zu einem bestimmten Verhalten bringen zu müssen. So wie die Freiheit untrennbar mit Verantwortlichkeit verbunden ist, so ist Verantwortlichkeit nicht ohne Freiheit möglich. Wenn Menschen ihr Verhalten aus ihrer Angst vor Strafe oder sozialer Ausgrenzung heraus gestalten, so hat dies nichts mit Verantwortlichkeit zu tun; es ist Gehorsam. Verantwortlichkeit ist ein geistiges Phänomen; Angst, Strafe und Druck entspringen psychischen Impulsen. In der Regel wird angst-motiviertes Handeln nur so lange aufrechterhalten, solange der psychische Druck besteht. Nachhaltige Verhaltensänderungen sind nur auf dem Wege einer Werteerkenntnis und einer freien Entscheidung möglich. Es gilt wohl zu erkennen: spreche ich einen Menschen auf seiner psychischen Ebene an, so provoziere ich in der Regel bei ihm Reaktionen aus dem psychischen Bereich. Zudem agiere ich dann auch selbst unvermeidlich aus meiner Psyche. Entsprechendes gilt umgekehrt, wenn ich meinem Gegenüber als Geistige Person begegne. Krisen sind aktiv und nachhaltig nur aus dem Feld der Geistigen Person zu lösen.

Ein weiterer Begriff, der wohl der Erlösung harret, ist der der Solidarität. Auch Solidarität ist ein geistiges Phänomen. Man kann sie nicht einfordern oder erzwingen. Erzwungene Solidarität kann es nicht geben. Solidarisch kann ein Mensch nur aus Freiheit, aus eigener Entscheidung sein. Im christlichen Bereich gibt es ein wunderbares Bild für Solidarität: das Gleichnis des barmherzigen Samariters. Darin

fühlt sich ein Mensch in seiner Freiheit angesprochen, sich solidarisch mit einem anderen Menschen, der in Not ist, zu verbinden. Niemand zwingt ihn dazu oder setzt ihn unter Druck. Er tut es aus einer inneren Erkenntnis, aus einer freien Werteentscheidung.

Grundrechte als Verfügbarkeiten

Die bewusste Wahrnehmung zentraler Begrifflichkeiten führt uns in gerader Linie zu der aktuellen öffentlichen Diskussion über die Berechtigung der Einschränkung von Grundrechten während der Pandemie. Die Grundrechte stehen unserer Verfassung voran und bilden ihr Fundament. Sie sind aus den allgemeinen Menschenrechten abgeleitet, die in der Charta der Vereinten Nationen 1948 festgelegt wurden. Was bedeutet nun diese Festlegung? Aus psychischer Sicht sind die Grundrechte eine willkürliche Setzung der Gestalter der Charta. In dieser Perspektive sind sie etwas von Menschen Gemachtes und können somit von anderen Menschen wieder anders „gemacht“ werden, bis hin zu ihrer „Abschaffung“. Aus geistiger Sicht gehören die Grundrechte zur existentiellen Ausstattung des Menschen. Sie können nicht von Menschen anderen Menschen zugestanden oder verweigert werden. Sie sind in einer transzendenten Ebene verankert. Grundrechte haben ihren Sinn im Letzten nicht in sich selbst, etwa als Bereicherung des jeweiligen Menschen. Sie stehen in der Tiefe im Dienste der Werteverwirklichung, also der Selbsttranszendenz des Menschen. Das „Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit der Person“ (Art. 3), das „Recht auf Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit“ (Art. 18) oder das „Recht, sich friedlich zu versammeln“ (Art. 20) bspw. stellen Grundbedingungen dar, unter denen ein Mensch ohne Angst sinnorientiert tätig sein kann. Sicher hat Viktor Frankl Recht, wenn er feststellt, dass Sinnverwirklichung unter allen Umständen möglich ist, selbst unter den Bedingungen eines KZ's. Dennoch ist es wohl unser aller Anliegen, die sozialen Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass möglichst viele Menschen friedliche und freundliche Bedingungen für ihre jeweilige Sinngestaltung vorfinden. Unter diesem Aspekt sind Grundrechte

„Sinn-Ermöglicher“. Die äußere Einschränkung von Grundrechten stellt somit immer auch eine Einschränkung von Sinnmöglichkeiten dar. Grundrechte haben die Aufgabe, den Einzelnen und die Gemeinschaft besonders in Krisen- und Notzeiten zu unterstützen. Gerade die Krisenzeit benötigt Menschen, die aus freien Stücken wertorientiert handeln. Schränkt man die Grundrechte ein, so vermindert man das äußere Gestaltungsfeld des Geistigen. Das Risiko einer Verschärfung der Krise wächst.

Krieg gegen die Natur

Der französische Staatspräsident Macron hat im Mai 2020 verkündet, dass Frankreich sich im Krieg gegen das Virus befände („nous sommes en guerre“). Der Microsoft-Gründer Bill Gates versucht seit mehreren Jahren, die Weltgemeinschaft auf einen Kreuzzug gegen Viren einzuschwören. Er propagiert ganz offen die Notwendigkeit einer globalen Mobilmachung für diesen Krieg.

Nun sind Mikroorganismen Teil der Natur. Auch wir Menschen sind Teil der Natur. Führen wir Krieg gegen die Natur, so führen wir Krieg gegen uns selbst. Man muss kein Prophet sein, um zu erkennen, wer in diesem Krieg der Verlierer sein wird. Die Viren werden es nicht sein. Krieg gegen die Natur führt zur Selbsterstörung; dies ist momentan auf nahezu allen Gebieten menschlichen Lebens wahrzunehmen.

Krieg ist also keine zuträgliche Form der Beziehung zwischen Mensch und Virus. Die kriegerische Haltung ist vom Grundsatz her eine psychische Reaktion, die seit Jahrtausenden in der Menschheit eingeübt ist. Aus geistiger Perspektive hat alles, was Teil der Schöpfung ist, eine grundsätzliche Lebensberechtigung. Schauen wir genauer zum Phänomen „Virus“ hin, so lässt sich erkennen, dass Viren ein untrennbarer Teil der evolutionären Entwicklung sind. Die Entstehung des Erbgut-Systems über die DNA ist offensichtlich maßgeblich über die Beteiligung von Viren zustande gekommen. Auch die Weiterentwicklung von Erbgut im evolutionären Prozess geht mit Beteiligung von Viren vonstatten. Im gesunden menschlichen Organismus befin-

den sich mehr Viren als es Körperzellen gibt; offensichtlich haben Viren eine Aufgabe bei der Aufrechterhaltung menschlicher Gesundheit.

Natürlich gibt es für den Menschen potenziell gefährliche Arten von Mikroorganismen. Ihnen gegenüber ist Respekt angezeigt und ein kluges Verhalten. Angst, Panik und der Versuch, den „Gegner“ „ausrotten“ zu wollen, sind hilflose Versuche der Psyche, kurzfristig seelische Entlastung herbeiführen zu wollen.

Angst als Leitkultur

Das Phänomen „Angst“ ist seit Beginn der aktuellen Pandemie zum nahezu alles beherrschenden gesellschaftlichen Wirkfaktor geworden. Wir sind Zeitzeugen eines globalen psychologischen Geschehens, in dem deutlich wird, welche Auswirkungen der Faktor „Angst“ auf mediale, politische, wirtschaftliche, wissenschaftliche und soziale Gestaltungen haben kann. Hierbei erscheint es angebracht, zwischen „Angst“ und „Respekt“ zu unterscheiden. Angst bezeichnet den Vorgang, bei dem ein Mensch destruktive innere Bilder hat und aus seiner Psyche auf diese reagiert. Er reagiert somit nicht auf Wirklichkeiten, sondern auf Möglichkeiten. Sein Blickwinkel und damit sein Handlungsspielraum verengen sich. Potentielle Lösungsmöglichkeiten werden weniger gut erkannt. Die Bereitschaft zu aggressiver Reaktion erhöht sich, nach außen und gegen sich selbst. Die Zukunftsperspektive wird negativ eingefärbt. Oft kommt es im Zustand der Angst zur Aktivierung weiterer destruktiver psychischer Impulse wie Wut, Hass, Resignation oder Sucht. Im Gegensatz zur häufig geäußerten psychologischen Auffassung, dass Angst dem Menschen hilfreich sein und ihn vor Gefahren schützen könne, ist es unserer Wahrnehmung nach erlebbar, dass die Angst das Gefährdungspotential eines Menschen erhöht. Dies ist wohl der Hintergrund dafür, dass Flugzeugpiloten intensiv darauf trainiert werden, in Gefahrenmomenten ihrer Angst möglichst wenig Raum zu lassen. Im „Respekt“ reagiere ich nicht auf innere Bilder, sondern bleibe in der Wirklichkeit der Gegen-

wart. Meine Sichtweise verengt sich nicht, sondern bleibt frei für die inneren und äußeren kreativen Impulse, die mir in diesem Augenblick zuströmen, um die Situation zu lösen.

Aus der Psychoimmunologie ist bekannt, dass länger andauernde Angstzustände das menschliche Immunsystem dämpfen. Nun ist es unser Immunsystem, das uns vor Krankheitserregern aller Art schützt. Aber auch jegliche andere Form von körperlicher Erkrankung wird vom Immunsystem mit beeinflusst. Erst wenn die Gegenregulationskräfte unseres Abwehrsystems nicht mehr ausreichen, kann es zu Erkrankungen wie etwa einer Tumorerkrankung oder einem Herzinfarkt kommen. Vor diesem Hintergrund erscheint es als einer der tragischsten Momente innerhalb des aktuellen Pandemie-Geschehens, dass weite Teile unserer medialen, politischen und wissenschaftlichen Öffentlichkeit ihren Schwerpunkt auf das Erzeugen von Angst gesetzt haben, um bestimmte Verhaltensweisen bei der Bevölkerung durchzusetzen. Die dadurch ausgelöste Schwächung der Immunlage von Millionen, weltweit gesehen vielleicht von Milliarden Menschen wird vermutlich eine hohe Zahl an Krankheits- und Todesfällen aller Art hervorrufen. Es ist kontraproduktiv, in einer solchen Krise wie der aktuellen Pandemie die Menschen auf der Ebene ihrer Angstbereitschaft, d.h. ihrer Psyche anzusprechen. Der gegenteilige Ansatz wäre angezeigt: es ist die Haltung des Vertrauens, der Zuversicht und der Hoffnung, die in dieser Situation Menschen hilfreich sein kann. Auch dies bestätigt die Psychoimmunologie: vertrauende, zuversichtliche innere Impulse stärken konkret unsere Immunlage. Die Ebene des Vertrauens ist aus logotherapeutischer Sicht die geistige, wertorientierte.

Offenbart sich bei der Frage des Vertrauens die Begrenztheit der funktionalen Menschenbilder? Worauf kann ein Mensch innerhalb eines solchen Menschenbilds vertrauen, wenn die Grenzen des menschlich Machbaren erreicht sind?

Vielleicht ist es die folgenschwerste Konsequenz einer angst-orientierten Haltung, dass sich im Modus der Angst meine Wachheit gegenüber den Sinn-Anfragen meines Lebens einschränkt. Die Stimme meines inneren „Sinn-Organ“ hat es schwer, das Getöse, das die Psyche mit ihren Angst-Impulsen und -Bildern in mir hervorrufft, zu übertönen.

Angst-motivierte Gestaltung tritt an die Stelle der sinn-motivierten. Das Psychische in mir übernimmt die Führung, das Geistige tritt zurück.

Die Integration der Sterblichkeit

Als zentraler Motor für die Aktivierung von Angst kreisen in der Öffentlichkeit Bilder von Menschen, die auf Intensivstationen mit dem Tode ringen, oder von Ansammlungen von Särgen, die offenbaren, dass zahlreiche Menschen diesen Kampf verloren haben. Die dadurch ausgelösten Emotionen bilden den rechtfertigenden Hintergrund für die meisten der zur Pandemiebekämpfung durchgeführten Maßnahmen.

Nun sind die Erlebnisse, die aktuell zahlreiche Menschen im Zusammenhang mit ihrer Covid-Erkrankung durchmachen, für manche bis zum Äußersten belastend. Dies gilt nicht selten auch für die Menschen, die die Erkrankten versorgen.

Bei aller seelischen Schwere und nicht selten auch Tragik verweisen diese Phänomene wohl auch auf einen zentralen Hintergrund unserer aktuellen Krisensituation. Es geht um eine Auseinandersetzung mit dem Phänomen der menschlichen Sterblichkeit. In unserem aktuellen Zeitgeist-Geschehen ist erkennbar, dass die Bereiche von Leid, Sterblichkeit und Tod in hohem Maße ausgeblendet werden. Der moderne Fortschrittsgedanke hat das Ziel, diese menschlichen Gegebenheiten auf allen nur möglichen Wegen hinauszuzögern oder ganz zu vermeiden. Diese Tendenzen entspringen der psychischen Dimension, die abgetrennt ist von der Ganzheit des Lebendigen. Die isolierte Psyche erlebt sich nicht mehr als unverlierbar geborgen im Gesamtzusammenhang der Schöpfung, sondern als vereinzelt und im Besonderen durch den Tod bedroht.

Die Covid-19-Pandemie lässt diesen Konfliktbereich in besonderer Weise deutlich werden. Anders als bei den meisten Pandemien vorher ist die Altersstruktur der besonders gefährdeten Menschen auf ein enges Zeitfenster konzentriert. Die hohen Risiken betreffen vor allem Menschen in ihrem späten Lebensabend. Dies ist offensichtlich auch bei den bisher bekannten Mutationen des Virus nicht grundsätzlich anders. Da-

mit sind wir unvermeidlich mit der Grundgegebenheit konfrontiert, dass im späten Lebensalter der Tod eine immer realere Gegebenheit wird. So existenziell schmerzlich das Ableben mitunter für einen so betroffenen älteren Menschen und häufig mehr noch für seine Angehörigen sein mag, so beinhaltet der Vorgang selbst doch keine Tragik. Er gehört zur existentiellen Grundausstattung eines jeden Menschen, in gleicher Weise wie seine Geburt. Je entschiedener unsere westliche Kultur diese Gegebenheit integriert, desto schneller können das Sterben und der Tod wieder menschliche Dimension und damit ihre Würde zurückgewinnen.

Ein ärztlicher Kollege berichtete, dass in seiner Praxis 2020 während des 1. Lockdowns bei einer 32-jährigen Frau ein Tumor in der Brust festgestellt wurde. Die in diesem Fall angezeigte Biopsie konnte aufgrund der Corona-Maßnahmen nicht durchgeführt werden, weil angeordnet war, dass Krankenhauskapazitäten wegen der Pandemie geschont werden sollten. Die zwei Monate später vorgenommene Biopsie ergab einen schnell wachsenden aggressiven Tumor. Die eingeleitete Therapie konnte das Leben der jungen Frau nicht mehr retten. Dieser Vorgang wirft ein Schlaglicht auf die Situation: Es wird durch die Maßnahmen vielleicht einem 86-jährigen Menschen möglicherweise noch ein weiteres Lebensjahr geschenkt, während ein junger Mensch durch eben diese Maßnahmen sein Leben verliert. Das Gesagte bedeutet nicht, dass das Leben des älteren Menschen weniger wert sei als das des jungen und dass der Ältere selbstverständlich zurückzutreten habe. Es besagt vielmehr, dass ein die Sterblichkeit verdrängender Ansatz uns zwangsläufig an anderen Stellen wieder mit der Sterblichkeit konfrontiert. Es sollte nicht verdrängt werden, welche Opfer die vergangenen und aktuellen Maßnahmen zur Pandemie-Eindämmung an anderer Stelle kosten. Wir brauchen darüber eine breite, tabufreie gesellschaftliche Diskussion.

Die Stunde der Wissenschaft?

Ein bekannter deutscher Wissenschaftsjournalist äußerte im Frühjahr 2020, die Stunde der Pandemie sei auch die Stunde der Wissenschaft.

Er mag damit Recht haben, wiewohl vielleicht in einem anderen als von ihm intendierten Sinne. Neben den unbestreitbar wertvollen Hilfestellungen, die die moderne wissenschaftliche Medizin momentan zur Bewältigung der Pandemie beisteuert, offenbart die Pandemie-Situation mit großer Deutlichkeit, in welcher Krise sich der Komplex „Wissenschaft“ heute befindet.

Wissenschaft hat vom Grundsatz her die Aufgabe, theoretische Modelle zu entwerfen, die, im Praktischen angewandt, das menschliche Leben erleichtern. Diese Modelle haben grundsätzlich hypothetischen Charakter und beweisen ihre Brauchbarkeit in der Praxis. Sie müssen offen sein für ihre eigene „Falsifizierbarkeit“. Sobald sich ein stimmigeres Modell ergibt, löst dieses das vorherige ab. Diese Offenheit, eigene Ergebnisse zu überprüfen und, wenn nötig, fallen zu lassen, bildet wohl das Zentrum wissenschaftlicher Kreativität. In diesem Zusammenhang wird deutlich, dass Wissenschaft nicht dazu angetreten ist, die „Wirklichkeit“ zu beschreiben. Sowie wissenschaftliche Ergebnisse als „Wirklichkeit“ deklariert werden, verlieren sie ihre kreative Dynamik und geraten in Gefahr, zu einer Ideologie zu gerinnen.

Vor diesem Hintergrund hätte es zu Beginn der Corona-Krise von der wissenschaftlichen Grunddynamik her nahegelegen, dass sich, angesichts der zahlreichen offenen Fragen zur sich entfaltenden Pandemie, innerhalb der medizinischen Wissenschaft Gremien von Fachleuten der verschiedenen medizinischen Ausrichtungen gebildet hätten, die die anstehende Problematik aus verschiedenen Blickrichtungen gemeinsam betrachten. Dies hätte bedeutet, dass im Besonderen auch Vertreter „ausgefallener“, ungewöhnlicher Standpunkte mit einbezogen worden wären. Gerade die „außenseiterischen“ Blickwinkel haben in der Medizingeschichte häufig wesentliche Fortschritte ermöglicht.

Das Gegenteil war zu beobachten. Die politische und mediale Aufmerksamkeit galt von Anfang an einigen wenigen Wissenschaftlern. Hierbei war und ist eine Fokussierung auf eine Medizinrichtung zu erkennen, die die Situation unter einem „mikroskopischen“, laborbezogenen, algorithmisierenden virologischen Blickwinkel betrachtet. Ärzte und medizinische Wissenschaftler anderer Ausrichtungen wurden kaum einbezogen. Im Gegenteil: medizinische Kollegen, die von

der Hauptrichtung abweichende Sichtweisen äußerten, wurden ausgegrenzt, teilweise in ihrer Arbeit behindert und in einigen Fällen auch persönlich diffamiert. Aber auch innerhalb des virologischen Mainstreams selbst gab es bizarre Verhaltensweisen. So sprach einer der medial führenden deutschen Virologen einem virologischen Kollegen im Sommer 2020 die Berechtigung ab, über eine bestimmte virologische Frage Aussagen machen zu können mit der Begründung, der Kollege habe zu diesem Thema zahlenmäßig weniger Publikationen veröffentlicht als er selbst. Eine solche Haltung beinhaltet eine Auflösung wissenschaftlicher Rationalität.

Nun ist die Engführung wissenschaftlichen medizinischen Denkens nicht erst in der Corona-Krise zu beobachten. Wurden vor zwei Jahrzehnten noch außenseiterische, komplementäre medizinische Richtungen vom medizinischen Mainstream zwar belächelt, aber geduldet, so hat sich in den letzten Jahren eine zunehmend aggressive und ausschließende Tendenz durchgesetzt. Gegen die Homöopathie beispielsweise kam ein regelrechter Kreuzzug in Gang, der teilweise die vollkommene Ausschaltung dieser Medizinrichtung anstrebt. Die anthroposophische und die ayurvedische Medizin sind ebenfalls bereits in das Visier der Vorkämpfer einer „reinen“, d.h. mathematisierbaren medizinischen Lehre geraten. Es ist die Tendenz zu beobachten, dass die Vielfalt medizinischer Ansätze, die einen menschheitlichen Schatz an wertvollen Hilfen im Krankheitsfalle darstellen und die es dem Patienten erlauben, die ihm gemäße Therapieform zu wählen, mit Gewalt zurechtgestutzt werden soll auf einen einseitig naturwissenschaftlich-quantifizierenden Ansatz, dem ein funktionalistisches Menschenbild zugrunde liegt. Diese Tendenz, die in der Corona-Krise verstärkt zutage tritt, führt in der Konsequenz zu einem Verlust kreativer Möglichkeiten und zu einer ideologischen Erstarrung im Rahmen einer einzelnen Richtung. Solche ideologischen Veränderungen entstammen offensichtlich der Sphäre der Psyche. Dort geht es darum, dass der eigene Ansatz sich durchsetzt und „die Oberhand“ hat. Andere Richtungen werden potenziell als Bedrohung erlebt. In der geistigen Dimension gibt es ein Anerkennen der Tatsache, dass der menschliche Blick auf die Welt vielfältig ist, dass jeder Blickwinkel eine menschli-

che Möglichkeit ist, dass sich der Gesamtblick aus der Vielfalt der Einzelaspekte zusammensetzt und dass selbst ein solcher „Gesamtblick“ nicht die gesamte Wirklichkeit erfassen kann. Auch noch so sorgfältig ausgearbeitete wissenschaftliche Expertisen können dem einzelnen Bürger nicht die persönlichen Risiken, die mit manchen gesundheitlichen Maßnahmen verbunden sind, abnehmen. Deshalb sollte es beispielsweise in der Frage des Impfens keinen Zwang, sondern einen Freiraum für eine individuelle Entscheidung geben.

Andere Krisen-Momente unserer aktuellen medizinischen Wissenschaft, wie etwa die Gegebenheit, dass mehr als die Hälfte der heutigen medizinischen Forschung interessen-abhängig, d.h. von gewinn-orientierten Firmen durchgeführt wird und die medizinische Forschung ihre wissenschaftliche Freiheit und Offenheit in hohem Maße eingebüßt hat, dass medizinische Studien methodologisch oft sehr unterschiedlich durchgeführt werden und durch „Meta-Analysen“ häufig nur noch mühsam zusammengefasst werden können und oft zu heterogenen Aussagen kommen, und dass es bei der Bewertung solcher Studien nicht selten mehr auf die Reputation und die mediale Durchsetzungsfähigkeit des beurteilenden Wissenschaftlers ankommt als auf die Rationalität der Inhalte, seien hier nur am Rande erwähnt.

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“

Auch jenseits der medizinischen und anderen Wissenschaften ist eine bedenklich anwachsende Zeitgeistströmung der Intoleranz und Ausgrenzung Andersdenkender zu beobachten. Die aktuelle pandemische Krise hat diese Tendenz eruptionsartig verstärkt und sichtbar werden lassen. Wer aktuell kritische Nachfragen stellt zu den die Pandemie betreffenden Aussagen und Gestaltungen des politischen und medialen Mainstream-Bereichs, kann nur selten auf eine Auseinandersetzung auf argumentativer Ebene hoffen. Zu stark hat sich die Tendenz ausgebreitet, den Fragesteller selbst in Frage zu stellen und ihn als Person in abwertende Kategorien einzuordnen. Aber auch in den Rei-

hen der Kritiker ist nicht selten eher Wut als rationale Durchdringung der Situation zu erleben. Beide Reaktionsweisen sind wohl Ausdruck einer angst-induzierten, dumpfen Emotionalität. Bis in die Familien hinein breitet sich aktuell die Tendenz aus, auch im Zusammensein mit sonst vertrauten Menschen erst einmal vorsichtig abzuspüren, welche „Position“ das jeweilige Gegenüber zu Fragen der Einschätzung der Pandemie einnimmt. Menschen gehen zunehmend in Distanz zueinander, äußerlich wie innerlich. Der angespannt-distanzierende Blick etwa, mit dem Menschen ängstlich versuchen, sich bei Begegnungen zwischen den Regalen der Supermärkte auszuweichen, mag dafür ein Bild sein. Auf den Punkt gebracht hat es wohl ein medial führender deutscher Virologe, als er der deutschen Bevölkerung riet, grundsätzlich eine Haltung einzunehmen, als sei man selbst und auch jeder andere infektiös. Eine solche Sichtweise mag innerhalb enggefassten virologischen Denkens folgerichtig sein. Für das menschliche Leben als Ganzes jedoch ist sie zerstörerisch, da sie Misstrauen verstärkt gegenüber dem eigenen Körper und gegenüber anderen Menschen. Dies verschlechtert die eigene Immunlage und verstärkt im Sozialen Tendenzen zu Feindschaft und Gewalt.

Betrachtet man die gegenwärtige Situation vor dem Hintergrund der Aussage Martin Bubers „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“², so lässt sich feststellen, dass unser Leben momentan in hohem Maße einer Tendenz unterliegt, „unwirklich“ zu werden. Begegnung im Buber'schen Sinne meint die direkte, sinnenhafte Begegnung. Genau die steht aktuell unter dem Verdacht, Hauptquelle für potentiell tödliche Infektionen zu sein. Begegnung (oder Kontakt) soll weitestgehend reduziert oder in virologisch idealer Weise ganz vermieden werden. An die Stelle der Begegnung treten Ersatzformen, von denen angenommen werden muss, dass sie auch nach Abflauen der Pandemie zu einer Art „neuer Normalität“ werden. Video-Konferenzen anstelle persönlicher Treffen, Home-Office anstelle einer Tätigkeit am Arbeitsplatz, virtueller Unterricht als Ersatz für Anwesenheit in Schule oder Universität, Vermeidung von Menschenansammlungen aller Art, Rückzug ins Private, Vereinzelte –

² Buber, M.: 1983, S. 18.

all dies scheint, da das SARS CoV 2-Virus nicht der letzte epidemisch auftretende, potenziell gesundheitsgefährdende Mikroorganismus sein wird, zur neuen gewohnten Haltung zu werden. Dies würde bedeuten, dass der seelische und soziale Verlust, der mit diesen Ersatzlösungen verbunden ist, zunehmend weniger wahrgenommen wird. Damit verbunden ist die Gefahr, dass das Eigentliche, das Wesentliche menschlichen Lebens aus dem Blickfeld gerät zu Gunsten einer Haltung, die das „Überleben“ zum alleinigen, zentralen Inhalt macht. „Überleben“ ist jedoch selbst kein Wert. Überleben kann im Dienste der Verwirklichung von Wert-Möglichkeiten stehen. Das Überleben ist somit ein „Sinn-Ermöglicher“, nicht aber der Sinn selbst. Natürlich ist es in Momenten existenzieller Bedrohung angebracht, das Leben stark auf die Überlebens-Möglichkeit zu konzentrieren. Wer aber das „Überleben“ zu einem dauerhaften Lebensmittelpunkt macht, verfehlt den Sinngehalt seines Lebens. Dies gilt für den einzelnen Menschen wie für Gemeinschaften. Eine Gesellschaft, die das „Überleben“ über einen längeren Zeitraum in das Zentrum gemeinschaftlicher Gestaltungen stellt, verliert sich wohl unvermeidlich in den Abgründen der Sinn-Leere, mit all der Destruktivität, die dieser Vorgang mit sich bringt.

Nach all dem, was mittlerweile an Erkenntnissen über das aktuelle Corona-Virus vorliegt, lässt sich sagen, dass dieser Mikroorganismus kein „Killer-Virus“ ist, das das Überleben weiter Teile der Menschheit auf nationaler oder globaler Ebene gefährdet. Die Gefahr, die von ihm ausgeht, verlangt Respekt und kluges Verhalten. Panik und Weltuntergangsbeschwörung sind ihm gegenüber fehl am Platz.

Digitalisierung: Kulturziel oder Werkzeug

Das Thema der Digitalisierung wird während der aktuellen Corona-Krise verstärkt diskutiert. Häufig erscheint die Digitalisierung als ein zentrales Hilfsmittel im Kampf gegen die Pandemie. App's zur Kontaktüberwachung versprechen eine schnellere Eingrenzung der Infektionswege. Digitale Konferenz-Plattformen ermöglichen den be-

rührungsfreien Kontakt einzelner Menschen und Menschengruppen bis hin zu virtuellen Vortragsveranstaltungen mit Tausenden von Teilnehmern. Aber auch der Einsatz digitaler Systeme außerhalb des Pandemie-Geschehens wächst momentan stark an. Im Bereich der Medizin gibt es die Tendenz, zunehmend mehr ärztliche und pflegerische Handlungen auf Computersysteme zu verlagern. Im Bereich der Pflege wird der Einsatz von Pflegerobotern ausgebaut, die die pflegebedürftigen Menschen mit Liedern, Witzen und aufmunternden Ansagen unterhalten. Auch in der Psychotherapie werden den Patienten in steigender Zahl alternativ zur Behandlung durch einen Therapeuten digitale Programme, die auf einzelne Störungsbilder zugeschnitten sind, angeboten. Auf körperliche Erkrankungen ausgerichtete „Gesundheit-App’s“ boomen, und die digitalen Großkonzerne sehen den Gesundheitsbereich als den gewinnträchtigsten „Markt“ der Zukunft. Schule und Universität sollen „digital revolutioniert“ werden, indem das Lernen zunehmend in „virtuelle Ausbildungsräume“ verlagert wird ohne physische Begegnung von Auszubildenden und Ausbildern. Das Smartphone wird zum lebenslangen Begleiter, der an den meisten Lebensvollzügen des modernen Menschen beteiligt ist.

Die Sphäre des Digitalen beruht auf einem binären Zahlensystem. Somit ist sie angewandte Mathematik. Ein Wesensmerkmal der Zahl ist, dass sie abstrakt ist und sich dadurch auf beliebig viele verschiedene Gegenstände beziehen lässt. Dies bedingt ihre universelle Verwendbarkeit. Auf den Menschen angewandt lässt sich somit auf digitalem Wege nur das erfassen, was verallgemeinerbar ist, also sein Bedingtes, Geprägtes, Psychisches. Sein individueller, personaler, existenzieller Teil, seine Geistige Person lässt sich auf digitalem Wege nicht darstellen. Aktuell gibt es eine stetig anwachsende Tendenz, Menschen in „digitale Profile“ einzuordnen. Verlagert sich das Schwergewicht der Selbst- und Fremdwahrnehmung eines Menschen in Richtung seiner „Profile“, so wird sein eigentlicher, wesenhafter Bereich, seine Geistige Person, in den Hintergrund gedrängt. Das Un-eigentliche und damit das Sinn-fremde gewinnt an Bedeutung.

Durch den Einsatz des Digitalen lässt sich die Effizienz technischer Systeme enorm steigern. Dies führt wohl dazu, dass der alte Traum der

Moderne, die Welt über Technik beherrschen zu können, neuen Aufwind erhalten hat. Es hat den Anschein, als könne dieser Traum, der bei genauem Hinsehen spätestens durch die ökologische Krise an ein Ende gekommen ist, durch die Perspektive der Digitalisierung noch eine Weile weiter geträumt werden. Der notwendige Schritt der Umkehr, der ein radikales Umdenken weg von der Beherrschung der Welt hin zu einem kooperativen, achtungsvollen Umgang mit allen Teilen der Schöpfung bedeutet, wird auf diese Weise hinausgezögert. Es ist erkennbar, dass die Konsequenzen der Verdrängung des Notwendigen von den uns nachfolgenden Generationen getragen werden.

Der von der Psyche ausgehende Impuls des Kontrollieren- und Herrschen-wollens, der in seiner Tiefe wahrscheinlich ebenfalls mit dem Bereich der Angst verbunden ist, erstreckt sich mit Hilfe des Digitalen in einer bisher ungekannten Intensität auch auf die Beziehung zwischen den Menschen. Die Profile und Algorithmen, die in ständig steigender Menge und Effizienz über die digitalen Bewegungen der Internet-Nutzer erstellt werden, ermöglichen wirtschaftlichen Interessengruppen, unser Verhalten zu analysieren und zu ihren Zwecken zu manipulieren. Staatliche Instanzen können die eigene Bevölkerung überwachen und digital beeinflussen. Vorreiter dieser Bewegung ist momentan wohl das chinesische Staatsystem, das sein Ziel, für 1,4 Milliarden chinesische Bürger 800 Millionen Überwachungskameras einzurichten, nahezu erreicht hat. Über die Gesichtserkennung wird dort ein staatlich definiertes „Fehlverhalten“ unmittelbar digital erfasst und in zentralen Servern weiterverarbeitet. Die Folge ist, dass dem „schuldig“ Gewordenen auf seinem „sozialen Punktekonto“ Negativpunkte angerechnet werden, mit der Konsequenz sozialer Ausgrenzungen, etwa der Verunmöglichung der Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel. In Europa hat die französische Stadt Nizza das chinesische Überwachungssystem mittels Gesichtserkennung bereits übernommen; autoritativ orientierte europäische Staatsführungen wie die ungarische und polnische haben ihr Interesse an dem chinesischen Modell einschließlich des sozialen Punktesystems bekundet. Werden Menschen über das Digitale in einer kontrollierenden und manipulativen Weise angesprochen, so werden sie auf ihrer psychischen Ebene angesprochen. Ent-

sprechend werden sinn-fremde Reaktionen aus der psychischen Sphäre gefördert. Es ist wohl eine weitere Tragik in der Gestaltung der aktuellen pandemischen Situation, dass medial und politisch Verantwortliche auf die Bürger weltweit vorwiegend in der psychischen Ebene einwirken durch das Verstärken von Unsicherheit, Angst, Misstrauen und Druck. Dadurch ist eine sich verstärkende Abwärtsspirale von Kontrolle, Bestrafung und psychischen Gegenreaktionen in Gang gekommen. Eine Ansprache auf der geistigen Ebene bedeutet den Einbezug des freien und verantwortungswilligen Kernbereichs des Menschen, einer Ansprache in der Sphäre seiner Würde.

Es ist erkennbar, dass der unhinterfragte, allein an den Kriterien des Machbaren, „Praktischen“ oder Kostengünstigen orientierte Einsatz des Digitalen die gegenwärtigen globalen Krisen nicht nur nicht ausreichend entschärfen kann, sondern selbst neue menschheitliche, soziale und auch ökologische Krisen hervorruft. Es geht wohl darum, dem Digitalen wieder seinen „Werkzeug-Charakter“ zurück zu geben und es als Hilfsmittel bei der Werte-Verwirklichung zu erkennen. Die erkennbaren Zeitgeist-Tendenzen, eine Art „digitale Kultur“ zu installieren, die, etwa bei der Diskussion um die sog. „künstliche Intelligenz“, partiell bereits pseudo-religiösen Charakter angenommen hat, sollten als kulturelle Sackgasse erkannt werden. Die aktuellen Pläne, über einen „elektronischen Impfpfpass“ nahezu alle sozialen Bewegungen der einzelnen Bürger zu kontrollieren und zu kanalisieren, erscheinen in diesem Zusammenhang als hoch problematisch.

Krisen als „Krisen der Beziehung“

Versucht man die bisher beschriebenen Krisen-Phänomene des gegenwärtigen Zeitgeist-Geschehens auf einen zentralen Ausgangspunkt zu beziehen, so bietet sich dafür der bereits erwähnte Aspekt Martin Buber's an: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung.“ Begegnung, oder Beziehung, ist wohl die menschliche Grundaktivität, die sich bei den beschriebenen (und auch den zahlreichen nicht erwähnten) aktuellen

Krisen als „verletzt“ erkennen lässt. Die Beziehung des Menschen zur Natur ist in weiten Teilen destruktiv und selbstzerstörerisch. Krieg, Ausbeutung und Herrschen-wollen sind keine zuträglichen Formen der Beziehung mit der Natur. Die Beziehung von Mensch zu Mensch zeigt verstärkte Tendenzen der Manipulation, der gegenseitigen Funktionalisierung, der Ausbeutung, des Misstrauens, der Ausgrenzung und der Neigung, indirekte und direkte Gewalt gegeneinander anzuwenden. Die zeitgeist-orientierte Beziehung des Menschen zu sich selbst unterliegt zunehmenden Impulsen der Selbst-Funktionalisierung, der Selbst-Ausbeutung, der Selbst-Überhöhung und auch des Selbst-Zweifels und der Selbst-Abwertung bis hin zu offenen oder latenten depressiven und resignativen Impulsen.

Folgt man diesen negativen Strömungen bis zu ihrer Quellschicht, so gelangt man in die Ebene der menschlichen Psyche. Es hat den Anschein, als sei aktuell auf zahlreichen Gebieten eine „Psychisierung“, eine Zunahme des Einflusses psychischer Energien im Gange. Die aktuelle pandemische Krise scheint diese Vorgänge stark zu beschleunigen.

Unter psychologischem Blickwinkel kann man bei den aktuellen Geschehnissen im individuellen und kollektiven Rahmen von einer „Regression“ sprechen. Dies bezeichnet das Zurückfallen von einer seelisch fortgeschrittenen Ebene auf eine weniger entwickelte, frühere, bereits überwunden geglaubte. Betrachtet man nüchtern, in welcher Intensität momentan irrationale, verschwommen emotionale Impulse die öffentlichen und privaten Diskussionen mitbestimmen, in welchem hohem Maße rationale wissenschaftliche Erkenntniskriterien hintangestellt werden, mit wie wenig inneren Skrupeln Menschen hart erkämpfte demokratische Grundprinzipien einer vermeintlichen Sicherheit zu opfern bereit sind und wie die bewusste Wahrnehmung des Wertebezugs von Grundrechten sich momentan im freien Fall zu befinden scheint, so drängt sich die Wahrnehmung auf, dass große Teile der Menschheit sich partiell einem Bewusstseinszustand annähern, der dem der Epoche vor der Aufklärung ähnelt. „Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen“ – diese Aussage Immanuel Kants scheint aktuell zurückzutreten gegenüber dem Sog vorgegebener Kollektiv-Meinungen und -Gefühle.

Wenn wir auf der psychologischen Ebene bleiben, so können wir feststellen, dass der Akt der Regression meist eine Reaktion darstellt auf eine Anfrage des Lebens, sich weiterzuentwickeln. Statt nach vorne wählt die Psyche die Richtung nach rückwärts. Ein besorgniserregendes Beispiel für diese Situation ist die schnelle Bereitschaft zahlreicher Menschen, in der jetzigen Krisensituation die Verantwortlichkeit abzugeben an mediale, wissenschaftliche und politische „Führungen“. Politiker, die autoritativ auftreten und dadurch eine scheinbare Sicherheit versprechen, erfreuen sich lawinenartig anwachsender Beliebtheit. Die unfassbar desaströsen Geschehnisse, die sich in unserem Lande durch die Abgabe der Verantwortlichkeit der Mehrheit der Bürger an eine „Führerschaft“ und im Besonderen an einen „Führer“ noch vor kurzer Zeit ereignet haben, scheinen von zahlreichen Menschen vergessen oder verdrängt. Der Psychoanalytiker Erich Fromm hat diese Phänomene als „Furcht vor der Freiheit“ bezeichnet. Logotherapeutisch lässt sich ergänzen: Die Zwillingschwester der Furcht vor der Freiheit ist die „Furcht vor der Verantwortlichkeit“.

Vor diesem Hintergrund stellt sich die Frage, welche Weiterentwicklung unsere aktuelle Zeit von uns als Individuen und als Gemeinschaften anfragt. Mit Bezugnahme auf das logotherapeutische Menschenbild fällt die Antwort nicht schwer: Es geht, für den einzelnen wie für Gemeinschaften, um eine Erweiterung des Bewusstseins für die fundamentale Bedeutung der Werteverwirklichung und damit der Sinn-Gestaltung. Betrachten wir beispielsweise die aktuelle Situation der Flüchtlinge im Mittelmeer, die in Europa ausreichende Lebensbedingungen suchen. Dass es keiner Werthaltung entspricht, diese Menschen zu Hunderten ertrinken zu lassen oder sie in Lagern auf griechischen Inseln unsäglichem Lebensumständen auszusetzen, um andere Fluchtwillige abzuschrecken, ist evident. Eine naheliegende Wertmöglichkeit ist es, wenn die großen materiellen Ressourcen und das technische Know-how europäischer Staaten zunehmend eingesetzt werden, um in den Herkunftsländern der Flüchtlinge bessere Lebensbedingungen herzustellen. Eine ausreichende medizinische Versorgung, der Zugang zu gutem Trinkwasser, die Herstellung einer geeigneten Infrastruktur – dies wären Dinge, die mit den in reichen Ländern vorhandenen

Mitteln letztlich weltweit geschaffen werden können. Die Welternährungsorganisation hat beschrieben, dass die momentan vorhandenen Lebensmittel ausreichen würden, noch mehrere Milliarden mehr Menschen zu versorgen als die jetzt lebenden. Dass es momentan immer noch hungernde Menschen gibt, liegt nicht an den vorhandenen Ressourcen, sondern an deren Verteilung. Blicken wir nüchtern, so lässt sich sagen: Die wesentlichen Gestaltungen in der Politik, der Wirtschaft, der Wissenschaft, dem Sozialen unterliegen weit häufiger psychischen Impulsen als bewussten Wert-Gestaltungen. In den vergangenen Jahrhunderten waren die dadurch ausgelösten Krisen meist regional begrenzt. Diese Epoche scheint zu Ende zu gehen. Die heute sichtbaren großen Krisen haben globalen Charakter, und letztlich ist wohl jeder Mensch auf dieser Erde von ihnen betroffen und angefragt.

Was kann Begegnung, Beziehung in nach vorne gerichteter, erlöster Form bedeuten? Viktor Frankl spricht hierbei vom Handeln aus der Geistigen Person heraus. Dies besagt, dass ein Mensch sich bewusst wird, dass er jede einzelne Entscheidung nicht isoliert und aus eigener Willkür trifft, sondern unablässig in Beziehung mit der Transzendenz steht und aus dieser Beziehung heraus angefragt ist, seine Handlung in Richtung überpersonaler Werte zu gestalten. Diese Werte haben grundsätzlich lebensbejahenden Charakter. Sie offenbaren sich nicht in Form allgemeiner Handlungsanweisungen wie etwa einer Moral oder eines Gesetzes, sondern werden in jeder Situation in ihr entsprechender Weise neu erfahren. Deshalb lassen sich in Bezug auf die aktuellen Krisenbereiche auch keine allgemeinen detaillierten Handlungsrichtlinien angeben. Dennoch sind wohl bereits einige Konturen lebensbejahender Haltungen erkennbar. Für die Beziehung des Menschen zur Natur bedeutet dies die Erkenntnis, dass es um eine Kooperation mit ihr geht, um ein achtungsvolles Miteinander, um eine Haltung, die wahrnimmt, dass in natürlichen Zusammenhängen alles mit allem verbunden ist und dass hierbei lebendige Kräfte wirken, deren Komplexität dem menschlichen Verstand nur begrenzt zugänglich ist. Dies beinhaltet die Erkenntnis, dass jegliche menschliche Lebensäußerung bis hin zur Gedankentätigkeit durch biologische, also naturhafte Vorgänge ermöglicht wird. Wir sind der Schöpfung nicht übergeord-

net, sondern ein spezifischer Teil von ihr. Die stimmige Position des Menschen innerhalb des Natur-Ganzen ist nicht die der Macht oder der Beherrschung, sondern die der Verantwortlichkeit. Die Achtung vor der Natur beinhaltet auch, dass wir ihr nur so viel entnehmen, wie wir zur Führung eines sinn-orientierten Lebens wirklich brauchen. Die Beziehung von Mensch zu Mensch wird aus dem Geistigen heraus von der Wahrnehmung bestimmt, dass wir alle gleichen Ursprungs sind. Wir alle sind angetreten, Sinn in unserem Leben zu verwirklichen, was bedeutet, dass wir alle auf einen gemeinsamen Bezugspunkt ausgerichtet sind, der wir nicht selber sind. Für den Wirtschaftsbe-
reich bedeutet dies, dass wir nicht gegeneinander, sondern miteinander und füreinander „wirtschaften“, d.h. das für das Leben Notwendige gemeinsam für alle erarbeiten. Wirtschaftliche Beziehungen sollten wo immer möglich aus der Anonymität in die direkte Begegnung übergeführt werden. Dies bedeutet, dass kleine, regionale, sich gegenseitig wahrnehmende und vernetzende Einheiten die Basis menschlichen Wirtschaftens bilden und die heutigen Großstrukturen sich allmählich in ihnen auflösen. Im Sozialen bedeutet erlöste Beziehung, dass „Gesellschaft“ sich allmählich in „Gemeinschaft“ wandelt. Dies beinhaltet ein Zusammenleben in Vielfalt, in der die Freiheit und die auf das Ganze gerichtete Verantwortlichkeit des einzelnen Menschen die Grundlage bilden. Extreme Unterschiedlichkeiten bei der Verfügung über Einkommen, Besitz und Macht werden sich dabei auflösen. Die Beziehung des Menschen zu sich selbst wird in erlöster, geistiger Form von der Selbst-Transzendenz bestimmt sein. Nicht mehr das Ego-Bewusstsein der Psyche mit seinen Ängsten, seinem Durchsetzungs- und Machtwillen und seinem Grundgefühl der Unverbundenheit und Isolation wird im Zentrum stehen, sondern der auf Sinn ausgerichtete, sich der unauflöslichen Verbundenheit mit allem Seienden bewusste schöpferische Kernbereich des individuellen Menschen.

1948 war ein erster Schritt getan worden, über die „allgemeine Deklaration der Menschenrechte“ eine globalisierte Werteordnung zu erstellen. Dieser Anfang wartet auf weitere Ausgestaltung, vor allem durch die nationalen Regierungen. Diese haben die Aufgabe, die Erfüllung der Grundrechte regional sicherzustellen.

Werte-Orientierung als einigendes Band der Menschheit

Werte im logotherapeutischen Sinn sind außerhalb des individuellen Menschen in der Sphäre der Transzendenz beheimatet. Damit sind sie für jeden Menschen erfahrbar, berührbar, gestaltbar. Da jeder Mensch eine unmittelbare, direkte Beziehung zu der Dimension der Werte hat, ist diese Beziehung unabhängig von jeglicher erworbenen Prägung, etwa durch die jeweilige Kultur, Sprache, Erziehung oder Lebensgeschichte. Von der Frage nach dem, was uns Menschen verbindet und zu einer Gemeinschaft werden lässt, jenseits des jeweils Unterschiedlichen, Trennenden, wird das weitere Schicksal menschlicher Gemeinschaft auf regionaler, nationaler und menschheitlicher Ebene wohl maßgeblich mitbestimmt. Der gegenwärtige, psyche-bezogene Zeitgeist rückt in seiner, mitunter verzweifelt anmutenden Suchbewegung nach „Identität“ wieder vermehrt Altes, schon überwunden Geglaubtes in den Vordergrund. Es wird dabei wieder auf tradierte Identitätsbezüge wie Hautfarbe, Kultur, Religion oder Geschlecht zurückgegriffen. Da diese aber nicht in der Transzendenz verwurzelt und deshalb nicht umfassend genug sind für menschheitliche Bezüge, erhöhen sie das aktuelle Krisenpotential eher als dass sie es vermindern.

Die von Viktor Frankl beschriebene Werteorientierung, die oberhalb jeder moral- oder religionsbezogenen Ebene fußt, kann der entscheidende „geistige Treffpunkt“ sein, an den jeder heute lebende Mensch unabhängig von seinen Ausgangsbedingungen anknüpfen kann.

Die „Mutter aller Krisen“

Wenn wir Viktor Frankl noch ein Stück weiter folgen, so kommen wir zu seiner Wahrnehmung, dass „die Werte“ nicht das letzte sind, mit denen der Mensch sich im Bereich der Transzendenz in Beziehung setzen kann. Da ich aus der Sphäre der Werte als individuelle Person angesprochen bin und in meiner Personalität mit ihr in Beziehung trete, hat mein Gegenüber in der Sphäre der Transzendenz ebenfalls perso-

nalen Charakter.³ Frankl spricht von diesem Gegenüber als „absoluter Wertperson“⁴. Somit sind menschlicher Wertebezug und Werteverwirklichung im Letzten eine Gestaltung der individuellen, personalen Beziehung zum Absoluten, Einigenden, Ganzen. Hier wird deutlich, dass all die verschiedenen „Beziehungs-Krisen“, die die aktuellen Krisenfelder bedingen, letztlich zusammenlaufen in einer großen Krise, der Krise menschlicher Beziehung zum Ursprung allen Seins. Viktor Frankl⁵ und Martin Buber⁶ scheuen sich nicht, diesen Ursprung „Gott“ zu nennen, wobei „Gott“ hier kein religionshaftes, sondern ein existentielles, beziehungshaftes Gegenüber ist.⁷

Vor diesem Hintergrund ist erkennbar, dass Menschenbilder, die ihr Schwergewicht im psychischen Bereich des Menschen haben und von dort aus versuchen, die Frage nach dem „Ursprung“ zu beantworten, wie es etwa die moderne Evolutionstheorie unternimmt, im Psychischen bleiben und damit zu kurz greifen. Die entscheidende Frage – die der personalen Beziehung – bleibt unbeantwortet. Damit sind Krisen unvermeidbar.

„Nie war es so wertvoll wie heute“

Fassen wir das bisher Gesagte zusammen, so ergibt sich das Bild, dass all die aktuellen Krisen, unter denen momentan die Pandemie-Krise die individuell spürbarste und die Klimakrise die äußerlich sichtbarste ist, letztlich als Krise von verletzten Beziehungen gesehen werden kann. Die Verletzung rührt daher, dass diese Beziehungen nicht aus der ihnen gemäßen, eigentlich menschlichen, der geistigen Sphäre heraus gestaltet werden, sondern aus der untergeordneten, un-eigenti-

³ Frankl, Viktor, E.: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München–Zürich 1990, S. 371.

⁴ Frankl, V. E.: 1990, S. 355.

⁵ Frankl, V. E.: Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. München 1991, S. 52.

⁶ Buber, M.: 1983, S. 92.

⁷ Frankl, V. E., Pinchas, Lapide: Gottsuche und Sinnfrage. Gütersloh 2005, S. 49f.

chen, der psychischen. In Zeiten von Krisen, in denen die vorherige Sicherheit verloren gegangen ist, entfaltet die Sphäre des Psychischen einen mächtigen Sog. Sie will das Bewusstsein in ihren Bereich hineinziehen. Wirkliche, nachhaltige Lösungen jedoch können nur aus dem Bereich der Geistigen Person gestaltet werden. In Krisenzeiten stehen wir somit in besonderer Weise vor der Anfrage und der Entscheidung, uns auf unseren eigentlichen, wesentlichen, existentiellen personalen Kernbereich zu besinnen. Von ihm aus können und wollen die beschriebenen verletzten Beziehungsbereiche „geheilt“ werden. Das von Viktor Frankl entworfene Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse ist eine wertvolle Hilfe, diese notwendige innere Besinnung fruchtbar zu gestalten.

Die Autorin/der Autor

Ulla Spaleck

Erzieherin/Fachkraft in Situationsansatz
Psychologische Beraterin
Mitarbeit am Institut „Treffpunkt Sein und Sinn“
info@spaleck-institut.de
www.spaleck-institut.de

Dr. med. Gottfried Matthias Spaleck

Facharzt für Psychotherapeutische Medizin
Leitung des Instituts „Treffpunkt Sein und Sinn“
Seminarstr. 28
56564 Neuwied

Wie Partnerschaft gelingen kann

20 Bausteine für ein erfülltes Zusammenleben

Zusammenfassung

Der Beitrag beschreibt ausgewählte Kriterien, die sich als entscheidend für das Gelingen einer Partnerschaft herauskristallisiert haben. Es handelt sich um Erkenntnisse des Autors aus seiner langjährigen Arbeit als Paartherapeut, die als elementare Bausteine für ein erfülltes Zusammenleben von Paaren gesehen werden können. Neben praktischen Beispielen und Vorschlägen für die konkrete Gestaltung des Partnerschafts-Alltags finden sich auch Anregungen, die in Seminaren und Workshops für Paare eingesetzt werden können.

Schlüsselwörter: Logotherapie · Paartherapie/Pararberatung · Kriterien und Interventionsvorschläge für eine gelingende Partnerschaft

Die folgenden Bausteine sind das Ergebnis meiner eigenen psychotherapeutischen Arbeit mit Paaren. Diese Arbeit hat mir gezeigt: Zur Paartherapie/Pararberatung kommen Paare in aller Regel erst, nachdem sie sich jahrelang miteinander gequält haben, also nachdem sie bereits seit ca. fünf bis sieben Jahren in einer Partnerschafts-Krise sind. Das macht die Beratung extrem schwierig, weil sich vieles bereits ungut eingeschliffen und verfestigt hat. Ich musste lernen, dass „Erfolg“ bei Pararberatung nicht daran gemessen werden darf, ob das Paar zusammenbleibt oder nicht, sondern ob die Partner die Krise durch persönliche Weiterentwicklung positiv bewältigen können. Therapeutisch leitet mich dabei die unerschütterliche Überzeugung, dass persönliche Entwicklung bei allen Menschen bis zum letzten Atemzug möglich ist, dass Menschen sich bis zum letzten Atemzug verändern können – gemäß Viktor Frankls Aussage: „Ändern kann man nur sich selbst, sich selbst aber *immer*“. Befragt man jedoch 100 Menschen, werden vermutlich 99 daran zweifeln, dass man sich bis ins hohe Alter hinein ändern kann (sogar *gewaltig* ändern kann, wie mir meine Arbeit als Psychotherapeut immer wieder aufs neue zeigt), und ich frage mich oft, woher dieses negative Menschenbild kommt.

Lernen musste ich ferner sowohl in meinem eigenen Leben wie bei den Paaren, die zur Therapie kamen, dass eine Partnerschaft nicht von alleine läuft und nicht wie selbstverständlich gelingt. Nein, sie gelingt definitiv nicht wie selbstverständlich, der Titel eines vor langer Zeit erschienenen Buches „Das schöne schwere Miteinander“ (H. Fische-Carl, Stuttgart 1979) trifft es haargenau: Eine gelingende Partnerschaft ist wunderschön, aber schwer und keineswegs ein Selbstläufer. Ein Musiker sagte mir einmal, das sei wie bei einem Musikstück: Je schöner es klinge, desto mehr Übung stecke dahinter.

Die hier aufgeführten Bausteine für eine erfüllte Partnerschaft sind keine Methoden für eine Therapie bei Ehekrisen. Solche Methoden gibt es in großer Zahl, und sie sind außerordentlich hilfreich. Aber man kann nicht alles in einen Beitrag zwingen, daher beschreibe ich hier keine Methoden, sondern beschränke mich auf jene in Paar-Therapien gewonnenen Erkenntnisse, die Paaren helfen können, ihre Partnerschaft so zu gestalten, dass sie gar nicht erst in eine Krise geraten – weshalb ich diese Erkenntnisse „Partnerschafts-Bausteine“ nenne. Vermutlich gibt es unendlich mehr solcher Bausteine, vielleicht sogar Bausteine, die bedeutsamer sind als jene 20, die hier aufgeführt werden. Aber es ist bereits außerordentlich hilfreich, sich wenigstens die folgenden 20 vor Augen zu halten, die durchaus Alternativen bieten zu Ehe-Kampf und Partnerschafts-Frust – und die auch für manche Überraschung gut sind, wie die Lektüre zeigen wird. Aus Gesprächen mit Paartherapie-Kollegen weiß ich, dass viele von ihnen zu ähnlichen Erkenntnissen in ihrer Arbeit kommen und diese Erkenntnisse auch in etwa so oder ähnlich formulieren würden – woran man sieht, dass Paare in unserem westlichen Kulturkreis fast überall vergleichbare Probleme haben. Auch die Probleme homosexueller Paare unterscheiden sich nicht von denen heterosexueller Paare, wie mir meine therapeutische Arbeit immer wieder gezeigt hat; ganz offensichtlich ist nicht das Geschlecht der Partner für eine gute Partnerschaft entscheidend, sondern die Art des Zusammenlebens.

Natürlich sind nicht alle 20 hier aufgeführten Bausteine für jede Partnerschaft gleich wichtig, vielmehr kann man sich genau diejenigen Bausteine für sich selbst auswählen, die für die eigene Situation

momentan am sinnvollsten erscheinen. „Aber unsere Partnerschaft läuft doch gut, warum sollen wir uns über dieses Thema überhaupt Gedanken machen?“ Deshalb, weil es eine bittere Regel für vieles im Leben gibt, auch für Partnerschaften: Je länger etwas dauert, um so mehr lässt es nach. Heißt: Jede Paarbeziehung wird *von alleine* schlechter. Das lässt sich zwar verhindern, aber erst einmal muss man es zur Kenntnis nehmen, so schmerzlich es auch klingt: Jede Paarbeziehung wird von ganz allein schlechter. Verhindern lässt sich das nur auf eine einzige Weise: Indem man stetig in die Beziehung *investiert*. Daher lohnt sich die Beschäftigung mit diesen Bausteinen auch für all jene, die derzeit in einer guten Partnerschaft leben – als Investition.

Wie man sich denken kann, ist im folgenden Text das Wort „Partner“ stets austauschbar mit „Partnerin“ und das Wort „Partnerschaft“ stets austauschbar mit „Ehe“ und umgekehrt. Nur dort, wo Missverständnisse möglich sind, verwende ich eine Doppelformulierung wie z.B. „er/sie“. Die im Folgenden angeführten Zitate stammen mit wenigen Ausnahmen aus Therapie-Sitzungen. Ich werde im übrigen nur hin und wieder auf den logotherapeutischen Hintergrund des Beschriebenen verweisen, da ich davon ausgehe, dass den Beziehern dieser Zeitschrift logotherapeutisches Grundwissen geläufig ist wie z.B. Primat des Geistes, Freiheit des Willens, Sinnstreben, Fähigkeit zur Selbstdistanzierung und zur Selbsttranszendenz, Wertpyramide, Transzendenzbezug, Einstellungsmodulation, sokratischer Dialog usw. – alles Aspekte, die sich in den Bausteinen unausgesprochen wiederfinden.

1. Baustein: Grenzen setzen

In einer bestimmten Hinsicht müssen gegenüber den Partnern entschieden Grenzen gesetzt werden: Absichtliche Verletzungen, seien es seelische und/oder körperliche, sind ohne Wenn und Aber zu unterlassen, dazu gehören bewusste Kränkungen, Erniedrigungen, Bloßstellungen vor anderen Menschen, Entwürdigungen, Missachtung,

kaltes, gefühlloses Fallenlassen, kurz: die Verletzung von Menschenrechten. Da gibt es keine Kompromisse. Bei niemandem, auch nicht bei den eigenen Eltern oder Kindern oder Verwandten oder Freunden. Auch nicht, wenn der Partner oder die Partnerin alkoholkrank ist. Wahre Liebe ist kein Müllschlucker, sondern zeigt mit unerschütterlicher Klarheit dem anderen die Konsequenzen eines miesen Verhaltens. Und mieses Verhalten lässt sich nicht durch Verweis auf anderes rechtfertigen (etwa durch „hab‘ schlecht geschlafen“, „habe mich über meinen Chef geärgert“, „hab‘ heute Kopfschmerzen“ usw.), auch wenn diese Art von Sich-Rechtfertigen für die meisten Menschen zur Gewohnheit geworden ist. Jeder darf miese Gedanken und Gefühle haben, soviel er möchte, aber sie über dem Partner auszukippen, ist einfach nur untersagt. Punkt. Es gibt kein Menschenrecht, das es mir erlauben würde, mich einem anderen Menschen gegenüber mies zu verhalten, vielmehr besitzt der andere ein Menschenrecht, das es mir verbietet, ihn würdelos zu behandeln.

2. Baustein: Demokratische Entscheidung

Es ist hilfreich, sich klarzumachen, wie eine gute Entscheidung für Partner getroffen wird: demokratisch statt diktatorisch. Nur bei Despoten oder Diktatoren gibt es 100%ige Entscheidungen. Anders in einer Demokratie: Bei demokratischen Entscheidungen braucht es keine 100%, da reicht die Mehrheit. Für die Partnerwahl heißt das: Auch wenn ein Partner z.B. nur 60 % gute Eigenschaften hat, kann man sich guten Gewissens für diesen Menschen entscheiden, denn 60% sind eine klare und eindeutige Mehrheit. 100%ig perfekte Partner gibt es übrigens nur im Himmel, weshalb wir gut akzeptieren können, dass auch wir selbst für andere keine perfekten Partner sind, sondern vermutlich ebenfalls nur 60%ige. Für eine gute Entscheidung braucht es auch keine herausragenden unvergesslichen Erlebnisse mit dem Partner. Es gibt erfüllte Partnerschaften auch ohne spektakuläre Events, auch ohne Herzklopfen und aufregende sexuelle Anziehung. Zwar

verbreiten unsere Medien pausenlos ein anderes Bild, doch sollten wir uns davon nicht täuschen lassen: Viele wundervolle Partnerschaften basieren allein auf einer ruhigen Gewissheit füreinander.

3. Baustein: Gezeiten des Lebens

Viele fühlen und erleben es, aber die wenigsten sind sich dessen bewusst, dass es Gezeiten des Lebens gibt, die wir respektieren müssen. Am Phänomen der Gezeiten des Lebens zeigt sich, dass wir keine toten Maschinen sind, sondern lebende Organismen. Für die Liebe, wie auch für das ganze Leben, gibt es Gezeiten, also mal Ebbe mal Flut: Mal lieben wir jemanden innig und tief, dann wiederum gibt es Zeiten, in denen wir den geliebten Menschen buchstäblich nicht ausstehen können, ihn unerträglich finden. Unsere Liebe hat dann Ebbe – und das ist *völlig normal und gesund*. Wer kann schon jemanden Tag um Tag, Stunde um Stunde, Minute für Minute stets gleich lieben? Nur tote Maschinen arbeiten 24 Stunden am Tag und 7 Tage die Woche mit unveränderter Leistung. Wir Menschen als lebende Organismen dagegen haben natürliche Gezeiten des Lebens: Gezeiten der Gesundheit, Gezeiten des Krankseins, Gezeiten des Gelingens, Gezeiten des Misslingens, Gezeiten der Bewegung, Gezeiten der Ruhe usw., und diese Gezeiten sind nicht exakt berechenbar, mal dauern sie länger, mal kürzer, mal kommen sie rasch hintereinander, mal bleiben sie längere Zeit aus. Wer glaubt, dass in seiner Partnerschaft die Zeiten der Ebbe anzeigen, dass die Liebe nun zu Ende ist, verkennt die Bedeutung der natürlichen Gezeiten des Lebens.

Wie geht man mit diesen Gezeiten des Lebens um? Man weiß darum und wartet bei Ebbe gelassen, bis die Flut wieder kommt. Wie lange soll man warten? Natürlich nicht 20 Jahre, so lange dauert keine Ebbe. Wenn 20 Jahre lang keine Flut kommt, ist das Meer höchstwahrscheinlich ausgetrocknet. Aber einige Wochen oder selbst ein paar Monate Ebbe sind in einer Partnerschaft kein Grund zur Beunruhigung. Bis dahin hält man es einfach aus. Weil es zur Liebe gehört, sich

auszuhalten, wenn man einander eine Zeit lang unerträglich findet. Eltern mit pubertierenden Kindern können das. In einer Partnerschaft (mit zuweilen pubertierenden Partnern) sollte das daher auch gelingen (einzige Ausnahme: siehe Baustein 1).

4. Baustein: Immerwährende Sehnsucht im Herzen

Immerwährende Sehnsucht im Herzen ist Indikator für unsere Sehnsucht nach unserem göttlichen Ursprung, nicht Indikator für das Versagen des Partners. Wenn wir also eigentlich glücklich sind, wenn wir nicht den Eindruck haben, dass uns irgendetwas fehlt, und wenn wir dennoch in uns eine unerklärliche Sehnsucht verspüren, dann sollten wir diese unerklärliche Sehnsucht nicht auf unsere Partner beziehen und daraus folgern, dass sie uns etwas schuldig bleiben, was diese Sehnsucht auslöst. Wir sollten vielmehr daran denken, dass wir von Gott kommen und dass wir daher diese unerklärliche Sehnsucht solange in uns spüren, bis wir wieder zu ihm zurückgekehrt sind – also ein ganzes Leben lang.

5. Baustein: Unsere vielen Seiten

Wir haben viele Seiten in uns (der Blick auf unsere vielen Seiten ist eine Form der Franklschen Selbstdistanzierung): Eine Seite in uns glaubt fest daran, dass auch hier auf Erden 100%ig perfekte Ehen möglich sind – dieser Glaube darf auch bleiben, obwohl er leider Himmel und Erde verwechselt. Aber diese Seite in uns, die fest an den Himmel auf Erden glaubt, ist ja nicht dumm, keine unserer vielen Seiten ist dumm, alle sind sie Ausdruck unserer Bedürfnisse, und Bedürfnisse sind nicht verboten. Aber es sollte uns bewusst sein und bleiben, dass wir viele *verschiedene* Seiten in uns haben. Und das ist völlig in Ordnung, nur leider wirken unsere vielen Seiten zuweilen nicht hilf-

reich zusammen, sondern zerren in unterschiedliche Richtungen. Und manchmal verwechseln wir uns sogar mit einer unserer vielen Seiten, identifizieren uns völlig mit ihr – was wir aber nicht zulassen sollten gemäß Viktor Frankls Mantra, dass man sich nicht alles von sich selbst gefallen lassen muss.

Bezüglich der Ehe oder Partnerschaft nun ist es wichtig, nicht nur auf die eine Seite in uns zu hören, die von der 100% perfekten Ehe träumt, sondern auch die anderen Seiten in uns zu respektieren und zu achten, z.B. jene Seiten, die a) unsere demokratische Entscheidung für den Partner für richtig halten und die b) wissen, dass es hier auf Erden nicht eine einzige perfekte Partnerschaft gibt, weder in der Vergangenheit noch in der Zukunft, nicht eine einzige, weil es hier auf Erden definitiv keinen Himmel gibt. Sucht man also 100%ige Perfektion, muss man sich gedulden, bis man im Himmel ist.

Aber auch wenn es hier auf Erden keinen Himmel gibt, so darf doch die Ehe keine Hölle sein. Deshalb sind neben Baustein 1 auch die folgenden Bausteine unverzichtbar.

6. Baustein: Das Eins-zu-fünf-Verhältnis

Zum Beispiel das Verhältnis zwischen positiven und negativen Erfahrungen in der Partnerschaft bzw. Ehe. Man überlege: Wie oft *ärgert* man sich über die Partnerin oder den Partner, wie oft *streitet* man, wie oft *verletzt* man einander, und im Vergleich dazu: Wie oft ist man *zärtlich* zueinander, wie oft *küsst* man sich, wie oft zeigt man körperliche *Nähe*? Beides wird vorkommen, aber wie oft das eine und wie oft das andere? Der amerikanische Psychologe John Gottmann hat eine Formel aufgestellt, wonach ein gesundes Verhältnis „eins-zu-fünf“ lautet, heißt: auf ein negatives Moment sollten fünf positive Momente kommen (in der Phase der Verliebtheit kommen in der Regel auf 1 negatives 20 positive). Das bedeutet konkret: Wenn ich 1x unfreundlich reagiert habe, hat der / die andere 5x eine Freundlichkeit gut. Dann, und

nur dann, wird die Partnerschaft halten. Sobald es aber auf der positiven Seite immer weniger wird, wenn gar auf ein negatives Moment nur ein einziges positives Moment kommt (statt wie im Idealfall eins zu fünf), kommt es zur Trennung, so die Aussage Gottmanns. Aber warum kann man nicht eine einzige Unfreundlichkeit durch eine einzige Freundlichkeit ausgleichen, sondern braucht für eine Unfreundlichkeit gleich fünf Freundlichkeiten? Die Antwort Gottmanns: Weil das Negative deutlich länger nachwirkt und sich daher auch stärker ansammelt.

Diese Gedanken Gottmanns sind keine schnell dahingeworfene These, sondern beruhen auf fundierten empirischen Langzeitstudien, und man tut gut daran, sie zu beachten. Und sie gelten nicht nur, wie Gottmann beschreibt, für unser Verhalten, sondern man kann das Gesagte ebenso gut auf unsere inneren Gedanken anwenden, und dann bedeutet das: Für einen negativen Gedanken über den Partner oder die Partnerin sollte man fünf positive denken. Wirkt Wunder, denn, wie inzwischen die Neurowissenschaften nachgewiesen haben: Gefühle und Gedanken beeinflussen sich gegenseitig, und zwar so sehr, dass man beides im Alltag nur selten trennen kann.

7. Baustein: Partnerschafts-Alltag

Wie sieht der Partnerschafts-Alltag aus? Normal ist: 90% *Alltagsgestaltung* plus 10% *magische Momente*. Es lohnt, sich diese 90 zu 10 Prozentzahl vor Augen zu halten. Die magischen Momente dürfen nicht fehlen in einem Eheleben, aber sie können niemals 90% Alltag ersetzen – und müssen das auch nicht. „Alltag“ heißt deshalb so, weil das damit Gemeinte zum täglichen Leben gehört, alle Tage gleich ist, unauffällig, gewöhnlich, eben normal. Eine Ehe, die gleichförmig, unauffällig, gewöhnlich, normal ist und weit entfernt von der großen Liebesbühne, ist daher völlig in Ordnung. Denn genau so ist der Alltag. Das hat nichts mit Negativität zu tun: Den Müll in den Mülleimer vor die Tür

zu tragen, ist keine negative Erfahrung, die uns verletzt oder traurig macht, sondern einfach nur Alltag, der bewältigt werden will. Aber wenn in einer Ehe der Alltag *hundert* Prozent des Lebens bestimmt, wenn es nicht hin und wieder auch magische Momente des Zusammenseins gibt, stirbt die Lebendigkeit der Partnerschaft, dann wird die Partnerschaft einfach nur langweilig. Daher sich die Frage stellen: Gibt es im Ehe-Leben noch 10% an magischen Momenten, die helfen, die 90% des Alltags etwas leichter zu bewerkstelligen? Wenn nicht, dann dafür sorgen. 10% magische Momente sind ausreichend, aber sie dürfen nicht fehlen. Und wenn der Partner oder die Partnerin nicht dafür sorgt, dann es eben selber tun.

8. Baustein: Unser Preis-Schild

Jeder Partner trägt ein Preis-Schild: Will ich einen Partner, der auf jede meiner Ideen eingeht, und bekomme ihn schließlich, dann darf ich mich nicht wundern oder gar ärgern, dass dieser Partner selber keine eigenen Ideen hat, denn genau das ist der Preis, den ich dafür zahle, dass ich jemanden finde, der auf alle *meine* Ideen eingeht. Oder: Will ich eine Partnerin, die sehr romantisch ist, und habe ich dann das Glück, eine solche zu finden, dann darf ich mich nicht ärgern, dass sie so wenig nüchtern und praktisch denkt, denn genau das ist der Preis für eine romantische Partnerin. Und schon gar nicht nützt es, wenn ich nachträglich versuche, aus der Romantikerin eine Pragmatikerin zu machen.

Aber ist es eine Katastrophe, wenn jede Lösung ihren Preis, jeder Partner ein Preis-Schild hat? Ist man damit ein armes Opfer? Nein, denn man hat viele Möglichkeiten der Selbstwirksamkeit, viele Möglichkeiten, wie man sich darauf einstellen und damit umgehen kann – wie beim Wetter, das man ebenfalls nicht ändern kann und das sich selbst nach eigenem Belieben ändert, auf das man sich aber aktiv einstellen und entsprechend reagieren kann, egal wie „gut“ oder „schlecht“ es ist.

9. Baustein: Partner als Eltern-Ersatz

Viele Menschen suchen Partner als Eltern-Ersatz. Partner sind aber definitiv kein Eltern-Ersatz, was man schon daran sieht, dass man seine Eltern nicht als Sexualpartner auswählt. Wenn nun z.B. jemand leidet Eltern hatte, die einem als Kind nie das Gefühl gegeben haben, dass man in Ordnung ist genau so, wie man ist, wenn man Eltern hatte, die nie richtig zu einem gestanden haben, deren Verhalten unberechenbar war usw., kurz Eltern, die verhindert haben zu lernen, was eine stabile gute Beziehung sein kann, dann steht dieser Jemand in Gefahr, Partner zu suchen, die einem endlich all das geben, was die Eltern versäumt haben. Das ist erlaubt, man darf danach suchen, und es ist schön, wenn man einen Partner findet, der genau das bringt, was man sich ersehnt. Aber Partner sind füreinander keine Eltern, Partner haben eigene Aufgaben. Himmlisch wäre es, wenn ein Partner beim anderen die von dessen Eltern zugefügten Wunden und Verletzungen heilen könnte, aber das ist nicht seine eigentliche Aufgabe. Die eigentliche Aufgabe ist die gemeinsame Gestaltung des Ehe-Lebens bzw., wenn Kinder da sind, des Familienlebens, und das ist schon schwer genug. Für die Heilung von Eltern-Versäumnissen sind die professionellen Heiler zuständig, die Psychotherapeuten. Und selbst diese scheitern allzu oft beim Versuch, all die Liebe, Zuwendung, Sicherheit, Geborgenheit, Daseinsfreude und Lebenslust nachträglich zu vermitteln, die die Eltern zu vermitteln versäumt haben.

Wer als elterngeschädigter Mensch daher einen Partner als Eltern-Ersatz sucht, wird meist erleben, dass seine Partnerschaften merkwürdigerweise nicht lange halten. Das ist nicht Pech, sondern die Konsequenz dessen, dass er instinktiv auf der Suche nach einem Eltern-Ersatz ist, statt auf der Suche nach einem Partner. Denn die Suche nach einem Eltern-Ersatz wird von Partnern in aller Regel enttäuscht, weil Partner, man kann es nicht genug betonen, völlig andere Aufgaben haben.

Was also tun? Es schadet nie, sich selbst zu fragen, ob man beim Partner das sucht, was einem die Eltern vorenthalten haben. Wenn man spürt, dass es so sein könnte, ist Fairness gefragt, Fairness gegen-

über dem Partner, dem man als Eltern-Ersatz eine übermenschliche Mammutaufgabe aufbürdet, die er, wenn man Glück hat, so leidlich schafft – aber eigentlich gar nicht müsste.

10. Baustein: Partner als Ergänzung

Die meisten Menschen, die *nicht* nach einem Eltern-Ersatz suchen, halten unbewusst Ausschau nach Partnern, die einen *ergänzen*. Die also all die Dinge, Aspekte, Erfahrungen, Gedanken, Verhaltensweisen, Eigenschaften, Hobbys, etc. ins eigene Leben bringen, die man selbst leider nicht hat. Denn wir wissen instinktiv, dass uns das bereichert. Dummerweise sind wir sehr vergesslich, vergessen oft, dass wir gezielt einen Menschen gesucht haben, der anders ist als wir selbst, und wir fangen dann an, diesen Menschen ändern zu wollen, damit er endlich so wird wie wir selbst. Wer hat nicht schon mal versucht, den Partner zu ändern?

Achtung: Es geht hier im 10. Baustein nicht um den Kampf zur gemeinsamen Bewältigung der Alltagsorgen und Alltagsaufgaben; dieser Kampf muss durchgefochten werden, damit der Partner bzw. die Partnerin nicht zum Schmarotzer unseres Alltagslebens wird. Wer z.B. sagt, er könne den Müll leider nicht in die Mülltonne tragen, weil er einfach ein anderer Mensch ist, dem muss man auf die Sprünge helfen, seine Einstellung zu ändern, ob ihm das passt oder nicht.

Hier im 10. Baustein geht es um jene Seiten von Partnern, um all ihre Erfahrungen, Gedanken, Verhaltensweisen, Eigenschaften, Hobbys, die unsere eigene Sicht des Lebens erweitern oder korrigieren oder normalisieren. Mit anderen Worten: Es ist wahrlich gut und von uns ursprünglich auch so gewollt, dass der Mensch an unserer Seite so ganz anders ist als wir, dass er sich von uns unterscheidet – also sollten wir ihn auch so lassen (die Erledigung von Alltagsaufgaben, wie oben schon gesagt, natürlich ausgenommen). Und wer weiß, vielleicht lernen wir am Ende die Seiten unseres Partners, die wir selbst nicht haben, regelrecht zu schätzen, weil wir davon *profitieren*, dass

unser Partner anders ist. Unterschiede sind ja auch in anderen Bereichen des Lebens kein Unglück, sondern stets eine willkommene Bereicherung, das gilt nicht nur bei Apfelsorten und Tortenstücken. An Unterschieden zerbrechen übrigens die wenigsten Partnerschaften. Wenn sie zerbrechen, dann an Erwartungen und Gefühlen: Fühle ich mich von meinem Partner angenommen und wertgeschätzt? Fühle ich, dass er unbeirrt an meiner Seite steht, trotz all meiner Fehler und Schwächen?

Am häufigsten begegnet sind mir in meiner Praxis übrigens Paare, die darunter litten, dass der eine, wie ich es selbst nenne, aufgeräumt, der andere unaufgeräumt denkt und handelt, oder, wie Klienten das meist formulieren: „ordentlich/unordentlich“ bzw. „perfektionistisch/schlampig“ (erst kürzlich fielen in einer Paartherapie-Sitzung die Worte: „Was du einmal aus einer Schublade ausgeräumt hast, bleibt liegen. Auf die Idee, es wieder einzuräumen, bist du noch nie gekommen“). Muss man sich über eine solche Paar-Konstellation wundern? Nein, denn wir wählen eben sehr oft Partner, die uns *ergänzen*. Kann heißen, dass wir z.B. unterbewusst spüren, dass unser Perfektionismus uns nicht gut tut und wir daher jemanden an unserer Seite brauchen, der dagegen wirkt – und umgekehrt, denn jeder lernt vom anderen. Statt also darunter zu leiden, dass die Partnerin unordentlich ist, kann der Partner darin auch ein nützliches Gegengewicht sehen, dass ihn schlussendlich vor krankhaftem Perfektionismus schützt. Denn dass Perfektionismus sich zu einer ernsten psychischen Erkrankung entwickeln kann, können Psychotherapeuten rund um den Erdball bestätigen.

11. Baustein: Unser Lebens-Rucksack

Wir tragen alle einen Lebens-Rucksack mit uns mit, und natürlich trägt in einer Partnerschaft jeder der beiden ebenfalls einen. In diesem Lebens-Rucksack sind viele positive und negative Erlebnisse unseres Lebens gespeichert mitsamt den entsprechenden Lebens-Maximen (=

gute und schlechte Lebensweisheiten/Lebenseinstellungen/Überlebensregeln/Annahmen/Kognitionen/Mindsets/Killer-Maximen, und wie all die Bezeichnungen dafür sonst noch lauten mögen). Denn bei vielen Erlebnissen unseres Lebens haben wir Schlussfolgerungen für uns gezogen, also genau solche Lebens-Maximen, seien es kindliche oder erwachsene, kluge oder dumme, hilfreiche oder schädliche Schlussfolgerungen. Diese Schlussfolgerungen sind mitsamt den entsprechenden Erlebnissen in neuronalen Netzwerken in unserem Gehirn verankert und daher nicht einfach durch irgendeine neue Einsicht austauschbar. M.a.W.: Sie sind hartnäckig, begleiten uns durchs ganze Leben – und sind natürlich auch in Partnerschaften wirksam; die kindlich-falschen oder auch erwachsen-dummen Schlussfolgerungen allerdings oft sehr zum Leidwesen der Partner und zuweilen sogar tödlich für die Partnerschaft.

Natürlich kann ich hier nicht auf all die vielen schädlichen Lebens-Maximen eingehen, die mir bei meinen Klienten begegnet sind, darüber ließe sich buchstäblich ein ganzes Buch schreiben. Aber ich greife wenigstens zwei heraus, die mit Sicherheit zu Ehekrisen führen: Eine für das Gelingen einer Partnerschaft höchst gefährliche „Lebensweisheit“ zeigt sich manchmal, wenn man sich z. B. fragt: „Mag ich mich selbst? Halte ich mich für einen guten Menschen? Achte ich mich selbst als liebenswert?“ Wenn nicht, darf man mit Fug und Recht davon ausgehen, dass dieses Sich-nicht-für-liebenswert-Halten erstens eine absolut *zerstörerische* „Lebensweisheit“ ist und dass zweitens daraus unentrinnbar folgt, dass man seinen Partner/seine Partnerin *ebenfalls* für nicht gut genug, für nicht in Ordnung, für nicht liebenswert hält, denn wie wir über uns selbst denken, prägt alles, was wir tun und lassen – und prägt auch unser Denken über unseren Partner. Wie aber soll mit einer solchen „Lebensweisheit“ im Rucksack jemals eine Partnerschaft gelingen? Wie um alles in der Welt? Eine ähnlich hilfreiche Frage zum eigenen Lebens-Rucksack ist ferner, ob man den Eindruck hat, dass man in der Partnerschaft immer alles selber machen muss. Wenn ja, könnte das ein Hinweis auf eine Lebens-Maxime sein wie z. B. jene, von der eine Klientin berichtete: „Angesichts der kranken Mutter war mir schon als Siebenjährige

klar, dass alles aus dem Ruder läuft, wenn ich mich nicht selber darum kümmere.“ Solange man allein lebt, stört eine solche Lebens-Maxime nicht, denn sie hat dann ja kaum Auswirkungen auf andere. Ganz anders in einer Partnerschaft, wo eine solche Maxime unweigerlich in die Krise führt. Wie wäre es, in solchen Fällen seinen Partner anzusprechen, etwa nach Art von: „Hilf mir mal: Ich habe da so ein merkwürdiges Gefühl: Ständig habe ich den Eindruck, dass hier immer alles an *mir* hängt, dass sich außer mir niemand verantwortlich fühlt. Ist das wirklich so oder ist das irgendetwas, das noch aus frühen Zeiten in mir rumort, als es vielleicht wirklich mal so war? Wie siehst Du das?“

12. Baustein: Unser Idealbild vom Zusammensein

Welches Idealbild vom Zusammensein hat man? Trautes Zusammensein, alles gemeinsam machen? Aus der Bindungsforschung wissen wir, dass *beides* für ein Kind (und ganz sicher auch für einen Erwachsenen) unverzichtbar ist: Bindung *und* Autonomie, Nähe *und* Ferne, Verbundenheit *und* Abstand, verschmelzendes Eins-Sein *und* individuelles Getrennt-Sein, Miteinander-Sein *und* Für-sich-Sein, verlässlicher Halt *und* flexibles Sich-erproben-dürfen, Konstanz *und* Veränderung (neudeutsch könnte man auch sagen: in der Beziehung zwischen „online“ und „offline“ pendeln). Es ist wohl eine anthropologische Konstante, dass jede Form von gesteigerter Nähe eine dementsprechende Form von Ferne, von Distanz braucht und sucht – weil eben beides wichtig ist. Wenn eines fehlt, können wir uns nicht entwickeln, dann leben wir nicht stimmig, nicht rund, nicht erfüllt.

Sieht man das Ganze unter dem Aspekt der Paargeschichte bzw. Paarentwicklung, so steht am Anfang einer Beziehung in der Regel die Verschmelzung im Sinne von „nur zusammen sind wir vollständig“ (das berühmte, häufig in Hochzeitsansprachen verwendete Bild von den zwei Halbkugeln, die sich finden und von jetzt an eine perfekte Kugel bilden). Je länger man dann aber zusammenlebt, umso mehr

lernt man voneinander, übernimmt man vom anderen Eigenschaften, die man anfangs selbst nicht hatte, und wird auf diese Weise selber immer vollständiger (im Bild gesagt: eine immer perfektere Kugel) – und damit wächst auch das Bedürfnis nach Autonomie, und das heißt ja: nach dem Erleben der eigenen Vollständigkeit.

Viele, wirklich viele Konflikte in Partnerschaften fußen auf entsprechenden Wünschen nach entweder mehr Autonomie oder mehr Bindung, der eine zieht in *diese* Richtung, weil er die Bindung spürt, aber die Autonomie zu wenig erfährt, der andere in *jene* Richtung (typische Bindung-Autonomie-Konflikte treten zutage in Sätzen wie: „du klammerst“ oder „du bist viel zu selten zuhause“). Stets geht es um berechnete Grundbedürfnisse, die aber, wenn der eine mehr von dem bedarf, der andere mehr von jenem, Anlass zu permanenten Auseinandersetzungen werden können. Es gibt da aus meiner Sicht zwei hilfreiche Vorschläge:

– Erstens als Paar darauf zu achten, dass wirklich beides gewährleistet ist: Momente der Verschmelzung *und* Freiraum, Nähe *und* Distanz, Konstanz *und* Veränderung (letzterem würde es z.B. zuwiderlaufen, wenn man die Aussage „ich wünsche mir eine neue Lampe an die Decke“ beantwortet mit „aber wieso denn, die jetzige ist doch schön“).

– Zweitens zu respektieren, dass es diesbezüglich sehr unterschiedliche Wahrnehmungen und Kindheitserfahrungen gibt: Für den einen ist ein bestimmtes Maß an Nähe zuviel, für den anderen zuwenig. Paare müssen das *ausbalancieren* – und können das auch, wobei jedem klar sein muss, dass Ausbalancieren keine Augenblicks-Spielerei ist, sondern ein lebenslanger Prozess.

Nebenbei gesagt: Zum Autonomie-Freiraum gehört auch der Respekt vor dem *Territorium* des anderen, das man nicht vereinnahmen darf, auf das der andere Anspruch hat (definitiv respektlos wäre z.B.: „Du, Schatz, während Deiner Geschäftsreise habe ich mal hier zu Hause Deinen Schreibtisch gründlich aufgeräumt und all den unnützen Kram entsorgt, der sich da angesammelt hatte“). Und zum Respekt vor dem Territorium gehört selbstverständlich auch, dass man Zimmertüren nicht einfach aufreißt, sondern anklopft – Kinderzimmer miteingeschlossen, selbst bei Dreijährigen.

13. Baustein: Streit in der Partnerschaft

Partnerschaftsbeziehungen sind *immer* mit unbeabsichtigtem gegenseitigem Wehtun und Verletzen verbunden, das lässt sich grundsätzlich nicht verhindern, weshalb Verzeihen-Können eine Partnerschafts-Kompetenz ist. Hier soll es jedoch nicht um unbeabsichtigte Verletzungen gehen, sondern um so etwas wie Neigung zum Streiten, zum Rechthaben, zum gegenseitigen Kleinhalten und Kritisieren, zum ständigen Herumnörgeln am anderen. Es gibt Paare, die streiten sich buchstäblich 50 Jahre lang exakt um dieselben Kleinigkeiten, mit immer denselben Worten, Sätzen, Reaktionen. Wer glaubt, Streit sei einfach nur eine Unsitte, die sich leicht abstellen lässt, wird als Paartherapeut schnell eines besseren belehrt: Das Thema Streit ist extrem komplex, weil es dafür in Partnerschaften eine große Anzahl höchst unterschiedliche Gründe geben kann (Machtstreben, Verlustängste, zuviel oder zuwenig Nähe, Hilflosigkeit, zuviel oder zuwenig Abstand, Minderwertigkeitsgefühle gegenüber dem Partner, Vollkommenheitserwartungen an den Partner usw. usw.). Aber ich möchte zu diesem nie zu unterschätzenden Thema wenigstens *sieben goldene Regeln* anbieten, die sich alle in Paartherapien bewährt haben:

1. Die erste Regel ist sehr leicht, weil eigentlich selbstverständlich, und zugleich ungeheuer schwer, weil wir alle höchst vergesslich sind, nämlich die Regel, *den Partner grundsätzlich als Freund statt als Gegner zu betrachten*. Klingt sehr einfach. Wir vergessen es aber bei jedem Streit. Buchstäblich bei jedem. Prüfen Sie selbst, wann und wie oft Sie Ihren Partner in hitzigen Debatten als Feind statt als Freund sehen.

2. Es gibt ein Zauberwort, das Streitereien seltener werden lässt: das Wort „Wofür“: Wofür streiten wir? Aber Achtung: Bloß nicht nach dem „Warum“ fragen, denn das Wort „Warum“ befeuert in der Regel den Streit nach Art von: „Warum ich wütend bin? Das kann ich Dir ganz genau sagen: Weil Du immer ...“ usw. usw. Besser ist es daher, nach dem *Wofür* zu fragen: *Wofür, um was zu erreichen, für welches Ziel streiten wir jetzt gerade?* Und ist genau dieses Ziel den momentanen

Streit und die sich aus diesem Streit ergebenden Verletzungen wirklich wert? Wenn ja, ist der Streit sinnvoll, wenn nein, besser mit einem Kuss beenden.

3. Außerordentlich wirksam ist ferner das *Prinzip des guten Grundes*. Wir alle kennen Situationen wie diese: Das Paar vereinbart, sich zu einer bestimmten Uhrzeit da oder dort zu treffen, und eine/r ist pünktlich, der/die andere kommt 20 Minuten zu spät. Wer pünktlich ist und warten muss, dessen Ärger wächst von Minute zu Minute, und trifft dann der Partner endlich ein, kracht es erst einmal. Vor genau diesem Streit bewahrt des Prinzip des guten Grundes: Bei unseren besten Freunden gehen wir fast immer davon aus, dass der zu spät Kommende sicher einen guten Grund für sein Zuspätkommen hat. Und diese Annahme eines guten Grundes bewahrt uns dann verlässlich vor Ärger und Streit. Was für Freunde gilt, gilt um vieles mehr für Partner, weshalb ich allen Paaren dieses Prinzip als Regel empfehle.

4. *Echte Entschuldigungen heilen*, oberflächliche Entschuldigungen dagegen sind Brandbeschleuniger. Regel Nummer vier lautet daher: Wenn wir uns daneben benehmen, entschuldigen wir uns in aller Form und ohne Wenn und Aber: „Entschuldige bitte, das habe ich verletzend formuliert“ oder :„Entschuldige bitte, das war nicht richtig von mir“ oder: „Das tut mir leid, diese Formulierung nehme ich zurück“. Echt sind Entschuldigungen nur ohne Rechtfertigung, ohne Sich-Verteidigen, also ohne „aber das Wetter macht mich heute so nervös“ oder „aber ich hab’ derzeit berufliche Sorgen“ u. dgl. Unsere Partner spüren verlässlich, ob wir eine Entschuldigung ernst meinen. Ist sie ernst gemeint, heilt sie Wunden.

5. Jemandem immer wieder Vorwürfe zu machen, ständig an jemandem herumzukritisieren, kann, wie angedeutet, auch Ausdruck davon sein, über den anderen Macht auszuüben, ihn kleinzuhalten. Wenn in einer Partnerschaft einer Macht ausübt, gibt es stets einen anderen, der sich als dieser Macht ausgeliefert (= klein, ohnmächtig)

erlebt. Das aber zerstört jede Partnerschaft, und zwar *jede* (von krankhaftem Masochismus abgesehen). Das eigene Machtausüben loszulassen, ist aber schwer, sehr schwer, weil es sich gut anfühlt, oben zu stehen und nach unten den Zeigefinger zu schwingen im Sinne von „Ich bin o.k. – Du nicht!“ bzw. „Ich kann’s – Du nicht!“, „Ich weiß Bescheid – Du nicht!“, „Ich achte auf alles – Du nicht!“, „Ich kümmere mich – Du nicht!“ usw. Und doch ist dieses Loslassen des Machtausübens, das Heruntersteigen vom Oberlehrer-Podest, der einzige Weg, um einander nicht zu verlieren. Daher die Regel: Wie wäre es, *einander in allem als Ergänzung zu betrachten* im Sinne von: „Wie schön wir es haben – was *ich* nicht kann, kannst *du*, was *du* nicht kannst, kann *ich*, was *du* übersiehst, sehe *ich*, was *ich* nicht weiß, weißt *du*“ usw.

6. Jeder Partner hat Fehler, absolut sicher sogar, weil auf dieser Erde kein einziger fehlerfreier Mensch existiert, nirgendwo, auf keinem Kontinent, es gehört buchstäblich zur Würde des Menschseins, nicht perfekt zu sein. Das ist inzwischen für viele auch einsichtig. Nicht allen ist jedoch bewusst, dass diese Fehler des Partners grundsätzlich nicht für unsere *Gefühle* verantwortlich sind, auch nicht für all das, das wir als *Problem* betrachten. Regel Nummer sechs lautet daher: Für *unsere* Gefühle und *unsere* Problemsicht sind wir selber verantwortlich mit unserer jeweiligen Einstellung einer Sache gegenüber: *Ich* sehe etwas als Problem, *aus meiner Sicht* ist etwas problematisch, in *mir* steigen bei dieser Sache unguete Gefühle auf (vgl. z.B. Baustein 11). Wenn ich für *meine* Sicht selber verantwortlich bin, muss ich das Problem auch selbst regeln – nicht der Partner, indem er gefällt alle seine Fehler ablegt und damit endgültig zum einzigen fehlerfreien Menschen auf diesem Planeten wird (dessen Platz dann aber besser ein Ausstellungsraum im Museum wäre). Das zu sehen fällt vielen von uns wirklich schwer. Denn normalerweise denken wir stets „dieses Problem ist *objektiv* ein Problem“ bzw. „wenn in *mir* dabei unguete Gefühle aufsteigen, dann auch *bei allen anderen Menschen*“. Aber in Wirklichkeit ist jedes *von uns* empfundene Problem die Folge *unserer* inneren Einstellung einer Sache gegenüber, die Folge *unserer*

Sicht der Dinge, ist also subjektiv und kann daher nur durch eine Einstellungsänderung bei uns selbst, nicht beim Partner, gelöst werden (das genau ist ja der Kernpunkt von Viktor Frankls „Einstellungsmodulation“).

7. Manchmal lohnt es sich zu überlegen, ob die Partnerschaft der größere Wert ist oder das Rechtbehalten. Wem das Rechtbehalten wichtiger ist, dem empfehle ich eindringlich, auf eine Partnerschaft zu verzichten. Wem dagegen die Partnerschaft wichtiger ist, dem empfehle ich, *ihr zuliebe* mehr und mehr aufs Rechtbehalten zu verzichten – nicht um des Verzichtens willen (Verzicht ist kein Wert an sich), sondern als Ausdruck der bewussten Entscheidung für den hohen Wert einer Partnerschaft. Es kann nicht oft genug betont werden: Man kann sich in der Tat ganz bewusst für den hohen Wert einer Partnerschaft entscheiden und zu dieser Entscheidung stehen. Regel Nummer sieben lautet daher: Betrachte den Partner/die Partnerin als das Wichtigste all dessen, was dir in diesem Leben lieb und teuer ist. Wenn wir in der Therapiesitzung über diesen Punkt sprechen, höre ich von den Klienten erstaunlich oft Aber-Einwände, ich greife nur ein paar heraus, z.B.: „Aber das Wichtigste in meinem Leben sind meine Eltern“. Wenn es wirklich so ist, sollte man keine Partnerschaft beginnen, sondern im Elternhaus wohnen bleiben. Oder: „Aber es gibt doch noch so viel anderes Wichtiges im Leben.“ Ja, das gibt es in der Tat und es darf auch so bleiben. Denn wenn die Partnerschaft für mich das Wichtigste ist, bedeute das nicht, dass alles anderes unwichtig wird. Es heißt nur: Wenn von den vielen anderen wichtigen Dingen etwas dafür sorgt, dass ich meine Partnerschaft vernachlässige, dann sage ich „Stopp“ und lasse es nicht zu. Hin und wieder höre ich als Einwand auch „Aber das Wichtigste für mich ist Gott“. Dann reden wir über das dahinter stehende Gottesbild. Das erste der Zehn Gebote heißt bekanntlich: „Du sollst keine anderen Götter neben mir haben.“ Es heißt nicht: „Du sollst keinen anderen Menschen neben mir haben.“ Und das zu Recht, denn wir müssen uns hüten, Gott menschliche Eigenschaften wie Neid oder Eifersucht zuzuschreiben, so als ob er wie ein Mensch beleidigt ist darüber, dass nicht er, sondern die Partnerin das Wich-

tigste in meinem Leben ist (vor solchem allzu menschlichen Denken über Gott warnt Frankl zu Recht schon in seinen frühesten Schriften, etwa im Buch „Homo patiens“ aus dem Jahr 1950 unter dem Stichwort „Anthropomorphismus“). Sehr häufig erlebe ich auch, dass bei diesem Thema der eine Partner dem anderen vorwirft: „Das Wichtigste für Dich ist ja Dein Beruf!“. In der Tat sind manche mit ihrem Beruf verheiratet, nicht mit dem Ehepartner, die Partnerschaft dient dann nur dem Zweck, den Rücken für den Beruf frei zu haben, doch wer eine Partnerschaft derart verzweckt, ist ihrer nicht wert. Soweit ein paar Aber-Beispiele. Warum ist dieses Das-Wichtigste-in-meinem-Leben-Thema für Partnerschaften zentral? Weil ich oft und oft erfahren habe, dass die Klienten es *sehr genau spüren*, wenn sie nicht mehr das Wichtigste im Leben ihres Partners/ihrer Partnerin sind. Sie spüren es einfach, und genau dieses Spüren ist der Beginn der Entfremdung, an deren Ende allzu oft die Trennung steht ...

14. Baustein: Unsere Lebensbrille

Mit welcher Lebensbrille möchten wir den Partner sehen? Ich sage nicht: Mit welcher Lebensbrille *sehen* wir den Partner. Denn es handelt sich tatsächlich um eine Wahl, also um etwas, wozu wir uns entscheiden, um etwas, für das wir buchstäblich verantwortlich sind. Eine Lebensbrille tragen wir nämlich immer, jeden Tag, jede Sekunde, ob wir es merken oder nicht, sei es die rosa-rote Brille der Verliebtheit, die gelbe Brille der Missgunst, die grüne Brille des Neids, die graue Brille der Niedergeschlagenheit, die schwarze Brille des Ärgers, die rote der harschen Kritik und viele, viele andere Brillen, eine neutrale Brille gibt es nicht. Wann und wo wir sind, in welcher Minute wir auch stehen, wir tragen eine unserer vielen Lebens-Brillen. Also wäre es gut, uns erstens immer, immer wieder bewusst zu machen, dass wir in jedem Augenblick eine Lebensbrille *tragen* – und zweitens uns klar zu machen, dass wir eine *Wahl* haben und auch bewusst die Brille *wechseln* können. Und dass dieser Brillenwechsel in unserer eigenen Ver-

antwortung liegt, die wir auf niemanden abschieben können. Niemals können wir sagen, der oder die hat uns zu dieser oder jener Brille gezwungen. Nein, wir tragen unsere Brillen in völliger Eigenverantwortung.

Besonders empfehlenswert ist ein Wechsel der Brille dann, wenn wir merken, dass die Brille, die wir gerade tragen, unsere Partnerin ins Negative zieht, sie ständig schlecht aussehen lässt. Dann ist ein Brillen-Wechsel nicht nur deswegen empfehlenswert, weil wir der Partnerin nicht Unrecht tun wollen (das sicher auch), sondern nicht zuletzt deshalb, weil es *uns* gut tut, unsere Partnerin positiv zu sehen, weil es *uns* gut tut, eine feine Partnerin an unserer Seite zu wissen.

Im übrigen ist inzwischen längst erwiesen, dass man sich seine Partner schön sehen kann – oder hässlich. Das hat nichts mit Alkohol zu tun entsprechend dem verbreiteten Scherz, dass nach fünf Gläsern Bier alle Menschen um einen herum attraktiv aussehen. Nein, es hat mit seriöser Forschung zu tun, die die ungeheuer vielfältigen und hoch wirksamen Prozesse der Aufmerksamkeits-Fokussierung untersucht: Wenn jemand z.B. in einem Palast lebt in wundervoller Umgebung, aber seinen Blick, seine Aufmerksamkeit nur auf den Mülleimer in der Küche richtet: wie voll der immer ist, wie unangenehm es daraus riecht, wie hässlich verschmutzt der aussieht mit Kratzern und Dellen, dann *leidet* dieser Jemand, obwohl er in einem Palast inmitten einer herrlichen Natur lebt. Wenn ich z.B. bei der Partnerin meinen Blick bzw. meine Aufmerksamkeit ständig auf die Warze am Ohrläppchen richte, sehe ich am Ende an meiner Partnerin nur noch die „hässliche“ Warze. Richte ich meinen Blick, meine Aufmerksamkeit stets auf das hinreißende Lächeln der Partnerin, dann wird genau das die Partnerin charakterisieren, und die als hässlich empfundene Warze mag zwar nach wie vor vorhanden sein, aber sie wird vom hinreißenden Lächeln zur völligen Nebensache gemacht. M.a.W.: Das, worauf man bei der Partnerin seine Aufmerksamkeit richtet, also die Brille, die man trägt, sorgt dafür, wie man seine Partnerin wahrnimmt und wie man sie demzufolge charakterisiert – und damit auch die Beziehung und mit ihr das eigene Wohlfühlen.

Wem ist nicht schon mal aufgefallen, dass nach dem Tod eines Menschen der zurückbleibende Partner auf einmal nur gut von der Verstorbenen spricht und all ihre wunderbaren Eigenschaften hervorhebt, obgleich man sich erinnert, dass er zu Lebzeiten oft genug schlecht von ihr geredet hat! Schade, dass manche erst nach dem Tod des Partners sich entschließen, jene Brille aufzusetzen, die das Gute an einem Menschen sieht. Das geht eigentlich schon früher – und würde dann auch einem selbst ungeheuer guttun, weil man sich an der Seite eines guten Partners einfach wohlfühlt (siehe dazu auch den folgenden Baustein).

15. Baustein: Der Zaubertrank

Der 15. Baustein basiert auf der in einigen psychotherapeutischen Schulen verbreiteten Wunderpille-Intervention, die ich für die Arbeit mit Paaren umfunktioniert und mit den Erkenntnissen der Rosenthal-Studie verknüpft habe. Meine Erfahrung ist, dass sich Partnerschaften mit diesem Baustein auf eine mich immer wieder erstaunende Art zum Positiven verändern:

Nehmen wir einmal an, jemand hätte seiner Partnerin einen Zaubertrank in den Kaffee oder Tee geschüttet, der sie über Nacht in die wundervollste, bestmögliche Lebenspartnerin verwandelt hätte, die man sich schon immer gewünscht hat, auch wenn sie hin und wieder noch kleine Schwächen zeigt, die aber nichts daran ändern, dass sie tatsächlich rundum verwandelt wäre.

Der springende Punkt an diesem Zaubertrank ist nun nicht, sich vorzustellen, wie dann diese wundervolle Lebenspartnerin aussehen und sich verhalten würde. Vielmehr ist der Punkt der, wie man selbst von jetzt an ihr gegenüber denken, fühlen und sich verhalten würde. Wie würde man mit ihr umgehen, wie würde man sie ansehen und behandeln? Wie zu ihr sprechen, wie sie berühren, wie sie unterstützen, wie sie fördern usw. Kurz: Was wäre man selbst von jetzt an für ein Partner an der Seite solch einer wundervollen Partnerin?

Warum das für eine gelingende Partnerschaft wirkungsvoll ist? Weil das, was wir von einem anderen Menschen zu wissen glauben, alle unsere Interpretationen seiner Worte/Handlungen/Verhaltensweisen durchdringt (was in Rückkopplung natürlich wieder auf ihn zurückwirkt; das ist der entscheidende Punkt des berühmten und in Studien wiederholt bestätigten Rosenthal-Effekts).

Wer es in seiner eigenen Partnerschaft probieren möchte: Der Zaubertrank wird *wirksam* in genau dem Moment, in dem man sich selbst so verhält, als sei die Verzauberung der Partnerin bereits eingetreten. Aber Achtung: Das verändert die Beziehung in nie geahnter Weise (und lässt sich natürlich auch in andere Felder übertragen, nicht nur auf die Lehrer-Schüler-Beziehung, wie Rosenthal zeigen konnte, sondern ebensogut auch auf die Führungskraft-Mitarbeiter-Beziehung in Unternehmen).

Es gibt einen alternativen Zaubertrank, der ebenfalls für Wunder in der Partnerschaft sorgen kann: In der Regel sagen Partner einander ständig, was sie am anderen ärgert, stört, wütend macht etc. Nach Einnahme dieses zweiten Zaubertranks macht man es genau andersherum: Man sagt von diesem Moment an einander, welches Handeln, Reden, Verhalten des Partners einem richtig gut tut und Balsam für die eigene Seele ist (sogar mit dieser Formulierung).

16. Baustein: Zeit füreinander

Wie viel Zeit füreinander hat man als Paar? In einer Therapiesitzung erzählte mir ein Paar, dass sie während ihrer langjährigen Fernbeziehung Freiburg/Berlin täglich stundenlang miteinander telefonierten. Heute leben sie in einer gemeinsamen Wohnung – und es wird täglich nur wenige Minuten miteinander gesprochen, geschweige denn in Ruhe zärtlich dem anderen gezeigt, wie wichtig er/sie für einen ist.

Also wie viel Zeit füreinander hat man als Paar? Ist man neugierig auf den anderen, interessiert man sich für den anderen? Und hat man

selbst ebenfalls die Möglichkeit, dem anderen zu sagen, was einen momentan sehr bewegt oder am heutigen Tag bewegt hat?

Alle Paartherapeuten sind sich einig, dass der entscheidende Faktor gelungener Beziehung das Miteinander-Sprechen ist. Ein heutzutage immer stärker in den Vordergrund rückender Aspekt dabei ist, ob der Partner / die Partnerin wichtiger ist als das Smartphone bzw. die WhatsApp-Gruppe oder sonstige Info-Börsen. Schaut jemand während eines Gesprächs mit dem Partner ständig auf sein Smartphone oder seine Smartwatch? Der ständige Blick aufs Smartphone ist der *zweithäufigste* Streitpunkt unter Paaren (der häufigste ist Unordnung), so jedenfalls das Ergebnis der ElitePartner-Studie 2020 mit ca. 4000 Menschen in Beziehungen (es folgen in der Reihenfolge der Streitpunkte nach dem Blick aufs Smartphone als drittes Unpünktlichkeit, dann Geldausgeben, dann Alltagsorganisation ... an 14. Stelle Sex). Forschungen haben gezeigt, dass schon ein Smartphone, das nur tonlos auf dem Tisch liegt, die Aufmerksamkeit des Smartphone-Besitzers, der gerade mit einem anderen Menschen im Gespräch ist, reduziert; manche gegenüberstehende Menschen spüren das und finden es entwürdigend, missachtend. Daher empfehle ich den Paaren eine Beziehungsregel bzw. Familienregel: Beim partnerschaftlichen oder familiären Miteinander werden Smartphones außer Reichweite gelegt. Ausnahmen gibt es nur, wenn jemand *im Dienst* ist und auf einen ärztlichen, polizeilichen, rettungsdienstlichen oder ähnlichen Notruf achten muss.

Der beliebteste Einwand, den ich von meinen Klienten an dieser Stelle fast immer höre, lautet: „Aber was ist, wenn meine alte Mutter schwer gestürzt ist und über die Notruftaste um Hilfe ruft? Oder eins der Kinder?“ Es ist kein Hexenwerk, die Telefonleitung der alten Mutter (oder die der Kinder) mit einem bestimmten Klingelton zu verbinden, so dass man sofort am Klingelton erkennt, dass sie es ist, die anruft. Für alle übrigen Fälle gilt: Nichts außerhalb von beruflichen Notfall-Dienstzeiten erfordert ein sekundengenaues Handeln – auch wenn uns sämtliche Social-Media-Kanäle vorgaukeln, dass *alles sofort optimal* zu geschehen hat. Wer diesen „Alles-sofort-optimal“-Unsinn glaubt (ob im Privatleben oder im Beruf), verkürzt sein Leben um mindestens 30 Jahre ...

17. Baustein: Zeit für Zärtlichkeit

Wie viel Zeit für Sex hat man als Paar? „Zeit für Sex“ heißt Zeit für Zärtlichkeit, nicht mehr und nicht weniger. Der holländische Kulturanthropologe Ton Lemaire schreibt: „Die zärtliche Liebkosung kennt keine Hast ... Haltung und Bewegung der Partner zeigen, dass sie es bei der Liebkosung nicht eilig haben ... Die Bewegung der streichelnden Hand ist vorsichtig, behutsam und voller Sorgfalt ... Sie berührt die fremde Haut wie etwas Zartes, Zerbrechliches, leicht Verwundbares ... enthüllt die Verwundbarkeit des anderen, die Wehrlosigkeit seiner Nacktheit, doch sie bejaht diese auch ... Die Hand weist auch nicht ab, was sie an Zerbrechlichkeit erfährt ... preist sich vielmehr glücklich, bei der so verwundbaren Haut des geliebten Menschen verweilen zu dürfen ... Sie scheint zu sagen: *Ich spüre, dass du verwundbar bist, aber du kannst ruhig bleiben wie du bist ... denn ich mag dich genau so und werde dich behüten und beschützen*“ (De Tederheit, 5. Aufl., Bilthoven 1968, 39f). Vgl. auch Rilke in seinem Kommentar über Rodins Hände-Skulptur: „Eine Hand, die sich auflegt, gehört nicht mehr ganz dem Körper, von dem sie gekommen ist. Sie und das, was sie berührt oder umfasst, bilden zusammen etwas Neues“.

Ist für die Partner der Arbeitsstress bzw. der Familienstress (Kinder, Verwandtschaft) wichtiger als die Zeit für körperliches Berühren, für Zärtlichkeit, Liebkosen, Haut-an-Haut-Erleben? Bekanntlich stellt der Körper bei hoher Stressbelastung keine Energie, keine Impulse mehr für Sex zur Verfügung. Gibt es also in all dem Stress überhaupt noch irgendeine Lücke für Zärtlichkeit? Oder geht alles andere vor, und der Sex, das intime zeitlose körperliche Miteinander, bleibt eben auf der Strecke? Wohl gemerkt: Paare bzw. Partner treffen diesbezüglich grundsätzlich eine Entscheidung, ob sie sich dessen bewusst sind oder nicht. Zwar treffen sie diese Entscheidung oft nicht mit Worten, also nicht ausdrücklich, wohl aber durch ihr Handeln. *Handeln ist stets Ergebnis einer Entscheidung*, einer Lebensentscheidung über die Verwendung unserer Zeit und damit über unsere Prioritäten. Und also auch darüber, ob es für die Gestaltung der Partner-

schaft ausreichend Zeit für Zärtlichkeit gibt, oder ob alles andere wichtiger ist.

Weil Liebkosen uns unserer tiefen Sehnsucht nahebringt, ist es ohne Wenn und Aber sinnvoll. Denn die tiefe Sehnsucht entspringt unserer geistigen Dimension, ist unser Lebens-Leitfaden, unser Ariadne-Faden, unser Leitstern zu unserer Herkunft und Bestimmung (siehe Baustein 4).

Die Lust auf körperliche Nähe ist weg? Keine Sorge, nichts geht verloren, aber vieles wird einfach nur im Laufe der Jahre zugemüllt. Wenn man den Müll wegräumt, stellt man fest, dass alles noch da ist, einmal ausgebildete neuronale Netzwerke bleiben ja für immer im Kopf. Und Müll kann man wegräumen (z.B. durch die unten auf Baustein 20 folgenden 6 Tipps).

Der Sex ist nicht mehr so wild und ausdauernd wie früher? Wo steht geschrieben, dass der Jugend-Sex der einzig wahre und beste sei? Wer sagt denn, dass Sex nur dann richtig sei, wenn er wild und ausdauernd ist, und dass er auf jeden Fall stets mit Orgasmen enden müsse? Merkwürdigerweise denken Erwachsene ausgerechnet beim Sex, dass alles so ablaufen muss wie in jungen Jahren. In allen anderen Dingen nehmen Erwachsene die Jugendlichen gerade nicht zum Vorbild, weder bei Bildung und Beruf, noch beim zivilisierten Verhalten, noch beim Geschmack, noch bei Kunst und Kultur. Sollen Erwachsene wirklich beim Sex auf die Jugend-Stufe zurückgehen? Warum ausgerechnet da? Und wenn nicht, was heißt das dann konkret? Welche Formen von Sex entsprechen der Entwicklung zum Erwachsenen? Das Entscheidende am Sex ist das freudvolle Spüren des eigenen und anderen Körpers, das Sich-rundherum-angenommen-und-begehrt-fühlen bzw. das Sich-mit-Haut-und-Haar-geliebt-fühlen, ein *körperlicher* Ausdruck in-niger Vertrautheit, der völlig stressfrei ist (alles *darf* – nichts, aber auch gar nichts *muss*). Das alles lässt sich auf tausenderlei verschiedene Art praktizieren, und jedes Paar kann seine eigene Weise herausfinden – und wird es auch, wenn es sich frei macht vom Gedanken, dass beim Sex alles so bleiben müsse wie früher und man auf keinen Fall eine erwachsen-reife und individuelle, d.h. auf die jeweilige Partnerschaft bezogene *eigenständige* Form von Sex entwickeln dürfe.

Aber warum *fühlen* wir uns als Paar heute nicht mehr so wie in der Verliebtheitsphase? Als alles, auch der Sex, so aufregend, so kribbelnd, wie ein immerwährendes Frühlingsgefühl war? Die Antwort ist sehr einfach: genau deshalb, weil Verliebtheit und Liebe zwei ganz verschiedene Dinge sind. Die Neurowissenschaften haben zutage gefördert, dass während der Verliebtheit völlig andere Prozesse in uns ablaufen, evolutionsgesteuerte, auf Nachkommenschaft angelegte Prozesse, um ein Aussterben der Art zu verhindern. Der Evolution war und ist die Liebe völlig egal, Hauptsache, die Menschheit überlebt. Verliebtheit ist daher körperlich gesehen komplett triebgesteuert, es werden in dieser Zeit nachweisbar körpereigene Drogen ausgeschüttet, die uns euphorisch machen und den Blick trüben, uns „auf Wolke sieben“ bringen, uns „vor Liebe blind“ handeln lassen, geradezu „liebestoll“ – und wie all die sonstigen treffenden Bilder unserer Sprache für diesen speziellen Zustand lauten. Das heißt: Alles, was uns Menschen sonst noch ausmacht, schaltet die Evolution in der Verliebtheitsphase aus, es wird erst dann wieder angeschaltet, wenn die Evolution glaubt, dass die Befruchtung erfolgt ist. Liebe dagegen ist etwas ganz anderes, sie ist nicht einfach nur triebgesteuert, sondern vereint und erfordert sämtliche körperlichen, seelischen und geistigen Fähigkeiten. Deswegen *muss* sie sich auch völlig anders anfühlen als die Verliebtheit. Und das ist auch gut so, wer will schon sein Leben lang triebgesteuert unter Drogen stehen ...

18. Baustein: Gemeinsames Hobby

Entsprechend Baustein 11 (Bindung *und* Autonomie) ist es gut und richtig, wenn in einer Partnerschaft jeder auch Dinge allein tut. Dennoch fördert es die Partnerschaft, wenn beide neben ihren Eigenaktivitäten auch ein gemeinsames Hobby haben, bei dem sie die Partnerschaft im aktiven Tun spüren und erleben können. Mit dem Wort „Hobby“ meine ich das Gegenteil von Beruf, das Gegenteil auch von Haushaltspflichten und Alltagszwängen, etwas, in und bei dem sich ein Paar spielerisch gelöst gemeinsam erfährt, und da gibt es unendlich

viele Möglichkeiten, ob man sie nun mit dem Wort „Hobby“ bezeichnet oder nicht. Das Fehlen eines solchen gemeinsamen Hobbys fällt in Familien meist nicht auf, solange die Ehepartner in der Kindererziehung eine gemeinsame Aufgabe sehen. Eine Aufgabe ist jedoch kein Hobby, was spätestens dann sichtbar wird, wenn die Kinder aus dem Haus sind. Ohne Frage ist es zuweilen schwierig, ein gemeinsames Hobby zu finden, und selbst wenn man eins gefunden hat, kann die regelmäßige Ausübung auf Hindernisse stoßen. Aber es lohnt sich, danach gezielt Ausschau zu halten, weil ein gemeinsames Hobby das Zusammengehörigkeitsgefühl kraftvoll stärkt und die Freude daran verdoppelt. Und hat man eins gefunden, kann es sein, dass nach einiger Zeit bei einem der Partner oder bei beiden die Lust daran schwindet. Dann sucht man sich eben ein neues – nirgendwo steht geschrieben, dass man ein einmal gefundenes Hobby ein Leben lang beibehalten muss. Aber eines zu haben und zu pflegen, fördert mit Sicherheit die Partnerschaft.

19. Baustein: Der Unterschied zwischen gesagt und gehört

Der 19. Baustein hat es in sich, die meisten meiner Paartherapie-Klienten tun sich schwer, ihn zu akzeptieren (die Leserinnen und Leser können das bei sich selbst austesten, indem sie nach den folgenden zwei Punkten kurz auf ihre innerlichen Erst-Reaktionen achten).

Meiner Überzeugung nach wären 70% aller Ehekrisen vermeidbar,

1. wenn Paare im Alltag eine kleine, aber umso wichtigere Unterscheidung machen könnten, und zwar die Unterscheidung zwischen Aussage und Wirkung, genauer: *die Unterscheidung zwischen „gesagt“ und „gehört“*,

2. wenn Paare akzeptieren könnten, dass in vielen, wenn nicht sogar den meisten Fällen „gesagt“ und „gehört“ *nicht dasselbe* sind, dass das aber weder vermeidbar ist noch ein Unglück sein muss.

Vermeidbar ist es deshalb nicht, weil zwei verschiedene Menschen grundsätzlich verschieden denken, sprechen, hören, fühlen. Wenn ich „A+B“ sage, hört mein Gegenüber evtl. „a-b“, weil er in einem anderen Land aufgewachsen ist (jede Ortschaft ist ein eigenes Land!), in anderer Umgebung, mit anderen Menschen, ferner anders ausgebildet wurde und völlig andere Erfahrungen in seinem Leben gemacht hat.

Ein Unglück ist das dann nicht, wenn beide Partner sich permanent dessen bewusst sind und daher alles, was der Partner sagt, wohlwollend erst einmal als „sicher gut gemeint“ betrachten. „Sicher gut gemeint“ hilft ganz besonders dann, wenn das Gesagte sehr merkwürdig oder gar verletzend klingt, weil das „Sicher gut gemeint“ dafür sorgt, dass man offen und freundlich, nicht verärgert oder gar wütend, nochmal zurückfragen kann, vielleicht mit Worten wie: „Was Du gerade gesagt hast, kommt bei mir verletzend an, klingt für mich so, als ob Du damit ausdrücken willst, ich sei ... Hast Du es so gemeint?“

Wem diese Rückfragen zu umständlich sind, der / die sollte vielleicht besser allein leben, denn Partnerschaften bestehen *immer* aus zwei verschiedenen Individuen, und weil es zwei verschiedene Individuen sind, werden „gesagt“ und „gehört“ natürlich nicht immer deckungsgleich sein. Das zu glauben, fällt uns freilich unfassbar schwer, weil wir selbst es doch ganz genau wissen, mehr noch: weil für uns selbst absolut glasklar ist, was wir mit unseren Worten meinen. Aber unser Partner hat ein *eigenes* Gehirn, ein eigenes Denk- und Angstsystem, das sich – ob es uns gefällt oder nicht – von dem unseren massiv unterscheidet. Wer Rückfragen stellt, wie oben beschrieben, hat das begriffen.

20. Baustein: Zufrieden mit der Partnerschaft?

Wann sind wir im besten Sinne zufrieden mit unserer Partnerschaft? Ist es nicht so, dass uns immer noch irgend etwas fehlt, um zufrieden zu sein? Nur noch dies, nur noch das, nur noch mehr von diesem oder weniger von jenem – dann werden wir garantiert zufrieden sein, dann sind wir rundum glücklich, aber bitte: *Erst* brauchen wir noch das feh-

lende Etwas bzw. *erst* müssen wir noch dies oder jenes los werden, *dann*, ja *dann* ist alles o.k., *dann* ist auch unsere Partnerschaft o.k.

Was für ein kolossaler Irrtum! Wer immer uns diese Überzeugung ins Hirn gelegt hat, hat ganze Arbeit geleistet. Mit dieser Überzeugung nämlich ist die Zufriedenheit in unserer Partnerschaft für immer und ewig in unerreichbare Ferne geschoben. Denn das Ganze ist eine Falle: Was die wenigsten Menschen wissen, ist, dass immer dann, wenn ein „Erst muss noch“ geschafft ist, sofort ein neues „Erst muss noch“ hinterher kommt. Daher sollten wir diese Überzeugung, dass immer noch irgendetwas fehlt, um mit unserer Partnerschaft so richtig zufrieden sein zu können, in den nächstbesten Mülleimer entsorgen. Und wenn wir sie schon nicht entsorgen können, weil sie sich hartnäckig in uns festgesetzt hat, dann sollten wir sie wenigstens umformulieren: „*Obwohl* uns dies oder jenes noch fehlt, sind wir *rundum zufrieden* mit unserer Partnerschaft.“ Diesen Satz darf man sich ruhig auf der Zunge zergehen lassen: Obwohl mir dies oder jenes noch fehlt, bin ich *rundum zufrieden* mit meiner Partnerschaft ...

Nun gibt es Menschen, die stets vom Gedanken umgetrieben werden, dass sie zwar hier und jetzt zufrieden sind, dass es aber anderswo vielleicht noch ein bisschen besser ist als hier, dass sie anderswo noch glücklicher sein könnten als hier. Und deswegen sind sie nie zufrieden mit dem Erreichten, hoffen stets auf einen noch größeren Glückszustand. Ich habe für diese Menschen den Begriff *Glück-Surfer* geprägt: immer auf der Suche nach der noch größeren Welle. Von diesen Glück-Surfern gibt es mehr als man denkt. Aber sie alle haben sich eindeutig zu wenig Gedanken über das Glückliche gemacht. Unsere Sprache unterscheidet klar zwischen „Ich habe Glück gehabt“ und „Ich bin glücklich“. „Glück *haben*“ bedeutet, dass irgendetwas überraschend gut gelaufen ist, und da gibt es Abstufungen: ziemlich gut gelaufen, richtig gut gelaufen, fantastisch gut gelaufen. „Glücklich *sein*“ dagegen bedeutet, dass wir uns in diesem Moment in uns selbst *rundum wohlfühlen*, und da gibt es keine Abstufungen, man kann sich nicht noch *rundumer wohlfühlen*. Deshalb treffen wir auch oft auf Menschen, bei denen dies oder jenes zwar überraschend gut gelaufen ist – die also Glück hatten –, die aber merkwürdigerweise dennoch unglücklich sind.

Der entscheidende Punkt beim *Glücklichsein* ist, dass es sich hierbei um einen An-Aus-Zustand handelt: Man ist entweder glücklich oder nicht glücklich, es gibt nicht „ein bisschen weniger glücklich sein“ oder „noch ein bisschen mehr glücklich sein“. Das hat mit unseren neuronalen Netzwerken im Gehirn zu tun (Näheres dazu findet sich in meinem Beitrag „Neurowissenschaften und Logotherapie“ in *Existenz und Logos*, Heft 25, 2017, 27–61). Der An-Aus-Zustand des Glücklichseins ist sehr gut mit Schwangerschaft vergleichbar: Man ist entweder schwanger oder man ist es nicht. Anders ist es mit Zahnschmerzen, die können leicht oder stark sein – nicht jedoch das Schwangersein, und auch nicht das Glücklichsein. Die folgende Begrüßungs-Szene verdeutlicht es: „Hallo, wie geht es Dir?“ – „Oh, danke der Nachfrage, ich bin heute ein bisschen glücklich.“ Man merkt sofort: Das passt nicht, so würde niemand reden, es gibt nicht „ein bisschen glücklich“.

Warum erzähle ich das hier? Weil sich Menschen, denen das nicht klar ist, auch in Partnerschaften finden. Auch dort gibt es Glück-Surfer: „Ja, ich bin mit meinem jetzigen Partner glücklich, aber vielleicht wäre ich mit einem anderen Partner noch glücklicher.“ Irrtum: Glück ist ein An-Aus-Zustand, entweder ich bin es oder ich bin es nicht, es gibt, um es zu wiederholen, wie beim Schwangersein keine Abstufungen. Wer mit seinem jetzigen Partner glücklich ist, kann sich daher jede weitere Suche nach einem anderen Partner getrost sparen.

Schluss

Sechs Tipps, die für jedes Paar schaffbar sind und den Unterschied ausmachen können:

1. *Positives Feedback* geben: Anerkennung, Wertschätzung, Respekt, Lob, und zwar mit Worten und Gesten, keinesfalls nur mit den Augen oder einem wortlosen Geschenk oder einer Einladung oder dem Liebessessen etc., nein: wirklich mit Worten und Gesten.

Wer überzeugt ist, dass sein Gegenüber den liebevollen Augenaufschlag selbstverständlich genau richtig interpretiert als Anerkennung, Wertschätzung, Respekt, ist einfach nur zu faul zum Sprechen oder fühlt sich immer noch als kleines Kind im Sinn von „Die Mama weiß doch, dass ich sie mag“. Jeder Mensch auf dieser Erde sehnt sich nach Wertschätzung, nach „Schau, wie schön ich bin“, „Schau, wie gut ich bin“, „Schau, was ich kann“. Heute weiß man, dass das Erfolgsgeheimnis aller Ausbeuter-Psychopathen darin besteht, dass sie genau wissen, wie süchtig Menschen sind, das zu hören, und dass Psychopathen daher mit eiskalter Berechnung Anerkennung, Wertschätzung, Respekt, Lob einsetzen. Warum um alles in der Welt aber soll man Anerkennung, Wertschätzung, Respekt, Lob ausgerechnet Psychopathen überlassen??? Daher gilt als *Mindestregel*: Jeder gibt dem Partner/der Partnerin *eine* wertschätzende Rückmeldung pro Tag: „Danke, dass du ...“ oder „Das hast du gut gemacht“ oder „Ich habe mich darüber gefreut, dass du ...“ oder „Das steht dir richtig gut“ usw. Eine pro Tag.

2. *15 min Austausch* am Ende jeden Tages: „*Wie war Dein Tag?*“ (ohne Smartphone auf dem Tisch) – als Zeichen dafür, dass man sich für den anderen interessiert und sich nicht nur um sich selbst dreht (= Franklsche Selbsttranszendenz). Man könnte sich stattdessen gemeinsam vor den Fernseher setzen und einen Film anschauen oder ins Theater oder ins Konzert gehen. Als gemeinsame Aktivität ist das sicher gut. Aber man interessiert sich dann eben gemeinsam für irgendeine TV-Serie und leider nicht für den Partner und sein Leben und Fühlen (Studie in USA: Unter den befragten Ehepartnern gibt es nur 5 min Austausch *pro Woche!*). Gibt es Wichtigeres, als zu wissen, wie es dem Partner oder der Partnerin geht? Für diese Frage sollte anderes zurückstehen, auch die Verwandtschaft, auch die eigenen Kinder (sofern sie keine Säuglinge mehr sind). Bei diesem Austausch aber keine Besserwisserei („Warum machst Du nicht einfach ...“ – sehr beliebte Reaktionsweise von Männern!) und keine Kritik („Aber ich hab’ Dir doch klar und deutlich gesagt, dass Du ...“), sondern als Partner/Partnerin *neugierig* auf den anderen

sein, *still* zuhören, selbst wenn der andere klagt, ohne sogleich mit guten Ratschlägen aufzuwarten, wirklich einfach nur zuhörend beim anderen sein: Ich sehe Dich, ich höre Dich, ich bin an Deiner Seite. Heißt: *Unserem Gegenüber ein aufmerksam zuhörendes Mitsein schenken* – er/sie ist dieses Geschenk 1000mal wert.

3. *Aneinanderkuscheln* vor dem Einschlafen oder nach dem Aufwachen, egal wie kurz oder lang, aber jeden Tag – wobei das Kuscheln nicht als Vorspiel zu mehr gilt, sondern für sich steht, als ein wundervoller Wert für sich.
4. *Wohltuend und behutsam miteinander umgehen*, das Modewort „Achtsamkeit“ passt hier vorzüglich. Es gibt Menschen, die gehen mit ihrer Herdplatte achtsamer um als mit ihrem Partner. Wie man das macht, achtsam mit dem Partner umzugehen, könnte jetzt lang und breit ausgeführt werden, aber stattdessen empfehle ich, den Satz wie ein Mantra innerlich immer wieder zu sprechen („Ich gehe wohltuend und behutsam mit meiner Frau/meinem Mann um“ oder, wem das Wort Achtsamkeit besser gefällt: „Ich gehe achtsam mit meiner Partnerin/meinem Partner um“). Ein solches Mantra entfaltet eine unglaubliche Wirkung, macht auf die Dauer aus der Partnerschaft buchstäblich ein Fest.
5. Ab und an die *Bedürfnisfrage* stellen: „Was würde Deiner Ansicht nach unsere Partnerschaft festigen und so werden lassen, dass du mit Freude und Stolz darauf blickst? Gibt es etwas, das dafür für Dich noch wichtig wäre?“ Nicht: „Jetzt sage ich Dir endlich mal, was mir alles fehlt, und du hörst gefälligst zu!“ Nein, was wäre *Dir* noch wichtig. Ein Paar meinte dazu: „Wir machen regelmäßig Einkaufslisten über das, was im Haushalt gerade fehlt. Dann könnten wir doch eigentlich auch eine Liste machen, auf der jeder von uns einträgt, was ihm momentan im Partnerschaftshaushalt fehlt, vielleicht nur in Kurzform wie etwa ‚Kuss‘ oder ‚Streicheln‘ oder ‚Umarmen‘ oder ‚Zuhören‘ oder ‚Gemeinsamer Spaziergang‘ oder so ähnlich.“ Eine gute Idee! Es geht hier ja um Bedürfnisse, und Be-

dürfnisse sind stets zu akzeptieren (was nicht heißt, dass sie stets erfüllt werden können oder müssen, schließlich kann ein Bedürfnis des Partners unseren eigenen Bedürfnissen auch einmal entgegenstehen. In diesem Fall sollte man das äußern und dann gemeinsam überlegen, ob und wie sich beide Bedürfnisse verbinden lassen: lässt sich ein Kompromiss finden, oder wird abwechselnd mal so und dann mal so verfahren, oder verzichtet einer dem anderen zuliebe? In den allermeisten Fällen fördert solches Austarieren der gegenseitigen Bedürfnisse die Partnerschaft).

6. *Vertrauen üben.* Liebe ist ein Wert, den es – wie alle Werte – aktiv zu schützen gilt. Aber man kann und darf der Liebe auch *vertrauen*, dass sie sich entwickelt und entfaltet, sie hat die Kraft dazu, ja, sie hat mehr Kraft, als wir je aufzubringen imstande wären. Das heißt: Man kann und darf sich und dem Partner aktiv *zutrauen*, neue schöne Erfahrungen mit der Liebe zu machen, ganz gleich, wie alt die Partnerschaft auch sein mag, und man darf *zuversichtlich* sein, dass man diese Partnerschaft gemeinsam gut gestaltet. Liebe ist ein Geschenk, dass wir bei der Geburt vom Himmel mit auf die Erde bringen (im Himmel sind wir alle Kinder der Liebe), weshalb die Liebe nie ausgeht, weshalb sie mehr Kraft hat als wir, weshalb sie wachsen kann – wenn man sie lässt, und vor allem: wenn man es ihr zutraut. Zu diesem Zutrauen möchte ich jetzt, am Ende meiner Ausführungen, gerne einladen.

Der Autor

Dr. Peter Suchla

Dipl.-Theol., Dipl.-Psych., Klinischer Psychologe,
Psychotherapeut, Logotherapeut (DGLE), Supervisor (DGLE),
Lehrtherapeut, Ausbilder am Nürnberger Institut
für Logotherapie und Existenzanalyse
Email: suchla@web.de

Siehe folgende Seite →

Zum weiteren Nachdenken

(auch im folgenden ist „Partner“ stets austauschbar mit „Partnerin“ und umgekehrt)

a) Immer dann, wenn man sich über das Anderssein des Partners ärgert, sich die Frage stellen: Was würde mir *fehlen*, wenn mein Partner genau so wäre, wie ich ihn momentan gern hätte?

b) Für alle, die ihre Partnerschaft langweilig finden: Es gibt Studien, die zeigen: Eine Partnerin, die auf den ersten Blick eher langweilig wirkt, die die Partnerschaft weniger aufregend, weniger zum Abenteuerspielplatz macht als vielmehr zum ruhenden Pol, ist oft reifer und gesünder für einen selbst und damit die bessere Wahl. Warum?

c) Unser Partner hat nicht die Aufgabe, uns glücklich zu machen. Und selbst, wenn er es wollte, könnte er es nicht, denn unser Glück liegt definitiv nicht in seiner Hand. Warum nicht?

d) Man kann mit einer perfekten Partnerin an seiner Seite sehr unglücklich sein. Das gilt auch umgekehrt: Man kann mit einer unperfekten Partnerin richtig glücklich werden. Woran liegt das und was folgt daraus für die eigene Partnerschaft?

e) Für alles, was in unserem Leben schief läuft, suchen wir gerne einen Schuldigen. Wohl dem, der in einer Partnerschaft lebt, denn da ist die Suche irrsinnig einfach: Schuld an allem, was schief läuft, ist grundsätzlich der Partner. Aber Achtung: Wenn ich mich über meinen Partner ärgere, dann ist er in der Regel der *Auslöser* meines Ärgers, nicht der *Grund*. Worin liegt der Unterschied?

f) Herzen können nicht gebrochen werden (auch wenn das anrührende Bild vom „Broken-Heart-Syndrom“ das nahelegt), aber unsere Erwartungen können eine Partnerschaft zerbrechen. Nun hat aber in einer Partnerschaft jede/r ganz bestimmte Erwartungen. Wie geht man am besten mit diesen beiderseitigen Erwartungen um, damit sie die Partnerschaft nicht zerbrechen?

g) Sehr häufig – so meine eigene Erfahrung aus vielen Therapie-Stunden mit Paaren – haben Partner an den anderen extrem kleine, im Grunde leicht erfüllbare Wünsche („ich möchte, dass Du mich anschaust, wenn Du mit mir sprichst“), die

aber, wenn sie nicht erfüllt werden, extrem große Krisen auslösen können („mein Mann nimmt mich überhaupt nicht wahr, ich bin für ihn Luft. So habe ich mir Partnerschaft nicht vorgestellt, ich mache Schluss“). Aus extrem klein wird extrem groß. Wie lässt sich das erklären?

- a) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Baustein 10.
- b) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Baustein 7.
- c) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Bausteine 13/4 und 19.
- d) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Baustein 14.
- e) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Bausteine 11 und 13/6.
- f) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Baustein 12.
- g) Anregungen für eine mögliche Antwort: siehe z.B. Baustein 6 und 15/1.

Der Sinn als ein „Da-Zwischen“

Ein Interview

Karlheinz Biller, Universitätsprofessor für Pädagogik im Ruhestand, Ausbildung in Logotherapie bei Elisabeth Lukas, von 1999 bis 2003 Vorsitzender des Vorstandes der DGLE, Autor (zusammen mit Maria de Lourdes Stiegeler) des „Wörterbuchs der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl“ (Wien: Böhlau 2008, 3. Aufl. 2020, im folgenden abgekürzt WdLuE) feierte am 22. April 2021 seinen 80. Geburtstag. Aus diesem Anlass entstand folgendes Interview. Die Fragen stellte Otto Zsok.

Sehr geehrter Herr Biller, irgendwann sind Sie auf die Sinnfrage und auch auf Viktor Frankl gestoßen. Welche Vorgeschichte gehört dazu, in welchem Kontext Ihres Lebens hat es sich ergeben, dass Sie auf die Sinnfrage – und dann auf die Logotherapie und Existenzanalyse (LuE) – so sehr aufmerksam geworden sind, dass sie Sie nicht mehr losgelassen hat?

Ehrlich gesagt, ich weiß es nicht mehr. Rückblickend glaube ich in meiner Dissertation (1975) in Anglistik einen Anknüpfungspunkt zu erkennen. Zur Beantwortung der Frage verglich ich in meiner Dissertation die Textstelle über die schwere Depression des Utilitaristen John Stuart Mill (1806–1873) mit jener in der späteren Buchfassung miteinander. Hierbei bemerkte ich, dass ich in der Buchfassung die Depression Mills nicht nur als Faktum, wie zuvor, sondern als Folge eines Sinndefizits bezeichnet habe. Daraus schließe ich, dass ich mich während meiner Assistentenzeit am Institut für Schulpädagogik mit der Sinnfrage aus geisteswissenschaftlicher Sicht beschäftigt habe. Damals schwebte mir auch die Konzeption einer utilitaristischen Pädagogik vor, deren Ziel darin bestand, „das größte Glück für die größte Zahl“ (Bentham, Mill) sowohl in der Schule als auch in der Gesellschaft zu erreichen. Da am Institut jedoch die traditionelle Geisteswissenschaftliche Pädagogik als Gegenpol zur damaligen neuen politisch-orientierten sog. Kritischen Pädagogik gestärkt werden sollte, habe ich mich in die geisteswissenschaftlich-historische Denkrichtung eingearbeitet. Dies tat ich umso mehr, als ich mich mit der Sinnthematik aus hermeneutischer Sicht gründlich vertraut machen konnte. In

dieser Zeit habe ich zufällig erfahren, dass in Wien jemand leben würde, der sich sein Leben lang mit Sinn beschäftigt habe, und dass dieser „Frankl“ hieße. Die zeitkritischen Gedanken Frankls haben mich damals sehr angesprochen. Nach meinem Wechsel an die Pädagogische Hochschule in Kiel habe ich die Sinnthematik weiter gepflegt. Dabei habe ich Wesensmerkmale, Erscheinungsweisen und Struktur von „Sinn“ beschrieben und seine unersetzbare pädagogische Bedeutung bei Unterrichtsvorbereitung, Unterricht, Erziehung, Bildung, aber auch auf der Ebene von Anthropologie, Lehrer-Schüler-Verhältnis, Ethik, Kasuistik u.a.m. aufgezeigt. Da aber auch in Kiel die Pädagogik dem politisch gewollten Trend der Gesellschaftsänderung durch Offenheit, Vielfalt und Integration ausgesetzt war, lag das studentische Interesse eher bei sozialpädagogischen Themen als bei Sinnfragen und Bildung. Die zunehmende Vereinseitigung des wissenschaftlichen Interesses wollte ich mit einer sinnorientierten Pädagogik bis zum Ende meiner Lehrtätigkeit abmildern. Daher kann ich sagen, dass mich „Sinn“ bis in die Gegenwart begleitet hat.

Sie haben ein maßgebendes Standardwerk (zusammen mit Maria de Lourdes Stiegeler) verfasst, das „Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Sachbegriffe, Metaphern, Fremdwörter.“ Die erste Auflage erschien schon 2008, inzwischen ist die dritte, noch einmal erweiterte Auflage (2020) erschienen. Darin heißt es an einer Stelle, Sinn könne man verstehen einmal als Begriff (als ein Da-Zwischen) und ein anderes Mal als Phänomen (Bewusstseinsquantum, weil ohne Anfang und Ende). Was genau meinen Sie damit?

Ich wollte am Anfang meiner Beschäftigung mit „Sinn“ dessen Besonderheit vermitteln, die ich zu erkennen glaubte. Ich bemühte mich anschaulich zu sein und verglich das Geschehen von Sinnverwirklichung mit den Vorgängen an der Bogenlampe in der Physik, die nach Anlegung einer bestimmten Spannung an ihren Polen, zwischen dem Plus- und dem Minuspol ein blaues Licht erzeugt. Dieses Bild hatte ich oft vor Augen als ich von Sinn sprach. Mit der Ortsbezeichnung „zwischen“ konnte ich das Phänomen einfangen, das ich als ein Merkmal von Sinn empfand. Der Sinn war, bildlich gesprochen, weder im

Plus- noch im Minuspol der Bogenlampe vorhanden, sondern er entstand als Lichtbogen *zwischen* den beiden Polen mit Hilfe von elektrischem Strom. Er gehörte also weder zum Subjekt noch zum Objekt, sondern er gehörte sich gleichsam selbst. Von Kollegen, die mein Sinnverständnis teilten, kam der Vorschlag, das Wort „zwischen“ durch „dazwischen“ zu ersetzen. So geschah es. In der letzten Zeit kam nun die quantenphysikalische Sicht hinzu. Dadurch erkannte ich, dass Sinn als Geist eigentlich immer aktiv, am Wirken ist. Deshalb muss er immer und überall anwesend, also „da“ sein. Auf diese Weise bekam das Wort „dazwischen“ eine tiefere Bedeutung, was der Bindestrich andeutet in „da-zwischen“. Der Sinn ist also immer „da“, auch im „Zwischen“.

Nun zur *quantenphysikalischen* Sicht von Sinn. Sie erkennt das stets gleichbleibende Wesen von Sinn als Bewusstseinsquantum. Ihr zufolge ist Geist, Quant, reine Potentialität. Er ist ohne Anfang und Ende, ohne Zeit und Raum, also ohne Grenze. Da „Quant“ mit unbegrenzt, unbestimmt, potentiell, kurzlebig u. a. m. gekennzeichnet wird, gelten diese Eigenschaften auch für „Sinn“. Deshalb kann vieles, wenn nicht sogar alles „Sinn“ sein, denn im Universum wirkt eine intelligente Macht, ein intelligentes Ordnungssystem oder eine „implizite Ordnung“ wie David Bohm¹ gesagt hat. Das bedeutet, dass Sinn ein nicht weiter teilbares, mit Information beladenes Energieteilchen bzw. Energiewelle ist. Dieses ist mit grenzenloser Potentialität (Möglichkeit) auf der subatomaren Ebene wirksam. Als informative Energiewelle/Teilchen ist er überall als Möglichkeit vorhanden, auch in unserem Körper und darin bis in den kleinsten Teilchen, z. B. in den Elektronen jeder Zelle. Erst dann, wenn eine Information vom Bewusstsein als Sinn erkannt worden ist, kann er sich ver-wirk-lichen. Sinn ist somit auch am zentralen *ordnenden Prinzip* in unserer Lebenswelt, nicht nur im Universum, beteiligt. Er ist somit als Potentialität stets ontisch, also seiend, folglich auch ohne Bewusstwerdung, also unabhängig vom menschlichen Bewusstsein virtuell, einfach *da*, egal ob Leid oder Freude vorlie-

¹ Bohm, David: Die implizite Ordnung. Grundlagen eines ganzheitlichen Weltbildes. Amerang: Crotona 2018.

gen. Sinn ist demnach das, was zwar überall „da“ ist, aber in herkömmlicher Weise sagen wir, er sei nur „zwischen“ Subjekt und Objekt, für den einen oder anderen wahrnehmbar. Sinn entsteht, weil wir ihn bewusst suchen und erleben wollen. Dies belegt, dass Sinn zwar eine Wirkmacht ist, die alles und jeden geistig, energetisch durchdringt, unsere Sprache dies aber noch nicht angemessen auszudrücken vermag. Gleichwohl können wir durch dieses Wissen das geistige Phänomen präziser umschreiben und ein präziseres Verständnis erreichen. Wir können den Wirkungsbereich von Sinn überall voraussetzen. Er ist somit immer schon „da“ als „Gestalt“, aber ohne „Substanz“. Da wir uns Gestalt ohne Substanz jedoch nicht vorstellen können, müssen wir „Sinn“ mit Substanz in Verbindung bringen, also z. B. mit einer Situation. Diese Situation können wir wie gewohnt prüfen, ob sie für uns sinnvoll ist oder nicht. Wenn ja, dann entsteht der Willensentschluss, das Gewollte bewusst anzustreben und zu verwirklichen. Ist die ursprüngliche „Information“, die Welle/das Teilchen, bewusst wahrgenommen, verschwindet sie wieder im „Meer der Möglichkeiten“. Sinn ist nur wie ein kurzes Aufblitzen erlebbar, dann auf Dauer verschwunden. Die sinnvoll erlebte Situation wirkt in unseren Gefühlen nach und ist erinnerbar, also in unserem Inneren wieder bewusst. Das Sinn-Teilchen jedoch befindet sich virtuell wieder im Meer der Möglichkeiten.

Für *Widersinn* jedoch gilt das Gegenteil. Er entsteht zusammen mit Egoismus und schadet dem Leben insgesamt. Das gilt auch für falsche Informationen, Ahnungen und Intuitionen, insbesondere aber für jegliche Art politischer oder ökonomischer Propaganda, was auf pathogene Zeiterscheinungen verweist. *Egoismus* jedoch verhindert per se Sinnquanten. Mit diesem Wissen kann der Mensch sein Innenleben verfeinern, sich für Sinn-Impulse in Stille, Ruhe und Entspannung sensibilisieren. So lernt er, in sich selbst achtsam zu ruhen und mit sich sowie mit der Welt im Reinen zu sein. Deshalb kann jeder zu jeder Zeit einen Hauch vom „größten Glück für die größte Zahl“ (J. S. Mill) erhaschen.

Ist für Sie Sinn „etwas“, das man auch fühlen, erfühlen und empfinden kann? Können Sie uns Ihre diesbezüglichen Einsichten und Erkenntnisse

darlegen? Meine Frage zielt auf die Gefühle und Gefühlskräfte, da der klassischen Logotherapie zuweilen vorgeworfen wird, „zu kognitiv“ zu sein.

Ja, natürlich kann man ein „Sinnerlebnis“ gefühlsmäßig wahrnehmen. Aber ist ein Sinnerlebnis gleichzusetzen mit „Sinn“? Der Nachdruck liegt auf Erlebnis. Losgelöst von dem „Erlebnis“ ist Sinn – wie oben bereits ausgeführt – nur Gestalt, also nicht vorstellbar. Er kann nur als „Geistiges“ von anderem Geistigen, wie z. B. vom Verstand lediglich vermutet oder als Wissensinhalt gewusst werden. Erst durch die Verbindung mit Substanz, z. B. „Erlebnis“ ist Sinn „da“ bzw. kann er als „anwesend“ erkannt werden.

Wie wir von Frankl wissen, kann man Sinn weder geben noch aussagen, sondern nur erleben. Wir müssten die Formulierung Frankls präzisieren und sagen: wir können nur ein „Sinnerlebnis“, nicht aber „Sinn“ an sich erleben. Diese Aussage lässt sich durch quantenphysikalisches Wissen begründen. „Sinn“ kann man nur *vermeintlich* erleben, und zwar dann, wenn die formale Struktur oder Form von Sinn an gestaltete Materie gebunden ist. Und wer Sinn „geben“ möchte, überschätzt sich genauso wie jener, der Sinn „erleben“ möchte. Sinn ist zwar virtuell immer und überall schon „da“, aber noch nicht im Bewusstsein angekommen. Deshalb lässt sich schlussfolgernd feststellen, dass man zwar nicht „Sinn“, wohl aber eine *mit Sinn verbundene Situation* erleben kann.

Wenn quantenphysikalisch *Sinn das gesamte Universum als „implizite Ordnung“ (Bohm) durchwirkt*, dann geschieht dies auch in uns und um uns herum, also ist Sinn universell, ohne Zeit und Raum als *Quant* anwesend, ohne dass wir davon Kenntnis haben. Gleichwohl trägt virtueller Sinn als implizite Ordnung dazu bei, dass auch in unserem Leben, in unserem Körper und Geist diese lebensfördernde Ordnung vorhanden ist. Dies ist so, wenn z. B. die erfolgte Abstimmung aller biologischen Prozesse untereinander erhalten bleibt, und – sollten wir erkranken – möglichst schnell wieder gesunden. Da der gesamte Kosmos u. a. aus Quantenfeldern von Information besteht, *trägt Sinn bestimmte Informationen*. Die Information, die uns bewusst wird, können wir auf verschiedene Weisen abrufen: a) über unsere sechs Sinne und über unsere Gefühle, die die Situation bewerten, in der wir uns befin-

den, b) über Antworten auf Fragen, die wir stellen, c) über die Interpretation der Information, die wir verstehen wollen, und d) über das Wissen, dass in jeder Information Sinn und Bedeutung liegen, die es zu finden gilt. Wir müssen folglich den Inhalt der Information gleichsam in einem geistigen Prozess entschlüsseln. Das geschieht, indem wir gezielt nach Sinn, z. B. zunächst nach Bedeutung, Wert, Funktion und Ziel suchen, und die Zwischenergebnisse mit unseren Erwartungen so lange abstimmen, bis sie mit dem gesetzten Ziel überstimmen. Ein *Sinnoktroi* darf jedoch nicht stattfinden, weil es dabei nicht mehr um Sinn, sondern um Macht geht. Dennoch werden im Verlauf der Geschichte *Sinnfiktionen* erfunden, die als Rahmen dienen, innerhalb dessen unter günstigen Umständen Sinnvolles erlebt werden kann. Allzu oft werden diese Fiktionen mit Propaganda, also mit Gehirnwäsche verbunden und eingesetzt. Sie arten in Zwang aus, wenn sie als Vorwand für die Ausübungen von Macht missbraucht werden. Beispiele hierfür sind politische und ökonomische Ideologien, auch religiöse Glaubensrichtungen und Medien, die Benutzer abhängig machen u. v. a. m. Auf diesen Missbrauch muss immer wieder verwiesen werden, gerade bei gutgläubigen, insbesondere bei jungen Menschen. Sinnfiktionen können im Bereich von Lust und Trieb zu pathogenen Erscheinungen entarten.

Wenn alles im menschlichen Körper ein fein abgestimmtes Ganzes ist, dann hat auch ein bewusst gewordener Gedanke eine Wirkung auf alles, auch auf die Gefühlssensoren. Umgekehrt löst ein über Schaffen, Erleben oder Einstellung erfüllter, also materialisierter Sinn vielfach ein seelisches Gefühl aus, wie etwa Freude oder tiefes Glücksempfinden. Dieses kann ohne weiteres empfunden, gefühlt oder, in der gehobenen Sprache, erfüllt werden. Anders gesagt: Bis Sinn vom Bewusstsein wahrgenommen werden kann, laufen im Körper und seinen Zellen viele komplizierte neuronale, energetische, chemische Prozesse ab. Deshalb ist es vorteilhaft, sich *Zeit* zu nehmen, um positive Gefühle intensiv zu erleben. Dann können diese bei Bedarf, etwa bei Kontemplation, Meditation oder Imagination erinnert oder reaktiviert werden. Sinn kann aber auch durch instinktive, bewusste Intuition oder im luziden Traum dem Menschen in Bildern bewusst werden.

Dies erinnert uns daran, mit Intuition also mit Instinkt, Spürsinn, Bauchgefühl, Gedankenblitz, sechster Sinn u. dgl. m. achtsam umzugehen, also an der eigenen unterbewussten Gefühlsqualität zu arbeiten. Denn *Sinn als Quant* ist ein geistiges Phänomen, das dem Menschen u. a. mit Hilfe der Intuition bewusst werden kann. Auf dieses Bewusstsein hin, kann die *Zirbeldrüse* reagieren und Botenstoffe aussenden, die die entsprechenden Gefühle anregen. So können wir Sinn an Materie wahrnehmen. Wegen der „Unschärferelation“ (Heisenberg) kann es natürlich vorkommen, dass die Information von Botenstoffen nicht oder falsch weitergeleitet wird und eine Krankheit entstehen kann. Doch dies ist nicht die Regel, sondern die Ausnahme. Daher bleibt Sinn ein wichtiges Grundprinzip sowohl des Universums im Kontext der prinzipiellen Ordnung, als auch der Evolution als Strukturierung von Potentialität. Er dient der Quantenphysik zur Grundlegung ihres neuen Weltbildes und neuen Denkens, und verhilft schließlich dem Menschenleben zu einem Beweggrund, es bedingungslos zu bejahen. Auf diese Weise kann somit durch Geist Materie erschaffen und verändert werden.

Hierfür ein *Beispiel*: Energiewellen können, von meinem Geist decodiert, in mir folgenden Gedanken oder Ermahnung auslösen: „Du wolltest doch eigentlich den Ofen anheizen!“ Dieser intuitiv erinnerte Gedanke bedeutet, dass ich nun dabei bin, eigene Vorsätze zu verfehlen, wie z. B. die Wohnung warm zu halten. Hier half mir die *richtige Intuition*, auch Eingebung oder unmittelbare Anschauung genannt, indem sie mir unvermittelt und damit authentisch, das notwendige Heizen ins Bewusstsein gehoben hat. Ich habe dankend angenommen und sofort den Ofen angeheizt. Ich habe mein Innenleben beobachtet und die Einsicht gewonnen, dass alles, was mir unerwartet intuitiv bewusst geworden ist, meinem Lebensvollzug diene. Deshalb stellt für mich die Intuition eine *Hilfe zur Sinnverwirklichung* dar. Wodurch aber ist die Intuition auf den Gedanken gekommen, mir bzw. meinem Wachbewusstsein diesen Impuls zu senden? Quantenphilosophisch lässt sich vermuten, dass der Auftrag aus der Sphäre der Interwelt kommt. Da hier das höhere Selbst verortet wird, dieses als wissende, erfahrene Beobachtungsinstanz mit dem Ich in Verbindung steht,

könnten Impulse dieser Art von ihm ausgegangen sein. Das alles lässt an den Beobachter in quantenphysikalischen Experimenten denken, der auf das Verhalten der Elektronen dadurch einwirkt, dass er nur da ist. Deshalb gelten die quantenphysikalischen Erkenntnisse auch in unserem Körper.² Zieht man die Hirnforschung hinzu, so erfährt man, dass diese schon lange weiß, dass unser Gehirn Impulse für eine Handlung erzeugt, bevor wir uns entschließen, zu handeln. Wie dem auch sei, die Thematik ist interessant.

Es gibt aber auch *falsche Intuitionen*. Sie sind egoistisch verursachte, materialistische Wunschkonstruktionen und schlechte Gefühle, wie z. B. Neid und Missgunst, die jeden Weg zum Sinn versperren. Deshalb muss der Mensch sie erkennen, will er nicht Schaden nehmen oder anderen Menschen Schaden zufügen. Er muss sein erkanntes egoistisches, um sein Ego kreisendes Denken einstellen und es künftig vermeiden. Dies kann gelingen, indem der betreffende egoistische Mensch versucht, mit seinem höheren Selbst in geistigen Kontakt zu kommen, etwa durch die Fragen: „Fühle ich mich wirklich wohl, wenn ich nur an mich denke?“ und „Bin ich wirklich ein Egoist, und will ich dies weiterhin sein?“ Daraus kann eine kritische Distanz zu sich selbst entstehen und eine Veränderung in der Grundeinstellung eintreten. Frankl löst dies Problem direkter. Sein Rat hierfür lautet: *Man muss sich nicht alles von sich selbst gefallen lassen! Und darüber wird überhaupt nicht diskutiert!* Hier kommt für mich die typisch existenzphilosophische Entschlossenheit des Menschen als Handlungsprinzip zum Vorschein. In unserer Zeit wird noch immer vor dem Entschluss viel zu viel hin und her erwogen, sollten wir oder sollten wir nicht. Dies wird durch die vielen Zusatzinformationen, die wir z. B. via Handy bekommen, gefördert. Jedoch müssten wir zugleich diese Hilfen zur Entscheidungsfindung beurteilen können. Daran erkennen wir aber, dass diese Entwicklung nicht gut ist.

Im Kontext der Krise, nicht nur der Corona-Krise, die wir heute in Europa und außerhalb Europas durchmachen, welche Leitlinien einer sinnzentrier-

² Warnke, Ulrich: Quantenphilosophie und Interwelt. Der Zugang zur verborgenen Essenz des menschlichen Wesens. München: Scorpio, 5. Aufl. 2017, S. 230.

ten Psychohygiene spielen, Ihrer Ansicht nach, eine entscheidende Rolle? Gemeint sind hier Leitlinien für den Einzelnen wie auch für die Gesellschaft.

Zunächst stellt sich die Frage, ob man heutzutage entscheidende Leitlinien sowohl einzelnen Menschen als auch der Gesellschaft überhaupt vermitteln kann. Und wenn Ja, dann könnten sie nur in den Lehrveranstaltungen der *Ausbildungsinstitute der Logotherapie* den Kursteilnehmern erklärt und vorgelebt werden. Auf diese Weise könnte die Vermittlung und Anwendung psychohygienischer Leitbilder wenigstens im ganz Kleinen begonnen werden. Die Chance zu deren Realisierung sowohl für den Einzelnen als auch für die Gesellschaft sind also sehr gering, dennoch schlage ich einige Leitlinien vor.

Erstens: Kardinaltugenden und selbst erarbeitete Lebensgrundsätze. – Die klassischen Kardinaltugenden nämlich Klugheit (Weisheit), Tapferkeit, Maß (Besonnenheit, Mitte, Güte, Mäßigung) und Gerechtigkeit bieten durch die Geschichte hindurch wichtige moralische Orientierungen für alle Menschen. Die genannten Tugenden sind zugleich die *Hauptleitlinien* für eine sinnzentrierte Psychohygiene. Sie gelten sowohl für den einzelnen Menschen als auch für die Gesellschaft. Denn das holistische Denken, das hier angewandt wird, sieht den Menschen als Einheit. Die Tugenden und Lebensgrundsätze bilden den Rahmen, innerhalb dessen sich der Mensch in jeder Lebenssituation sinnvoll orientieren kann. Die Stärkung der geistigen Qualitäten ist hilfreich, weil – wie bekannt – der Geist die Materie macht. *Beispiele* hierfür sind: a) eine vorgenommene Handlung wird ohne Wenn und Aber ausgeführt, und b) Vorsätze werden realisiert. Wer rechtschaffen handelt, verwirklicht Sinn, fühlt sich wohl und pflegt damit die Hygiene seiner Psyche. Auf diese Weise erarbeitet er sich seine Grundsätze, die er flexibel einsetzt und die sich zusammen mit ihm an neue Umstände anpassen.

Zweitens: Distanzierung möglichst vieler Menschen von pathogenen Zeitercheinungen. – Pathogenes schädigt Menschen bis in die subatomare Dimension der kleinsten Zelle hinein. Wenn ein Schiff sinkt, werden auch alle Schotten dicht gemacht. Deshalb sollte stets eine *holistische, den ganzen Menschen und seine Welt einbeziehende Psychotherapie*, nicht nur eine Hygiene der Psyche angewandt werden. Auch der Schulmedi-

zin würde die Ergänzung durch eine holistische Medizin, wie etwa die Naturheilkunde, gut tun. Deshalb sollte der sprichwörtliche Blick über den eigenen Tellerrand immer stattfinden. Der Grund dafür liegt darin, dass wir von allem, was uns trifft, vollständig durchdrungen werden. Denn nichts in und außerhalb von uns ist isoliert, alles wird von allem anderen durchwirkt, strahlt auf alles aus und geht von einem zum anderen über. Wenn ein kleiner Virus das schafft, sich weltweit zu verbreiten, warum sollten das gute Gedanken nicht schaffen?

Drittens: Vermeide alles, was gegen das Leben (die körperliche, seelische, geistig-mentale und soziale Gesundheit, verstanden als gesunde Beziehungen) gerichtet ist. – Quantenphilosophische Einsichten legen nahe, vor allem das Ich des Menschen vor hemmenden Außeneinwirkungen zu schützen, damit sich das Selbst des Menschen genügend entfalten kann. Dies verhilft dazu, so zu leben, wie man im Grunde eigentlich angelegt ist. Vor allem ist darauf zu achten, dass das Ich nicht vom Ego überwuchert wird. Dies würde alle anstehenden Abgleichungen des Selbst mit dem Ich verhindern. Damit verlöre das Ich seine Selbstständigkeit und könnte über Meditation nicht mehr von den Impulsen der Interwelt bereichert werden. Darunter würde die gesamte Gesundheit, einschließlich der Psychohygiene leiden. Diese quantenphilosophischen Einsichten lassen sich mit der spirituellen Haltung der Achtsamkeit verbinden, und auf diese Weise die Annäherung des westlich-naturwissenschaftlichen Denkens an das östlich-spirituelle unterstützen.

Was die pathologischen Erscheinungen des Zeitgeistes anbelangt, sprach Frankl in den 1950er Jahren von vier Formen: provisorische Daseinshaltung, Fatalismus, Fanatismus, Kollektivismus. Diese, so vermute ich, müssen heute ergänzt werden. Was ist Ihre Ansicht dazu?

Diese von Ihnen genannten pathologischen Zeiterscheinungen sind in unserer *Gegenwart* nach wie vor nicht nur präsent, sondern teilweise sogar viel dominierender und sogar selbstverständlicher als früher, man hat sich an sie gewöhnt. So ist der *Kollektivismus* – um nur ein Beispiel zu nennen – durch den allzu häufigen Appell der Politik an die Solidarität der Bürger zum „*Solidarismus*“ entartet. Und Ja, es gibt

weitere pathologische Erscheinungen. Bei der Suche nach Pathogenem in unserer Zeit erschrak ich über das Ausmaß und die Gefährlichkeit der vielen krankmachenden Auffälligkeiten in unserem Land.

Ein wesentlicher *Grund für das Pathogene* in unserem Land ist aus meiner Sicht die alles durchdringende Dominanz des naturwissenschaftlich-mechanistischen und ökonomisch-politisch geprägten Denkens und Handelns. Deshalb gelingt es den einflussreichen Mächten, den Menschen nicht als freies, geistiges Wesen, sondern lediglich als Konsument und Wähler zu sehen, den die Werbung mit stets neuen Verlockungen ködert. Die Wirkung dieser Verlockungen besteht darin, den Menschen möglichst unbemerkt immer mehr einzuengen, bis er den Wunsch verliert, sich selbst zu befreien. Diese Selbstaufgabe führt ihn in ein dauerhaftes krankmachendes Leiden, das verschiedene pathogenetische Symptome ausbildet. Gibt es für ihn einen *Ausweg*? Ja, denn auf Einengung durch Werbung folgt in der Regel Entfaltung durch Arbeit an sich selbst. In dem obigen vorausbestimmten Weltbild ist weder Platz für die geistige Dimension des Menschen noch für das energetisch-intelligente Prinzip, das das Universum ordnet. Es fehlt darin jegliche Bereitschaft zur Vermittlung der Wirkmöglichkeiten geistiger Energien. Deshalb liegt der Schlüssel für den Ausweg in der Stärkung des Selbstbewusstseins aller Menschen. Vielfältige spirituelle Methoden, z. B. Meditation, können die Selbstwahrnehmung intensivieren. Auf diese Weise erfährt sich der Mensch nicht mehr als Opfer der Einflüsterungen anderer, sondern als Souverän seines Selbst. Was für den Einzelnen gilt, lässt sich auf die Gesamtgesellschaft übertragen. Sie kann die Einflüsterungen verschiedener Mächte ins Leere laufen lassen und dadurch an Einfluss gewinnen. Dadurch würde sich allmählich eine Annäherung von naturwissenschaftlichem und quantenphysikalisch begründetem spirituellem Weltbild einstellen, was geokulturell vorteilhaft wäre.

In diesem beschriebenen Rahmen soll das folgende *Modell* einerseits pathogene Tendenzen des Zeitgeistes ordnen, andererseits deren Überwindungsmöglichkeiten aufzeigen:

- Pathogenetische Eingrenzung als diagnostisches Erkennungsmerkmal und salutogenetische Entfaltung als therapeutische Maß-

nahme, ein sinnorientiertes Modell für den subjektiven wie für den gesellschaftlichen Bereich. – Um mich nicht in der Fülle des Pathogenen in unserem Land zu verlieren, habe ich mich auf jene Grundlage bezogen, aus der heraus das Pathogene seine Kraft zieht. Ich habe mich vor längerer Zeit mit der Frage beschäftigt, wodurch das schulische Unbehagen vieler Schüler ausgelöst wird. Die damals gewonnene Einsicht habe ich gründlich überprüft und kann sie heute auf den Bereich der Erwachsenen übertragen. Auf diese Weise kann ich pathogene Erscheinungen des gegenwärtigen Zeitgeistes aus ihrer gemeinsamen Grundlage, nämlich der *Eingrenzung*, ableiten. Deshalb gilt: Jede sinnlose, vermeidbare und dauerhafte Eingrenzung des alltäglichen Lebensvollzugs von Menschen ist für die Betroffenen schädlich. So ergibt sich die Einsicht: Der Mensch fühlt sich immer dann unbehaglich, wenn er in seinem *Streben nach Sinn* auf dem Weg über Erfüllung, Entfaltung und Ausdehnung seiner ihm verfügbaren Möglichkeiten durch sinnlose, vermeidbare und dauerhafte Eingrenzung, etwa durch uneinsichtige Verbote, behindert wird. Derartige Eingrenzungen treffen den Menschen im Kern seines Wesens, weil er Widersinniges und Unsinniges psychisch, aber auch gedanklich und körperlich ertragen muss, obwohl Vieles davon vermeidbar gewesen wäre. Das daraus entstehende Unbehagen kann allgemein als pathogenes Symptom gewertet werden. Denn wenn ein Teil des Körpers leidet, wird der gesamte Mensch davon angesteckt. Dies ist ganz im Sinne Frankls, denn er hat ja auf das Unteilbare des Menschen bekanntlich beharrt. Aber welcher Weg führt aus dem Unbehagen heraus und zum Wohlbehagen hin? Ich sehe den Schlüssel zur Lösung in der Umkehr durch *Entfaltung*. Das Unbehagen lässt sich demnach durch sinnvolle *Entfaltungsangebote* in den eingegrenzten Bereichen allmählich wieder abbauen. Eine multidimensionale Entfaltung ist somit das Mittel zur Heilung des Leidenden.

- Bereiche des Menschen, die eingegrenzt, aber auch entfaltet werden können. – Das Pathogene kann sich in allen menschlichen Dimensionen (physisch, psychisch, noetisch-spirituell, sozial bzw. relational) und Verhaltensweisen bis in die kleinste Körperzelle hinein bemerkbar machen. In dieser Zwangslage wird die Durchflutung des Men-

schen mit elektromagnetischen, energetischen Informationen in der Form von *Quanten* behindert und auch alle unbewusst ablaufenden Prozesse im Körper des Menschen gestört. Mit dem Modell von Eingrenzung und Entfaltung liegt ein Filter vor, in dem sich jene Erscheinungen des Zeitgeistes verfangen, die tatsächlich Menschen erkranken lassen, wie z. B. durch häufigen Ärger und großen Stress, starke Depression, anhaltende Angstzustände, körperliches Unwohlsein und allmählichen Rückzug in sich selbst. Im Filter verfangen sich aber auch jene Möglichkeiten, die den erkrankten Menschen gut tun, sein Leiden lindern und ihn gesunden lassen, wie z. B. tiefe Freude, Glücksgefühle, entspannendes Lachen mit anderen, erfüllende Arbeit im Beruf d. i. mehr als „Job“, kurz gesagt alles, was für den Betreffenden sinnvoll, bereichernd, schön und beruhigend ist.

- Es gilt aber auch wahrzunehmen, auf welche Weise aus unauffälligen Einzelercheinungen des Zeitgeistes pathogene Symptome werden. – Hierzu nur ein einziges Beispiel. Eine der schleichend krankmachenden Entwicklungen ist die schleichende Entfernung des Menschen durch die Geschichte hindurch von seinem Ursprung in der *Natur*. Durch diese allmähliche Eingrenzung seines Aktionsradius hat der Mensch seine angeborenen Qualitäten, wie z. B. Sehen, Riechen, Schmecken und Gehen nicht mehr gepflegt und deshalb sind sie verkümmert. So ist der „homo sedens“, der sitzende Mensch entstanden, der wir heute sind. Sein Raum zum Leben wird immer mehr in Häuser, Hallen und Straßen verlegt, so dass sein Blick kaum noch unbegrenzt in die Weite schweifen kann. Wo immer er hingehen möchte, und sei es auch um die Ecke zum Einkaufen, fährt er mit dem Auto. Da immer mehr Autos benutzt werden, nimmt die Luftqualität ab. Dadurch entzieht sich der Mensch diese Lebensgrundlage. Er gelangt in die *virtuelle Welt*, in der ihm seine Zeit zum Nachdenken abgenommen wird und durch sinnlose, dauerhafte und vermeidbare Eingrenzungen setzt sich das Pathogene weiter fort, obwohl es zurzeit noch zu vermindern wäre.

- Arbeit an Entfaltungsmöglichkeiten zur Genesung unseres Landes. – Es geht also um *sinnvolle, unvermeidbare und dauerhafte Entfaltung des multidimensionalen Spiel-, und Freiraumes* der Menschen, so

dass dadurch pathogene Erscheinungen verschwinden. Es geht gegenwärtig *erstens* um die Erhaltung unseres zivilisatorischen, mittelständisch-wirtschaftlichen und kulturellen Entwicklungsstandes, an dem zwei Generationen hart gearbeitet haben. Es geht *zweitens* auch um die Erhaltung des erreichten Niveaus unserer Sprache, unseres Rechtsstaats, unserer Familien und unseres Bildungssystems. Es geht *drittens* um die Verbesserung des sprachlichen Ausdrucks in unserer Gesellschaft und damit um die Wahrnehmung des Anspruchs der Hege und Pflege unserer Muttersprache. [Das alles gilt, letztlich, für die gesamte EU]. Bei dessen Umsetzung erinnert die quantenphilosophische Einsicht, dass alle geistigen Inhalte, die im Verlaufe der Sprachgeschichte in die Muttersprache eingegangen sind, bei der Verwendung der Begriffe „da“ sind. Diese Wissensinhalte können aber nur dann wirksam werden, wenn elektromagnetische Wellen oder Teilchen als Informationsträger bewusst in die Wirklichkeit geschaltet werden. Also liegt unsere Sprache in unserer Obhut.

Ergebnis: Damit habe ich drei pathogene Eingrenzungen skizziert und Möglichkeiten aufgezeigt, was zur Genesung der Leidenden getan werden kann, damit alle in und mit Würde ihren Lebensalltag und ihr Lebensende würdevoll bewältigen können.

Die Auffassung Frankls über die Kollektivschuld – nämlich ihre Ablehnung – war eine enorm bedeutende geistige Leistung. Frage: Ändert das Ihrer Meinung nach etwas an unserer konkreten Verantwortung heute, angesichts der Hasstiraden gegen das Fremde im weiten Sinne des Wortes? Und eine weitere Frage an dieser Stelle: Sehen Sie einen Zusammenhang zum einen zwischen den Auswirkungen der NS-Ideologie und damit des Zweiten Weltkrieges, dann zum anderen der sogenannten „schwarzen Pädagogik“ und dem Leiden der Seele bei recht vielen Menschen, die 70, 80 oder mehr Jahre alt sind?

Wir wissen: alles hängt mit allem zusammen. Wenn das so ist, dann hängt auch die Kollektivschuld-Ablehnung von Frankl mit der heutigen Verantwortung angesichts von Hasstiraden gegen das Fremde zusammen. Deshalb dürfte es schwierig sein, das Eine ohne das Andere zu denken und schon gar nicht alles möglichst kurz gefasst darzustellen.

len. Gleichwohl will ich das unmöglich Scheinende versuchen, ganz nach dem bekannten Motto: *Die Gedanken sind frei* ... Damit bin ich geistig mit der Grundidee aus dem 13. Jahrhundert oder noch früher verbunden, nämlich mit Cicero: „Liberae sunt [] nostrae cogitationes.“ („Unsere Gedanken sind frei“).³

Man darf nicht vergessen, dass von 1914–1918 der erste Weltkrieg tobte. Nach seinem Ende haben die menschlichen, materiellen und finanziellen Verluste bis in die Weimarer Republik und darüber hinaus nachgewirkt. Es blieb der Bevölkerung kaum Zeit zur Erholung und zum Wiederaufbau der Wirtschaft. Und schon wieder hatte die Mehrzahl der Deutschen in der Zeit von 1940 bis 1945 äußerst schwierige, bedrohliche Situationen tagein und tagaus zu bewältigen. Jetzt dominierten wieder einmal die Schrecken von Tod, Vertreibung, Unterkunftssuche, Hunger, Krankheit, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit auf eine friedliche Zukunft, wie dies viele Selbstmorde bewiesen haben. So waren viele Menschen froh, wenn sie den Tag überlebt hatten. Viele Menschen von damals werden zwar von Zwangsarbeitern gehört oder Gruppen von ihnen gesehen haben. Aber nur eine Minderheit dürfte sich Gedanken über jene Menschen gemacht haben. Genaue Daten hat sicherlich die Forschung in Neuerer Geschichte vorgelegt. Sie würden aber den verfügbaren Rahmen meines Beitrags sprengen.

Und nach dem verlorenen Krieg 1945 war die Mehrzahl der Bevölkerung in jeglicher Hinsicht erschöpft. Vor diesem Hintergrund ist es nachvollziehbar, dass die Mehrheit der Menschen mit dem Nationalsozialismus nichts mehr zu tun haben wollte, auch nicht mit ihrer Rassenlehre. In der Öffentlichkeit erschienen viele Fremde unterschiedlicher Herkunft in der Gestalt von Besatzungssoldaten. Sie flößten jedoch den Menschen keine Angst ein. Zudem kamen viele Heimatvertriebene als Fremde und benötigten Unterstützung und ärztliche Versorgung, die sie auch bekamen. Jetzt wurde von den Menschen der Blick in die Zukunft mit der Hoffnung auf die Heimkehr eingezogener Väter und Söhne, auf einen Friedensvertrag und einen Wiederaufbau

³ Cicero: Pro Milone, XXIX, 79.

des Landes gerichtet. Ob in der Zeit von 1918 bis 1950 „xenophobische Manifestationen“ vorhanden waren, entzieht sich zwar meiner Kenntnis, aber einige Worte füge ich hierzu an. Zum einen: Wie bereits erwähnt, waren die Menschen damals erschöpft, ausgemergelt und sehnten einen Neubeginn herbei. „Der Fremde“ oder „die Fremden“ besaßen als Gesprächsthema keine Priorität, denn es war Normalität. Die damalige Bevölkerung war ohnehin durch Vertreibungen durcheinandergemischt worden und Einquartierungen in fremde Haushalte waren an der Tagesordnung. Zum anderen: Meine Ausführungen habe ich aus persönlicher Sicht geschrieben. Die Komplexität des Themas verlangt jedoch den Rückgriff auf authentische Daten, den ich hier nicht leisten kann.

In der Zeit der späten 1950er Jahre, als die Gastarbeiterwellen zunächst aus Italien, dann der Türkei und anderen Ländern zu uns kamen, wurde das Thema der Zuwanderung diskutiert. Viele sind jedoch wieder in ihrer Heimatländer zurückgekehrt, viele aber auch nicht. Mittlerweile müssen wir die zu uns geschleusten Flüchtlinge und Migranten außereuropäischer Herkunft aufnehmen, von denen die meisten bei uns bleiben werden, entweder eingedeutscht oder nicht. Die verfügbaren Zahlen vom 28. 7. 2020 besagen, dass zum Jahresende 2019 insgesamt 11,2 Millionen Ausländerinnen und Ausländer und damit rund 313 000 Personen mehr (+2,9%) im Vergleich zu 2018 in Deutschland leben. Ende 2020 werden es 11,5 Millionen Personen sein. Das bedeutet, dass jedes Jahr eine Stadt wie Augsburg, in der 296582 Einwohner am Ende des Jahres 2019 wohnten, in unserem Land benötigt wird. Wir haben in unserem Land eine Bevölkerungsdichte von 233 Einwohner je km², in Europa beträgt sie 114 je km². In Deutschland sind wir also mehr als doppelt so dicht besiedelt wie Europa. Und wie steht es um den Migrationsanteil bei uns? Nach dem Statistischen Bundesamt waren es Ende 2019 21,2 Millionen Menschen und somit 26,0 % der Bevölkerung, die einen Migrationshintergrund hatten.⁴

⁴ Vgl. Bundesamt für Statistik im Internet s. v. Bevölkerungsdichte, Anteil der Bevölkerung mit Migrationshintergrund, Anzahl der Ausländer Ende 2019.

Angesichts dieser Situation stellen sich Bürger durchaus die Frage, wie diese Entwicklung weitergehen wird. Viele befürchten, dass unser Land angesichts der Bevölkerungsdichte und des hohen Ausländeranteils keine kontingentierte Dauerintegration verkraften kann. Außerdem weiß niemand genau, wie viele fremde Menschen eine Gesellschaft trägt, ohne die eigene Identität zu verlieren. Und so hat sich „das Fremde“ zu einem ernstem Problem in unserer Gesellschaft entwickelt.

Rückblickend erkenne ich vier Wunden, an denen unser Land leidet: 1. die Kollektivschuld, 2. die kollektive Verantwortung, 3. die kollektive Erinnerung und 4. die multikulturelle Migration, die „das Fremde“ generiert hat. Unser Problem besteht darin, dass, was immer wir tun, sich die Wunden in unserem Land erneut entzünden. Hier baut sich ein Diskussionsbedarf in der Gesellschaft auf. „Hasstiraden“ sind jedoch kein passender Beitrag zur Problemlösung.

Vor diesem Hintergrund ist für mich Franks Ablehnung der *Kollektivschuldthese* aner kennenswert. Seine These von der *kollektiven Verantwortung* ist nachvollziehbar, wenn sie für alle Kollektive auf der ganzen Welt vorgesehen ist. Mit der *planetarischen Verantwortung* kommt Frankl der Klimathematik zuvor. Sein Vorschlag kann nur dann Erfolg haben, wenn sich Regierungen aller Ländern, arm und reich, an der Lösung des Problems wirksam beteiligen. Da junge Menschen dieses Thema seit einiger Zeit immer öfter in konkreten Projekten angehen, bleibt die Hoffnung auf eine Trendwende.

Nun zu den Auswirkungen der NS-Ideologie und des Zweiten Weltkrieges zum einen auf die „schwarze Pädagogik“ und zum anderen auf das Leiden der Seele bei recht vielen Menschen, die 70, 80 oder mehr Jahre alt sind. Gibt es einen Zusammenhang? – Ja, es gibt Auswirkungen in Hülle und Fülle, schon allein deshalb, weil keiner der genannten Bereiche isoliert von den anderen denkbar ist. Ferner durchdringt der Geist des Universums die Welt und damit auch alles, was lebendig ist. Deshalb ist Vergangenes und Gegenwärtiges geistig, virtuell, schlicht gesagt einfach „da“. Wie sieht nun der Zusammenhang aus?

1. Überbleibsel von NS-Ideologie und Zweitem Weltkrieg. – Nach dem verlorenen Krieg und der erfolgten Besetzung durch die Alliiert-

ten, ging es um den Neuaufbau unseres Landes. Die meisten Menschen wollten nach „vorne schauen“. Wer über die vergangene Zeit irgendetwas Positives sagte, wurde als „Revanchist“ bezeichnet. Es kam jedoch etwa in der Rechtsprechung vor, dass aus Personalnot Juristen tätig gewesen waren, die schon zuvor die gleiche Funktion ausübten. Derartige Fälle wurden jedoch sehr schnell geändert. Allgemein kann gelten, dass die NS-Ideologie im Lande keine direkten Auswirkungen mehr hatte.

2. Auswirkungen auf die „schwarze Pädagogik“. – Die *quantenphilosophische* Einsicht besagt, dass wir als Teil des Universums von Geistigem durchdrungen sind, dass Geist weder Raum noch Zeit kennt und es folglich auch *kein Vergessen* gibt. Alles Gute und Schlechte, das im Kontext der Geschichte getan wird, bleibt „da“ und wirkt auf unberechenbare Weise – quantisch gesagt: wegen des Wechsels der Erscheinungsformen der Elektronen zwischen Teilchen- und Wellenstruktur – stets weiter. So gesehen, ist die oben gestellte Frage nach einem Zusammenhang der NS-Ideologie und des Weltkriegs mit der Schwarzen Pädagogik uneingeschränkt zu bejahen. Aber das lässt sich auch aus der nun folgenden *geschichtlichen Sichtweise* bestätigen:

Der Begriff „Schwarze Pädagogik“⁵ stammt von Katharina Rutschky (1941–2010) und ist der Titel ihres Buches aus dem Jahr 1977. Das Thema stand vom Ende der 1970er bis zum Ende der 1980er Jahre in der pädagogischen Diskussion und ist selbst Ende der 1990-er Jahre noch nicht vergessen, wie die Neuausgabe des Buches im Jahr 1997 belegt. Die Schwarze Pädagogik wendet die psychoanalytische Sichtweise Freuds auf die Geschichte von Pädagogik und Erziehung an. Daher bemängelt sie dominierende Triebkräfte, nämlich Unterdrückung und Unterwerfung des Kindes, Herrschaftswillkür von Lehrern und Eltern, frühe Disziplinierung der Kinder und die narzisstische Selbstüberheblichkeit der Erzieher. Sie schließt daraus, dass es in der Erziehung vor allem auf die Brechung des kindlichen Willens ankommt. Wenn die Schwarze Pädagogik diesen Befund aber auf jeden Leh-

⁵ Rutschky, Katharina (Hrsg.): Schwarze Pädagogik. Quellen zur Naturgeschichte der bürgerlichen Erziehung. Berlin: Ullstein, 1977; Neuausgabe, ebd. 1997.

rer und jeden Elternteil sowie alle pädagogischen Theorien überträgt, dann tut sie sowohl den Pädagogen, den Eltern als auch der Fachdisziplin Pädagogik Unrecht. Alle diese sozialen Untaten haben nichts mit Pädagogik im eigentlichen Sinne, schon gar nicht mit der sinnorientierten geisteswissenschaftlichen Pädagogik zu tun. Vielmehr strebt nach meiner Überzeugung eine echte Erziehung sowohl in der Theorie als auch in der Praxis bis heute an, dass jeder Heranwachsende im Rahmen des „pädagogischen Bezugs“ (1926) zu seiner Form und zu seinem Leben komme, wie es der geisteswissenschaftliche Pädagoge Herman Nohl (1879–1960) klassisch formuliert hat. Weil das folgende Zitat ein *zeithistorischer Beleg* für die Integrität von Pädagogik ist, sei es mir erlaubt, Nohl zu zitieren und zwar aus seinem Aufsatz „Gedanken für die Erziehungstätigkeit“ (1926)⁶:

„Wer von Pädagogik redet, sei es in der Normalerziehung oder am Richtertisch, in der Schutzaufsicht oder im Gefängnis, wird sich unerbittlich klarmachen müssen, dass die Gewinnung dieses Bezugs seine erste Aufgabe ist, ohne die alles übrige vergeblich bleibt. Er wird dabei auch nicht vergessen dürfen, daß sie nicht zu erzwingen ist, daß hier irrationale Momente wirksam sind, wie Sympathie und Antipathie, die beide Teile nicht in der Hand haben, und er darf darum nicht gekränkt sein oder es gar den Zögling entgelten lassen, wenn ihm der *Bezug* nicht gelingt, ‚der Bursche nicht will‘. Man wird dann versuchen, ihn an jemand anderen zu binden, wenn die Bindung nur überhaupt erfolgt.“ (1926, S. 154)

Der im Zitat erwähnte „Bezug“ bedeutet „pädagogischer Bezug oder Beziehung“ und ist in meinem Buch „Unterrichtsstörungen“⁷ der Dreh- und Angelpunkt. Damit belege ich, dass die Gedanken Nohls im Jahr 1926 sogar noch 1981 gültig und fruchtbar gewesen sind und nicht „mir nichts dir nichts“ von Kritikern als überholt bezeichnet werden dürfen, ohne gleichwertige Alternativen anbieten zu können. Aber genau das ist durch die Anhänger der „schwarzen“ und der

⁶ Nohl, Herman: „Gedanken für die Erziehungstätigkeit des Einzelnen mit besonderer Berücksichtigung der Erfahrungen von Freud und Adler“ (1926). In: Pädagogik aus 30 Jahren. Frankfurt/M.: Schulte-Bulmke 1949, S. 151–160.

⁷ Biller, Karlheinz: Unterrichtsstörungen. Stuttgart: Klett 1981, S. 57–91.

„Antipädagogik“ geschehen. Schlimm war es z. B. in jenen Familien, in denen die eigenen Kinder – insbesondere in den 1968-er Jahren – ihren Eltern Vorwürfe machten, dass sie ein Geschäft gegründet hatten oder dass sie viel Geld verdienten und deshalb Kapitalisten geworden waren. Die Geschichte und die Evolution werden erweisen, ob sich die Durchsetzung dieser sozialistischen Pädagogik für die Heranwachsenden positiv bewährt hat. Es ist jedoch verwunderlich, dass im Jahr 2020 immer noch oder wieder über antiautoritäre Pädagogik geredet wird. Hierfür habe ich ein Beispiel im Internet gefunden, in dem das Kinderbuch „Max und Moritz“ von Wilhelm Busch als „schwarze Pädagogik“ kritisiert worden ist. Hat man denn jede Verbindung zur Geschichte verloren? Oder hat man sie nie gehabt?

Ergebnis: Der geschichtliche Blick auf die Pädagogik jener Jahre ergibt eine völlig in sich aufgelöste Gesamtthematik, getragen von Beliebigkeit. Ich sehe den Grund dieser Situation in der einzigen anerkannten Konstante. Diese besteht in der Gegnerschaft gegen alles, was aus dem je subjektiven Blick mit NS-Ideologie zu tun haben könnte. Während sie sich gesamtgesellschaftlich allmählich in den 1960er bis 1970er Jahre selbst überlebt hatte, erwachte die „Schwarze Pädagogik“, so dass uns das Thema bis heute verfolgt.

3. Auswirkungen auf die geisteswissenschaftliche Pädagogik. – Theodor Litt hat während der NS-Zeit Gesprächspartnern in der Universitätsbibliothek argumentativ verdeutlicht, weshalb er die Rassenlehre ablehnt. Es gab den *Kreisauer Kreis*, eine bürgerliche Widerstandsgruppe, die Gesellschaftsentwürfe für die Nachkriegszeit erstellten (1940–1944), in dem auch der Pädagoge Adolf Reichwein (1898–1944) mitgewirkt hat. Dies verdeutlicht, dass es Pädagogen gab, die zum einen die dominierende Regierungsideologie ablehnten, zum anderen sich um einen schülerorientierten Unterricht bemühten und offen für die Methoden und Denkweisen der Reformpädagogik Anfang des 20. Jahrhunderts waren. Leider wurden alle tauglichen Pädagogen zum Kriegsdienst eingezogen, sehr viele kehrten nicht wieder zurück, weshalb die universitäre Pädagogik und die Schulen nach dem verlorenen Krieg personell sehr ausgedünnt gewesen waren. Deshalb wurden pensionierte Pädagogen wie Nohl gebeten, trotz ih-

rer Altersgrenze für Lehrveranstaltungen zur Verfügung zu stehen. Gegen Ende der 1960er Jahre begannen die Studentenunruhen an den Universitäten, in denen die sozialistischen und kommunistischen Studentenvereine den Ton angaben. Die damals neuberufenen Pädagogen waren gegenüber Kritik am „alten Zopf“, der weg musste, eher aufgeschlossen als ablehnend. Deshalb hatte die geisteswissenschaftliche Pädagogik keine Chance zur erfolgreichen Gegenwehr.

Ergebnis: Worin besteht nun der Zusammenhang der NS-Ideologie und des Weltkriegs mit der Geisteswissenschaftlichen Pädagogik? Er besteht darin, dass sie im Grunde a-politisch war, Vertreter aber dennoch gegen NS-Pädagogik sich äußerten, wie dies bei Litt und Reichwein zum Vorschein gekommen ist. Die Anhänger der „Schwarzen Pädagogik“ und der „Antipädagogik“ haben alles, was in der Geisteswissenschaftlichen Pädagogik gegolten hat, ins Gegenteil verkehrt. Was dabei herausgekommen ist, galt fortan als gut für die Kinder. Sie haben überwiegend die sozialistische Ideologie zum Leitbild für Pädagogik gemacht. Im Unterschied dazu hat W. Klafki die auch von ihm vertretene geisteswissenschaftliche Pädagogik mit Aspekten der sozialistischen Ideologie verbunden. Dadurch entstand seine kritisch-konstruktive Erziehungswissenschaft. Seit dieser Zeit verloren die Themen der geisteswissenschaftlichen Pädagogik ihren dominierenden Einfluss. Aus diesem Grund habe ich „Sinn“ für mein geisteswissenschaftlich-pädagogisches Denken verwendet und dessen Bedeutung für zentrale Themen ausgewiesen.

4. Die Auswirkungen auf ehemalige Soldaten und Kriegsheimkehrer.
– Die Kriegsheimkehrer kamen meist mit schrecklichen Erlebnissen und deren psychischen Belastungen oder mit schweren Erkrankungen, Hungersyndromen, Amputationen u.v.a.m. zurück. Sie standen nicht im Mittelpunkt des öffentlichen Interesses. In der Gesamtgesellschaft wurde ihr Schicksal nicht thematisiert. Auch im engeren Kreis von Bekannten fragte man nicht nach ihren Kriegs-, Überlebens- bzw. Leidenserfahrungen. Es gab so viele andere Themen für die Nicht-Betroffenen. Sie waren halt wieder da. Entweder sie fanden ihre Familie wieder oder die Kinder und die Mutter waren halt nicht mehr da, oder die Frau hatte wieder geheiratet. Was auch sehr viele, dauerhafte psychische

Schmerzen verursachte, war die Tatsache – viele werteten sie vielleicht sogar als Schmach –, dass sie den Krieg verloren haben. Diese Lage war für jene doppelt schlimm, die nicht in den Krieg ziehen wollten, denn die Stimmung bei den einfachen Leuten war vor Kriegsbeginn, in Worte gefasst: „Um Gottes willen, nicht schon wieder einen Krieg!“ Vielfach wurde den Heimkehrern sogar unterstellt, sie hätten sich am Holocaust beteiligt, obwohl sie zum einen das Wort gar nicht kannten und zum anderen nichts von KZs gehört hatten. Aber sie konnten dagegen nicht aufbegehren, weil sie nicht viel, wenn überhaupt etwas erzählten. Hinzu kommt, dass viele Heimkehrer ihre schrecklichen Erlebnisse nicht artikulieren konnten, weil ihre Stimme versagte. Sie hatten kein psychisches Ventil, mit dem sie die aufgestauten Gefühle abbauen konnten. In einer derartig belastenden Stimmung fand das restliche Leben der Heimkehrer statt. Somit waren die eingezogenen Soldaten in der Tat „die verdammte Generation“, wie ein Buchtitel heißt. Wer sollte dies alles, ohne psychisch zu erkranken, aushalten können? Viele der Heimkehrer hatten sich erhängt. Da Lehrer in meiner Zeit noch als Respektspersonen betrachtet worden sind, haben wir Schüler nicht gewagt, sie nach ihren Kriegs-, Vertreibungs- oder Fluchterlebnissen zu befragen. Es mag aber in den betroffenen Familien Gespräche über Kriegs- und Fluchterlebnisse gegeben haben.

Ergebnis 1: Wäre früher über den Krieg, seine Entstehung und die Wunden, die er gerissen hat, in der Gesellschaft unvoreingenommen nachgedacht und sachlich geredet worden – so mein Verdacht –, wäre heute ein sachlicher Umgang mit diesem Thema möglich. Viele kriegsbedingte Depressionen in der heute alten Bevölkerung hätte es daraufhin vermutlich nicht gegeben. Aus dieser Sicht sind a) die Institutionalisierung der „Erinnerungskultur“, zu der der Pflichtbesuch von Schülern in Konzentrationslagern gehört, b) die allzu häufig medial wiederholte Kollektivschuldthese sowie c) die Einforderung von kollektiver Verantwortung gegenüber der Geschichte nachteilig für die seelische Gesundheit der älteren Gesellschaft, zu der ich gehöre. Zudem besteht die Gefahr, dass die in TV-Spielfilmen enthaltenen Botschaften zur „Erinnerungskultur“ allmählich zu einem Unterhaltungswert am Abend degenerieren und damit ihren Zweck verfehlen.

Ergebnis 2: Die *Quantenphilosophie* kann uns ermutigen, alles zu tun, damit vorrangig der Geist jedes Menschen gefördert wird. Die Ansammlung von Materie in Form von Gütern, Dingen und Geld ist aus dieser Sicht unwichtig, weil diese Dinge nur den „verkrusteten Geist“ (Dürr) darstellen, selbst aber tot sind. Also müssten wir die nächsten Generationen im Bereich ihrer geistig-spirituellen Qualitäten fördern, damit sie durch Geist jene Umwelt erschaffen, die ihnen Sinn verspricht. Auf diese Situation müsste sich das Bildungssystem neu ausrichten. Die dafür geeigneten Bildungskonzepte sind zum einen die *selbstorganisierte* Bildung, die den Schüler befähigt, sich möglichst selbständig den notwendigen Grundstock an Wissen, Einsichten, Fähigkeiten und Fertigkeiten anzueignen. Zum anderen ist es die *autopoietische* Bildung, die jene angelegten Kräfte stärkt, die sich aus dem Innern von selbst bemerkbar machen, seien es musikalische, oder sportliche Qualitäten oder auch geistige Interessensgebiete mit ihren Fragestellungen.

Was verstehen Sie, Herr Biller, genau unter einer geisteswissenschaftlichen Pädagogik, die, befruchtet durch die Logotherapie, eine sinnorientierte Pädagogik ergibt? Haben wir so etwas in unseren Schulen überhaupt? In einem neuen Buch vertritt Gerald Hüther die These, dass es notwendig sei, das ganze Schulsystem zu reformieren. Wie sehen Sie das alles?

Damit keine falschen Eindrücke entstehen: die geisteswissenschaftliche Pädagogik ist nicht durch die Logotherapie befruchtet worden. Ich habe lediglich vorhandenes, auch logotherapeutisches Wissen über Sinn zusammengestellt, auf die Erziehungswirklichkeit übertragen und dabei Gedanken Frankls einbezogen. In Veröffentlichungen und Lehrveranstaltungen habe ich von „sinnorientierter“ Pädagogik gesprochen. Da Hüther Neurobiologe ist und nicht aus der Pädagogik kommt, ist gegenüber seinen Sanierungsvorschlägen des Schulsystems Vorsicht angesagt. Nun zu den Fragen.

Was ist unter Geisteswissenschaftlicher Pädagogik zu verstehen? Zunächst sei festgestellt, dass das Fach Pädagogik sich im 19. Jahrhundert aus der religiösen Vormundschaft befreien konnte. Die „geisteswissenschaftliche Pädagogik“ bildet den Anfang einer Reihe weiterer Pädagogiken, die danach entstanden sind.

Allgemein gesagt, sieht sich die geisteswissenschaftliche Pädagogik als Anwältin der Heranwachsenden, tritt also für Erziehung und Bildung als geistig-kulturelles und geschichtliches Phänomen ein. Sie ist kein geschlossenes System, also keine Ideologie, sondern bearbeitet unterschiedliche Bereiche der Erziehung aus den unterschiedlichen Blickwinkeln von verschiedenen Wissenschaftlern. Sie geht zurück auf *Wilhelm Dilthey* (1833–1911). Er hat u. a. folgende pädagogische Themenbereiche erforscht. – a) Er hat die Methode der Hermeneutik, also Auslegung, Erklärung und Sinn-Verstehen, zunächst als psychologisches, einführendes Verstehen entwickelt und sie später zu einer Hermeneutik der geschichtlich-gesellschaftlichen Welt erweitert. – b) Er hat eine allgemeingültige erziehungswissenschaftliche Theorie für möglich gehalten, die auf der Teleologie fußt. Dies ist die Lehre von der Zielgerichtetheit und Zielstrebigkeit jeder Entwicklung im Universum oder in seinen Teilbereichen, wie z. B. des Seelenlebens. Ich frage mich, ob in dem Konzept der Teleologie eine Verbindung zur quantenphysikalischen Erkenntnis besteht, die besagt, dass das Universum von einer intelligenten Macht durchdrungen sei. – c) Er hat einen weiteren Entwurf von Pädagogik vorlegt, der davon ausgeht, dass die Erziehungswirklichkeit geschichtlich geprägt worden sei. Deshalb setzt er die Pädagogik bei der Beschreibung des Erziehers in seinem Verhältnis zum Zögling an. Diese und andere Gedanken Diltheys sind in mehreren wissenschaftlichen Disziplinen aufgenommen und weiterentwickelt worden, so auch in der geisteswissenschaftlichen Pädagogik. – *Edmund Husserl* (1859–1938) erweist sich mit seiner späten Arbeit über die Phänomenologie der Lebenswelt, die das subjektiv Konkrete erfassen kann, als ein wichtiger Sympathieträger der geisteswissenschaftlichen Pädagogik.

Weitere Vertreter geisteswissenschaftlicher Pädagogik sind nach Alter geordnet. – a) *Herman Nohl* (1879–1960), der die Pädagogik in der Erziehungswirklichkeit verankerte. Er betrachtete sie als einen abgetrennten Bereich des gesellschaftlich-kulturellen Lebens, in der nach den Vorgaben des pädagogischen Bezugs gearbeitet werden kann. Aus diesem „Bezug“ leitet Nohl die relative Autonomie der Pädagogik ab. Außerdem werden Theorie und Praxis eng miteinander

verknüpft. Der Begriff „hermeneutisch-pragmatisch“ erfasst dieses Selbstverständnis der Pädagogik. Ich mache darauf aufmerksam, dass im „Bezug“ die Vorstellung „Relation“ steckt, die ein zentraler Begriff aus in der Quantenphysik ist, etwa in der „Unschärferelation“. – b) Theodor Litt (1880–1962), der die Erziehung als einen Mittelweg zwischen Führen und Wachsenlassen vertrat, also eine Ein-Führung der Heranwachsenden in das Leben. Hierbei sollte der Erzieher den Schüler in die Bedeutung von Werten und Gegenständen des Kulturlebens einführen, damit dieser durch die wirkliche Begegnung mit den Kulturinhalten seine eigene personale Gestalt gewinnen kann.– c) Eduard Spranger (1882–1963), der die Aufgaben der Pädagogik in der Gewissenserziehung und im erzieherischen Ethos also im ethischen Bewusstsein sah. – d) Wilhelm Flitner (1889–1990), der sich um den Wissenschaftscharakter der Pädagogik bemüht und den Bildungsgedanken in große geschichtliche Zusammenhänge gestellt hat. – e) Erich Weniger (1894–1961), der die Pädagogik als eigenständige Theorie der immer schon vorgängigen Erziehungspraxis begründete, sah im Staat den Organisator und Garant eines demokratisch-öffentlichen Bildungssystems. Das normative Element seiner Pädagogik war die Formung des Menschen nach der Idee seines Selbst. Dadurch fungiert die Pädagogik als Anwalt des Heranwachsenden gegenüber den Ansprüchen der objektiven Mächte. Hierzu merke ich an, dass diese Anwaltsfunktion der Pädagogik in der Gegenwart vernachlässigt wird, wie die stetig zunehmende Digitalisierung belegt. Wer kümmert sich um die schädigende Belastung, die von Handys für die Gesundheit der Kinder ausgeht? – f) Albert Reble (1910–2000), der die Geschichte der Pädagogik untersucht hat. – g) Wolfgang Klafki (1927–2016), der in seine kritisch-konstruktive Erziehungswissenschaft unterschiedliche erziehungswissenschaftliche Forschungsansätze integriert hat. – h) Hans-Karl Beckmann (1926–2001), der sich vor allem um das Schul- und Bildungssystem, insbesondere um die Unterrichtsvorbereitung verdient gemacht hat.

- Die Hermeneutik als Alleinstellungsmerkmal der geisteswissenschaftlichen Pädagogik. – Die Geisteswissenschaftliche Pädagogik räumt der Hermeneutik, der Auslegung und Erklärung, sowie dem

(Sinn-)Verstehen Vorrang ein. Die Hermeneutik lässt sich auf die gesamte geschichtlich geprägte Erziehungswirklichkeit beziehen. Es besteht die Auffassung, dass alles erzieherisch Bedeutsame im Laufe der Geschichte entstanden sei. Deshalb sind Erziehung und Bildung als geistig-kulturelle und geschichtliche Phänomene anzusehen und mit Hilfe der Hermeneutik zu verstehen. Erst aus diesem Verständnis heraus erarbeitet die Geisteswissenschaftliche Pädagogik Vorschläge zur Veränderung der Erziehungswirklichkeit. Deshalb bezieht sich das hermeneutisch begründete Verstehen nicht nur auf Texte, sondern auch auf die gesamte Erziehungswirklichkeit und die Lebenswelt, z. B. auch auf Erziehungsprobleme und gesellschaftlich-politische Bezüge. Sie konzentrierte sich deshalb auf die Interaktion von Subjekt und Objekt und verstand Erziehung weder als bloßes Führen noch als Wachsenlassen, sondern als Einführung der Heranwachsenden in das Leben.

- Zur geschichtlichen Entwicklung. – Die geisteswissenschaftliche Pädagogik hatte bis in die 1960er Jahre eine Vormachtstellung in der gymnasialen Lehrerbildung an Universitäten inne, bis sie von der politisch-soziologisch geprägten *Antipädagogik* zurückgedrängt worden ist. In dieser Zeit wurde sie wegen ihrer angeblich politischen Wirkungslosigkeit, der Vernachlässigung empirischer Forschung und der Beschränkung auf Ideengeschichte heftig kritisiert. Vertreter der geisteswissenschaftlichen Pädagogik, wie z. B. Klafki haben sich mit der „kritischen Theorie (der Gesellschaft)“ der sogenannten „Frankfurter Schule“ auseinandergesetzt. Dadurch kamen die Theorien von Hegel, Marx und Freud in die pädagogische Diskussion. So entstand Klafkis kritisch-konstruktive Erziehungswissenschaft, die aber nicht mehr als geisteswissenschaftliche Pädagogik verstanden werden konnte und durch den gesamtgesellschaftlichen „Links-Ruck“ ihre dominierende Position in der Universität verlor.

Nachdem die Anhänger der „Kritischen Theorie“ in vielen Institutionen eine Stelle bekommen haben, gelang jene gesamtgesellschaftliche Veränderung, die bis heute anhält. Allerdings ist es – endlich – an der Zeit, die Dominanz des Politisch-Gesellschaftlichen zugunsten des Pädagogischen wieder zu beleben. Dies zeigen auch die Auswir-

kungen an den Bildungsstätten im Lande, sei es am Umgang miteinander, sei es am Bildungsniveau und an vielen anderen Punkten. So wie sich die Pädagogik des 19. Jahrhunderts von der Bevormundung der Theologie befreien konnte, so gelingt es hoffentlich der Pädagogik von heute, sich aus der Umklammerung von Psychologie, Soziologie und Politologie und erst recht von Ökonomie zu befreien. Dies ist berechtigt, denn die Pädagogik ist die einzige Wissenschaft, die sich für Heranwachsende und ihre Bildung verantwortlich fühlt. Daran hat sich seit den 1968er Jahren nichts geändert. Die Befreiung der Pädagogik ist daher ebenso nötig, damit sich a) das Schul- und Bildungssystem so entwickeln kann, dass in ihr die Pädagogik den Ton angeben kann, b) damit die Heranwachsenden und ihre selbstorganisierte und autopoietische Bildung im Mittelpunkt stehen, c) sie ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten optimal entfalten und d) später ein gutes und glückliches Leben führen können. Jeder Bundesstaat fungiert als Träger des Schulsystems in den Bundesländern und schützt es aufgrund der garantierten Bildungshoheit der Länder vor dem immer drängenderen Zugriff der Bundesregierung, z. B. durch die 2019 bereitgestellten fünf Milliarden Euro für die digitale Ausstattung der Schulen. Dadurch besteht die Gefahr, dass der pädagogische Bezug zwischen der virtuellen Welt des Internets und dem Schüler grundsätzlich nicht herstellbar ist. Dies gelingt deshalb nicht, weil ein Rechner weder Sympathie noch Antipathie aus sich heraus generieren, wahrnehmen kann. Aber diese Faktoren sind entscheidend für das Gelingen von Erziehung, wie dies der pädagogische Bezug (H. Nohl) nahelegt. Der gegenwärtige Notfallplan des Daheim-Unterrichts wird sehr schnell die schädlichen Auswirkungen des exzessiven Umgangs mit Internetmedien aufdecken, die der Neurowissenschaftler Manfred Spitzer in seinem Buch⁸ vermittelt. Er spricht in seinem Buch von der Entstehung einer „Zivilisationskrankheit“ mit den Facetten „Spiele- und Onlinesucht“ und „Isolation“ vom realen Leben. Damit benennt er indirekt Folgen unserer Entfernung von den Wurzeln unserer Herkunft

⁸ Spitzer, Manfred: Cyberkrank! Wie das digitalisierte Leben unsere Gesundheit ruiniert. München: Droemer-Knaur 2015.

aus der Natur, die wieder rückgängig gemacht werden müssen. Wir haben uns von dem Bewusstsein entfernt, dass die Naturbeseelung im Kulturgut unserer Vorfahren, wie z. B. den Kelten fest verankert gewesen ist. Heute können wir durch die nachgewiesenen subatomaren Geschehnisse in der Natur unseren Denkhorizont wesentlich bereichern und mit großem Staunen die Natur genießen.

- Welche Merkmale kennzeichnen eine sinnorientierte (Schul-)Pädagogik? Das Hauptmerkmal besteht darin, dass Sinn das geistige Zentrum des Unterrichts darstellt und sich alle Unterrichtselemente auf ihn fokussieren. Beispiele hierfür sind der Lehrplan, der Unterrichtsstoff, der Lehrer, die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler und der Schüler untereinander, das Klima, die Unterrichtsvorbereitung, die Unterrichtsmethode, die Medien u. a. m. Die Fokussierung auf Sinn gelingt auf Dauer nur, wenn eine einigende Idee vorhanden ist. Ich nenne sie „das gemeinsame Werk“. Dieses Gemeinsame ist der Rahmen, den es auszufüllen gilt und innerhalb dessen sich jeder Beteiligte einbringen muss, so gut er es kann. Außerdem werden zentrale Begriffe der geisteswissenschaftlichen Pädagogik übernommen, weil sie zeitübergreifend sind, wie z. B. der pädagogische Bezug, die Einführung der Heranwachsenden in das Leben, Gewissenserziehung und Formung des Menschen nach der Idee seines Selbst, d.h. so wie er im Grunde seines Wesens ist.

- Gibt es eine sinnorientierte Pädagogik an unseren Schulen? – Eher nein, aber die Lehrkräfte bemühen sich zweifellos, einen sinnvollen Unterricht zu gestalten freilich nicht auf sinnorientierter Basis. Mir ist kein staatliches Bildungsprogramm bekannt, das die Sinnorientierung und die damit verbundene Zielvorgabe des „größten Glücks für die größte Zahl“ (Mill) anstrebt. In den heutigen in jeder Hinsicht unterversorgten Schulen dominieren vielmehr die staatlich geforderten Bemühungen zu Integration, Inklusion und Digitalisierung von Schule, Unterricht und Lernen. Der herkömmliche Schüler steht leider nicht mehr im Zentrum pädagogischer Bemühungen, weil technische Medien verstärkt eingesetzt werden. Das kommt einer Vernachlässigung und Diskriminierung jener Schüler gleich, die sich irgendwie durchschlagen, ohne dass sich der Lehrer ständig mit ihnen beschäfti-

gen muss. Das schließt jedoch nicht aus, dass der eine oder andere echt pädagogisch orientierte Lehrer sich um „Sinn“ in seinem Unterricht bemüht und dabei selbstorganisierte und autopoietische Bildung seiner Schüler wenigstens hin und wieder unterstützt.

Ergebnis: Damit die Pädagogik nicht aus ihrem ureigensten Forschungs- und Lehrgebiet verschwindet, kann die Frage nach einer *notwendigen Umgestaltung* des gesamten Bildungssystems nur bejaht werden. Da es jedoch kaum gelingen kann, das gesamte Schulsystem erfolgreich zu reformieren, muss der verbindende Rahmen erhalten bleiben, damit sich jede Schule, die sich gemäß den Vorstellungen von Lehrern verändern möchte, sich an den Rahmenbedingungen orientieren kann. Das neue Denken erlaubt es, jeder Schule, sich im Gesamtsystem so gut wie sie kann, selbständig zu verändern. Dadurch können an vielen Schulen jene Veränderungen stattfinden, die am besten für diese Schule mit ihren Lehrern geeignet sind. Die Schule und mit ihr das gesamte Schul- und Bildungssystem ist dann nicht mehr die Reparaturanstalt einer verfehlten Politik. Das bedeutet, dass sich auch die Bildungspolitik in jedem Bundesland an diese Situation anpassen muss. Das bisherige Gefälle von oben nach unten verändert sich in ein partnerschaftliches Miteinander zum Wohl der Schüler, Lehrer und Eltern. Eine echte Demokratie verdient es, dass bei Bedarf jede Schule sich im Spielraum des Systems so entfalten darf, dass das, was in ihm steckt und aus ihm herausdrängt zum Wohl der Heranwachsenden verwirklicht wird. Das geht einher mit einer hochqualifizierten Lehrerbildung, denn auch Lehrkräfte sollten politisch und ideologisch unabhängige pädagogische Führungskräfte sein, und an der Neugestaltung ihrer Schule mitarbeiten können.

Sie sagen, Herr Biller, Frankls Menschenbild sei offen gegenüber der spirituellen Dimension. Ja, das habe ich auch im Lauf meiner Logotherapieausbildung (1986–1989) entdeckt. Ich würde einen Schritt weiter gehen und behaupten: Frankls Menschenbild war nicht nur in seiner Zeit anderen Menschenbildern überlegen, sondern bis zum heutigen Tag hat, soweit ich es sehen kann, kein Psychologe, kein Psychiater und kein Psychotherapeut den Geist, das Geistige und die geistige Dimension so radikal ernst genommen

wie Frankl. Es ist bedauerenswert, dass die ontologisch eigenständige Dimension des Geistes (eine Dimension sui generis) nur von Seltenen und selten erkannt, anerkannt und ernst genommen wird. Sie haben sich auf diesem Gebiet ziemlich vertieft, wenn ich daran denke, dass Sie im WdLuE sogar das Sanskrit-Mantra „tat twam asi“, das bei Frankl zwei Mal vorkommt, miteinander bezogen haben.

Ich ahne, was Sie meinen, wenn Sie sagen, dass das Geistige „im Subatomaren“ entdeckt werden kann, und dass da auch quanten-philosophische Erkenntnisse relevant sein können. Würden Sie uns das hier ausführlicher erklären?

Sehr gerne. Das ist ja mein großes Anliegen, die Erkenntnisse der Quantenphysik oder der „holistischen“ Physik (Dürr) für ein ungewohntes Denken nicht nur in der Pädagogik fruchtbar zu machen. Die Quantenphilosophie (Warnke) hat bereits viele Ergebnisse der Quantenphysik berücksichtigt. Die größte Schwierigkeit in der Quantenphysik ist jedoch die, dass man den Quantenbereich, also den subatomaren Bereich, zwar nicht sinnlich, wohl aber mit mathematischen Berechnungen erfassen kann. Wir können uns zwar Gestalt ohne Substanz nicht vorstellen. Doch das heißt nicht, dass das, was sich der Verstand nicht vorstellen kann, eindeutig falsch ist. Deshalb muss dieses neue, holistische Denken erst noch so formuliert werden, dass jeder noch mehr davon wissen will. Vielleicht kann ich an einigen Stellen hier einen kleinen Beitrag leisten, so dass ein Grundvertrauen in die unbewusst ablaufenden Prozesse in unserem Körper und damit zugleich in das eigene Leben entsteht.

- Quantenphilosophie. – Die Quantenphysik entdeckte Anfang des 20. Jahrhunderts die Zusammensetzung der Atome aus positiv geladenen Kernen und negativ geladenen Elektronen und lieferte Erkenntnisse, die halfen, die chemischen Vorgänge in lebenden Zellen zu verstehen. Dies führte letztlich zu einer Annäherung an östliches Wissen und die damit zusammenhängende spiritualistische Philosophie des „advaita“ (Nichtzweiheit, das All-Eine) und des „tat twam asi“ (das bist du). Daraus entwickelte sich ein neues Denken, das in einer neuen Philosophie, der *Quantenphilosophie*, systematisch aufbereitet wird. Sie sucht einen „Zugang zur verborgenen Essenz des

menschlichen Wesens“, wie Warnke den Untertitel seines Buches formuliert.⁹ Er entwickelt im Buch ein Bild von Welt und Mensch aus der Sicht der subatomaren Ebene. Sein Ziel ist es, einen Beitrag für ein gutes und sinnerfülltes Leben zu liefern.¹⁰

• Beispiele für wesentliche Erkenntnisse der Quantenphysik. – 1. Die *Quantenunbestimmtheit* oder *Unschärferelation* (Heisenberg) verschiebt sich von Eigenschaft zu Eigenschaft des Elektrons, wenn eine andere Messung vorgenommen wird. Wenn eine bestimmte Eigenschaft gemessen werden soll, kann man nicht davon ausgehen, dass das Elektron diese Eigenschaft besitzt. Vielmehr ist es so, dass Elektronen keine eigenen Eigenschaften besitzen. Die Eigenschaften sind in Wirklichkeit *Beziehungen* zwischen dem Elektron und seinem Messgerät. (Anm.: Man denke an das, was ich oben im Kontext des pädagogischen Bezugs gesagt habe.) Sie gehören weder zu dem einen noch zu dem andern, sondern der gesamten Messanordnung. Es gilt aber auch, dass ein Elektron sowohl Teilchen als auch Welle, also ein und dasselbe ist. Dies können wir mit unseren Vorstellungen überhaupt nicht vereinbaren. Diese Tatsache gilt aber nicht nur für Elektronen, sondern auch für Protonen und Neutronen. Selbst kleinere Moleküle können sowohl Teilchen- als auch Welleneigenschaften haben. Das gilt als gesichert, ohne dass wir es verstehen können. Die Quantenunbestimmtheit (Unschärferelation) ist der Schlüssel zum Wesen der Quantenwelt. Sie ist kein Messproblem, sondern ist inhärent, d. h. sie betrifft sowohl das Elektron als auch seine Eigenschaft. Deshalb ist die Zukunft nach Ursache und Wirkung nicht vorauszusagen; deshalb weiß niemand, was sein Gesprächspartner im nächsten Augenblick tun wird; deshalb sollte man offen für Veränderungen sein. – 2. Die *Superposition und Nichtlokalität* von Elektronen führt zu der Vorstellung von einem „Meer aller Möglichkeiten“, das als kohärente, d. h. zusammenhängende virtuelle Überlagerung aller Möglichkeiten gesehen wird. Sie ist im ganzen Universum ausgebreitet und zwar im Be-

⁹ Warnke, Ulrich: *Quantenphilosophie und Interwelt*. München: Scorpio, 5. Aufl. 2017.

¹⁰ Warnke, Ulrich: *Die Öffnung des 3. Auges. Quantenphilosophie unseres Jenseits-Moduls*. München: Scorpio, 3. Aufl. 2018, S. 224–226.

reich des Quantenvakuums. Wir haben jederzeit Zugriff auf diese Virtualität. – 3. Die *Kohärenz* (Zusammenhang) besagt, dass alle Teilchen einer Sorte im Kollektiv, wie z. B. ein Lichtbündel von gleicher Wellenlänge und gleicher Schwingungsart, sklavisch exakt die gleiche Eigenschaft haben. Werden z. B. derartige Teilchen im Gehirn durch Erlebnisse, etwa einer ungerechten Behandlung, in Unordnung gebracht, dann drückt sich dies so lange im Verhalten aus, bis sich wieder Ordnung eingestellt hat. – 4. Die *Quantenverschränkung* ermöglicht die Teleportation, also den unverzüglich einsetzenden Transport eines Objektes von einem Ort zum anderen, ohne den Raum dazwischen zu durchqueren. Dies erscheint wie eine Zukunftsvision. Aber gemäß der Quantenverschränkung ist erwiesen, dass immer dann, wenn eines der Quantensysteme irgendwie beeinflusst wird, alle anderen unmittelbar ebenfalls reagieren, selbst wenn sie sich in verschiedenen Galaxien befinden. Wir könnten also z. B. unsere Gedanken hierfür einsetzen, wenn wir uns mit der zusammenhängenden Technik vertraut gemacht haben. Dies ist sicher einen Versuch wert, besonders wenn man gute Wünsche versenden will. Warum die Post bemühen, wenn es geistig schneller geht? – 5. Der *Beobachtereffekt* besagt nach der Kopenhagener Deutung (Bohr, Heisenberg), dass die Wahrscheinlichkeitsfunktion kollabiert, wenn von einem Energieteilchen Informationen in ein „Bewusstsein“ kommen, es also erkannt und abgerufen wird. Es ist erwiesen, dass alle Quantenphänomene bis zu dem Moment undefiniert sind, in dem sie von einem bewussten Wesen „gemessen“ werden. Das geschieht, wenn ein Informations- und Energieaustausch stattfindet. Das bedeutet, dass wir mit Hilfe unseres Bewusstseins, all das verwirklichen können, was wir ahnend, unbewusst im Kopf mit uns herumtragen. Deshalb wäre es wichtig für uns, in diese unterbewusste Dimension vorzudringen. Dies können wir schaffen, wenn wir uns in der Technik der Spiritualität üben, z. B. Ahnung, Intuition, Imagination, Meditation, luzider Traum u. a. m., setzt jedoch eine entsprechende Qualifizierung des Menschen voraus.

Hans Peter Dürr, Schüler und Nachfolger von Werner Heisenberg, bemühte sich zeitlebens quantenphysikalisches Denken unter die Leute zu bringen. Er hob einige Erkenntnisse der Quantenphysik her-

vor, die sich alle auf die *subatomare Ebene* beziehen: – 1. Wirklichkeit ist Potentialität, Möglichkeit, hat schon Gestalt, aber noch keine Substanz. Sie ist keine Realität, keine Welt der Dinge, sondern Virtualität. Diese Feststellung besagt, dass wir unseren Blick ändern müssen, wenn wir auf die subatomare Dimension kommen wollen, denn nur diese ist als vorhanden bestätigt. Das ist z. B. die Idee, die Platon im Höhlengleichnis verdeutlichen wollte, oder von der Kant behauptet, dass sie sich „hinter“ den Dingen befindet. – 2. Gestalt ohne Substanz können wir uns nicht vorstellen. Deshalb sind die Grenzen des Verstandes immer zu bedenken und einzubeziehen, dass wir schon vor der Geburt vom Verstand (anderer) beeinflusst worden sind, bis jetzt. – 3. Alles ist mit allem verbunden im virtuellen „Meer der Möglichkeiten“. Deshalb können die Träume noch so unwahrscheinlich sein, sie würden sich verwirklichen lassen, wenn wir „ohne Verstand“, aber mit „Geist“ handeln könnten. Deshalb sollten wir möglichst oft geistig offen sein für Unerwartetes, man weiß ja nie, was die Situation mit sich bringt und mag es noch so unbedeutend sein. (Anm.: Vielleicht wäre dies eine Anregung, die geisteswissenschaftliche Pädagogik zu erneuern.) – 4. Der Geist schafft die Materie, aber Materie kann nicht mehr zum Geist werden. Das gilt insbesondere auch für die Idee, „Künstliche Intelligenz“ durch materiell erzeugte elektronische Impulse in wirkliche Intelligenz zu verändern und dadurch den menschlichen Geist zu ersetzen. Wir brauchen deshalb an manchen Gegebenheiten nicht verzweifeln, wir können sie durch Geist verändern. Wir brauchen nur aus dem „Meer der Möglichkeiten“ die angemessene Idee an Land ziehen, die wir dann verwirklichen. – 5. Eine geistige Intelligenz ist die wirkende Macht im Universum. Diese quantenphysikalische Erkenntnis erschließt die Annäherung an und die Einbindung von Spiritualität ins menschliche Leben.¹¹

Es ist in Fachkreisen bekannt, dass Sie während Ihrer Zeit als Vorstand der DGLE (1999–2003) mit Ihren Mitarbeitern – Susanne Rütter, Christoph Riedel, Ute Siebert und Rita Malcomess – sehr gute Arbeit geleistet haben.

¹¹ Vgl. Dürr, Hans-Peter: Das Geistige ist die treibende Kraft 1997; Video im Internet.

Was finden Sie aus Ihrer Sicht wichtig und auch notwendig mit Blick auf die Tätigkeit der DGLE, damit die Sache der LuE in der nahen Zukunft – auch auf der Ebene der Anerkennung durch die Krankenkassen – vorankommt und eine größere Anerkennung bekommt, auch gerade als „sinnzentrierte Psychotherapie“? Oder wird die Logotherapie, zumindest in Deutschland und vielleicht erst in einigen Jahren, höchstens als „eine gute Form der Lebensberatung“ anerkannt?

Der Blick in die Zukunft ist grundsätzlich wegen der Potentialität, in der wir uns befinden, schwierig. Deshalb kann ich nur Anregungen anbieten, die sich – möglicherweise – in der Anwendung bewähren könnten. Da ich nicht über alles, was im DGLE-Berufsverband an Initiativen läuft, informiert bin, bitte ich um Nachsicht, wenn Punkte, die ich im folgenden anspreche, bereits umgesetzt werden, man möge dann meine Aufzählung als Bestätigung und Bestärkung werten. *Ers- tens.* – Eine Voraussetzung für die Anerkennung durch Krankenkassen wäre, dass die DGLE mit einer einzigen Stimme redet, der sich alle Institute anschließen können. Die Ausbildungsinstitute könnten sich über ihre Erfahrungen austauschen und voneinander lernen. *Zweitens.* – Wenn die Zeiten günstig sind, also nachweislich mehr psychische Erkrankungen logotherapeutisch begleitet werden müssten, könnte die DGLE bei Anerkennungsfragen gegenüber Krankenkassen einen größeren Druck aufbauen als dies zurzeit möglich ist. Vielleicht könnten die pathogenen Zeiterscheinungen besonders von sich aus eine verstärkte Nachfrage nach Logotherapie generieren. *Drittens.* – Ein übergreifendes Gesamtcurriculum, das in bestimmten Zeiten turnusmäßig überprüft wird, wäre gut für das Niveau der Ausbildung. Besondere, gemeinsam abgesprochene Schwerpunkte könnten bei Bedarf von jedem Institut ergänzend aufgenommen werden. *Viertens.* – Ein wissenschaftlicher Beirat könnte sich mit je aktuellen Forschungsthemen oder mit einzelnen psychotherapeutischen Fällen auseinandersetzen, die Ergebnisse in einer Broschüre bündeln, um auf diese Weise zu einer differenzierten Arbeitsbibliothek zu gelangen, die für Ausbildung in Logotherapie oder für den Nachweis über die Qualität der Arbeit hilfreich sein kann. *Fünftens.* – In der Zeitschrift der DGLE ließen sich Arbeitsergebnisse von Mitgliedern und Institu-

ten aufnehmen, womit zugleich die Öffentlichkeitsarbeit und Werbung gestärkt werden. *Sechstens.* – Vielleicht wäre es auch möglich, eine Stiftung ausfindig zu machen oder eine einzurichten, die sich für die wissenschaftliche Fragestellung der Logotherapie interessiert und die eine Verbindung mit therapeutischen Instituten ermöglichen könnte. Vielleicht wäre auch eine Verbindung zu Schulen herstellbar, in denen erfolgreich unterrichtet, gelernt, gedacht, gespielt wird. Es ließe sich auch an Kitas und Kindergärten denken, in denen Logotherapeuten oder Institute den Angestellten Kurse anbieten oder auch die Institute für Kinder öffnen und mit ihnen therapeutisch arbeiten. *Siebtens.* – Eine Präsenz in der Welt der Printmedien, im Rahmen eines Blogs, und im Internet, z. B. über eine Präsentation erfolgreicher Fälle oder von Alltagsproblemen in der Pandemie oder als Jahreskalender mit wegweisenden Aussagen Frankls, auch als Tagesmotto auf der Homepage der DGLE wären heutzutage möglich. *Achtens.* – Es wäre auch denkbar, dass das politische und kulturelle Tagesgeschehen auf seine Sinnhaftigkeit hin geprüft und die Ergebnisse ebenfalls im Internet präsentiert werden, möglichst regelmäßig. Hierbei könnte allmählich deutlich werden, dass das sinnbasierte Denken, Handeln und Fühlen im Alltag gut tut und die Persönlichkeit des Menschen zu seinem Besten verändert. Und das alles würde auf andere und anderes ausstrahlen, so dass auch die Umgebung sich positiv verändert, d. h. Menschen, die noch nichts von Logotherapie gehört haben, könnten als interessierte Besucher des Blogs oder der Webseite gewonnen werden. *Neuntens.* – Insbesondere könnte im Internet über die Homepage der DGLE ein regelmäßiger Kommentar zu aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen gegeben werden, die viele Leute interessieren. Es könnten hin und wieder öffentliche Medien darüber informiert werden. Bei Anliegen aus dem sozialen, politischen, juristischen, kulturellen Bereich könnte sich die Logotherapie profilieren und vielleicht sogar eine Aufbruchsstimmung bewirken. *Zehntens.* – Wenn die Logotherapie als „sinnzentrierte Psychotherapie“ konzipiert wird, dann müsste sie sich von anderen Psychotherapien dadurch absetzen, dass sie ein spezifisches „Sinn“-Verständnis als therapeutisch wirksam überzeugend deutlich machen kann. Dieses Alleinstellungsmerkmal

könnte dann die quantenphysikalische Sicht auf den Menschen und die Welt sein. Das wäre die Theorie. Allerdings könnte sich die Logotherapie für quantenphilosophische Vorschläge zur Herstellung der geistigen Verbindung zu spirituellen Quellen öffnen. Das wäre die Praxis. – Wenn sich aber die Logotherapie lieber als „eine gute Form der Lebensberatung“ aufstellen möchte, dann könnte dies für die kommenden Jahre ein sicheres Angebot werden, weil viele Menschen immer weniger in der Lage kommen, selbstorganisiert ihr Leben zu gestalten. Es muss nämlich – provokant gesagt – nicht alles „Spaß“ machen, es könnte auch „Freude“ sein, um die es geht. Es wäre also eine sachkundige Beratung für eine gelingende Lebensführung durchaus angebracht.

Ergebnis: Je nachdem, wie sich die einzelnen Vorschläge entwickeln und durchsetzen können, wird sich eine kassenärztliche Anerkennung ergeben oder sich eine sinnzentrierte Psychotherapie beziehungsweise eine gute Form der Lebensberatung etablieren können. Ich habe jedoch am eigenen Leib erfahren, dass es leichter ist, Vorschläge zu machen und Anregungen zu geben, als sie erfolgreich umzusetzen. Die Redensart „Viele Köche verderben den Brei“ sollte nicht abschrecken, denn sie kann sich auch einmal als falsch erweisen.

Gerne dürfen Sie hier, lieber Herr Biller, noch eine Frage einbringen und beantworten, vielleicht auch etwas Persönliches den Lesern mitgeben.

Herzlichen Dank. Nachdem mein Beitrag schon ziemlich lang geworden ist, will ich nur mit einem persönlichen Schlusswort enden.

Als Sie mich Mitte des letzten Jahres gefragt haben, ob ich denn zu einem Interview in der Zeitschrift der DGLE bereit wäre, habe ich überlegt und lehnte ab. Ihrer zweiten Anfrage konnte ich mich dann doch nicht entziehen. So kam das eine zum anderen. Ich habe die formulierten Fragen aufgenommen und einschlägige Literatur durchgearbeitet. Dabei hat sich im Laufe der Zeit die Thematik der Quantenphysik und -philosophie zu einem Dauerthema entwickelt. Ich habe mich manchmal ertappt, als ich die gelesenen Erkenntnisse z. B. zum quantenphilosophischen Menschenbild angewandt habe. So fragte ich mich einmal: Hat dir jetzt nicht gerade dein höheres Selbst

einen Wink gegeben? Hätte ich doch diesen Wink befolgt. Nun hoffte ich auf die nächste Gelegenheit. Auf diese Weise habe ich erlebt, dass der gelesene Text in mir tatsächlich gewirkt hat – oder ist es der geistige Gehalt des Textes gewesen? Auf diese Weise bin ich mental wachsender geworden und habe öfter angenehme Überraschungen erlebt. Das verdanke ich indirekt Ihrer Hartnäckigkeit.

Erlauben Sie mir ein paar Bemerkungen zu den nachgefragten Themen. Die Auswahl der Leitlinien zu einer sinnzentrierten Psychohygiene habe ich auf eine übergeordnete Ebene gehoben, von der aus, konkrete Leitlinien gefunden werden können. Die Thematik der pathogenen Zeiterscheinungen hat mich sehr gefordert. Noch intensiver haben mich die Fragen beschäftigt zu Kollektivschuld, Hasstiraden, Migration, schwarzer Pädagogik und zu den erworbenen Leiden der vergessenen, verdamnten Kriegsgeneration. Vielleicht kann das folgende Bild meine Situation verdeutlichen: Ich kam mir vor, als müsste ich ein umfangreiches, schweres, riesiges Mammut in einen kleinen Stallhasen umwandeln, damit ich ihn in den vorgesehenen kleinen Käfig der verfügbaren Seitenzahl setzen konnte. Wenn Sie Mühe haben, sich die Situation vorzustellen, dann ahnen Sie meine Lage, in der ich mich befunden habe. Ich habe meinen Blutdruck nicht gemessen, sondern stattdessen den berühmten Eiertanz um die Problematik herum getanzt. Bei dem Thema der sinnzentrierten Pädagogik hoffe ich, mein Anliegen verständlich gemacht zu haben. Aber, ohne Fleiß kein Preis! Einige der quantenphysikalischen Erkenntnisse, die das Geistige in der subatomaren Ebene bestätigen, habe ich zusammengestellt. Abschließend habe ich Vorschläge gesucht, die helfen könnten, die DGLE-Anerkennung zu unterstützen. Wo es mir möglich erschien, habe ich quantenphysikalische Erkenntnisse mit meinen Worten zur Begründung einbezogen.

Die Bücher, die ich in diesem Zusammenhang gelesen habe, verhalfen mir zu einem geistigen Durchblick durch die letzten 100 Jahre unserer Geschichte, der Quantenphysik und der Quantenphilosophie. In dieser Zeit ist mir wieder bestätigt worden, wie wichtig es ist, eine gescheite und einfühlsame Frau an meiner Seite zu haben. Ich denke, sie erfüllte die Funktion, die eigentlich mein höheres, aber noch un-

entwickeltes Selbst hätte übernehmen sollen. Es hätte mich nämlich daran erinnern sollen, dass ich mir genügend Zeit nehmen und neue Erkenntnisse in meinen Alltag einbringen kann, dass ein neues Menschen- und Weltbild meinen pädagogischen Blick erweitert haben, und dass ich beim Spaziergang immer auch die subatomare Ebene meiner Umgebung bedacht und dabei leider meine Frau fast genervt hätte. Mir ist bewusst geworden, dass alles im Fluss, in Bewegung ist und allzu viele Veränderungen sich zu schnell ereignen, kurz, dass auch heute noch und sogar jetzt die Evolution nicht nur um mich herum am Werk ist. Ich sehe die Natur „wirk-lich“, also wirkend, nicht mehr realistisch, also dinglich. Ich denke an unsere Vorfahren, die Kelten und an deren Druiden, die eine beseelte, durch-*geist*-igte Welt wahrgenommen haben, und an die asiatischen spirituellen Weisen, die ähnlich dachten, wie es uns jetzt durch die Ergebnisse der Quantenphysik möglich geworden ist. Ich hoffe, dass naturwissenschaftliches Denken im Westen sich dem östlichen spirituellen Denken annähert und umgekehrt. Ich nehme die Sonnenstrahlen wahr, stelle sie mir dazu als Photonen in Wellen- oder Teilchenform vor. An ausgebliebenen Holzbrettern erkenne ich deren Wirkung. Kurzum: ich übe, achtsam zu sein, mit meinen inneren Selbst-Instanzen im Kontakt zu kommen und mir die Gefühlswelt ins Bewusstsein zu heben, damit ich bewusst handle. Insbesondere ist es mir wichtig geworden, in jeder Situation so positiv zu denken, wie ich nur kann. Insgesamt gewährten mir diese Erfahrungen „trotzdem“ [Frankl] und „deshalb“ [Längle] eine „sinn“-erfüllte Zeit.

Lieber Herr Biller, vielen Dank für dieses Interview aus Anlass Ihres 80. Geburtstag. Empfangen Sie meine und unsere Gratulation: Ad multos annos!

II. LOGOS-GESCHICHTEN

Norbert Kremser

Wege des Lebens

„Oma, du kannst doch so schöne Geschichten erzählen! Erzähl mir eine, bitte, bitte!“

Über das Gesicht der Großmutter huschte ein kleines Lächeln. Wie sehr freute sie sich über diesen Wunsch ihrer Enkelin. Kurz schweiften ihre Gedanken ab zu ihrer eigenen Großmutter, die neben der vielen Arbeit immer wieder Zeit gefunden hatte, sie auf ihren Schoß zu setzen und Geschichten zu erzählen. Sie hatte damals an ihren Lippen gehangen und konnte gar nicht genug davon bekommen. Erst viel später hatte sie erkannt, welchen Schatz die Oma ihr da mitgegeben hatte. Ein wenig Wehmut stieg in ihr auf, und beinahe kamen ein paar Tränen hervor.

„Oma, eine Geschichte, bitte!“ Die Stimme ihrer Enkelin riss sie aus ihren Gedanken.

„Dann komm mal her zu mir und setz' dich auf den Stuhl da.“ In Windeseile kam das Enkelkind herbeigestürmt und kletterte auf den hohen Stuhl. Und schon begann die Großmutter zu erzählen:

„Es waren einmal drei Geschwister – ich weiß gar nicht mehr, ob es Mädchen oder Jungen waren oder beides. Jedenfalls wuchsen sie gemeinsam heran und teilten Freude und Leid miteinander und waren gar nicht zu trennen. Eines Tages machten sie sich gemeinsam auf den Weg, um zu schauen, was es in der weiten Welt zu sehen gibt. Du kennst das ja auch von deinen großen Geschwistern“, schob sie ein. „Sie packten also die notwendigsten Sachen ein und zogen los. Da sie nicht wussten, wie lange die Reise dauern würde, verzichteten sie auf alles Unnötige. Das Wichtigste, was sie brauchten, waren sie selbst. Miteinander würden sie schon alles meistern, was ihnen auf dem Weg begegnete.“

Wie sie nun unterwegs waren und fröhlich miteinander sprachen, kamen sie an eine Weggabelung mit drei Wegen. Sie blieben stehen und

überlegten, auf welchem der drei sie weitergehen sollten. Es war nicht zu sehen und auch nicht zu ahnen, wohin die drei Wege führten. Durchaus hätte ja auch eine Sackgasse dabei sein können. Was tun? Da kam einem der drei Geschwister eine Idee. Wie wäre es, wenn jedes von ihnen einen der drei Wege allein erkunden und den anderen dann davon erzählen würde? Das gefiel allen und schnell einigten sie sich, wer in welche Richtung gehen sollte. Bevor sie sich aber voneinander verabschiedeten und loszogen, vereinbarten sie noch, sich nach einer ganz bestimmten Zeit an genau dieser Weggabelung wieder zu treffen.“

Die Großmutter machte eine Pause. „Oma, erzähl, wie geht die Geschichte weiter?“

„Nun“, fuhr die Großmutter fort, „einer der drei Wege führte in eine große Stadt. Dort herrschte ein riesengroßes Gewusel. Überall waren die Leute mit irgendetwas intensiv beschäftigt. Offenbar gab es unendlich viel zu tun in diesem Ort, denn niemand war zu sehen, der einfach nur herumstand oder herumsaß. ‚Wenn es hier so viel zu tun gibt‘, dachte das Mädchen, ‚dann will ich mithelfen‘. Also packte sie mit an und half, wo sie nur konnte. Das kannte sie von Zuhause. Da wurde auch nicht lange diskutiert, sondern was gemacht werden musste, wurde einfach angepackt. Deshalb hatte das Mädchen ein gutes Gespür, wo Hilfe angebracht war. So verging die Zeit, bis der Zeitpunkt kam, an dem sie sich wieder mit ihren Geschwistern treffen wollte. Also ging sie den Weg zurück, den sie gekommen war und schaute dabei recht zufrieden aus. Die Anstrengung der Arbeit hatte sie gar nicht gemerkt. Sie war gut untergekommen und hatte genug zu Essen und zu Trinken bekommen. Und beim Abschied gab es ein von Herzen kommendes Dankeschön, viel mehr wert als irgendetwas anderes.“ Die Großmutter machte eine Pause.

„Ja, und was war mit den beiden anderen Kindern?“ fragte die Enkelin.

„Nun, der zweite Weg führte in eine wunderbare weite Landschaft. Der Junge blieb stehen, wurde ganz still und staunte. In der Nähe lud eine Bank zum Sitzen ein. Er setzte sich und sog alles in sich auf, die Stimmen der Vögel und der anderen Tiere, die Farbenpracht der Pflanzen, den Geruch in der Luft, die sanft über seine Haut fuhr und ihn

streichelte. Da fiel sein Blick auf einen Kirschbaum, der ganz nahe stand und voller Früchte war. Er stand auf, ging hin und pflückte eine Handvoll der dunkelroten Früchte. Langsam schob er eine nach der anderen in den Mund und schmeckte sie, sie waren köstlich. Er fühlte sich wie Zuhause. Da hatten sie nach getaner Arbeit auch oft zusammengesessen und den Ausklang des Tages einfach nur genossen. Niemand machte dabei viele Worte, und irgendjemand hatte immer etwas Gutes zum Essen und Trinken bereitet. Da der Weg offensichtlich von hier aus nicht weiterführte, beschloss der Junge, sich im nahen Wäldchen an einer Quelle eine kleine Hütte zu bauen und ein paar Tage hier zu verbringen. Er wollte die Landschaft weiter erkunden und ihre Wunder bestaunen. Es war die reine Freude, an diesem Ort zu sein, und genügend zu essen fand er auch. Dann aber kam die Zeit, sich wieder mit den Geschwistern zu treffen. Also machte er sich auf den Rückweg hin zur Weggabelung.“

Wieder machte die Großmutter eine Pause und fast wäre sie mit ihren Gedanken erneut abgeschweift, wenn da nicht die Enkeltochter gewesen wäre, die mit ihrer hellen Stimme rief: „Und was ist mit dem dritten Weg? Wohin hat der geführt?“

Die Großmutter sah ihre Enkelin liebevoll an und sagte mit ruhig-fester Stimme: „Der Weg, den das dritte Geschwister gegangen war, endete nicht so schön. Aber solche Wege gibt es eben auch.“

„Erzähl trotzdem, ich will es wissen.“

„Tja, der dritte Weg war bald sehr holprig und beschwerlich, so dass das Mädchen Mühe hatte, voran zu kommen. Schließlich aber gelangte sie in ein Elendsgebiet. – Weißt du, was ein Elendsgebiet ist?“ Das Kind schüttelte den Kopf.

„Nein? Nun, dass ist ein Ort, wo die Menschen, die dort leben, sehr, sehr arm sind.“

„So wie die Menschen hier bei uns am Ende der Straße?“, fragte die Enkelin.

„Nein, nein, noch viel ärmer. Und es gibt viele Krankheiten dort, die ansteckend sind. Und die Menschen haben so gut wie nichts zu essen, und manche müssen sterben.“

„Oma, ich fürchte mich.“ sagte das Kind und rutschte ganz nahe heran.

„Ja, es ist wirklich zum Fürchten. Das spürst du genau richtig. Hier bei mir brauchst du dich aber nicht zu fürchten, ich bin ja da, hier bist du sicher. Und außerdem ist es ja ‘nur’ eine Geschichte, weißt du.“

Beide saßen eine ganze Zeit lang still beieinander.

Schließlich sagte die Enkelin: „Erzähl‘ trotzdem zu Ende.“

„Also, das dritte der Geschwister näherte sich dem Ort, und das Mädchen hielt Ausschau danach, was sie tun konnte. Aber jedes Mal, wenn sie sich zu sehr näherte, riefen die Leute, sie solle und dürfe nicht weiter herankommen. Einige Zeit lang umkreiste sie den Ort und suchte angestrengt nach einer Möglichkeit, etwas zu tun, irgendwie zu helfen. Es war zum Verzweifeln. Dieses Gefühl kannte sie auch von Zuhause. Immer wieder hatte es sie überfallen, wenn jemand aus der großen Familie unheilbar erkrankt war oder ganz plötzlich gestorben ist. Diese schreckliche Ohnmacht, die man da spürt! Nichts kann man tun, außer dabei sein und es aushalten. Dabei sein und es aushalten – ja, merkte sie, das war es, was sie ‘tun’ konnte. So lief sie nicht weg von dem Elend, sondern blieb einfach in der Nähe. Die Menschen sahen sie, und ein ganz kleines Lächeln erschien in ihren Gesichtern. Endlich, so dachten sie, ist da ein Mensch, der nicht sofort wieder wegläuft, wenn er das ganze Elend sieht. Schließlich kam aber die Zeit, sich wieder mit den beiden anderen Geschwistern zu treffen. Und so ging das Mädchen den Weg zurück in Richtung Weggabelung.“

Welche Freude, als sich alle drei dort wieder trafen! Sie erzählten sich ihre unterschiedlichen Erlebnisse und hörten einander ganz genau zu. Und mehr und mehr ging ihnen auf, dass jeder der drei Wege sie zu etwas Besonderem geführt und etwas in ihnen angesprochen hatte, das irgendwie auf sie gewartet hatte.“

Hier beendete die Großmutter ihre Erzählung: „So, das war es mit der Geschichte für heute. Es ist schon spät.“

„Oma, es waren zwei Mädchen und ein Junge“, sagte das Enkelkind ganz spontan.

„Woher weißt du das denn?“

„Aber du hast es doch gerade erzählt! Und das mit der Landschaft fand ich am schönsten.“

Die Großmutter freute sich, dass die Enkelin so aufmerksam der Geschichte gefolgt war.

„Aber, Oma“ – das Enkelkind hielt inne.

„Ja, was denn, mein Kind?“

„Und wenn sie gar nicht erst losgegangen wären von Zuhause? Und wenn sie sich nicht hätten entscheiden können an der Weggabe-
lung? Und wenn sie gar nicht gemerkt hätten, was auf sie wartet?“ Die
Wangen der Enkeltochter glühten richtig, so sehr war sie bei der Sa-
che.

„Tja“, antwortete die Großmutter mit einem Lächeln, „dann hätten
sie wohl jemanden gebraucht, der sie angeschubst hätte – und sei es
mit einer Geschichte.“

Der Autor

Norbert Kremser
norbertkremser@web.de

III. REZENSIONEN

Benjamin Ferencz, „*Sag immer deine Wahrheit*“. Was mich 100 Jahre Leben gelehrt haben, München: Heyne 2020, 160 Seiten, 17,-€

Das vorliegende Buch entstand durch ein Interview, das die jetzt in Großbritannien lebende Journalistin Nadia Khomami mit dem hundertjährigen Ferencz über mehrere Tagen hin führte.

Sie selbst hatte bisher alle Dinge, die hier beschrieben werden, mehr oder weniger als vergangene Geschichte begriffen und war deshalb erstaunt, dass sie hier einen Zeitzeugen noch so lebhaft, spontan und humorvoll erleben durfte. Er ist 70 Jahre älter als sie und war seinerzeit, ungefähr in dem Alter, in dem sie jetzt als Journalistin tätig ist, verantwortlich für die Anklage bei den Nürnberger Prozessen nach dem Ende des Nazi-Regimes.

Ferencz ist Träger mehrere Verdienstauszeichnungen des US-Verteidigungsministeriums, da er im Zweiten Weltkrieg sämtliche großen Schlachten in Europa miterlebte und überlebte, sowohl die Landung in der Normandie, den Durchbruch durch die Maginot-Linie (den Westwall der deutschen Verteidigung) und die Überquerung des Rheins über die Brücke von Remagen.

1944 erhielt er dann die Aufgabe, eine neue Abteilung zur Verfolgung von NS-Kriegsverbrechen aufzubauen. Er war deshalb bei der oder kurz nach der Befreiung mehrerer Konzentrationslager vor Ort, darunter in Buchen-Wald, Mauthausen, Flossenbrück und Ebensee, um dort Beweismittel für die Verbrechen der Nazis zu sichern, die sich vor Gericht verwenden lassen würden.

Später dann, als sich die USA in den Wirren des Vietnamkrieges verstrickten, beschloss Ferencz, aus seiner Kanzlei auszusteigen und sich für den Frieden einzusetzen. Er schrieb viele Bücher, in denen er seine Idee für eine internationale juristische Instanz darlegte und die entscheidend zur Gründung des Internationalen Strafgerichtshofs in Den Haag beitrugen. Diese seine ständigen Bemühungen, eine globale Instanz zur Verfolgung von Völkermord, Kriegsverbrechen und Verbrechen gegen die Menschlichkeit zu etablieren, sind bewunderns-

wert. Ferner setzte er sich dafür ein, Holocaust-Überlebenden ihren Besitz zurückzuerstatten, und er war auch an den Verhandlungen über die Wiedergutmachungs-Abkommen zwischen Israel und der Bundesrepublik Deutschland beteiligt.

Aufgrund seiner Erfahrungen in den Nürnberger Prozessen fand er das passende Motto für alle Lebenden, mit dem er dafür sorgen möchte, dass der gesunde Menschenverstand siegt. Es lautet: „Law, not war“ – Recht statt Krieg. Dies ist für ihn deshalb wichtig, weil er überzeugt ist, dass der nächste Krieg der letzte sein wird. Daher ist dieses Buch nicht nur eine Information über die Prozesse der Vergangenheit, sondern auch eine Aufforderung, die heutige Zeit nicht zynisch zu betrachten. Die erste zynische Annahme, die seines Erachtens eine klare Fehlannahme ist, lautet: Menschen unterscheiden sich durch Geburt, ethnische Zugehörigkeit, Religion oder Grundüberzeugungen voneinander. Die zweite zynische Annahme, die für ihn ebenfalls eine klare Fehlannahme ist, lautet: Flüchtlinge gefährden den Wohlstand und die Kultur eines Landes. Ferencz lehrt uns statt dessen: Wir können lernen, dass wir zum einen mehr gemeinsam haben, als uns bewusst ist, egal, woher wir kommen oder was wir tun, und dass wir zum anderen vereint einfach stärker sind.

Die vorliegende Biografie teilt sich in wichtige Abschnitte im Leben von Ferencz. Auf seine Kindheit angesprochen, sagt er: „Die Art und Weise wie ich aufwuchs, brachte mir früh viel über das Thema Überleben bei, aber ich lernte auch, dass es zwei Arten von Menschen gibt: Gauner und ehrliche Leute. Ich glaubte nicht, dass ich ein Gauner werden wollte, das war mir zu anstrengend. Von der Polizei gejagt zu werden, im Gefängnis zu landen, die ständigen Kämpfe – ich erkannte schon in sehr jungen Jahren, dass sich Verbrechen nicht auszahlt.“

Er wusste, dass er Fähigkeiten hat, die nicht in der Stärke des Körpers liegen (er war nur 150 cm groß), sondern in seiner Stärke des Geistes, deshalb strebte er eine gute Ausbildung an. Durch Stipendien, Aufgeschlossenheit, Spontaneität bekam er schließlich die Möglichkeit, an der besten Jura-Ausbildungsstätte der USA zu studieren. Stets sagte er zu sich selbst: Wenn andere Menschen es geschafft haben, warum dann nicht du? „Selbst wenn es noch niemand geschafft hat, wa-

rum solltest du dann nicht der oder die erste sein? Denn meine Eltern waren nur zwei von zwölf Millionen Menschen, die über Ellis Island in die USA kamen, sie haben tausende Kilometer zurückgelegt, um an einen Ort zu gelangen, wo sie die Sprache nicht beherrschten, keine Freunde, kein Geld, keine Arbeit, kein Dach über den Kopf hatten. Um einen Berg zu besteigen, lass dich nicht von der Tatsache abhalten, dass andere es nicht geschafft haben oder dass du Hindernisse zu überwinden hast.“

Als er später damit beauftragt wurde, die Nürnberger Nachfolgeprozesse zu organisieren, stand er vor einem Problem: „Wir hatten eine Reihe von Verdächtigen, die bereits in Haft saßen, bei denen uns aber die Beweise fehlten, um sie zu verurteilen. Also erhielten wir die Aufgabe, Beweise aufzutreiben für 22 Verdächtige aus einzelnen Bereichen der deutschen Regierung und Gesellschaft.“ Dabei handelte es sich um Ärzte, die medizinische Experimente an Insassen von KZ durchgeführt hatten, um Anwälte, die das Gesetz pervertiert hatten, um Industrielle, welche die nötigen Mittel für die Lager bereitgestellt hatten, um sich Arbeitssklaven zu besorgen, um Diplomaten, die den Weg für Hitlers Angriffskriege bereitet hatten, schließlich um Militärs und letztlich um SS-Truppen selbst. 3000 Mitglieder dieser Einsatzgruppen hatten praktisch jeden Tag an bzw. hinter der Ostfront unschuldige Männer, Frauen und Kinder ermordet.

Auf der Anklagebank saß aber nur eine kleine Zahl – „das war das Problem, wie sollte die Anklage lauten, welches Strafmaß wollte ich vorschlagen, sollte ich Ihnen traditionelle Kriegsverbrechen vorwerfen, wie sie im Haager Abkommen 40 Jahre zuvor, verboten worden waren?“ Die Verteidigung brachte damals vor allen Dingen das Argument des Befehlsnotstands vor und der präventiven Vorsorge, um einen Angriff auf das Deutsche Reich zu verhindern. Ferencz erweiterte die Anklage um den Vorwurf des Genozids. Außerdem führte er den Tatbestand Massenmord und Verbrechen gegen die Menschlichkeit in die Anklage ein, Tatbestände die es bisher in der Rechtsprechung nicht gab. Die Ermordeten waren nur deshalb gestorben, weil ihre ethnische Herkunft, ihre Religion oder Überzeugungen von der der Henker abwichen. Er wollte einen Beitrag leisten, dass es solche Greultä-

ten in Zukunft nie wieder geben würde, er wollte eine Grundlage für eine humanere Welt schaffen.

Sein Plädoyer: „Die Angeklagten waren die grausamsten Henker, deren Schreckenstaten die dunkelsten Seiten im Buch der Menschheitsgeschichte füllen. Der Tod war ihr Werkzeug und das Leben ihr Spielzeug. Wenn diese Männer straffrei ausgehen, hat das Gesetz seine Bedeutung verloren, und die Menschheit muss in Angst leben.“

Ferencz kam zum Schluss, dass Kriegsverbrechen Kriegsverbrechen sind, egal wer sie ausführt. Er habe sein Leben lang darum gekämpft, die Mächtigen an diese Tatsache zu erinnern und sie gegebenenfalls zur Verantwortung zu ziehen. Die Angeklagten in diesen Nürnberger Prozessen waren keine gewöhnlichen Verbrecher. Sie waren allesamt intelligente und gebildete Menschen, die zum Teil Wirtschaftswissenschaften oder Jura studiert hatten, es war sogar ein Opernsänger und ein evangelischer Pastor darunter, und alle stritten ab, im eigentlichen Sinne schuldig zu sein.

Für Ferencz bestand die größte Einsicht darin, dass der Krieg aus anständigen Menschen Mörder mache. Der Krieg kann das: „Krieg zerstört jede Form von Moral und wurde trotzdem jahrhundertlang glorifiziert. Ich habe mein Leben damit verbracht, diese Ansicht umzudrehen und dafür zu sorgen, dass das, was immer glorifiziert wurde, als das schrecklichste Verbrechen gesehen wird, das es ist.“

Kann man eine Lehre aus all dem ziehen? Viele Leute glauben nicht, dass das, was in Deutschland unter Hitler geschah, sich wiederholen könnte, vor allen Dingen nicht im eigenen Land. Und doch ist das, was in Deutschland passierte, keine hundert Jahre her, niemand hätte damals für möglich gehalten, was dann real geschah, niemand hätte es jemals vorhersagen können ...

Das Buch ist eine aktuelle Geschichtsstunde. Ferencz's Biografie ist lebendig geschrieben, voller Beispiele, sehr direkt, berührend und nah. Ferencz schildert seinen schweren Weg, den er immer wieder mit Lebenslust und Humor meistert sowie mit dem Mut, nicht nur hinter sich zu schauen und sich zu beklagen, was alles nicht glückte, sondern alles dafür zu tun, dass das Leben gelingt. „Wenn du es nicht

schaffst, ein zufriedenstellendes Ergebnis zu erreichen“, sagt er, „kannst du den Stein zumindest ein kleines bisschen weiter den Berg rauf rollen“, eines Tages werden wir gemeinsam, so Ferencz, am Gipfel ankommen.

(Uwe Seeber)

Christa Diegelmann/Margarete Isermann/Tanja Zimmermann, *Therapie-Tools Psychoonkologie*, Weinheim: Beltz 2020, 286 DIN-A-4-Seiten, 42,95 €

Der Beltz-Verlag stellt mit seiner Reihe „Therapie-Tools“ ein Instrumentarium auf DIN-A-4-Seiten für jegliche Form von ärztlicher Seelsorge, von Beratung, Psychotherapie und Sozialarbeit vor, mit Fragebögen zur Diagnostik, mit Übungen, Arbeitsblättern für Klienten und Therapeuten, Therapie-Vorschlägen, Interventionen – kurz: mit praktischen Hilfen für den therapeutischen/beraterischen Alltag. Das Themenspektrum der Bände der Reihe ist breit, von „Alkoholabhängigkeit“ über „Essstörungen“, „Ressourcenaktivierung“, „Schlafstörungen“, „Schmerzstörungen“ bis hin zu „Zwangsstörungen“. Die DIN-A-4-Blätter jedes Bandes eignen sich ideal für die vielfache Nutzung, zumal der Verlag den Käufern eines Buches auch einen kostenlosen Download des E-Books anbietet (der auch makellos als pdf-Datei funktioniert).

Der hier vorgestellte Band zur Psychoonkologie ist besonders wichtig, da es hierzulande ca. 500.000 Krebserkrankungen pro Jahr gibt. Eine Krebserkrankung stellt für die Betroffenen in der Regel einen massiven Einschnitt in ihr bisheriges Leben dar mit Einfluss auf alle Lebensbereiche, auch auf das soziale Umfeld. Die deutliche Abnahme der Krebserkrankungen mit tödlichem Ausgang führt im Umkehrschluss zu einer Zunahme von Menschen, die im Anschluss an ihre Krebserkrankung mit den physischen und psychischen Folgen fertig werden müssen. Genau das ist Sinn und Zweck der Psychoon-

kologie: Patienten und Angehörige im Umgang mit den psychosozialen Herausforderungen zu unterstützen. Die psychoonkologische Versorgung ist breit aufgestellt, findet stationär wie ambulant statt, mit einem vielfältigen Therapieangebot. Logotherapeuten, die sich in diesem Bereich engagieren möchten, fänden hier ein weites Betätigungsfeld. Die Autorinnen listen in ihrer Graphik der psychoonkologischen Betätigungsfelder auch einen eigenen Bereich „bei Sinnsuche begleiten“ auf, wenngleich der Bereich im Buch selbst dann zu kurz kommt, was man den Autorinnen aber nicht vorwerfen darf, denn es ist schließlich Aufgabe der Logotherapeuten, hier für Abhilfe zu sorgen.

Die Kapitel des Buches: Was ist Psychoonkologie, Gesprächseinstieg, Beziehungsaufbau, Psychoedukation, Psychoonkologische Diagnostik, Interventionen bei psychosozialen Belastungen, Ressourcenaktivierung und Resilienzförderung zur Krankheitsbewältigung, Interventionen nicht nur für das Lebensende, Interventionen mit Paaren, Minderjährige Kinder als Angehörige, Eltern krebskranker Kinder. Den Abschluss bildet ein Kapitel zur Selbstreflexion der eigenen beruflichen Tätigkeit (Burnout-Gefahren, Selbstfürsorge, Achtsamkeit, Resilienz-Stärkung).

Das alles klingt nach einem Buch zum Durchlesen, zumal wenn man sich die zentralen Begriffe vor Augen führt wie Gesundheit, Achtsamkeit, Selbststärkung, Zufriedenheit, Glück, Wohlbefinden, Salutogenese, Humor, Akzeptanz, Sinnfindung, Reifwerdung etc. Aber genau das ist es nicht, es ist nicht in erster Linie ein Buch zum Lesen, sondern ein Buch zum Benützen, mit Unterlagen für die tägliche Arbeit mit Klienten, ca. 120 Materialien zum sofortigen Gebrauch. Auch ist es meines Erachtens nicht angebracht, einzelne Materialien zu analysieren und zu bewerten, die Fülle regt zur Auswahl an, und diese Auswahl darf und soll aufgrund der jeweils eigenen Bewertung erfolgen. Materialien, die einem nicht zusagen, muss man nicht bemängeln, man setzt sie einfach nicht ein.

Zusammengefasst: Besser kann man ein solches Arbeitsbuch für den praktischen Einsatz kaum konzipieren, auch wenn Logotherapeuten überzeugt sind, dass man in der Psychoonkologie der Sinnfrage

einen deutlich größeren Raum einräumen sollte. Wer jedoch als Logotherapeut psychoonkologisch arbeitet, macht das ohnehin.

(Peter Suchla)

Rainer Matthias Holm-Hadulla, *Integrative Psychotherapie. Ein schulenübergreifendes Modell anhand von exemplarischen Geschichten aus der Praxis*. Gießen: Psychosozial-Verlag 2021, 165 Seiten, 22,90 €

Dass Psychotherapie sowohl von unguuten Stimmungen und verwirrenden Gedanken ein Stück weit befreien als auch eine kreative – zukunftsorientierte und sinnvolle – Lebensgestaltung ermöglichen kann, ist in den letzten Jahrzehnten, dank der Psychotherapieforschung, zum Konsens geworden. Die kreative Transformation destruktiver Erlebnisse – blinde Wut, zerstörerischer Hass und ungezügelter Gewalt – ist Bestandteil jeder guten Psychotherapie.

In diesem Buch werden durch 13 Behandlungsgeschichten von Persönlichkeiten mit mehr oder weniger typischen Problemen und Störungen die Wirkung psychotherapeutischer Behandlungen veranschaulicht (S. 37–148). Darunter kommen Problembereiche vor wie diese: Akute Belastungsreaktion (eine Sängerin, die ihre Stimme verliert); Anpassungsstörung (eine Medizinstudentin leidet unter quälender Eifersucht); Mittelschwere Angst und Depression (eine junge Ärztin ist unerklärlich verstimmt); Psychotische Episoden (ein Musiker sucht die Ekstase und landet im Chaos); Narzisstische Persönlichkeitskonflikte (ein Jurist sieht nur sich selbst und verzweifelt); Schwere Depression (ein Angestellter fühlt sich völlig ausgebrannt und sieht keinen Ausweg); Borderline-Persönlichkeitsstörung (eine lange Psychotherapie, um Gefühle und Beziehungen zu verstehen) usw.

Erst Jahre später nach der Behandlung der Patienten (weiblich mitgemeint) mit den genannten Problemen entstand im Autor im Rahmen von Nachgesprächen der Plan, „die während der Behandlung routinemäßig erstellten Aufzeichnungen zu durchdenken und zu ver-

öffentlichen“ (S. 10), immer in Absprache mit den Patienten, die mit der ausführlichen Schilderung ihrer anonymisierten Geschichte einverstanden waren.

Der Autor ist Psychiater, Psychoanalytiker, Psychotherapeut und Professor an der Universität Heidelberg und lehrt an verschiedenen psychotherapeutischen Ausbildungsinstituten. Sein in diesem Buch vorgelegtes integratives ABCDE-Modell praktischer Psychotherapie stellt sich als der gelungene Versuch dar, die in allen Psychotherapien wirksamen Prinzipien in einem Modell zusammenzufassen. Man kann es auch so sagen: Der Autor will, im Sinne eines gesunden Eklektizismus, die Integration psychotherapeutischer Elemente, „die sich in den verschiedenen Schulen als hilfreich erwiesen haben“ (S. 13), theoretisch und praktisch (durch die 13 Behandlungsgeschichten) darlegen.

Solche Bestrebungen gab es seit Anfang der 1980er Jahre, z.B. durch die Psychotherapieforscher A. Lazarus, Jerome Frank, später durch Martin Seligman („positive Psychologie“) und Klaus Grawe. Wir erlauben uns, hier hinzuzufügen, dass der Psychiater Viktor Frankl (1905–1997) schon 1947 festgehalten hat: Ein Eklektizismus bis zu einem gewissen Grad sei durchaus zu bejahen, denn „so wie nicht jeder Kranke auf jede psychotherapeutische Methode ‚reagiert‘, so ist auch nicht jeder Arzt imstande, mit jeder psychotherapeutischen Methode zu reüssieren [Erfolg zu haben]. Friedlaender, ein alter Praktiker, hat einmal gesagt: Der Psychotherapeut soll keiner Schule angehören, aber alle Schulen sollen ihm angehören. Ergänzend müssten wir bemerken: die ‚Schulen‘ insgesamt machen den Psychotherapeuten auch noch nicht aus; er ist es vielmehr, der jeweils etwas aus ihnen macht. Alles kommt eben auf die Handhabung an, und weniger darauf, was man in den Händen hat“ (V. Frankl, *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte*. München: Piper Verlag 1986, S. 9f.). Wie man sieht: Die Idee einer schulenübergreifenden Psychotherapie, heißt: eklektisch vorzugehen, also aus bereits Vorhandenem etwas auszuwählen, es schöpferisch zu übernehmen und anzuwenden, hatte schon Frankl vor Augen.

Wichtig ist dem Autor, darauf hinzuweisen, dass die Besonderheiten der psychotherapeutischen Praxis – Frankl würde sagen: die Ein-

maligkeit und Einzigartigkeit des homo patiens, des Therapeuten und der Situation, in der sie sich unterhalten – weder von wissenschaftlichen Erkenntnissen noch von institutionellen Regeln (und juristisch konzipierten Vorschriften der Krankenkassen) ignoriert werden dürfen. Aus diesem Grunde sei in der Praxis der Psychotherapie eigentlich die individuelle Erfahrung am bedeutsamsten, schreibt der Autor und präsentiert dann sein integratives ABCDE-Modell. Wir wollen es näher anschauen.

A bedeutet: *Die Gestaltung der therapeutischen Beziehung* (Alliance). Dazu gehören Respekt, Interesse, Empathie, professionelle Sorge sowie stabilisierende, Hoffnung vermittelnde Interaktionen. Gleichwohl, so der Autor, ist zu bedenken, dass die psychotherapeutische Beziehung einen Spezialfall darstellt, in dem dominierend die positiven Aspekte persönlicher Beziehungen systematisch und bewusst genutzt werden: Respekt, Vertrauen, Offenheit, Einfühlung, Verständnis und Wertschätzung. Die Gestaltung einer positiven therapeutischen Beziehung ist immer eine kreative – und nicht leichte – Aufgabe, da auch hier, wie in anderen Beziehungen, konstruktive und destruktive Kräfte ineinanderfließen (vgl. S. 19).

B bedeutet: *Die Modifikation unangemessenen Verhaltens* (Behavior). Die Grundidee hier ist, dass menschliches Verhalten größtenteils erlernt wird, weshalb es durch Anwendung von Lernprinzipien wiederum verändert werden kann, wenn Vorurteile, Realitätskonstruktionen, irrige Meinungen und Ansichten durch den Therapeuten mit heilsamen Einsichten konfrontiert werden. Schon hier wird ein schulenübergreifendes Prinzip wirksam, demzufolge die Patienten angeregt werden, mit sich selbst und mit ihrer sozialen Umwelt in einen schöpferischen Dialog einzutreten. [Ich würde hier ergänzen: Der homo patiens wird in der Psychotherapie angeregt, auch mit seiner Seele und seinem Geist und dem Sinn seines Lebens in Dialog zu treten]. Wähnt jemand, um ein Beispiel zu geben, dass Liebe immer mit Nehmen, Haben, Genießen und Lust zu tun habe, kann ihm der Therapeut Schritt für Schritt auseinanderlegen: nicht ganz, denn Liebe ist auch ein Geben, ein Sich-Öffnen, einem Mitmenschen durch eine nicht berechnende Haltung zu dienen, seinen „guten Fall“ zu erkennen und

zu fördern usw. Dies kann, von Fall zu Fall, in wenigen Sitzungen geschehen, manchmal ist aber auch eine längere psychotherapeutische Begleitung notwendig. In diesem Kontext hebt der Autor die Rolle der Imaginationen hervor, die wichtige Bindeglieder zwischen Emotionen, Kognitionen und Handlungen sind [ein Zusammenhang, den auch Uwe Böschmeyer mit dem Konzept der Wertimagination sieht und praktiziert], wobei, so der Autor weiter, die unterschiedlichen verhaltenstherapeutischen, psychoanalytischen und systemischen Zugangsweisen sich gegenseitig nicht stören, wenn sie richtig angewandt werden (S. 19). Und ich würde hier zügig ergänzen: Zu den genannten Zugangsweisen passt hervorragend die logotherapeutische und existenzanalytische Annäherung, da die Sinnkategorie existenziell und ontologisch fundamental ist. Natürlich hängt es, je nach Situation, auch von den Bedürfnissen des homo patiens ab, ob im Augenblick – in einer bestimmten Phase der Psychotherapie – diese oder jene Aspekte beachtet werden.

C bedeutet: *Die Klärung von dysfunktionalen Einstellungen* (Cognitions). Das heißt: Korrektur unangemessener emotionaler Schemata und gedanklicher Konzepte. Gemeint sind hier, wiederum schulenübergreifend und Schwerpunkte der einzelnen psychotherapeutischen Schulen einbeziehend, etwa folgende Punkte: Wir tragen in uns bewusste und weniger bewusste Bewertungen, welche unsere Reaktionen auf Ereignisse beeinflussen. Sogenannte verzerrte Bewertungen können mittels kognitiver und erlebnisbasierter Strategien innerhalb einer förderlichen Beziehung (mit dem Therapeuten, weiblich mitgemeint) modifiziert werden. Logotherapeuten erinnert das an die bewährte Einstellungsmodulation. Weiter: Nach dem Muster der sokratischen Gesprächsführung – die auch im Buddhismus und Konfuzianismus bekannt ist – geht es darum, achtsam die eigenen Gefühle und Gedanken zu ordnen, macht es doch einen großen Unterschied, wenn jemand sinngerecht oder sinnwidrig denkt, oder, wenn jemand harmonische, helle, positive Gefühle oder disharmonische, destruktive, negative Gefühle in sich hegt. Der Autor formuliert es so: „Immer geht es um emotionale Balance und geistige Klarheit sowie das Verstehen der persönlichen Lebenssituation auf dem Hintergrund von Biografie und sozialer

Lebenswelt. Dabei spielt auch die Entwicklung von Zukunftsperspektiven mehr oder weniger explizit eine Rolle“ (S. 25). Dass geistige Klarheit mit dem Wahr-Bild des Menschseins zu tun hat, soll explizit betont werden.

D bedeutet: *Die Erhellung der unbewussten Konfliktdynamik* (Dynamics). Wohl wissend, dass der Begriff des Unbewussten schon bei Freud kein klar konturierter Begriff ist, wäre hier m.E. zu bedenken, ob man nicht den Begriff des *Unterbewussten* einführt, um das eigentlich Gemeinte sprachlich adäquat einzufangen. Denn: Das Unbewusste kann m.E. nicht gewusst werden, das Unterbewusste aber schon, da es der Sphäre des Bewusstseins angehört. (Einzelheiten zu dieser Differenzierung siehe bei Otto Zsok: Das geistig „Unbewusste“ oder das geistig „Unterbewusste“? Kritischer Versuch, das Gemeinte adäquat auszudrücken. In: Existenz und Logos, Heft 17/2009, S. 49-73).

Holm-Hadulla erkennt in der sogenannten „*mentalisierungsbasierte Therapie*“ (MBT, nach Fonagy) ein Verfahren für die Integration verschiedener therapeutischer Ansätze. Die MBT gehe davon aus, „dass das Mentalisieren von Affekten und Beziehungserfahrungen für psychische Gesundheit elementar ist. Dies ist auch eines der Fundamente psychoanalytischer Therapien,“ und die Psychoanalyse sei „bis heute Natur-, Sozial- und Kulturwissenschaft“ (S. 26). Diese letztere Behauptung des Autors darf bezweifelt werden. Der erste Teil des Zitates erweckt den Eindruck, als wäre die MBT (etwa seit 2011 bekannt) etwas unerhört Neues. Aber abgesehen von der viel älteren fernöstlichen spirituellen Tradition (Lao-Tse, Wen-Tzu, Konfuzius), hat schon Platon (427–347 v. Chr.) mit den Kräften der Vorstellung gearbeitet (vgl. sein Höhlengleichnis) und im 16. Jahrhundert war es Ignatius von Loyola (1491–1556), der in seinen Exerzitien die Kräfte sowohl der *plastischen Phantasie* als auch des *schöpferischen Vorstellungsvermögens* genutzt hat, um Menschen zur tieferen, seelischen und geistigen Selbsterkenntnis zu verhelfen. Und die psychoanalytische Perspektive ist – m. E. und zumindest für bestimmte Probleme – zu ergänzen und zu erweitern mit anderen Methoden und Interventionen, die irgendwann im homo patiens *wirklichkeitsgemäße* und *befriedigende* Konzepte von Selbst und Welt generieren. Noch eine Bemerkung an dieser Stel-

le: Die Kräfte der plastischen Phantasie bewegen sich eher auf der psychischen Ebene. Die Kräfte des schöpferischen Vorstellungsvermögens entspringen dem Geistigen im Menschen und bringen ihn mit einer transzendenten Dimension der Wirklichkeit in Verbindung, die der einzelne Mensch in seinem Innersten erlebt. Es gibt eben Bilder der Psyche und es gibt Bilder des Geistes. Und die Bildner-Kraft des Menschen braucht manchmal die „höhere Inspiration“, um geistige Wirklichkeit einzufangen. Wir berühren hier auch den Bereich der Spiritualität. Damit sind wir beim letzten Punkt des Modells angekommen.

E bedeutet: *Verstehen und Kommunikation als existenzielle und kreative Aufgabe* (Existentials). Die damit gemeinte existenzielle Kreativität empfinde ich persönlich durchaus als vom Geist der Logotherapie und Existenzanalyse durchdrungen. In diesem Zusammenhang erwähnt der Autor: In den existenziellen Verfahren spiele die authentische Begegnung seit Viktor Frankl und Irvin Yalom eine zentrale Rolle, ebenso die damit verbundene und von Carl Rogers längst benannte Trias: Echtheit, Empathie und Wertschätzung. Jeder Mensch bringt von seiner Geburt her eine „primäre Kreativität“ mit sich, welche bis ins hohe Alter erhalten bleibt, falls sie nicht durch schwere Krankheit oder traumatische Erfahrung zerstört wird. „Neurobiologische Studien zeigen, dass durch gleichzeitige Erregung von Nervenzellen Netzwerke entstehen, die eine neuronale Organisation ermöglichen.“ Und: „Psychologisch kann man diese Organisation als psychische Struktur bezeichnen, die Identitätsgefühl, Emotionskontrolle und sinnvolle Handlungen ermöglicht“ (S. 28). Dass verständnisvolle Kommunikation nicht nur durch Worte, sondern auch durch Blicke, Bewegung, Stimme und Berührung stattfindet, ist nicht nur weitgehend bekannt, sondern so sehr spezifisch menschlich und auch geheimnisvoll, dass es ausgeschlossen werden kann, „diese komplexe Ganzheit intersubjektiven und ästhetischen Erlebens mit naturwissenschaftlichen oder empirisch-psychologischen Methoden“ umfassend erklären zu können. Und weiter: „Es wäre naiv zu glauben, dass Psychotherapeuten auf die Grundfragen der Existenz bessere Antworten hätten als lebenserfahrene Menschen, Philosophen und Künstler“ (S. 29).

Was die Begriffe „existenzielles Verstehen“ und „kreative Kommunikation“ anbelangt, tun wir gut daran, uns mit dem Autor vor Augen zu halten, dass diese Konzepte von der philosophischen Hermeneutik [Hermeneutik als Kunst der Interpretation, siehe dazu vor allem das bahnbrechende Werk Hans Georg Gadamers „Wahrheit und Methode“ aus dem Jahr 1960] ausgearbeitet wurden. „Diese eignet sich als übergreifende Theorie, in deren Rahmen einzelne therapeutische Techniken differenziell und störungsorientiert angewendet werden können. Ihre Schlüsselbegriffe sind Geschichtlichkeit, Sprache und Erleben“ (S. 30). Sich mit der außerordentlich wertvollen philosophischen Hermeneutik näher zu befassen, würde sich lohnen, sprengt aber den Rahmen dieser Rezension.

Holm Hadulla zufolge entsteht das wirkliche Verstehen aus dem gemeinsamen Erleben einer Geschichte, die vom Patienten erzählt wird. In der ersten Person Singular formuliert: Will ich als Psychotherapeut eine Klientin tiefer verstehen, sind mir ihre Geschichte, ihre Sprache und ihr Erleben im Horizont meiner Geschichte, meiner Sprache und meines Erlebens wichtige Anhaltspunkte mit Blick auf eine längere psychotherapeutische Begleitung. Im günstigen Fall könnte ich dann und wann mit Gadamer sagen: „Im Gespräch-Sein heißt, Über-sich-hinaus-Sein, mit dem Anderen denken und auf sich zurückkommen als auf einen anderen“ (S. 30f.). Dieses Über-sich-hinaus-Sein besagt und bedeutet, logotherapeutisch formuliert, des Menschen Fähigkeit zur Selbsttranszendenz: eine Bewegung-zum-Anderen-Hin; ein „weg von mir“ und „hin zu ihm“; ein Bei-Sein bei ihm; ein Zutiefst-berührt-Sein von ihm und seiner Geschichte; ein Mit-Schwingen mit den Schwingungen seiner Seele. Diese hermeneutische Verstehenskunst kann die Vertrautheit zwischen Ich und Du vertiefen und eine Selbst- und Welterkenntnis, jedenfalls bis zu einem gewissen Grad, ermöglichen. Und genau darin besteht die Chance aller Psychotherapien – aber auch die Schwierigkeit, wie ich durch zwei Beispiele demonstrieren möchte:

Da sitzt z.B. vor dem 40-jährigen Psychiater ein 93-jähriger Mann, der das Grauen des Zweiten Weltkrieges als junger Wehrmachtssoldat erlebt hat und davon traumatisiert wurde. Beide Personen haben ih-

ren eigenen Lebens-, Verstehens- und Sinnhorizont. Genau damit ist schon *die geschichtliche Perspektivität* des Verstehens gegeben, in dem der jeweils eigene, von der „Psychohistorie“ der Einzelnen getragene Verständnishorizont mit dem Horizont des bezeugenden, lebensgeschichtlich so und so bedingten Einzelinhalts verschmilzt. Das heißt: Der Psychiater konstatiert aus dem Horizont seiner Fachdisziplin, seiner persönlichen Geschichte und aus seinem „Vorverständnis“ eine klinische Depression, die durchaus zutreffend sein kann, während der 93-Jährige, geprägt durch seine Kriegserfahrungen, eigentlich darunter leidet, dass er Zivilisten (darunter Frauen und Kinder) erschossen hat, was er damals, wie er heute selber fühlt, hätte vermeiden können, worüber aber er – vor dem Psychiater sitzend – nicht sprechen kann. Scham und Schuld quälen den 93-jährigen homo patiens. Was versteht nun der Psychiater von diesem Mann, wenn er nur „das psychiatrisch-diagnostische Element“ (schwere Depression!) vor Augen hat, die lebensgeschichtliche Prägung des Mannes aber außer Acht lässt? Die Frage will hier das Problem der Hermeneutik, der Kunst der Auslegung im Rahmen der Psychotherapie nur andeuten. Auch Viktor Frankl hat wenige Monate nach seiner Befreiung aus dem letzten KZ (am 27. April 1945) und nachdem er seine Eltern, erste Ehefrau und Bruder verloren hat, dieses Problem formuliert: „So bin ich jetzt ganz allein geblieben. Wer kein analoges Schicksal erlebt hat, der kann mich nicht verstehen. Ich bin unsäglich müde, unsäglich traurig, unsäglich einsam“ (Brief an Wilhelm und Stepha Börner, 14. September 1945. In: Viktor Frankl, *Gesammelte Werke*, Band 1, Wien: Böhlau Verlag 2005, S. 184). Das Wort „unsäglich“ deutet an: *Es ist in Worten nicht zu sagen, was ich fühle und wie es mir geht*. Hier empfinde ich eine Grenze des noch so empathischen Verstehens; eine Grenze, die mich, der kein KZ erlebt hat, von dem ehemaligen Gefangenen des KZ radikal trennt. Keine Psychotherapie kann in solch einem Fall wirksam helfen, außer, dass man dem Anderen, der „unsäglich“ leidenden Seele, zuhört. – Noch ein zweites Beispiel sei skizziert:

Da sitzt z.B. vor dem 50-jährigen Psychotherapeuten (Jg. 1962) eine Frau (Jg. 1944), ein sogenanntes Kriegskind. Sie erzählt (sinngemäß zusammengefasst): Ihre Eltern seien beide überzeugte Nazis gewesen

und hätten Hitler bewundert. „Mein Vater, der nicht mein leiblicher Vater ist, denn ihn habe ich nie kennengelernt, erzählte immer wieder: In Buchenwald sei nur ein kleines Krematorium gewesen und es könne nicht sein, dass so viele Menschen von uns Deutschen vergast wurden. Mein Vater war der Meinung, dass nach der Übernahme des KZ durch die Amerikaner, erst nachträglich große KZ aufgebaut wurden, um uns Deutschen die Schuld an allen Verbrechen zu geben.“ Auf die Frage des Psychotherapeuten, ob sie in der Schule keinen Geschichtsunterricht gehabt hätte, der sie über die Fakten hätte aufklären können [typische Frage eines nach dem Krieg Geborenen, der Mitte/Ende der 1970er Jahre Gymnasiast war], sagt die Patientin: Sie könne sich nur an wenig Geschichtsunterricht erinnern von Sexta bis Oberprima, „er fand nur statt bis Bismarck und später bis zum ersten Weltkrieg.“ Die Fortsetzung des Gesprächs können wir uns sparen, denn das eigentliche hermeneutische Problem ist klar geworden. Nicht nur die Psychohistorie des jeweils einzelnen Menschen, des Psychotherapeuten wie der Patientin, spielt in das Geschehen der psychotherapeutischen Interaktion hinein, sondern die *individuelle* Bedeutung des Erlebens der Patientin, die bei ihren Eltern in Lüge aufgewachsen ist, sowie die Deutungskunst des Psychotherapeuten, die auch hier an eine Grenze kommt. Erkennt, erfühlt und versteht der Psychotherapeut, was das alles für die betroffene Frau bedeutet? Sieht er ein, dass Verstehen mehr ist als eine Sache des Verstandes? In beiden Beispielen muss jedenfalls der Psychotherapeut oder Psychiater die hermeneutische Auslegung, die Kunst der Interpretation anwenden, will er seine Patienten in ihrem psychohistorischen Kontext empathisch, einführend und mitfühlend verstehen – und er wird immer wieder an eine Grenze stoßen.

Im letzten Kapitel seines Buches widmet sich der Autor dem Begriff der Alltagskreativität als allgemeinem Wirkfaktor der Psychotherapie (S. 149–159) und legt dar, dass „sinnvolles Handeln“ aus einem Zusammenspiel zwischen Kognition, Emotion und Verhalten entsteht, wobei hier, nach meinem Empfinden, das Konzept des Willens zum Sinn unbedingt dazugehört. Holm-Hadulla hebt hervor: „Neben der komplexen Verflechtung von Begabung, Wissen, Motivation und Per-

sönlichkeitsmerkmalen spielen Umweltbedingungen eine wichtige Rolle in kreativen psychotherapeutischen Prozessen. Neurobiologische und psychologische Forschungen legen nahe, dass auch in diesem Bereich das Wechselspiel zwischen stabilen Strukturen und flexiblen Freiräumen bedeutsam ist“ (S. 153). Bedenkenswert scheint mir der Hinweis, dass in uns, wie im ganzen Kosmos, schöpferische und zerstörerische Kräfte am Werk sind und dass ein grundsätzlicher Konflikt zwischen Ordnung und Chaos, zwischen Stabilität und Instabilität „neue Formen erzeugen und wieder auflösen“ kann. Besonders aktuell finde ich den Bezug auf Platon, der in der *Politeia* (Der Staat) gesagt hat, dass Gemeinschaften (so auch unsere westliche Demokratie) stets gefährdet seien, und zwar „durch destruktive Kräfte, die Chaos hervorrufen. Sie müssen anhaltend durch kreativ ordnende Kräfte eingedämmt werden“ (S. 156). Und was den technologischen Fortschritt anbelangt, müsse man vor Augen halten, so der Autor, dass die Entdeckung der Kernspaltung ein unfassbares Potenzial für Zerstörung mit sich gebracht habe. Menschliche Kreativität habe einerseits faszinierende Innovationen, andererseits aber auch enorme „Kollateralschäden“ generiert, „die unseren Planeten bedrohen“, weshalb es unumgänglich sei, dass Technologie und Wissenschaft sich die ethischen Leitlinien von der Philosophie geben lassen. Mit Blick auf die Psychotherapie lässt sich analog sagen: „Neurowissenschaftliche Untersuchungen sind nur dann sinnvolle Test-Verfahren in der Psychotherapie, wenn sie durch die persönlichen Erzählungen der Patienten und Patientinnen mit Leben erfüllt werden“ (S. 159). Die zwischenmenschlichen Formen des Ausdrucks, der Mitteilung, des Sich-Öffnens, der Weise des Zuhörens, der Spiegelung und, so darf man hier ergänzen, der „Konfrontation der Existenz mit dem Logos“ (Frankl), sind innerhalb aller Psychotherapien unverzichtbare, originelle und spezifisch menschliche Faktoren.

Das Konzept der „Integrativen Psychotherapie“, wie es in diesem Buch durch Holm-Hadulla dargelegt wird, vermag auch denjenigen, die Logotherapie und Existenzanalyse lehren, lernen und praktizieren, wertvolle Impulse vermitteln. Nach der Lektüre des ganzen Buches bleibt der Gesamteindruck, dass hier ein Psychoanalytiker spricht, dem

ein breiter Horizont und eine große Offenheit attestiert werden kann. Wer Bücher wie das hier besprochene studiert, dem fällt allerdings auf, dass Patienten und Patientinnen, die von Therapeuten nach C. G. Jung begleitet werden, „jungianische Träume“ haben; Menschen, die von Logotherapeuten nach Viktor Frankl begleitet werden, Träume haben, in denen oft die Sinnfrage auftaucht, und bei einem Psychoanalytiker trifft man auf Patienten, die mit „unbewussten Konflikten“ zu tun haben. Es ist nicht zu übersehen, dass die Theorie und damit verbunden das Menschenbild der Therapeuten die Patienten unvermeidlich beeinflussen, weshalb darauf zu achten ist, „Patienten nicht unsere spezielle Terminologie einzupflanzen“ (Otto Kernberg). Darüber hinaus stellt sich für mich auch die Frage nach der *existenziellen Wahrheit* innerhalb der Psychotherapie. Ob die verschiedenen Schulen ausreichend der Wahrheit Aufmerksamkeit schenken, kann an dieser Stelle nicht mehr erörtert werden, wäre aber sicher weiterer Überlegungen wert.

(Otto Zsok)

Harald Jähner, *Wolfszeit: Deutschland und die Deutschen 1945–1955*, Berlin: Rowohlt 2019, 480 Seiten, 26,- €

Harald Jähner legt hier eine große Mentalitätsgeschichte der Nachkriegszeit vor, in deren Mittelpunkt die Deutschen in ihrer ganzen Vielfalt stehen: die Zurückkehrenden, die Geflohenen, die ehemaligen Gefangenen, aber auch Um-Erzieher wie Alfred Döblin, Rudolf Herrstadt und Hans Habe.

Das Buch ist gut strukturiert, liest sich flüssig, regt an und stellt die einzelnen Themen so dar, dass wir, die Spätgeborenen, besser verstehen. Die Themen behandeln Fragen wie „Gab es eine Stunde Null?“, handeln aber auch von Raub, Rationieren, Schwarzhandel, vom großen Wandern, von der Tanzwut, der Liebe und natürlich auch von der Verdrängung, dem Verschweigen, Beschweigen und lustlosen Zusammenrücken.

Man liest viel Erstaunliches, z.B.: Als die Schlacht beendet war, fiel tatsächlich kein Schuss mehr. Wo immer die Alliierten einen Landstrich eingenommen hatten, war urplötzlich Ruhe, die einmarschierenden Soldaten konnten es nicht fassen, diese Deutschen, die noch blindwütig gekämpft hatten, als die Lage längst aussichtslos war, entpuppten sich jetzt als die zahmsten Lämmer, sobald sie kapituliert hatten. Der Fanatismus schien von diesem Land abzufallen wie eine zweite Haut. Kein Widerstand, kein Hinterhalt, keine Selbstmordkommando. Es hatte hier und da ein paar versprengte Heckenschützen gegeben, die unmittelbar hinter der Front aus dem Versteck heraus die einrückenden Truppen beschossen, aber das blieben Ausnahmen.

Ein ganz wichtiges Kapitel ist der Beginn des Kalten Krieges, der dann auch zu einem neuen Umgang führte: mit den alten Nazis, die sich überall wieder breit machten, aber auch irgendwie integriert werden mussten.

Das Buch ist ein Fenster zu einer Zeit, die sehr viel mehr mit uns heutigen zu tun hat, als wir uns es vermutlich bewusst machen. Zudem ist es angereichert mit sehr vielen Fakten, die aber so elegant in den Text eingeschlossen sind, dass man sie so nebenbei mitlernt.

Es ist ja bis heute nicht zu verstehen, wie es gelingen konnte, dass die Mehrheit der Deutschen, bei aller hochmütigen Zurückweisung von individueller Schuld, sich zugleich der Mentalität entledigte, die das NS-Regime möglich gemacht hatte.

Von wesentlicher Bedeutung für den guten Abschluss der Nachkriegsgeschichte war die Macht des wirtschaftlichen Aufschwungs, dieser ermöglichte es, 12 Millionen Vertriebene, 10 Millionen demobilisierte Soldaten und mindestens ebenso viele Ausgebombte irgendwo unterzubringen, in Provisorien, die als „Heimat“ zu bezeichnen ein Wechsel auf die Zukunft war.

Ob die Bundesrepublik ohne das Wirtschaftswunder jene legendäre politische Stabilität errungen hätte, die die Kinder unter der Parole „keine Experimente“ so behutsam heranwachsen ließ, dass sie in den 60er Jahren großspurig ihre Kulturrevolution beginnen konnten, ist eine Frage, die zum Glück reine Spekulation bleiben muss.

Der Philosoph Karl Jaspers hatte 1946 die Veröffentlichung seiner Vorlesungen zur Schuldfrage mit der Aufstellung von Diskursregeln eingeleitet. Jaspers war sich sicher, dass die wirksamste Läuterung der Deutschen in der tiefgreifenden Änderung ihres Diskussions-Verhaltens bestehen müsse: Deutschland könne nur wieder zu sich kommen, wenn die Deutschen in der Kommunikation zueinander finden.

Und die Voraussetzung dafür war für ihn schonungslose Ehrlichkeit. Er wusste, dass man sich durch allzu verständige Relativierung vor jeder Verbindlichkeit drücken kann, und forderte als Dringliches: Wir wollen lernen, miteinander zu reden, und das heißt, wir wollen nicht nur unsere Meinung wiederholen, sondern hören, was der andere denkt, wir wollen nicht nur behaupten, sondern im Zusammenhang nachdenken, auf Gründe hören und bereit bleiben, zu neuer Ansicht zu kommen. Wir wollen uns innerlich versuchsweise auf den Standpunkt des anderen stellen. Ja, wir wollen, dass Menschen, die uns widersprechen, uns gerne aufsuchen. Das Ergreifen des Gemeinsamen im Widersprechenden ist wichtiger als die voreilige Fixierung von sich ausschließenden Standpunkten, mit denen man eine Unterhaltung als aussichtslos beendet.

Dieses Buch lohnt sich und ist deshalb so spannend und großartig, weil es trotz aller Schwere eine Leichtigkeit und journalistische Frische hat, die seinesgleichen sucht. Ich kann jetzt nach der Lektüre sehr viel von dieser Zeit besser einordnen, verstehen, würdigen – und Schlüsse für die Gegenwart ziehen.

(Uwe Seeber)

Rüdiger Heinrich Jung, *Besinnt Euch! Ein Plädoyer für das Menschliche*. Stuttgart: Radius-Verlag 2019, 99 S., 15,- €

„Das Anliegen dieser kleinen Schrift ist es, dem Sinnphänomen in seiner wunderbaren Bedeutung nachzuspüren und die uns gegebene Freiheit, selbst Antworten auf die Sinnfrage zu finden, in das Bewusstsein

zu rücken, sie zu würdigen und zu einer mutigen Nutzung dieser Freiheit zu motivieren.“ Mit diesen Worten umreißt der Autor dieses kleinen Bändchens seine Grundintention für das Abfassen seiner Arbeit.

Im ersten inhaltlichen Abschnitt legt der Autor die Grundlage, auf die sich seine späteren Aspekte beziehen. Dies geschieht vorrangig durch Bezugnahme auf das Menschenbild Viktor Frankls. Hierbei kommen die Phänomene der Selbsttranszendenz zur Sprache ebenso wie die Fundierung der geistigen Dimension als Grundlage der Sinn-Orientierung. Max Scheler und das von ihm beschriebene „Wert-fühlen“ finden breite Erwähnung, und auch Aussagen des Psychoanalytikers Erich Fromm, des Philosophen Maurice Merleau-Ponty, des Arztes und Humanisten Albert Schweitzer, der Umweltaktivistin Greta Tunberg und des Schriftstellers Daniil Granin. Der Abschnitt schließt mit einer Erörterung des Begriffs des Über-Sinns.

Der zweite Abschnitt beschäftigt sich mit dem Phänomen des Geistigen in den Wissenschaften. Als emeritierter Professor für Betriebswirtschaftslehre betrachtet der Autor die Abläufe des Wissenschaftsbetriebs sozusagen von „innen heraus“. Er stellt fest, dass es im Wissenschaftsbereich eine Tendenz gibt, Gegebenheiten, die nicht durch die gewählte Erkenntnismethodik darstellbar sind, für nicht existent zu erklären. Dies führt zu einem Reduktionismus, der im Bereich der Humanwissenschaften den Menschen nur verstümmelt wiedergeben kann. Phänomene wie Geist und Sinn werden dann ausgeblendet oder psychologisiert.

Im dritten Abschnitt beschäftigt sich der Autor mit Fragen zur Sinn-Leere und Sinn-Fülle. In Bezug auf Letzteres stellt er eingehend die von Viktor Frankl beschriebenen Wertkategorien dar, grenzt die Haltung des Seins von der des Habens ab und diskutiert moderne Formen des „Glücksstrebens“, dem er die Einstellung des „Glücksvertrauens“ entgegenstellt.

Der vierte inhaltliche Teil fußt wohl auf den jahrzehntelangen beruflichen Insider-Erfahrungen, die der Autor mit dem Bereich „Wirtschaft“ gesammelt hat. Er zeigt auf, dass starke wirtschaftliche Interessengruppen das Sinnstreben von Menschen aufgreifen und im Rahmen unserer gegenwärtigen Medien- und Konsumgesellschaft auf

trügerische Ersatzbefriedigungen umlenken. In diesem Zusammenhang spricht er vom „illusionären Sinn-Verkauf“ und regt dazu an, diesen Versuchungen mit der „Trotzmacht des Geistes“ zu begegnen.

Im letzten Teil des Buches verweist der Autor auf zwei konkrete Verwirklichungsmöglichkeiten dieser Trotzmacht. Dies ist zum einen die Haltung der Gegenwärtigkeit. Der Aufforderungscharakter der Situation offenbart sich im je gegenwärtigen Moment. Um die jeweilige Sinnanfrage zu erfassen ist es angezeigt, das Bewusstsein möglichst wenig von Vergangenheit oder Zukunft einnehmen zu lassen. Ist diese Präsenz im Jetzt gegeben, so kann sich das eigentliche Betätigungsfeld der Geistigen Person entfalten, das der Autor „Wertsichtigkeit“ nennt. „Wertsichtigkeit kommt nicht aus einem äußeren Sinnesorgan ..., sondern hat ihr Sehzentrum im Inneren des Menschen.“ Dieses – seelische – Innere bezeichnet der Autor in Bezugnahme auf Blaise Pascal und Antoine de Saint-Exupéry als „Herz“, und folgerichtig benennt er die daraus abgeleitete Fähigkeit als „Weisheit des Herzens“. Diese Weisheit mündet letztlich in einem Ur-Vertrauen. Vor diesem Hintergrund traut der Autor seinen Lesern zu, die stimmigen Sinn-Antworten selbst zu geben.

Das Büchlein ist ästhetisch ansprechend gestaltet und lädt auch sinnlich zum In-die-Hand-nehmen ein. Von Inneren wie vom Äußeren her ist zu spüren, dass es Ausdruck einer Herzensangelegenheit des Autors ist.

(Gottfried Matthias Spaleck)

Christoph Kolbe, Helmut Dorra, *Selbstsein und Mitsein. Existenzanalytische Grundlagen für Psychotherapie und Beratung.* Gießen: Psychosozial-Verlag 2020, 304 Seiten, 24,90 €

Manchmal öffne ich ein Buch, blind irgendwo, und beginne zu lesen. So tat ich es diesmal und las Folgendes: Der Fokus der Existenzanalyse sei die personale Dimension, in der, ähnlich der psychischen Dimension, auch eine strukturelle Stabilität gegeben sei, womit „die Verfügbarkeit

existenzieller Funktionen für den Prozess der dialogischen Abstimmung und personalen Aktivität“ (PA) gemeint sei. Das heißt: „Je stabiler die Ich-Struktur, desto gelingender die Kompetenz, sich abzustimmen sowie spezifisch personale Aktivitäten umzusetzen.“ (...) „Das Niveau in der Realisation personaler Aktivitäten gibt diagnostisch Auskunft über die Stabilität des Strukturniveaus der Grundmotivationen.“ Die Stabilität der existenziellen Ich-Struktur, so heißt es weiter, zeige sich in vier *Verankerungen*: (1) Im *Grund des Seins*: Seinsvertrauen. Dieses ermöglicht die Fertigkeit, mit Gelassenheit und aus dem Vertrauen zu leben. (2) In der *Werterfahrung des Lebens*: Grundwerterfahrung. Diese ermöglicht die Fertigkeit, sich selbst, den Menschen und der Welt mit Liebe zu begegnen. (3) In der *Eigenständigkeit des Selbstseins*: Selbstwerterfahrung. Diese ermöglicht die Fertigkeit, sich selbst und anderen Respekt und Wertschätzung zu geben. (4) Im *Kontext*: Sinnerfahrung. Diese ermöglicht die Fertigkeit, sich in einen Zusammenhang einzubetten“, schreibt Christoph Kolbe im Kapitel „Person und Struktur“ (S. 47f.).

Der Fachterminus „Ich-Struktur“ ist mir einigermaßen vertraut. Ein festes, inneres, fühlbares „Zentrum“ meines dreidimensionalen Daseins und meiner gegenüber Möglichkeiten zu vollziehender Existenz dürfte damit gemeint sein; eine besondere Form der Selbstgegenwart in der Erkenntnis, in der Handlung, im Tun. Sich im Grunde des Seins verankert zu fühlen und im Selbstvertrauen eine eigenständige Persönlichkeit zu werden, setzt mancherlei positive Erfahrungen in den frühen Kindheitsjahren eines Menschen voraus. Das Buch bringt als Beispiel: Hat jemand als Kind mit seinem Vater oft Angsterfahrungen gemacht, kann es passieren, dass er als Erwachsener im Gespräch mit einem Vorgesetzten mit übertriebener Angst reagiert, die dann im Rahmen einer Existenzanalyse als eine situative oder kurzfristige Überforderung der Ich-Struktur erkannt wird: die Angst gehört eigentlich dem Kind, und der mit seinem Vorgesetzten jetzt sprechende Erwachsene ist eingeladen, nicht bewältigte Ängste therapeutisch durchzuarbeiten, „so dass eine gefestigte personale Aktivität [ein sachlicher Dialog mit dem Vorgesetzten] möglich wird“ (S. 51).

In dem von Jürgen Kriz verfassten Geleitwort liest man: Ob Menschen, die psychische Erschütterungen erleben und dabei nach tragfäh-

higem Sinn suchen, sich in abstrakten Diagnoseklassen abgebildet finden wollen? Viele Menschen mit ihren spezifischen Beschwerden, Problemen und existenziellen Fragen befinden sich jenseits der medizinisch-therapeutischen Standardprozedur und bedürfen eine andere Weise des Zugangs zum Verständnis von Krankheit und Gesundheit, zur Klärung von existenziellen Fragen. Genau diesem Bedürfnis, „nicht (nur) über objektiv beschreibbare Befunde, sondern auch als Subjekt mit seinen Befindlichkeiten wahrgenommen zu werden, kommt die Existenzanalyse, als Verfahren der Humanistischen Psychotherapie in Deutschland, entgegen. Komplementär zu den durchaus schätzenswerten Angeboten, die sich im Rahmen des medikalierten Gesundheitssystems entwickelt haben, wird hier der Mensch vor allem dazu eingeladen, sich auf eine gemeinsam-dialogische Suche nach Möglichkeiten eines sinnvollen, erfüllten und stimmigen Lebens zu begeben. Die Grundlagen hierfür werden in diesem Buch dargestellt und im Hinblick auf viele Themen und spezifische Anliegen entwickelt“ (S. 10f.).

Im ersten Teil des Buches, „Grundgedanken und Prozessebenen in mehrdimensionaler Perspektive“ (S. 17–173), sind elf schon früher publizierte Aufsätze von Christoph Kolbe zu lesen. Er ist Erziehungswissenschaftler, Psychologischer Psychotherapeut und Existenzanalytiker in freier Praxis in Hannover und Präsident der Internationalen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (IGLE, Wien). Im mittleren Teil, „Übergang. ‚Wissen, dass man nicht weiß‘. Existenzanalytische Perspektiven zum hermeneutischen Vorrang der Frage“ (S. 177–180) liest man eine dichte Reflexion von Christoph Kolbe und Helmut Dorra, der Theologe, Existenzanalytiker und Logotherapeut ist, zugleich Vorstandsmitglied der IGLE (Wien). Schließlich, im dritten Teil des Buches, „Herleitung und Begründung wesentlicher anthropologischer Theoreme“ (S. 183–304), tritt Helmut Dorra in Erscheinung mit neun Aufsätzen. Im Folgenden werden nur einige, den Rezensenten ansprechende Aspekte betrachtet und diskutiert.

Der Grundgedanke der „*Existenzanalyse* (und der Logotherapie)“, in diesem Buch nach dem Verständnis von Alfred Längle, ist, dass sie sich als „eine phänomenologisch-personale Psychotherapieme-

thode“ versteht, „deren Ziel es ist, der Person angesichts krankheitswertiger Störungen, zu einem (geistig und emotional) freien Erleben, zu authentischen Stellungnahmen und zu eigenverantwortlichem Umgang mit ihrem Leben und ihrer Welt zu verhelfen“, so Längle und Kolbe in einem bereits 2014 veröffentlichten Buch (hier S. 17). Der Gedankengang wird so fortgeführt: Nach existenzanalytischer Auffassung gehe es dem Menschen darum, „ein sinnvolles, in Freiheit und Verantwortung gestaltetes Leben zu führen“. Dieser Existenzvollzug würde dem Menschen dann gelingen, „wenn er Werte verwirklicht, die er persönlich als bedeutsam empfindet. Auf diesem Weg gelangt er zur Erfahrung der Lebenserfüllung und Ganzheit“ (S. 17). – [Zwischenbemerkung: Viele Menschen empfinden ganz persönlich bestimmte Werte als bedeutsam. Doch: Sind diese Werte auch „an sich“ bedeutsam? Man denke nur an das „Wertesystem“ der Mafia. Man denke an Fanatismen aller Art, deren Anhänger, aus ihrer Sicht, bestimmte Werte persönlich „als bedeutsam“ empfinden, obgleich es sich da eher um Unwerte handelt, um eine Perversion der echten Werte.]

Und dann kommt ein bekanntes Zitat von Viktor Frankl: „Ganz ist der Mensch eigentlich nur dort, wo er ganz aufgeht in einer Sache, ganz hingegeben ist an eine andere Person.“ Demnach, so Christoph Kolbe weiter, „erhellte die Existenzanalyse im Prozess der psychotherapeutischen Arbeit Lebensumstände auf lebenswerte Möglichkeiten hin und hilft, dass der Mensch mit innerer Zustimmung zum eigenen Handeln (Längle) leben kann“ (S. 17).

In diesem Zitat bin ich bei der Formulierung, „die Existenzanalyse erhellt“, stehen geblieben, da es sich tatsächlich um eine Erhellung handelt, weshalb ich es vorziehe, zum Wort Existenzanalyse stets den Begriff der *Existenzerhellung* klärend hinzuzufügen, da, wie Frankl selbst mehrmals dargelegt hat, das Wort Existenzanalyse [in gewisser Weise als Kontrapunkt zur Psychoanalyse kreiert] keine Analyse der Existenz meint, sondern ihre Erhellung auf Freiheit und Verantwortlichkeit hin, wobei Frankl in seinem Ansatz auch „das Wovor der Verantwortung“ und insofern „das ethische Moment“ mitberücksichtigt. Dass damit ebenso die höhere Dimension der Transzendenz impliziert

ist, der gegenüber die Existenzanalyse die Tür offen zu halten habe, wie Frankl es formulierte, ist ein subtiler Unterschied zwischen dem Ansatz von Frankl und dem von Alfried Längle entwickelten Ansatz der „Personalen Existenzanalyse.“

Was Erhellung in diesem Buch bedeutet, skizziert Christoph Kolbe im Kontext des Begriffes „Personale Existenzanalyse“. Dieser, Mitte der 1990er Jahre ins Spiel gebrachte Begriff nach Längle, bezeichne eine phänomenologische Methode, „die das Personsein des Menschen für die Psychotherapie operationalisiert“ (S. 20). An dieser Stelle frage ich mich, ob das von Frankl gemeinte *geistige Person-sein* operationalisiert werden kann, oder ob es nur darum gehen kann, die „Außenseite der Person“, nämlich die [mit psychologischen Methoden durchaus messbare] *Persönlichkeit* so „einzufangen“, dass dadurch eine empirische [psychotherapeutische] Handhabung möglich wird. Denn, die Person an sich, als Geistes-Instanz, ist nicht fassbar, nicht begreifbar, sondern nur erlebbar. Das darf hier nicht als Polemik aufgefasst werden. Das Problem mit diesem Begriff im Kontext der Psychotherapie ist gerade die Nichtoperationalisierbarkeit der Person (jedenfalls dann, wenn wir beim ursprünglichen Verständnis der Person nach Frankl bleiben: die Person ist nicht teilbar, ich-haft, existenziell usw.). Was aber heißt eigentlich operationalisieren? Es heißt: Begriffe präzisieren und standardisieren durch bestimmte Angaben, mit denen der durch den Begriff bezeichnete „Sachverhalt“ erfasst bzw. empirisch gemessen und kategorisiert werden kann. Ein anthropologischer Sachverhalt ist allerdings auf andere Weise „Sachverhalt“ als ein Phänomen der physischen Natur. Nirgendwo in der physischen Natur kommen typisch menschliche Äußerungen vor, wie Staunen, Dankbarkeit, Hoffnung, Humor, nicht berechnende Liebe, Meditation und Gebet. Nirgendwo im physisch-materiellen Kosmos trifft man auf eine Ich-Du-Begegnung (im Sinne von Martin Buber), wie sie sich zwischen Menschen, die sich lieben, ereignet. Diese urspezifisch menschlichen Phänomene sind eng an das Person-sein [an die innere und innerste Dimension des Person-seins] gebunden, wobei dieses Person-sein immer und von vornherein sowohl Selbstsein als auch Mit-sein bedeutet, um auf den Titel des Buches anzuspielden. Ontolo-

gisch kann nur im Plural – Personen – gesprochen werden, wenn wir das Geistige im Menschen angemessen benennen wollen.

Es sei [nicht die Person, sondern] die Persönlichkeit, die Priorität haben sollte bei jeglicher psychologischer Untersuchung, sagte sinngemäß der bedeutende amerikanische Psychologe Gordon Allport (1897–1967) und fügte später hinzu: »Die Persönlichkeit ist für uns eine *Gestalt*, die „draußen“ existiert« (G. Allport, *Gestalt und Wachstum in der Persönlichkeit*, Meisenheim 1970, S. 563), und als solche mit bestimmten, bewährten psychologischen Methoden, die der Individualität angepasst sind, untersucht, analysiert und beschrieben werden kann, immer im Bewusstsein, dass die Persönlichkeit, in der sich die Person manifestiert und expliziert, vielseitig ist. Aus diesem Grunde ist es sicher eine sinnvolle Rede, von *Persönlichkeitseigenschaften* zu sprechen. Doch fühlt es sich harmonisch an, wenn man von „Eigenschaften der *Person*“ spricht? Wohl kaum. So wie, einerseits, keine *Philosophie der Person* richtig sein kann, wenn sie bewährte Ergebnisse der *Psychologie der Persönlichkeit* ignoriert – wie Motivation, Emotion, Kognition, Volition, Wachstumsphasen, Abwehrmechanismen, Pathologie usw. –, genau so trifft es zu, andererseits, dass keine *Psychologie der Persönlichkeit* den Menschen in seinem innersten Wesen, in seiner Ganzheitlichkeit erfassen kann, wenn sie gesicherte Einsichten der philosophischen Anthropologie außer Acht lässt; wenn sie, mit Viktor Frankl gesprochen, die Dreidimensionalität des Menschseins – und darin eben die geistige Person – ignoriert.

Wenn die Persönlichkeit als das mit dem Leib zusammen fassbare *Außen* des menschlichen Wesens ein *Rätsel* mit sieben Siegeln ist, dann ist die Person, das Person-Sein, als *das tief Innere* des Menschen, als geistig-personale Existenz und letztlich als ein »Ich im Licht«, ein *Geheimnis*. Die mittelalterliche Philosophie hat es so ausgedrückt: *persona est ineffabile*, d.h.: die Person ist unfassbar, unbegreiflich, unaussprechlich. Ja, und doch immer tiefer erlebbar – durch Liebe, Mitgefühl, Intentionalität und Empathie.

Dass die Person in der Psychotherapie eine Rolle spielen soll – und natürlich soll sie eine zentrale Rolle spielen –, bedeutet, dass man versucht, den philosophischen Begriff „Person“ zu operationalisieren.

Genau das hat Anfang der 1990er Jahre A. Längle [mehr oder weniger erfolgreich, mehr oder weniger adäquat] getan, um die von Frankl begründete LuE in der akademischen bzw. psychotherapeutischen Landschaft seiner Ansicht nach besser zu positionieren. Hier ist m. E. die „in der Sache selbst“ [sprich: im Menschenbild selbst] begründete „Problematik“ zu suchen, die dazu geführt hat, dass Frankl und Längle sich getrennt haben. Wie so oft in der Geistesgeschichte, haben Trennungen mindestens zwei Seiten, und was nach der Trennung entsteht, mag durchaus etwas „Neues“ sein, und dennoch bleibt es mit dem „früher Entstandenen“ in Verbindung. So kann das Länglesche Einbeziehen des Prozessmodells in die Psychotherapie als etwas Neues gegenüber Frankl angesehen werden, da Frankl diesen Aspekt nicht vor Augen hatte.

Dem Längleschen Prozessmodell entsprechend, werden eine existenzanalytisch gestaltete Gesprächsführung und Prozesssteuerung in sechs Schritten strukturiert: (1) *Sachverhalt*: Worum geht es? (2) *Erleben zum Sachverhalt*: Wie geht es Dir damit? (3) *Phänomenaler Gehalt*: Was ist es, was Dich so bewegt? (4) *Primäre Position*: Was ist Deine Meinung bezogen auf diesen Dir wesentlichen Aspekt? (5) *Integrierte Position*: Welche Meinung hast Du, wenn Du diesen Aspekt bezogen auf alle wesentlichen Aspekte insgesamt bedenkst? (6) *Handlung*: Was willst Du tun? Was brauchst DU dazu? (S. 21). An dieser Stelle würde ich spontan noch ergänzen: Wozu fordert DICH diese Situation heraus? Um was zu tun oder um was zu lassen?

Darüber hinaus werden in der Existenzanalyse interessante Unterscheidungen hinsichtlich der Gefühle getroffen. Zum Beispiel:

Das *Spüren* als ein intentionales Fühlen (im Sinne von Max Scheler) eruiert, „ob etwas an sich bedeutsam ist“. (...) „Es geht dabei über den eigenen Lebensbezug hinaus und nimmt den Gehalt dieses anderen in seiner grundlegenden Bedeutung wahr“ (S. 131f.).

Das *Fühlen* beinhaltet die Emotion und den Affekt. Es gibt eine grobe Orientierung dahingehend, dass der Mensch erfühlt, „ob das, was ist, für das Leben des Menschen förderlich oder hinderlich ist. In der Emotion erfährt der Mensch, ob das, was auf ihn trifft, einen Wert für ihn hat oder eben keinen. (...) Zum Beispiel in der Trauer, der Freude,

dem Interesse oder im Protest, dem Widerspruch oder der Ablehnung. Emotionen sind durch das Moment der Freiheit charakterisiert“ (S. 132). Der Affekt sei allerdings nicht personalisiert, er sei vielmehr ursachenbezogen, von einem Reiz ausgelöst, und diene dem Erhalt des Lebens im Sinne der Triebe und Bedürfnisse, schreibt Kolbe. Weitere Reflexionen über das Thema der Gefühle darf der Interessierte nachlesen. Mir fällt auf, dass eine „Psychologie“ oder eine „Philosophie“ oder eine „Existenzanalyse der Gefühle“ umfassend und adäquat in Büchern darzulegen, keine leichte Aufgabe ist, da auch diejenigen, die darüber – oft durchaus spannend und kompetent – schreiben, ihre eigenen Gefühlskräfte nicht gänzlich in Besitz genommen haben. So meine Arbeitshypothese. Wer kann das schon, vollkommen Herr über seine eigenen Gefühle sein? Über Gefühle umfassend reden oder schreiben bedeutet ja auch: „sich selbst in seinem tieferen Wesen anfasen“. Es bedeutet eine tiefere Versenkung in den eigenen Lebensgrund, immer durch die Vermittlung des eigenen Leibes, bis zu demjenigen innersten „Punkt“, an dem das geistige Licht empfindungsbewusst wird. Das schöne deutsche Verb *empfinden*, besagt ja, dass ein Jemand so lange „hinfühlt“, bis er zum *Finder* geworden ist. Und was er da empfindungsbewusst gefunden hat, ist sein Empfindungsgut; es ist letztlich sein ureigenes unverfälschtes Selbst: sein „Ich im Licht“.

Ob diese „Dimension“ zur Existenzanalyse der Gefühle gehört? Ich denke schon. Ansätze dazu gibt es auch in diesem Buch. Eine umfassende „Erörterung“ fehlt noch. Vermutlich findet der Suchende in der Kunst – in der großen Dichtung und in der großen Musik – einen direkten Zugang zu den Gefühlskräften und ihrer empfindungsbewussten Erhellung, da m.E. nur die große Kunst imstande ist „das Geheimnis der Gefühle“ zum Ausdruck zu bringen.

Was aber die Psyche in uns anbelangt, hat die psychotherapeutische Forschung weitgehende Erhellungen ermöglicht und man kann es gut nachvollziehen, dass die Psyche, wie Kolbe schreibt, eine dreifache Aufgabe erfüllt: (1) Die Psyche bringt die vitalen Voraussetzungen der Existenz in ein gefühltes Erleben. (2) Sie repräsentiert das Erleben des Inder-Welt-Seins im Sinne der Gestimmtheit. (3) Die Psyche mobilisiert Kräfte, das heißt: sie setzt sich dafür ein, Vitalität und Überleben zu

gewährleisten (vgl. S. 141). Hierzu heißt es: „Die Psyche entwickelt Angstreaktionen oder depressive Verstimmungen, um einen Konflikt zu lösen, der in personaler Hinsicht noch nicht verantwortet werden kann. Dies ist übrigens die Funktion einer psychischen Krankheit. Psychische Krankheit ist somit ein Verweis, existenziell Relevantes zu schützen – jedoch mit einem Mangel an Personalität“ (S. 142). Interessant sind weiterhin die Reflexionen über die Auswirkungen der Psychodynamik auf zwischenmenschliche Kommunikation (S. 151–153). Wir alle kennen Situationen, in denen wir meinen, uns zu einem aktuellen Thema bzw. Sachverhalt zu äußern, im Grunde aber agieren wir nur unsere Angst, Frustration oder Ärger aus, oder wir projizieren Angstbilder auf den Anderen (das wäre die psychodynamische Kommunikation). Erst nach Überwindung dieser psychischen Schutzmechanismen eröffnet sich der Weg zu einem existenziellen und sachlichen Dialog (das wäre dann die personale Kommunikation). Demnach, so Kolbe, haben psychodynamische Affekte insofern einen Stellenwert, der in der Psychotherapie zu würdigen ist, als sie auf ein wichtiges, existenzielles Thema verweisen, demgegenüber letztlich die Personen eigenverantwortlich Stellung nehmen können und sollen, nachdem sie ihre psychodynamischen „Fallen“ durchschaut und überwunden haben.

In den neun Essays von Helmut Dorra findet der Leser interessante Ausführungen über Lebensthemen, wie: Sorge für die Seele; Beziehungsweisen einer solidarischen Gemeinschaft; Grenzerfahrung im Horizont der Zeit; Lebensgeschichtliche Perspektiven im Alter u.e.m. (S. 183–302). Bei Dorra kommen, wie mir scheint, öfters die ethischen und spirituellen Aspekte der einzelnen Themen zur Sprache. Da ist an einer Stelle, mit Blick auf Sokrates und Platon, von dem „verborgenen Wissen der Seele“ die Rede, der das Gute, das Schöne und Gerechte *apriori* vertraut sind. Diese Grundwerte können in einem sokratisch geführten Dialog „zu einem ethisch fundierten und einem selbstverantworteten Verhalten“ führen (S. 199). Die Seele wird als lenkende Instanz, als das eigentliche Selbst des Menschen, als das unhintergehbare Ich, als das Zentrum seiner Aktivität mit reflexiven Selbstbezug beschrieben (S. 201). Auch hier wird von Dorra ein wesentlich menschliches Phänomen erkannt: die Sorge für die eigene Seele ist ein ausge-

zeichneter Akt des Homo humanus (vgl. S. 202). – Wer gerne liest und sich fortbildet, außerdem an Entwicklungen im Bereich der Existenzanalyse nach Alfried Längle interessiert ist, dem kann dieses Buch empfohlen werden.

(Otto Zsok)

Kristin Linklater, *Meisterwerk Stimme. Entfaltung und Pflege eines natürlichen Instruments*, aus dem Englischen von Michael Petermann und Irmela Beyer (5., überarbeitete und erweiterte Auflage). München: Ernst Reinhardt Verlag 2019, 396 S., 39,90 €

Die am 5. Juni letzten Jahres verstorbene Kristin Linklater (1936–2020) war eine schottische Stimmbildnerin von Weltruhm, die als Professorin mit bedeutendem Erfolg in Boston und New York (hier an der renommierten Columbia University als Professor of Voice and Text) und seit 2014 auf Orkney, Schottland, im „Kristin Linklater Voice Centre“ lehrte und mit der Entwicklung der sogenannten Linklater-Methode eine weltweite Bekanntheit und Wirkung erfuhr.

Die Früchte ihrer Arbeit mit und an der Stimme veröffentlichte sie erstmalig im Jahr 1976 unter dem Titel „Freeing the Natural Voice – Imagery and Art in the Practice of Voice and Language“, und dieser Titel zeigt besser als der oben zitierte deutsche Titel, worum es der Autorin ging: Die Stimme frei zu machen und mit Hilfe von Vorstellungsvermögen und Kunstfertigkeit Stimme und Sprache so zu bilden und so zu pflegen, dass ein ausgewogenes „Verhältnis zwischen dem künstlerischen Gebrauch des Selbst und der Fähigkeit zu kommunizieren“ (S. 16) möglich wird. Denn die geistige Dimension des Menschen, so die Aussage der Autorin, beeinflusst nicht nur sein Erleben und Verhalten, sondern auch seinen gesamten physiologischen Apparat und das heißt auch: seine Stimme.

Diese „Wechselbeziehungen zwischen Geist und Körper“ führten Linklater zu einer psychophysischen „Natur der Stimmarbeit“ (S. 17), die sie in Großbritannien und dann vor allem in den Jahren ihrer stimmbild-

nerischen Tätigkeiten in den USA entwickelte und neben ihrer Lehre vor allem auch praktizierte. So konnten in die jetzt vorliegende deutsche Ausgabe ihres 1976 erstmalig veröffentlichten Werkes, die zugleich die fünfte Auflage ist und gegenüber der vorigen Auflage überarbeitet und erweitert wurde, Erfahrungen aus mehreren Jahrzehnten praktischer Arbeit an der Stimme einfließen. Doch auch die Übersetzer ihres Buches vom Englischen ins Deutsche sind erfahrene Stimmbildner: Michael Pe-termann ist studierter Musiker und autorisierter Linklater-Lehrer, Irma Beyer ist studierte Germanistin und ebenfalls autorisierte Linklater-Lehrerin. Von dieser Summe an Erfahrungen profitiert das Buch.

Es hat zwei Stärken: Zum einen ist es informativ. Man erfährt viel über die Anatomie und Physiologie der menschlichen Stimme, wie sie funktioniert und warum sie in manchen Fällen eben gerade nicht funktioniert, welche Bedeutung dem richtigen Einsatz von Wirbelsäule, Atmung, Brust, Mund, Kiefer, Zähnen, Zunge, Gaumen und Kehle zukommt, wie sich Atemfitness und Tonumfang erhöhen und nicht zuletzt die Artikulation verbessern lassen. Und zum zweiten ist es ein Lehrwerk, eine didaktisch überzeugende Übungsanleitung, ein „lebendiger Arbeitsweg“ (S. 11), hin zur Entfaltung von Stimme und Sprache innerhalb eines Zeitraums von etwa 16 Arbeitswochen und darüber hinaus. Und in dieser Eigenschaft als Lehrwerk will das Buch „nicht rasch gelesen, sondern gründlich durchgearbeitet werden“ (S. 13).

Diese Arbeit an der Stimme lohnt jedoch die Mühe. Denn wer meint, dass sich jede Stimme frei zu entfalten vermag, der irrt. Es gibt physiologische Defekte oder Defizite und psychische Blockaden, die eine freie Entfaltung verhindern können. In diesem Fall ist ein gutes Stimmtraining von Nöten, das Abhilfe schaffen kann. Doch auch, wer weder Defizite und Defekte noch Blockaden verspürt, wird von einem Linklater-Training der Stimme profitieren. Denn „ein fundiertes Verständnis der Psychophysiologie der eigenen Stimme“ ermöglicht „eine grundlegende Neuordnung gewohnter Kommunikationsweisen“ (S. 19), bringt Denken und Gefühle zusammen und führt zu einer „Einheit von Person und Stimme“ (S. 9).

Diese Einheit soll erreicht werden, indem körperliche und seelische Spannungen gelöst und Kommunikationsgewohnheiten überprüft

werden, so dass ein „Prozess von Selbstwahrnehmung“ entsteht (S. 21), der letztendlich mit der Stimme die Person selbst zum Sprechen bringen und befreien wird:

„Die Stimme befreien heißt, die Person befreien, und jede Person besteht untrennbar aus Körper und Geist. Weil es Vorgänge im Körper sind, die den Klang der Stimme hervorbringen, muss dessen innere Muskulatur frei sein, um jene empfindlichen Signale aus dem Gehirn empfangen zu können, die das Sprechen entstehen lassen. Verspannungen blockieren und verzerren die natürliche Stimme am deutlichsten, doch sie leidet ebenso sehr unter emotionalen, intellektuellen und seelischen Hemmungen wie unter Fehleinschätzungen durch das Gehör. All solche Barrieren sind seelisch-körperlicher Natur; sind sie erst einmal überwunden, überträgt die Stimme die ganze Bandbreite menschlichen Fühlens und Denkens in reichen Unter- und Zwischentönen“ (S. 22).

Der hier formulierte hohe Anspruch einer „Einheit von Person und Stimme“, der dem Buch zugrunde liegt, hätte es verdient, in die Gestalt des Buches mehr Mühe zu investieren. Denn in dieser Hinsicht hat das Buch Schwächen: Zum einen fehlt ein Sach-Register, das die Arbeit mit dem Buch erleichtern würde. Und zum zweiten wäre es mit Blick auf die deutsche Leserschaft nötig gewesen, Sprache und Stil zu objektivieren. So sind beides und insbesondere die Anrede mit „du“ (etwa S. 177: „Du kannst vom Gähnen ...“) gewöhnungsbedürftig, was auch die Übersetzer anmerken (S. 11–13), obwohl sich dies hätte mit ein wenig Zeitaufwand ändern lassen. Diese Schwächen sind aber ganz offensichtlich dem Charakter des Buches als Lehrwerk geschuldet, und insofern handelt es sich um Schwächen auf hohem Niveau. Bleibt daher noch die Frage, an wen sich das Lehrwerk eigentlich wendet.

Folgt man der Autorin, dann richtet sich das Buch vorwiegend an professionelle Schauspieler, Schauspielstudenten und ihre Lehrer, Sprecherzieher, Sänger, Gesangslehrer, Logopäden sowie interessierte Amateure (S. 21). Hier scheint mir die Autorin jedoch zu bescheiden zu sein. Denn m.E. darf der Leserkreis größer gezogen werden: Linklaters Anregungen lassen sich gut auf jede Art von musikalischer und geistiger Arbeit übertragen, wie etwa ihre Anleitung zum Auswendiglernen (S. 361–363), die auch für Personen interessant ist, die von Berufs we-

gen oft und viel Vorträge halten. Ihre Anleitung zum Gähnen (S. 177–180) wiederum ist therapeutisch interessant, wenn es heißt:

„Gähnen ist so angenehm, dass man sich leicht in der Fülle der Empfindungen verliert. Du kannst vom Gähnen aber viel profitieren, deshalb lohnt es sich, deine Aufmerksamkeit für die einzelnen Komponenten einzuspannen, aus denen es sich zusammensetzt. Vielleicht kannst du sogar dein Gähnen ein wenig umprogrammieren, um seine Vorteile noch zu vergrößern“ (S. 177).

Dieser „Gähn-Einleitung“ folgen Anweisungen zum vertikalen und horizontalen Gähnen und vieles mehr, was sich verblüffend leicht umsetzen lässt, entspannend und anregend zugleich ist und nicht zuletzt auch in der psychotherapeutischen Praxis hervorragend angewandt werden kann.

So lassen sich für den Praktiker aus dem Buch wertvolle Anregungen und viele Anwendungsmöglichkeiten gewinnen, und auch insofern kann das Buch über den von der Autorin genannten Leserkreis hinaus für jeden interessant sein, der sich für die Psychophysiologie der menschlichen Stimme interessiert oder der beruflich oder privat – sei es als Lehrer, Hochschullehrer oder Psychotherapeut – das Instrumentarium und das Spektrum seiner Arbeit erweitern will.

(Prof. Dr. Beate Regina Suchla)

*Justus-Liebig-Universität Gießen
Institut für Philosophie*

Richard David Precht, *Künstliche Intelligenz und der Sinn des Lebens*. München: Goldmann Verlag 2020, 251 Seiten, 20,- €

Jedes Mal, bevor ich ein Buch rezensiere, lese ich einige Seiten und erfühle in meinem Inneren, ob es sich lohnt, Zeit und Energie für eine Rezension zu investieren. Ich erfühle, ob ein Buch Resonanz in mir hervorruft. Durch Zufall, oder Zu-Fall, schlug ich das vorliegende Buch noch in der Buchhandlung auf und las auf S. 135: Programmierer

der KI (Künstliche Intelligenz) seien keine gute Philosophen, weshalb sie so stur programmieren, der Vorstellung gemäß, dass der Mensch, dem Computer ähnlich, ein „Problemlöser“ sein müsse. Aus der Not des problemlösenden Informatikers „resultieren auch die ‚Nichts als‘-Sätze, bei denen der Mensch aus *nichts als* Algorithmen besteht und alles Lernen *nichts als* Informatik ist. Aussagen über den Menschen, die ‚Nichts als‘-Sätze beinhalten, sind einseitige Übertreibungen dessen, was der Mensch ist und sein soll“ (S. 135f.). Klar, dass ich mich sofort an Viktor Frankl erinnert fühle, der die ‚Nichts als‘-Sätze, zum Beispiel schon in der Ärztlichen Seelsorge (erste Auflage 1946), als Reduktionismus bezeichnet hat: als unerlaubte Rückführung des eigentlich Menschlichen auf biologische, psychologische und soziologische Faktoren, die ihn zwar prägen und determinieren, aber sein Wesen nicht ausmachen und seine Freiheit nur teilweise einschränken. Im Lichte dieser Kritik lese ich die Fortsetzung des obigen Zitates nach Precht: „Man denke nur an die Materialisten des 19. Jahrhunderts, die, beschwingt durch die Fortschritte der Physiologie, meinten, der Mensch sei das, was er isst. Und wenn der niederländische Arzt, Jakob Moleschott den Philosophen seiner Zeit zuschleuderte: ‚Ohne Phosphor kein Gedanke!‘, bedeutet das dann, dass Denken ‚nichts als‘ Phosphor ist? Haben Gedanken nicht gleichwohl andere Eigenschaften als Phosphor? Ob Phosphor oder Algorithmus – immer wieder die gleichen Irrtümer, die gleiche Hybris“ (S. 136).

Diese Sätze motivierten mich, das Buch zu kaufen und es zu lesen. In Fortsetzung des obigen Gedankenganges, ist zu ergänzen: Ja, diese Hybris hat auch einige Gehirnforscher – die auch keine guten Philosophen sind – vor nicht allzu langer Zeit zu merkwürdigen Sätzen verleitet, wie: Weder ein Ich noch ein freier Wille seien im Menschen als autonome Zentren oder Instanzen vorhanden, denn alles mache, produziere, bringe das Gehirn hervor, weshalb es an der Zeit sei – so bildete sich z.B. Gerhard Roth ein –, das Strafrecht abzuschaffen und die Kriminellen in Dressuranstalten oder psychiatrischen Anstalten einzuweisen. Eine phänomenal „tollkühne“ Idee von Herrn Roth, denn, zu Ende gedacht, würde dies bedeuten, dass nicht wir – Menschen mit einem Ich – es sind, die schwere Gesetzesübertretungen vollziehen, nein, es ist

unser Gehirn! Und „was kann ich schon dafür, wenn die Neurotransmitter in meinem Vorderhirn verrücktspielen und meine Moral durcheinanderbringen“ (vgl. Manfred Lütz, *Neue Irre! Wir behandeln die Falschen*. München: Kösel Verlag 2020, S. 7.). Nur scheinbar bin ich vom eigentlichen Thema abgewichen, denn in dem hier zu rezensierenden Buch finde ich philosophisch und psychologisch kohärente Gedanken, die meine Zustimmung haben, da sie ein sinnorientiertes Bild des *Homo humanus* mit neuen Argumenten durchaus spannend verteidigen. Gekauft habe ich mir das Buch, erstens, weil im Titel die Formulierung „Sinn des Lebens“ auftaucht – ein Thema auch meines Lebens, beruflich wie privat, und zweitens, weil ich die oben zitierten Sätze gleich in der Buchhandlung gelesen hatte. Außerdem gab es eine kurze Zeit in meinem Leben, in der mich das Phänomen der sogenannten künstlichen Intelligenz (KI) beschäftigt hat, habe ich doch schon in meiner Jugend gehört (Mitte/Ende der 1970er Jahre), dass bald „Roboter“ (damals war dies das Wort für KI) unser Leben wesentlich besser, humaner, leichter und schöner machen. Damals habe ich diese Ansicht, im Rahmen einer langen Diskussion mit naturwissenschaftlich Begeisterten, einfach hingenommen, ohne Pro- oder Kontra-Argumente entwickeln zu können. – Inzwischen sind über 45 Jahre vergangen, die KI ist längst technische Realität geworden und wird in zahlreichen Bereichen unseres Lebens eingesetzt. Ob unser Leben dadurch humaner geworden ist? Der Philosoph David R. Precht scheint ein Menschenbild zu haben, demzufolge zum Begriff des Humanum einige Elemente dazugehören, wie: ethisches Empfinden, Kreativität, Freiheit, Wertebewusstsein und auch die Sinnsuche, die nicht mit Realisierung von Zwecken oder mit „Problemlösungen“ verwechselt werden darf. Er schreibt:

Aus dem gnadenlosen Prozess des [unbegrenzten] Wachstums auszubrechen und die belebte Natur wiederzuentdecken, „statt sie allein als Ressource zu betrachten“ (S. 9), sei die aus seiner Sicht einzig sinnvolle Alternative, um die Erde noch zu retten. Und falls in hundert Jahren noch Historiker auf Erden leben werden, würden sie über die erste Hälfte des 21. Jahrhunderts sagen, „dass wir versuchten, wie Götter zu werden, während wir gleichzeitig den Planeten so zerstörten, dass tatsächlich nur noch Götter auf ihm hätten leben können“ (S. 10).

Wir seien an dem Punkt angelangt, so Precht, dass wir in der Welt den Homo sapiens, den mit der Weisheit (*sapientia*) Gesegneten gerne in größerer Zahl erblicken würden, da er seine eigenen Grenzen zu erkennen und so den Zerstörungskräften doch noch Einhalt zu gebieten vermag. Es dominiere aber immer noch der Homo technicus, der bei all seinem technischen Fortschritt den Philosophierenden klar erkennen lässt, dass die *scientia*, die Wissenschaft, die Sapiencia nicht ersetzen könne (S. 11). Die Wissenschaft des Homo technicus preist das rein logische Denken und eine rationale Betrachtungsweise der Welt, welche sich einbildet, alles sei machbar und digitalisierbar. Eine fragwürdige Ansicht, denn die menschliche Intelligenz, so Precht, sei nicht rein rational und rein logisch; vielmehr „ist sie durchzogen von Emotionalität und Intuition, Spontaneität und Assoziation. Der ‚gesunde Menschenverstand‘ (*common sense*) ist kein Synonym für Rationalität, sondern im gleichen Maße Einfühlung in die Situation unter dem Einfluss von Werten. Menschen denken viel weniger logisch als von KI-Forschern angenommen, und nicht das logische Denken macht die Menschlichkeit aus. (...) Im Gegensatz zu Computern denken Menschen nicht ‚regelbasiert‘. Ihre Entscheidungswelt ist nicht sorgsam begrenzt und durch eine Zielfunktion eingehegt und festgelegt. Der Geist des Menschen operiert nicht in einem programmierten System, sondern erst Gefühle, Gedanken, Wörter und Sätze ziehen ihn täglich aus dem Nichts. Gerade das Nicht-Programmieren nämlich erlaubt es Menschen, sich und die Welt zu reflektieren. Computer dagegen sind unfähig, das eigene Wissen zu wissen“ (S. 25). Die in diesem Zitat anzutreffenden Begriffe wie Emotionalität, Intuition, Spontaneität, Entscheidung, Werte, Geist, sind alles Begriffe der Philosophischen Anthropologie und bezeichnen Grund-Daten des Menschseins. Wir befinden uns damit in der noetischen Dimension, die, freilich, um empfindend erkannt zu werden, das Biologische und Psychologische voraussetzt. Außerdem kann sich kein Mensch in der noetischen (geistigen) Dimension aufhalten – sich als „Geist-Wesen“ empfinden –, ohne Verankerung im Psychophysikum. Precht zufolge ist es gerade die Zerstörung der biologischen und der psychophysischen Grundlagen unseres Lebens auf Erden, die inzwischen sehr weit fortgeschritten ist und das

tieferer Erfühlen des Humanum bedroht. Wir müssen innehalten, sagt Precht und sein ganzes Buch liest sich wie ein STOPP-Schild.

Zum Ausweg aus der gefährlichen Krise gehöre das bessere Verstehen der biologischen Welt, „die wir heute so leichtfertig aufs Spiel setzen, obwohl wir sie niemals ersetzen können“, außerdem die Einsicht, dass der ökologische Gefahrenindustrialismus unsere biophysische Lebensgrundlage zerstört, und, so möchte ich an dieser Stelle ergänzen, das Sich-hinein-Fühlen in die seelische und geistige Dimension unseres Mensch-seins (nach dem Motto „nicht vom Brot allein lebt der Mensch“) verhindert, denn der Mensch ist nicht nur [natürlich auch!] ein Psychophysikum, sondern ebenso ein das Noetische in sich tragendes personales Lebewesen. Oder, wie Precht es formuliert: „Und Lebewesen, die wie Menschen ‚Werte‘ haben, sind weder physikalisch noch biologisch adäquat beschreibbar, weil ihre Werte eben weit mehr sind als nur Trieb, Überlebenszweck oder *bias*“ (S. 136). Dieses englische Wort bedeutet so viel wie Vorurteil. Es ist Richard D. Precht in unserem heutigen Multi-Krisen-Kontext zuzustimmen, dass wir, weil wir gerade so sehr irdisch, physisch, biologisch, sozial geprägte Wesen sind, mit einer besonderen Intelligenz ausgestattet, es uns eigentlich nicht erlauben können und dürfen, die biologischen, ökologischen, in der physisch-irdischen Natur gegebenen Grundlagen (Wasser, Wald, Luft, Tiere und Pflanzen) zu zerstören.

Aber, so Precht weiter, die Menschheit heute gleiche einem Verrückten, „der weiß, dass sein Keller brennt und dass die Flammen sich immer schneller nach oben ausbreiten“ – warum hält nun der Mensch nicht inne, um die Flammen zu löschen? (S. 13). Auf die Warum-Frage erzählt Precht die Geschichte des informationstechnischen Fortschritts. Dieser erklärt tatsächlich manches, was heute sehr schief liegt (S. 17-22), und eine der Konklusionen lautet: Durch *die Gier* nimmt die natürliche Welt ab, und während „Politiker, Investoren und Manager von neuer Wertschöpfung durch künstliche Intelligenz reden, ereignet sich zugleich die größte Wertvernichtung seit Menschengedenken. (...) Auf das Ganze der Menschheit gerechnet, müssen sich [nach einem ganz neuen und noch zu entwickelnden Wirtschaftsmodell] der Nutzen und die Kosten, die Zugewinne an menschlicher Lebensqualität und der

Verlust an Natur, Ressourcen und biologischen Lebensbedingungen miteinander abgleichen lassen – jede andere Art des Fortschritts wäre keiner, sondern schlichtweg Wahnsinn“ (S. 18-20). In meinen Worten würde ich das hier Gemeinte so formulieren: Die Wissenschaft von der KI wird auf solch eine einseitige Weise vorangetrieben, dass der Mensch durch all dieses Wissen, *scientia*, eine ganze Welt der Gefühle und Empfindungen verliert, in denen er eigentlich zu Hause bleiben sollte. Es geht um Vertraut-sein mit und Heimisch-sein in seiner eigenen Gefühlswelt und in den Seelenempfindungen. Der reine Verstand wird zum Feind des Menschen, dem gleichzeitig die *sapientia cordis* (die Weisheit des Herzens) verlustig geht. Kein guter Zustand!

Richtig sieht Precht, dass hier die neue alte – uralte – Frage im Zentrum steht, nämlich: was es heißt, Mensch zu sein, wer und was der Mensch in seinem innersten Wesen ist. Ohne die Beachtung der Sinn-dimension ist jede Diskussion über den technischen Fortschritt verfehlt. Wohin wollen wir gehen, in welche Richtung uns entwickeln? Und: Wozu soll das alles gut sein? Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist unausweichlich. Precht spricht, in Anlehnung an die klassische griechische Philosophie (5. und 4. Jahrhundert vor Christus), vom Logos (leider zu kurz und diesen Grund-Begriff des Abendlandes nur streifend), übt aber eine deutliche Kritik bezüglich derjenigen Auffassungen, die im Menschen nur die Intelligenz, das Denken, das logische Schlussfolgern-Können sehen und meinen, dass „die kortikale Vernunft“, und demnach die KI, die Lösung aller Probleme sei. Die Wahrheit aber ist, dass KI keine „Welt“ aufbaut und schon gar nicht „das Gefühl“ vermittelt, sich als ein „In-der-Welt-Sein“ hineinpositioniertes Wesen zu erleben. Genau das aber sei elementar für unsere „condition humaine“, denn nur durch dieses „In-der-Welt-Sein“ realisieren wir – Zwischentöne erfühlend, Zusammenhänge erkennend, das eigene Innere empfindend –, „dass wir die Dinge nicht neutral wahrnehmen und auch nicht neutral für wahr nehmen. (...) Um uns zu orientieren, brauchen wir äußerst selten Beweise. Viel häufiger verlassen wir uns auf unser Vertrauen oder Misstrauen. (...) Und wo etwas bewertet wird, muss es *Werte* geben, die uns solche Bewertungen ermöglichen. (...) Und wenn wir Vertrauen, Wahrheit, Freiheit,

Freundschaft, Respekt, Loyalität, Hilfsbereitschaft und so weiter als Werte anerkennen – und das tun die allermeisten Menschen auf unserem Planeten –, dann halten wir sie intuitiv nicht für unsere ganz subjektiven Werte, sondern für objektiv richtig“ (S. 30f.). Weitere, sehr gut und wahr klingende Sätze sind u.a. diese: Im echten Leben spielen Werte eine gewaltige Rolle. Künstliche Intelligenz empfindet keine Werte. Manche Aktivitäten sind mir so wichtig, dass ich ihnen wertvolle Zeit schenke. Warum das so ist, kann keine künstliche Intelligenz wissen. Ob wir uns zu Bildern hingezogen fühlen, zur Musik, zur Philosophie, zum Sport ... ist keine rationale Entscheidung. Unsere individuellen Sensoren sorgen dafür, dass wir die Dinge mit sehr unterschiedlicher Intensität wahrnehmen und dass wir unsere Werte individuell kultivieren (vgl. S. 31–33). Der nächste Satz widerlegt, sehr dicht und elegant, den früher so laut propagierten neurobiologischen Reduktionismus (von Wolf Singer, Wolfgang Prinz, Gerhard Roth und anderen, die sowohl, wie schon vorhin angedeutet, den freien Willen wie auch das „Ich“ als Gehirnillusion hingestellt haben). Er lautet: „Nur dadurch, dass wir uns als ‚Ich‘ empfinden, können wir unsere Taten nachdenken und Verantwortung übernehmen“ (S. 35).

Die messbare Seite der Welt werde durch künstliche Intelligenz nicht zur Welt, sondern eben nur zur messbaren Seite der Welt (Martin Seel), und eine Welt bzw. ein Leben mit ausnahmslos berechenbaren Protagonisten wäre gänzlich langweilig, so Precht (S. 38). Ein schauerlicher Pandeterminismus, könnte man hinzufügen, der jede Lust, jede Begeisterung, jede Spontaneität und Intuition im Keim töten würde. Die KI ebnet den Weg in diese Richtung. Andererseits wird von Managern und etlichen Politikern betont und wiederholt: Im Mittelpunkt müsse der Mensch stehen, doch, so Precht, es verhält sich in der Realität anders. Denn im Mittelpunkt stehen weitestgehend: die Technik, der Umsatz, die Gewinne, das Machtstreben großer IT-Konzerne oder das schlichte und gierige „Mehr“ (S. 40).

In dem Kapitel *Die Entfesselung* (S. 40–55) wird mit vielen konkreten Fakten belegt und philosophisch begründet, wieso das Narrativ von einer rationalen und sehr viel effizienteren Zukunftswelt brüchiger ist als es scheint. Wir haben heutzutage das Wort *Effizienz* ausge-

reizt, ebenso wie zuvor das Wort Optimierung (siehe dazu das Buch *Die Optimierungsfalle* von Julian Nida-Rümelin), und ist man halbwegs bei Verstand, wird man zustimmen, dass eine effizientere Kriminalität ebenso wenig wünschenswert und auch sinnwidrig wäre wie effizientere politische Propaganda radikaler Parteien (vgl. S. 54f.). „Wäre jeder ein gnadenloser Optimierer, wäre die Gesellschaft in kürzester Zeit zerstört“ (S. 83). Einige Seiten weiter zeigt Precht die Gedankenfehler bei Karl Marx und geht dann auf die Evolutionstheorie ein, um zu prüfen, was sie eigentlich besagt und was nicht. Die folgenden Aussagen dazu sind m.E. durchaus diskussionswürdig. Precht schreibt: „Wir können mit an sehr hoher Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit davon ausgehen, dass sich der Homo sapiens aus animalischen Vorfahren entwickelt hat, als eine Variante der Familie Homo unter ziemlich vielen. Und wir können ebenso sicher annehmen, dass diese Entwicklung kein zielgerichteter Prozess war, keine Schöpfung mit einem irgendwie festgelegten Richtungssinn oder einer absichtsvollen Pointe. Nichts in der Evolution, kein physikalisches oder biologisches Gesetz, drängte zum Menschen, und deshalb drängt auch nichts darüber hinaus. In diesen beiden Annahmen sind sich nahezu alle seriösen Vertreter der Evolutionstheorie einig“ (S. 98f.).

Dass Precht hier sich öfters auf Charles Darwin bezieht, liegt auf der Hand. Es ist interessant zu erfahren, dass Darwin, von seiner Haltung und seinen Grundgedanken her, weder einen Sozialdarwinismus noch eine Selektionstheorie – wie sie die Nazis später entwickelt und politisch grausam umgesetzt haben – im Sinne hatte. Vielmehr schrieb er: „Im Menschen selbst und nicht außerhalb seiner schlummert das Potenzial des Guten in der Evolution.“ Und: Zarte Gefühle, Moralität und Liebe sowie feinfühligere Werte machten den Menschen, im Lauf der Evolution, zu einem besonderen Wesen „und nicht etwa seine technische Manipulationsfähigkeit“ (S. 101).

Was aber Precht oben als „wir können ebenso sicher annehmen“ bezeichnet, ist nach meiner Einschätzung ebenfalls nur eine von vielen Annahmen. Eine andere Annahme, die ich bevorzuge, geht von Aristoteles' Begriff *Entelechie* aus, womit gesagt ist, dass es eine gestaltende und unsichtbare Kraft gibt, welche Form und Leben von Pflan-

zen und Tieren bewirkt, gewissermaßen eine ontologische Urgegebenheit, welche die Evolution vor etwa drei Milliarden Jahren in eine bestimmte Richtung gelenkt hat, so dass in den Urmeeren unseres Planeten Erde die ersten primitiven Einzeller entstehen konnten. Nach einigen Vertretern der Evolutionstheorie ist die mathematische Wahrscheinlichkeit, dass sich solche primitiven Einzeller, Moleküle, zu vermehren beginnen und sich zuletzt, nach überaus großen Zeiträumen und durch unzählige Zwischenstufen, zu einem Elefanten aufbauen, praktisch null. Den Werdegang vom primitiven Einzeller bis zum Homo sapiens daher als ziellos, zufällig, richtungs- und planlos zu nennen, ähnelt für mich eher der Situation, in der ein Affe aus den etwa 30 Buchstaben unserer Sprache solch ein literarisches Werk wie Goethes Faust zusammenbasteln könnte. Weiter einsteigen in die Diskussion, ob Evolution oder Schöpfung, ob teleologisch gerichtet oder gänzlich blind und zufällig, will ich an dieser Stelle nicht.

Mir persönlich ist der Begriff der „geistigen Baupläne“ vertraut [dabei reicht es mir, wenn ich an die Kathedrale von Chartres oder an die 9. Symphonie von Beethoven denke und diese Kunstwerke erfühle] und somit einsichtig, dass die Erscheinung des Menschen, des Homo sapiens auf Erden, einen gänzlich blinden Zufall der Evolution ausschließt. Daher kann ich David Precht nicht zustimmen, wenn er, wie oben zitiert, meint, die Evolution habe keinen festgelegten Richtungssinn. Vielmehr manifestiert sich durch die Evolution hindurch für den erkennenden Geist eine „bestimmte Richtung“, die Aristoteles mit dem Begriff *entelecheia* (Entelechie) auf den Punkt gebracht hat: das, was seine Vollendung in sich hat. Und es ist letztlich die Form *die Vollendung* der Materie, im weiten Sinne, weshalb man in der Kunst, mit guten Gründen, von *Formvollendung* spricht. Ob nun auch die kosmische Evolution ihre Formvollendung erreicht und wann dies der Fall sein wird, muss offenbleiben. Auf Erden jedenfalls hat die Evolution im Menschen, der sowohl als ein Erdenmenschentier wie auch als ein Geistes-Mensch in der bekannten Geschichte der letzten 5000 Jahre in Erscheinung getreten ist, ihre (vorläufige) Formvollendung erreicht, und es kann von nun an nur darum gehen, dass wir Menschen im Laufe des 21. Jahrhunderts und danach eine höhere Bewusstseins-

stufe erreichen, indem wir uns unserer geistigen und seelischen Dimension umfassend bewusst werden.

Bevor Precht auf S. 177, endlich, den Begriff *Sinn* einführt, um damit zu argumentieren, grenzt er sich von der Vorstellung einer *Moral-Maschine* ab, zeigend, dass Quantität niemals mit moralischer Qualität identisch sei. Danach unterscheidet er zwischen Glück und Sinn und hält fest: All die Verhaltensweisen, die zwischen Leid und Glück liegen – schwer leidende Menschen, die dennoch am Leben hängen; Eltern, die zwei, drei oder vier Kinder bekommen; Bergsteiger, die unter Einsatz ihres Lebens die Himalaya-Gipfel besteigen usw. – werden nicht deshalb gewählt, weil sie nur mit Glück verbunden sind, sondern es ist der *Sinn* der tatsächliche Grund für solche, tief humane Verhaltensweisen. „Und dieser Sinn ist nicht das Zusammenzählen von Sinnelementen, sondern ein Emergenzphänomen. Das Ganze hat Qualitäten, die die Teile nicht haben. Dass Sinn deshalb nicht programmierbar ist, erklärt sich von selbst. Er besteht nicht aus einer Codierung von Sinn und Nichtsinn, und er ist hoch individuell. Sinn gründet in der eigenen Biographie und Kultur“ (S. 177f.). – Das Wort „Emergenz“ (lat. *emergere*, auftauchen, zum Vorschein kommen) meint das Entstehen von Gebilden, die neuartige Eigenschaften besitzen und neuen Gesetzmäßigkeiten unterliegen. Versteht man Prechts Sinnbegriff im Lichte dieser Definition, kann man nachvollziehen, was er, einige Zeilen weiter, so formuliert: Wir Menschen wollen nicht pausenlos unser Glück optimieren [wie die Apostel der KI uns suggerieren wollen], sondern „die meisten Menschen erzählen sich sinnstiftende Geschichten über sich selbst. Dieser zutiefst narrative, interpretative und unübersehbare Reichtum an innerer Welt markiert unsere Identität – und nicht etwa unsere messbaren Präferenzen“ (S. 178). Das Nützliche mit dem Glück oder gar mit dem Sinn gleichzusetzen, sei ein folgenschwerer Irrtum. Und wenn die Verfassung der Bundesrepublik Deutschland Werte wie: Gleichheit, Gerechtigkeit, Freiheit und Solidarität schützt, dann „schiebt sie einen Riegel davor, Werte durch Mehrheitsentscheidungen zu ermitteln und abzuwägen“ (S. 179). Fazit: Eine utilitaristisch programmierte Maschine öffnet dem Missbrauch und der Verletzung der Menschenwürde Tür und Tor,

denn die Menschenwürde ist „kein Relikt aus mythischer Zeit, sondern die Grundlage unseres Selbstverständnisses in der westlichen Moderne“ (S. 190).

Noch zwei Gedanken aus diesem lehrreichen Buch sollen zitiert werden. Der voll automatisierte Verkehr der Zukunft verlangt, dass Staat, öffentliche Hand, Geheimdienst und Polizei jederzeit bestens über jeden Vorgang auf jeder Straße informiert sind. China will aus politischen Gründen die Bevölkerung überwachen und tut es bereits massiv. In der westlichen Welt wird auf dem Weg zum voll automatisierten Verkehr die totale Überwachung schrittweise eingeführt – wodurch freilich eine ganz andere Gesellschaftsordnung entstehen würde, welche das Grundgesetz missachtet (vgl. S. 196f.). Soweit der erste Gedanke. Der zweite: „Wenn wir Bilder eines gelungenen Menschseins suchen, dann finden wir sie nicht in den seelenlosen Hochglanzideen der Post- und Transhumanisten. Wir finden sie hier und jetzt auf der Erde“. Daher sind „die Versprechen vom Überwinden des Menschen durch Superintelligenz und Raumfahrt nicht entfernt so aufregend wie das verlockende Ziel einer intakten Erde“ (S. 241). Ja, „hoffen wir, dass wir rechtzeitig aufwachen!“ So lautet der letzte Satz dieses aufrüttelnden Buches, in dem die grenzenlos und amoralisch weiter entwickelte Technologie und Künstliche Intelligenz als Abgott entlarvt werden. Und mir kommt dazu ein Spruch von Angelus Silesius (1624–1677) in den Sinn:

„Der Himmel ist in dir / Und auch der Hölle Qual. / Was du wählst und willst, / Das hast du allzumal“. Ich wähle die intakte Erde.

(Otto Zsok)

Claudia Reitinger, *Zur Anthropologie von Logotherapie und Existenzanalyse. Viktor Frankl und Alfred Längle im philosophischen Vergleich*. Wiesbaden: Springer Verlag 2018, 246 Seiten, 49,99 €

Vorbemerkungen. Einfügungen in eckigen Klammern [...] in den Zitaten sind von mir, O. Zsok.

Da die anthropologischen Kernaussagen Viktor Frankls für die meisten Leserinnen und Leser dieser Zeitschrift als bekannt vorausgesetzt werden dürfen, wird in dieser Rezension der Schwerpunkt auf das Menschenbild der Existenzanalyse nach Alfred Längle gesetzt. Zur Vorgeschichte in Kürze: Alfred Längle (Jg. 1951) war von 1982 bis 1990 ein enger Mitarbeiter von Viktor Frankl (1905–1997), dem Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse (LuE). Zwischen den beiden kam es zu einem Bruch: Als Frankl merkt, dass Längle zunehmend Erneuerungen vornimmt und Grundkonzepte der LuE anders deutet, grenzt er sich von ihm ab. Die von Längle erarbeitete neue Richtung nennt sich *Existenzanalyse*, während die von Frankl kreierte klassische Richtung *Logotherapie* heißt, zumindest in diesem Buch von Claudia Reitinge; denn nach meinem Verständnis gehören die Begriffe Logotherapie und Existenzanalyse (LuE) zusammen, will man dem umfassenden Konzept Frankls gerecht werden (vgl. W. Eberwein, M. Thielen [Hg.], *Humanistische Psychotherapie. Theorien, Methoden, Wirksamkeit*. Gießen: Psychosozial-Verlag 2014. In diesem Buch gibt es einen Aufsatz mit dem Titel „Existenzanalyse – Die Zustimmung zum Leben finden“ [Alfred Längle] und einen anderen Aufsatz mit dem Titel „Logotherapie und Existenzanalyse“ [Otto Zsok]). Der Bruch zwischen Frankl und Längle ist inzwischen Geschichte, die von Längle entwickelte Richtung muss man ohne Groll zur Kenntnis nehmen und akzeptieren. Das hier zu rezensierende Buch ist auf eine angenehme Weise sachlich und philosophisch. Insofern ist es nach meiner Einschätzung ein gutes Vorbild dafür, Gemeinsamkeiten und Differenzen, einschließlich der Bedeutung der Gefühle, zu erörtern. – Noch eine Bemerkung: Auf S. 9 wird aus Versehen „Viktor“ Adler geschrieben. Korrekt heißt es: Alfred Adler.

Das Buch beginnt mit einer Frage: Warum soll man sich die Mühe machen, die Anthropologie einer Psychotherapierichtung *philosophisch* aufzuarbeiten, wenn es in der konkreten Psychotherapie um die Praxis geht und in ihrer [der Psychotherapie] konkreten Anwendung „unterschiedliche unspezifische Wirkfaktoren gibt, die unabhängig von der therapeutischen Richtung sind?“ (S. 5) Ihre eigene Frage nach

der Motivation ihrer Doktorarbeit, denn darum handelt es sich hier, beantwortet Reitinger so: Erstens solle Psychotherapie dem Kriterium der Wissenschaftlichkeit entsprechen, und dazu gehöre die stärkere Verankerung der Psychotherapie im universitären Bereich und die vermehrte Zuwendung zur Psychotherapieforschung. Zweitens beruhe Psychotherapie, in den meisten Fällen jedenfalls, auf einem implizit übernommenen Menschenbild. Und drittens „gleicht das Verhältnis von Theorie und Praxis lose dem Verhältnis von normativer und angewandter Ethik. Dabei stellt sich für die Psychotherapie die Frage, was es bedeutet, das gewählte Menschenbild, das eben immer auch normativ ist, in der therapeutischen Praxis umzusetzen“ (S. 5).

Teil I widmet sich der Anthropologie der Logotherapie nach Viktor E. Frankl (S. 9–131) mit einem Zwischenfazit und einer kritischen Diskussion, in der die Stärken der Theorie Frankls sowie eine theorieinterne und theorieexterne Kritik über manche Unklarheiten bei Frankl formuliert werden, z.B. mit Blick auf die Frage nach der Freiheit, nach dem Verhältnis zwischen Geist und Psychophysikum und den Über-Sinn. In diesem Zusammenhang heißt es kritisch: Unter den Vertretern existenzieller Therapierichtungen (z.B. Rollo May, Irwin Yalom) sei die Logotherapie in ihrer ursprünglichen Form die einzige, „die einen objektiven Sinn postuliert, den es zu entdecken gilt“ (S. 125). Und, so die Autorin kritisch weiter, Längles eigene Kritik gehe in die gleiche Richtung mit der Bemerkung, dass Frankl „die existenzielle Wende nicht zu Ende führt und sein Sinnbegriff letztlich ontologisch (objektiv) und nicht existenziell (persönlich/subjektiv) gedacht ist“ (S. 126). Schon an dieser Stelle sei eine „Kritik der Kritik“ thematisiert. Erstens: Sinn ist entweder eine dem Wollen vorausgehende „Größe“ [ich nenne ihn hier „Logos-Gestalt“] und insofern transsubjektiv oder gar nichts. Mit den Worten des Philosophen Theodor W. Adorno (1903-1969) formuliert: „Der Begriff des Sinnes involviert Objektivität jenseits alles Machens; als *gemachter* ist er bereits Fiktion, verdoppelt das Subjekt und betrügt um das, was er zu gewähren scheint“ (Theodor W. Adorno, *Negative Dialektik*, Frankfurt am Main 1973, S. 369, Kursivsetzung von mir). Dieser klaren philosophischen Auskunft, die man nicht ignorieren kann, gesellt sich noch ein Zweites hinzu: Die Unterschei-

ding zwischen *ontologisch* und *existenziell* ist m.E. künstlich, entspricht nicht der philosophischen Tradition des Abendlandes und verkompliziert etwas, das an und für sich einfach und transparent ist: Die Sinnfrage [wozu soll das alles gut sein, dieser ganze Zirkus auf Erden: Holocaust, Atombombe, Diktaturen, Klimawandel, Leid, Krankheit Tod usw. – wozu soll das alles gut sein?] wird eben nicht nur intellektuell-denkerisch, sondern auch mit den Kräften des Herzens und der Seele erfüllt und empfunden. Bildhaft ausgedrückt: Das Licht und die Wärme der Sonne, ohne die kein Leben auf Erden möglich ist, wäre auch dann ontologisch *und* existenziell gegeben, wäre auch dann seinsmäßig *vorgegeben*, wenn ein beträchtlicher Teil der Menschen leugnen würde, dass es die Sonne überhaupt gibt. In diesem Bild stellt die real-kosmisch existierende Sonne das Objektive dar. Man könnte auch sagen: Die Sonne ist das ontologische Apriori. Nun aber werden die einzelnen Lebewesen auf Erden – Pflanzen, Tiere und Menschen, – das Licht und die Wärme der Sonne auf je eigene, individuelle, *subjektive* Art und Weise empfangen, aufnehmen und für sich nützlich machen. Der Mensch, zum Beispiel, kann sich weigern, weil er frei ist, sich der Wärme und dem Licht der Sonne auszusetzen. Er kann sich aber auch der Sonne zuwenden und sagen: Ohne mich verbrennen zu wollen, will ich mich jeden Tag eine bestimmte Zeit der Kraft der Sonne aussetzen und sie für mich nutzen. In diesem Bild stellt die Haltung des Menschen den *subjektiven* Teil des Gesamtgeschehens dar. Fazit: Zum einen hat nicht der Mensch die Sonne hervorgerufen durch Denken und Bewusstseinsakte; er hat die Sonne nicht gemacht, denn sie ist *objektiv* vorgegeben. Zum anderen kann sich ein Mensch der Kraft der Sonne öffnen oder verschließen (das ist der *subjektive* Teil). Beides tut er kraft seiner persönlich-subjektiven Freiheit, deren Kehrseite die Verantwortung ist. Diese Art Metaphysik, die von Aristoteles (384–322 v. Chr.) ausgeht und etwa fünfzehnhundert Jahre später in Thomas von Aquin (1224–1274) einen Höhepunkt erreicht [Kenner bezeichnen ihn als den ersten „Existenz-Philosophen“], bildet in der Tat sowohl die ontologische wie existenzielle Grundlage des Menschenbildes bei Frankl. Er wird in den Schriften nach dem Zweiten Weltkrieg den Aquinaten öfters zitieren und sich auf die von Sören Kierkegaard

(1813–1855) konzipierte Existenzphilosophie berufen und festhalten: Logos [als der objektive Pol] und Existenz [als der subjektive Pol] haben einen inneren Zusammenhang und sie fordern einander. Es genügt nicht, so Frankl, die Entscheidung allein zu betonen, wie ein subjektivistischer Existenzialismus vermeint, sondern es muss nach dem Wofür und Wogegen gefragt werden, wie die Existenzphilosophie [nach Kierkegaard und Jaspers] lehrt (vgl. V. Frankl, Logos und Existenz. Wien: Amandus Verlag 1951, S. X–XI).

Es führt demnach zur Verwirrung, wenn die Begriffe *objektiv* und *subjektiv* nicht als komplementär aufgefasst werden. Was helfen könnte, diese Verwirrung zu vermeiden, ist die Anbindung des Sinnbegriffes an das eine Grund-Wort des Abendlandes: an den Logos. Bereits der vorsokratische Philosoph Heraklit (ca. 550–480 v.Chr.), der dieses Wort geprägt hat, war der Ansicht, der Mensch sei ein auf den Empfang des Logos eingestimmtes Wesen, wobei die Vielen, so Heraklit, auch im wachen Zustand so sehr „schlafen“, dass sie die Stimme des Logos gar nicht mehr vernehmen. Körperlich anwesende sind geistig abwesend, sagte er sinngemäß und meinte damit ein gegenüber dem „Logos“ verschlossenes Denken und ein *somnambuler* Zustand, der auf das unmittelbar Sinnlich-Wahrnehmbare ausgerichtet ist und den „tieferen Hintergrund“, den Logos, nicht erkennt, obwohl er da ist.

Die Fortsetzung dieses Gedankengangs findet sich, wenn man einmal von Platon und Aristoteles absieht, bei dem jüdischen Religionsphilosophen Philon von Alexandrien (er lebte von 13. v. Chr. bis etwa 45/50 nach Chr.), der den Logos beschreibt als Wort, das unmittelbar aus Gott, aus seinem Geist hervorgeht. Und dann, nur einige Jahrzehnte später, taucht die nächste Fortsetzung dieses Gedankens im Johannesevangelium auf (wobei ich den betreffenden Satz hier im Präsens wiedergebe): „Im Anfang ist das Wort, und das Wort ist in Gott, und Gott ist das Wort.“ An diese Logos-Gestalt ist der Sinnbegriff der Logotherapie anzubinden, will man gänzlich *subjektivistische* Deutungen abwehren.

Mir persönlich leuchtet dies ein, weil ich mich seit Jahrzehnten in der abendländischen Geistestradiation verankert fühle, wie es mir ebenso einleuchtet, dass nicht jeder Zeitgenosse mit dieser *metaphysi-*

schen Deutung übereinstimmen wird. Frankl hat sich jedenfalls dieser Deutung angeschlossen als er seinen Sinnbegriff in vielen Variationen dargelegt, erklärt und daran festgehalten hat, dass es einen „Über-Sinn“ gibt, einen letztgültigen Sinn in der Transzendenz (im Göttlichen begründet). Und von diesem Über-Sinn her vermag der Mensch in seiner konkreten, geschichtlich so und so geprägten Situation – in seinem In-der-Welt-Sein – den hier und heute für ihn gültigen konkreten Sinn [der mit Grundwerten eng in Verbindung steht] zu entdecken, zu erspüren und abzutasten. Dass ihm dies ohne *subjektive* Anstrengung oft nicht gelingt, versteht sich. Dass ihm dies aber gelingen kann, und dabei seine ganze Freiheit und Verantwortung, seine Willens- und Herzkräfte, sein Sinn-Organ „Gewissen“ miteinbezogen werden sollen, darin ist ein nicht verhandelbarer Kerngedanke der Logotherapie nach Frankl gegeben.

Der Begriff „objektiv“ bedeutet: Es gibt Wirklichkeitsgebiete und „Dinge“, die ich nicht nach meinem persönlichen, rein subjektiven Geschmack machen, erzeugen, setzen, erfinden, umgestalten, postulieren oder generieren vermag. „Objektiv gegeben“, heißt: Etwas ist da, etwas ist im Dasein wirksam, etwas existiert, etwas ist immer schon im Sein, tritt mir, dem erkennenden Subjekt, entgegen, leistet mir Widerstand, fordert meine Erkenntniskräfte heraus, auch wenn ich in meiner subjektivistischen Befangenheit oder Ignoranz oder Dummheit, oder aufgrund einer neurotischen Störung, oder eben aus einem gelehrten Nihilismus heraus dieses „etwas“ leugne, ignoriere, übersehe, unterdrücke oder umdeute. Der „gelehrte Nihilismus“ ist aber nicht verschwunden und blüht immer wieder auf, gerade bei Universitätsprofessoren verschiedener Fachgebiete. Damit müssen wir wohl weiterleben und selber dafür sorgen, existenzielle Grundfragen des Menschseins in dieser zweideutigen Welt für uns zu klären, so gut es nur geht, den Dialog mit den Anderen nicht vergessend.

Im *Teil II* widmet sich Reitingер der Anthropologie der Existenzanalyse nach Alfried Längle (und einigen anderen), erörtert die Erweiterungen durch Längle, zieht ein Zwischenfazit, um dann im *Teil III* eine zusammenfassende Gegenüberstellung – Frankl und Längle

im Vergleich – zu machen (S. 133–241). Die anschließende Literaturliste umfasst 104 Bücher und Aufsätze, darunter auch einige englische Quellen.

Für Reitinger handelt es sich bei Frankl und Längle inzwischen „um zwei unterschiedliche Theorien“, wobei sich durch die Weiterentwicklung und durch die Veränderung der metaphysischen Theorie und der ontologischen Annahmen auch die Bedeutung der grundlegenden Begriffe implizit mitverändert hätten, Begriffe wie z.B. Person, Sinn, Werte, Transzendenz, die Rolle der Emotionalität usw.

Frankls Anthropologie, so stellt sie zu Recht fest, sei einer metaphysischen Begründung des Menschseins verpflichtet, wohingegen dem Menschenbild Längles und anderer Frankl-Kritiker eine schwache metaphysische Theorie zugrundeliege. Hier ist der erste und wohl auch wesentliche Unterschied beim Namen genannt.

Die LuE entwickelte sich nach dem Zweiten Weltkrieg „zu einer eigenständigen Psychotherapierichtung. Anfang der 1980er-Jahre [eigentlich im Februar 1985, O. Zsok] wurden in Wien sowohl eines der ersten Logotherapie-Institute als auch die Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (GLE) gegründet“, schreibt die Autorin in der Einleitung. Im Sinne einer sachlichen Differenzierung halte ich fest: Das weltweit erste Logotherapie-Institut wurde am 1. April 1982 in Hamburg durch Dr. Uwe Böschmeyer gegründet, der – mit Walter Böckmann, Elisabeth Lukas und Wolfram Kurz – ein direkter Schüler Frankls war. Und: Die Deutsche Gesellschaft für Logotherapie e.V. (DGL), wurde am 7. Dezember 1982 gegründet (beim Amtsgericht Bremen als gemeinnütziger Verein eingetragen, Vereinsregister Nr. 39, VR 3791). Zehn Jahre später wurde dann der Verein umgetauft in „Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse e.V.“ (DGLE), und seit 2011 ist sie als Berufsverband registriert.

Mittlerweile haben sich die LuE Frankls (Viktor-Frankl-Institut/VFI, gegründet 1992) und die EuL Längles (GLE) eigenständig weiterentwickelt und sind als unterschiedliche Psychotherapierichtungen in Österreich anerkannt. Zwischen dem VFI und der GLE gibt es – seit dem Bruch zwischen Frankl und Längle (1991) – keine Verbindung bzw. Zusammenarbeit (S. 2), wobei ich die Hoffnung hege, dass es in

der nahen Zukunft doch noch zu einem wohlwollenden Dialog kommen wird.

Frankls Anliegen, die LuE ins Leben zu rufen, so Reitinger, sei es gewesen, den Reduktionismus, Nihilismus und Psychologismus innerhalb der Psychotherapie [damals innerhalb der Systeme von Freud und Adler] zu überwinden. Spätestens seit der Begegnung mit der Wertphilosophie von Max Scheler (1874–1928), dessen Hauptwerk Frankl 1928–1930 drei Jahre hindurch wie eine Bibel täglich bei sich trug und studierte, habe er verstanden, dass die strenge wissenschaftliche Methodik, wie sie in dem neopositivistisch orientierten Wiener Kreis der Fall war, nur für die Naturwissenschaften, aber *nicht* für die „weichen Wissenschaften“ (Psychologie, Psychiatrie, Psychotherapie, Pädagogik) zum Vorbild der Wissenschaftlichkeit werden kann.

Karl Jaspers und Max Scheler waren in der Tat prominente Gegner des Neopositivismus – und das mit guten Gründen. „Jaspers verteidigte als Mediziner, Psychiater und Philosoph ein metaphysisches Menschenbild, das in der Betonung der geistigen Ebene und der damit einhergehenden Transzendenz starke Parallelen zu Frankl aufweist, obwohl die beiden kaum Kontakt hatten. Frankl wurde von Schelers Arbeit (abgekürzt als *Wertethik* zitiert) und der darin vertretenen Auffassung des Menschen als geistige Person und der Existenz objektiver Werte beeinflusst. Durch Scheler wurde Frankl vollends aufgerüttelt. Nachhaltig beeinflusste ihn während dieser Zeit auch die Zusammenarbeit mit Rudolf Allers und Oswald Schwarz, beide Mediziner, die sowohl die psychologischen als auch die philosophischen Interessen mit Frankl teilten. Beide setzten sich in ihren Werken explizit mit anthropologischen Fragen auseinander, insbesondere mit dem Problem, wie der Mensch als leib-seelisch-geistige Einheit verstanden und die Subjekt-Objekt-Spaltung überwunden werden kann“ (S. 11).

Als viele Jahre später (1985–1990) Längle sich mehr und mehr den Ansatz Frankls angeeignet hatte und ihm als Assistent und als eine Art möglicher Nachfolger beistand, sei ihm aufgefallen, dass eine Ergänzung und Weiterentwicklung möglich und nötig wären, vor allem, was die „wissenschaftliche Begründung“ der Logotherapie und die Rolle der Gefühle anbelangt. Was den ersten Punkt anbelangt, sei hier

in Kürze angemerkt: Die LuE ist „wissenschaftlich“ – sprich: philosophisch – mindestens so gut und solide begründet wie alle anderen Richtungen der Psychotherapie und vermutlich noch ein Stück weit besser. Was den zweiten Punkt anbelangt, die Rolle der Gefühle, gibt es in der Tat mancherlei Möglichkeiten der Fortentwicklung.

Denn Frankl selbst, schreibt Reitinger, „berücksichtigt ausschließlich das intentionale Fühlen als Fähigkeit der geistigen Dimension. Zuständliche Gefühle spielen bei ihm in der Sinnfindung keine Rolle, sondern behindern sie“ (S. 194). Auf der Basis des Emotionsverständnisses nach Max Scheler könne [im Prozess der Sinnfindung] allerdings nicht „für eine Abkehr vom emotionalen Erleben argumentiert werden“, wie Frankl dies tue, und das bedeutet, im Lichte des dimensionalontologischen Menschenbildes betrachtet, „dass das Wertfühlen der geistigen Dimension [z.B. das Staunen und die Dankbarkeit] mit bestimmten Begleitgefühlen der psychischen Dimension korreliert – und nicht, dass diese beiden Dimensionen gegenläufig sind. Dennoch bedarf es [im Sinne Frankls] der Selbstdistanzierung und der erneuten Bezugnahme auf die Emotionen, um ihren Gehalt verstehen zu können“ (S. 200). In anderen Worten: Die bei Frankl in einer strikten Form vorgenommene Trennung zwischen zuständlichen und intentionalen Gefühlen, ist von Schelers Ansatz her nicht zu rechtfertigen. Das bedeutet zunächst nicht mehr und nicht weniger, als dass den Gefühlen, im weiten Sinn des Wortes, in der LuE mehr Aufmerksamkeit zu schenken ist. In der therapeutischen Praxis, nicht anders wie im Alltag und in der Politik, kommt den verschiedensten [negativen wie positiven] Gefühlen eine viel größere Bedeutung zu, als bisher angenommen. Vertreterinnen und Vertreter einer sinnzentrierten Psychotherapie wie die LuE sind eingeladen, neben dem Willen zum Sinn und dem Gewissen als Sinn-Organ auch die Gefühle in ihre Arbeit einzubeziehen nach Art von: *Ich nehme verschiedene Gefühle in mir wahr, deren Kräfte ich für die Sinnfindung einsetzen will.* Die von Scheler so genannte, jedem Menschen inhärente *Wertfühligkeit* umfasst auch die negativen Gefühle und signalisiert ebenso die Unwerte.

Längle bezieht sich in seiner Existenzanalyse auch auf Scheler, spricht mit ihm von Wertberührungen, die von bestimmten Gefühlen

begleitet werden, er wird aber unklar beim Begriff der Emotionalität und Emotion. Reitinger schreibt: „Mit Blick auf Scheler ist hier [bei Längle] nicht ganz klar, ob mit Emotionalität das Wertfühlen selbst gemeint ist oder ob es sich um Begleitgefühle handelt bzw. ob die Emotionalität einer bestimmten Gefühlsklasse von Scheler entspricht“ (S. 201). Was sich aber m.E. durch Längles Vorstoß klarerweise gezeigt hat, ist der Umstand, dass Frankl den Gefühlen und Emotionen im therapeutischen Prozess nur insofern eine Rolle zuerkennt, als er die „intentionalen Gefühle“ (Scheler), die auf Werte gerichtet sind, betont, und die anderen Gefühle der Psyche (z.B. Verbitterung, Enttäuschung, Groll, Neid, Hass, Eifersucht, Angst, Ekel, Jähzorn usw.) mehr oder weniger außer Acht lässt, so dass die Logotherapie [nach Frankl], jedenfalls in der Theorie, den Gefühlen zu wenig Bedeutung zumisst. Wie Reitinger weiter zutreffend ausführt: „Die Bezugnahme der Existenzanalyse [nach Längle] auf das subjektive Erleben steht nicht im Widerspruch zum dimensionalontologischen Menschenbild [nach Frankl]. Im subjektiven Erleben fließen intentionales Wertfühlen und Begleitgefühle zusammen. Sich im therapeutischen Prozess den Begleitgefühlen und Affekten zuzuwenden – im Sinne eines Verstehens, das Selbstdistanzierung und einen dialogischen Umgang mit der Innenwelt umfasst – bedeutet keine ‚Psychologisierung‘ von Frankls Ansatz. Die veränderte Rolle der Emotionen hängt mit der *Hinwendung zur Innenwelt der Person* zusammen, die wiederum vor dem Hintergrund der Aufgabe eines objektiven Sinnes zu verstehen ist.

Bezogen auf die therapeutische Arbeit spielen Emotionen einerseits eine Rolle, da sie beim freien Erleben mit dem Wertfühlen korrelieren. Andererseits können Emotionen auch den Blick auf Wertvolles verstellen, wenn sie aus nicht integrierten biografischen Erlebnissen stammen bzw. keine Selbstdistanzierung und kein Verstehen dieser Emotionen möglich sind. Während Frankl im letzteren Fall sagen würde, dass sich der Mensch von derartigen emotionalen Befangenheiten lediglich distanzieren muss, um sich als geistiges Wesen der Welt zuzuwenden, vertritt die Existenzanalyse [nach Längle] die Ansicht, dass es therapeutisch nötig sein kann, sich nicht integrierten

biografischen Erlebnissen zuzuwenden, wenn sie das freie Erleben behindern“ (S. 202, Hervorhebung von mir, O. Zsok).

Meinerseits kann ich dieser Feststellung zustimmen. Wir alle haben in unserer Biographie „wunde Punkte“: Verletzungen, Traumata, Entwertungen, Demütigungen, nicht überwundene Ängste, depressive Stimmungen und Zwangsgedanken usw. Die Generation der Kriegskinder und Kriegsenkel umfasst heute noch mehrere Millionen Menschen in Europa, die „Altlasten“ in sich tragen. Diese Wunden im Rahmen einer Logotherapie nicht zu beachten, wäre ein grober Fehler. Man würde dadurch dem *homo patiens* nicht gerecht werden. Es wäre aber ebenso nicht angemessen, allein die Wunden zu analysieren und einer Hyperreflexion zuzuführen. Der Einstieg in die geistige Dimension schließt ja nicht aus, der Psyche die notwendige Aufmerksamkeit zu schenken, zumal fast alle Sinnfindungsbarrieren in der Psyche zu finden sind. Diese Tatsache haben in der Logotherapie [nach Frankl], wie ich meine, Elisabeth Lukas und Uwe Böschmeyer durchaus berücksichtigt. Viele Fallbeispiele in ihren Büchern bestätigen dies. Gleichwohl bleibt ein Desiderat, eine logotherapeutisch und existenzanalytisch konzipierte und systematisch entfaltete Emotionslehre zu schreiben, und wer sich hierzu fähig fühlt, ist eingeladen, dies zu tun. Zwar habe ich schon 2013 im Rahmen einer Fachtagung über die „Bedeutung der Gefühle bei der Sinnfindung“ einen Ansatz gemacht, doch über eine skizzenhafte Darstellung bin ich nicht hinausgekommen. Eine umfassende Emotionslehre, welche die gesicherten Forschungsergebnisse der Psychologie, der Neurobiologie, der Trauma- und Bindungsforschung berücksichtigt, steht in der Logotherapie noch aus. In dieser Hinsicht hat Längle eine Lücke entdeckt und Neues eingebracht, wobei es nicht unbedingt notwendig gewesen wäre, die von Frankl konzipierten Begriffe von *Sinn* und *Person* so sehr zu modifizieren, dass ihre ursprüngliche Bedeutung verloren geht oder jedenfalls zugedeckt wird. Was m.E. sinnvollerweise weiterentwickelt werden kann und soll, ist *die umfassendere Beachtung des Innenlebens und des innersten Lebens der geistigen Person*, die sich letztlich nur von der Transzendenz her versteht, wie Frankl in der 10. These zur Person formuliert; und wenn jemand damit wenig oder nichts anfangen kann,

weil für ihn Transzendenz entweder zu philosophisch oder zu theologisch erscheint und, angeblich, nichts in einer Psychotherapie zu suchen hat, dann, muss dieser jemand die Transzendenz des Menschseins ausblenden oder sagen: „Ich kann auch ohne Transzendenz therapieren und mache das so und so.“ Was an und für sich durchaus möglich ist, hat doch Frankl selbst öfters betont, dass sich die Logotherapie „diesseits des Offenbarungsglaubens“ bewegen müsse. Andererseits aber hielt er auch daran fest, dass die Existenzanalyse [als Existenzerhellung] „die Tür zur Transzendenz offenhalten“ müsse.

Hier wird ein „heikler Punkt“ berührt, der zwischen Alfred Längle und Viktor Frankl zum Konflikt und dann zum Bruch geführt hat. Bei der Bemühung, Grundkonzepte der LuE zu modifizieren, um sie „wissenschaftstauglich“ zu machen, ging Längle zu schnell zu weit. Relativ spät grenzte sich Frankl von ihm ab, und es kam dann zum Bruch (einige Einzelheiten dazu bei Harald Mori, Existenzanalyse und Logotherapie. Wien 2020, S. 29–33).

Dass in diesem Kontext – in diesem Ringen um Alternativen, welche die Positionierung der LuE in der akademischen und der psychotherapeutischen Landschaft ermöglichen sollte – viele Emotionen (bei Frankl wie bei Längle) mit im Spiel waren, die vermutlich besser, feinfühlicher, rechtzeitig und transparenter hätten kommuniziert werden können, zeigt einerseits die Bedeutung der Gefühle bei der Sinnfindung, und ändert andererseits nichts an den von Frankl gelegten anthropologischen Fundamenten; denn, so behaupte ich, eine Emotionslehre im harmonischen Einklang mit dem Menschenbild der Dimensionalontologie und den zehn Thesen zur Person, ist sehr wohl möglich. Wenigstens hat der Konflikt zwischen Frankl und Längle einen Prozess der philosophischen Klärung in Gang gebracht. Er dauert noch an und die Auflösung des Konfliktes steht noch aus, wobei nicht von vornherein ausgemacht werden kann, ob eine harmonische Auflösung möglich ist. Was aber realistischerweise und mit einem guten Willen durchaus möglich sein könnte und sollte, ist eine wohlwollende Anerkennung des „Andersseins“ des jeweils Anderen.

Reitinger zitiert sodann die Grundstrukturen der Existenz in der Existenzanalyse Längles und in anderen existenziellen therapeuti-

schen Schulen (S. 203–209): „(1) Die Welt als faktische Realität und Möglichkeitsraum: Ich bin da – aber kann ich sein? Dann (2) Das Leben – die Wertseite der Welt und das In-Beziehung-sein: Ich lebe – aber mag ich leben? Dann (3) Das eigene Personsein – die Authentizität und Individualität: Ich bin ich – darf ich so sein? Und dann (4) Die Zukunft – die Sinndimension: Es gibt mich, aber wofür will ich mein Leben einsetzen?“. Dazu hält sie fest, dass es sich hier bei Längle eher um „plausible Annahmen handelt, die sich im Rahmen der praktischen Arbeit mit Patienten und Patientinnen herauskristallisiert haben“ (S. 205), ohne sie an die Philosophie anzuknüpfen. Ähnlich verhalte es sich bei Binswanger, van Deurzen und Yalom [Vertreter der anderen existenziellen therapeutischen Schulen]. Unklar bleibe, so Reitinger, „auf welche Weise diese Grundstrukturen gewonnen wurden und ob und inwiefern sie an bestimmte Philosophen anknüpfen. (...) Einzelne Begriffe werden aus ihrem philosophischen Kontext gelöst und in die Anthropologie eingebaut, ohne den tieferen philosophischen Hintergrund mitzubedenken oder mitzunehmen. Auf diese Weise entsteht eine eigenartige Mischung aus philosophischen und psychologischen Konzepten, deren ontologische Bedeutung oder Verortung unbestimmt bleibt“ (S. 208).

Es würde zu weit führen, alle Aspekte des Buches darzulegen. Daher will ich mich im Folgenden auf einen Kernbegriff konzentrieren: die Person. Nach einer langen Würdigung der Stärken von Frankls Theorie (S. 114–117), formuliert Reitinger folgende Kritik: Durch die theonome Begründung werde der Freiheitsbegriff Frankls fraglich. In seiner Anthropologie seien Leerstellen und Unklarheiten zu finden. Und dann: „Er bedient sich unterschiedlicher Gedanken aus der Philosophie auf eklektizistische Weise und verbindet diese mit seiner persönlichen Einstellung über Mensch und Welt, ohne diese unterschiedlichen Ansätze in ihrer letzten Konsequenz zu Ende zu denken oder sich um Kohärenz zu bemühen. In der Literatur findet sich immer wieder die Kritik, dass Frankls Ansatz den wissenschaftlichen Kriterien – meist aufgefasst als fehlende empirische Fundierung seiner Annahmen über den Menschen – nicht genügt, dass seine Theorie letztlich religiös bzw. spirituell fundiert ist oder dass die Annahme, dass

menschliches Leben intrinsisch sinnvoll ist, argumentativ schlecht gestützt wird“ (S. 117). Ferner bestehe eine Schwierigkeit der Anthropologie Frankls darin, „dass er seinen Ansatz, eine relationale Ontologie in Bezug auf seine Bestimmung der Person zu vertreten, nicht durchhalten kann. Dieses Ergebnis wird insbesondere durch die Dissertation von Winfried Rohr [Viktor E. Frankls Begriff des Logos. Die Sonderstellung des Sinnes in Substanz- und Relationsontologie. Freiburg/München 2009] gestützt. Explizit vertritt Frankl eine relationale Ontologie, indem er die Person als absolutes Andersein bzw. reine Dynamis bestimmt; implizit greift Frankl auf eine substanzontologische Bestimmung zurück“ (S. 117).

Die zwei genannten Begriffe – relationale Ontologie und Substanzontologie – bedürfen einer kurzen Erklärung. Sie haben mit dem anthropologischen Grund-Konzept von Person/Person-sein/Personen zu tun:

In der klassischen Metaphysik hat man die Frage diskutiert, ob das Wesen [die Substanz] eines Seienden gegenüber dem Bezogensein [der Relation] primär sei oder umgekehrt. Dieses Entweder-Oder ist eine denkerische Falle. In Wirklichkeit – und so auch im Menschen – sind Substanz und Relation, Wesen und Beziehung gleichzeitig gegeben: Sein ist immer schon, apriori, von vornherein ein Bezogen-Sein. Person-sein ist wesentlich ein geistig Seiendes, das immer schon mit anderen geistig Seienden in Verbindung, in Relation steht. Schon bei bzw. vor der Geburt eines Menschen sind zwei andere Menschen involviert, die in einem wie auch immer gestalteten „interpersonalen Geschehen“ – idealerweise in einem liebenden Zeugungs- und Empfängnisakt – den neuen „Erdenbürger“ in ihr interpersonales Geschehen hineinbeziehen, und dann, wenn es mit guten Dingen zugeht, miteinander auf- bzw. erziehen. In dieser skizzenhaften Beschreibung eines höchst geheimnisvollen Phänomens [Zeugung, Empfängnis, Geburt] zeigt sich *die Realität der Relation*. „Selbständigkeit und Bezogensein auf anderes (Substantialität und Relationalität) schließen sich nicht aus, sondern sie bedingen sich vielmehr“ (B. Weissmahr, *Ontologie*. Stuttgart 1985, S. 160).

Auch wir – Rezensent und Lesende – sind in einer Relation, in deren Dynamik sich [im Medium der Sprache] ein Gemeinsames heraus-

kristallisieren kann. Als Person zu existieren, heißt, immer schon *mit* anderen Personen in einer [mehr oder weniger harmonischen, in einer mehr oder weniger förderlichen, erhellenden oder destruktiv-abhängigen usw.] Verbindung zu sein und einen eigenen, unverwechselbaren „Platz“ innerhalb der Personengemeinschaft einzunehmen. Zum Wort *Person* gehört daher wesentlich der Plural *Personen*. Wenn daher der Mensch nicht ein Entweder-Oder, sondern *beides* ist, eine *Substanz* in *Beziehung*, dann geht Reitingers Vorwurf, Frankl vertrete explizit eine relationale Ontologie, greife aber implizit auf eine substanzontologische Bestimmung zurück, an der Sache vorbei.

Man könnte an dieser Stelle auch noch die Frage erörtern, ob der Geist des Menschen Substanz oder Dynamis sei, aber das würde zu weit führen, daher halte ich nur fest, dass meiner Ansicht nach Geist eine *dynamische Substanz* ist, die Urwirklichkeit, an der die Menschen, jeder auf seine individuelle Weise, An-Teil haben und demnach in ihren „Ichs“ identisch *und* verschieden sind. Wir müssen auf dieser Erde das lebendige, durch vielfältige Relationen geprägte „Ich-Du-Wir“-Gefüge sensibel berücksichtigen, und zwar nicht nur in einem psychotherapeutischen Kontext, sondern in unseren Relationen zur physischen Natur und ebenso mit Blick auf das ökologisch-biologische Gleichgewicht unserer Umwelt.

Weder Frankl noch Längle haben diese Aspekte (relationale Ontologie, substanzontologische Bestimmung, Geistigkeit als Substanz oder Dynamis) explizit reflektiert, doch Frankl kennt aus eigener Erfahrung die Verankerung der Person in der Transzendenz, welche sich als ein „Du-Wort“ im Innersten der Person – im Gewissen – kundtut, wobei der einzelne Mensch durchaus *frei ist und bleibt* in seiner Stellungnahme zur Transzendenz: er kann sich ihr verschließen oder sie auch bewusst leugnen oder gegen die Transzendenz ankämpfen. Hier missversteht Reitinger Frankls Aussageabsicht über die Freiheit offenbar. Was sie als „Unklarheit bei der Frage nach der Freiheit“ (S. 118) bei Frankl bezeichnet, hört sich so an: „Wenn Freiheit darin besteht, sich am Sinn zu orientieren, dieser aber nicht vom Subjekt konstruiert [wie Längle meint], sondern gefunden wird [entdeckt, wie Frankl es sieht], gibt es in jedem Moment nur eine einzige Möglichkeit, die dem Krite-

rium der Willensfreiheit entspricht. Die sinnvolle *Möglichkeit* ist nicht vom Einzelnen gewählt. Er besitzt allerdings die *Wahlfreiheit*, sein Handeln nach dem Kriterium der Willensfreiheit auszurichten oder nicht. Erkennt oder wählt das Subjekt nicht das Sinnvolle, handelt es nicht willensfrei“ (S. 118f.). – Diese Interpretation der Aussagen Frankls kann ich nicht nachvollziehen.

Der Reihe nach betrachten wir zunächst das Kriterium der Willensfreiheit: Dabei geht es darum, dass Menschen, nachdem sie bei sich selbst Neigungen, Gefühle, Gedanken, Strebungen usw. wahrnehmen, selber frei entscheiden können, „was mit ihren Neigungen und Wünschen geschieht“ (S. 97). Nach dem Motto: Ich gebe meiner Neigung zum Zorn nach und werde jetzt meinen Gegner verbal angreifen [das kann ich wirklich tun!]. Oder: Ich fühle zwar heftigen Zorn in mir, doch ich werde ihm keinen freien Lauf lassen, sondern warte ab, bis ich mich beruhigt habe, und dann erst sage ich meine Meinung [auch das kann ich wirklich tun!]. Das heißt: Mein Ich und darin und damit mein Wille identifiziert sich mit dem Zornausbruch, einmal, und ebenso identifiziert sich mein Wille mit der Begrenzung des Zorns, ein anderes Mal. Beide Alternativen entscheide *ich selbst*. Niemand zwingt mich, so oder anders zu entscheiden, meinen Willen in die eine oder in die andere Richtung in Handlung umzugießen. Reitingers Aussage „wählt das Subjekt nicht das Sinnvolle, handelt es nicht willensfrei“ lässt sich nicht halten.

Reitinger weiter: „Von Handlungsfreiheit spricht man dann, wenn die Person tun und lassen kann, was sie will, wenn sie also nicht durch äußeren Zwang daran gehindert wird, ihre Absicht handlungswirksam werden zu lassen“ (S. 97). Ist das wirklich so? Im Sinne eines spontanen Philosophierens über das von ihr Formulierte könnte man sagen: Donald Trump konnte tun und lassen, was er wollte, auch über die Grenzen, die demokratische Institutionen ihm vorgaben, hinaus. Oder: Hitler und Stalin konnten Menschen in Millionenhöhe eliminieren lassen, auch über die ethischen Grenzen bzw. Normen, die seit Jahrtausenden gelten, hinaus. Oder: Der Süchtige kann Drogen konsumieren und sagen, er handle in Übereinstimmung mit seinem freien Willen. Das Unbehagen an diesen Beispielen [letzteres ist ein Beispiel

von Längle] ist offensichtlich, auch wenn nicht sofort benennbar. Beim näheren Hinfühlen erhellt sich der eigentliche anthropologische Sachverhalt: Die das Psychophysikum bewohnende geistige Person als Geist im Leib – immer schon mit anderen „Ichs“ in Relation – besitzt *a priori* die Freiheit, sich zu sich selbst, zu den Andern und zur Transzendenz zu verhalten, wohl wissend (kognitiv!) und fühlend (emotional!), dass dieses Sich-zum-Anderen-Verhalten nicht willkürlich sein darf, sondern auch eine Verantwortung, einen Moment des *Sollens* [mit Scheler gesprochen: eine „Sollensnotwendigkeit“] impliziert. Natürlich bin ich durch mancherlei Zwänge in meiner Handlungsfreiheit gehindert. Natürlich stellen äußere Zwänge [politische, ökonomische, technische Diktatur] und innere Zwänge [Ängste, Depressionen, starke Zwangsgedanken usw.] Hindernisse dar, die mich in meiner Handlungsfreiheit begrenzen. Aber ist damit meine Willensfreiheit außer Kraft gesetzt? Nicht gegeben? Gänzlich verschwunden?

Frankl sagt nun: Dieses *Sollen* (und ebenso das *Sein*), dieses Verantwortlichsein ist ein Apriori und wurde nicht vom Menschen gemacht. [Ich kann mir selbst das Sein nicht geben, da ich es auf eine individuelle Art und Weise *empfangen* habe]. Das ist seine theonome oder metaphysische Begründung des Homo humanus als Person-sein. Sich diesem Apriori zu fügen, ist keine Unfreiheit, sondern eine Veredelung der Freiheit, die als Freiheit zur Verantwortung die Grundartikulation des Geistes, der geistigen Person, der geistig-personalen Existenz darstellt. Dass Längle diese metaphysische Begründung mehr oder weniger ignoriert und fallen lässt, rechtfertigt er damit, dass in der Psychotherapie „das Religiöse“ oder „das Spirituelle“ nichts zu suchen haben. Das Problem liegt aber tiefer: Etliche Vertreter einer akademischen Psychologie (wie auch der Philosophie) haben keine persönliche Erfahrung mit einer konfessionell verfassten Religion und, so meine Vermutung, sie huldigen einem neopositivistisch-empirischen Wissenschaftsbegriff. In manchen Schriften heutiger Philosophen und Philosophinnen fehlen Gedanken und Reflexionen, die aus der persönlich und existenziell erlebten „mystischen Erfahrung“ ihre Kraft ziehen, während Frankl, – zunächst im Elternhaus in der Weisheitstradition des Judentums erzogen und später erschüttert, traumatisiert und erläutert durch

das Leiden im KZ, – sein eigenes Person-sein, dem eine unbedingte Würde zukommt, als „getragen durch tausende von Gotteswundern“ erfahren hat (vgl. seinen Brief an Oswald Schwarz, in: Viktor Frankl. Gesammelte Werke, Band 1. Wien 2005, S. 127). Hätte Frankl diese urtief existenzielle Dimension seines Lebens in seiner LuE nach 1946 nicht berücksichtigt – das erste Mal in seinem klassischen Werk „Ärztlichen Seelsorge“ (1946) verdichtet beschrieben, – dann wäre sein Ansatz höchstwahrscheinlich in Vergessenheit geraten.

Die bei Frankl und Längle feststellbare Divergenzen bei den Begriffen *Person*, *Sinn*, *Freiheit* und *Verantwortung* sind Reitinger zufolge eine Tatsache, so dass man sagen kann: es handelt sich in der Tat um zwei unterschiedliche anthropologische Theorien [oder philosophische Auffassungen vom Menschen], „wenngleich dies aufgrund ihrer ähnlichen Terminologie nicht offensichtlich ist“ (S. 240). Und weiter: „Wenn es das Anliegen einer Psychotherapierichtung ist, sich auf eine kohärente [philosophische] Theorie zu stützen, muss sich die Existenzanalyse [nach Längle] entscheiden, in welche Richtung sie ihre Anthropologie konkretisieren möchte und welche Philosophen sie bei der Klärung der Frage ‚Was ist der Mensch?‘ zurate ziehen möchte. Das bedeutet nicht, Frankls Beitrag zur Entwicklung der Existenzanalyse gering zu schätzen, sondern anzuerkennen, dass sich die Wege der Logotherapie [Frankl] und der Existenzanalyse [Längle] getrennt haben und sich zunehmend voneinander entfernen“ (S. 241).

Hier möchte ich hinzufügen: Nach meinem Verständnis sind die in Einheit gedachten und empfundenen Begriffe, Logotherapie *und* Existenzanalyse (LuE), zusammen unerlässlich und ihr Zusammengehörigsein darf nicht aufgegeben werden, sofern man das Grundanliegen des Wiener Arztphilosophen Viktor Frankl bewahren will. Logos und Existenz umfassen und überwölben „das Objektive“ und „das Subjektive“ in harmonischer Relation. Das schließt nicht aus, dass der Innenwelt der Person [mit allen Gefühlen, die eine Person haben kann und hat] in der konkreten therapeutischen Praxis mehr Aufmerksamkeit gewidmet werden soll, wie dies Längle angeregt hat. Das schließt aber sehr wohl aus, *die Innenwelt* und *die innerste Welt der geistigen Person* rein ontisch [also nicht metaphysisch] zu begründen, wie Längle dies

versucht, denn gerade dann, wenn man phänomenologisch vorgeht, was Längle implizit und explizit tut, kommt man nicht umhin, zu sehen, zu erkennen und anzuerkennen, dass im Phänomen „Mensch“ – in den Erscheinungen des eigentlich Menschlichen, wie z. B. nicht-be-rechnende Liebe, Humor, unverfälschtes Gewissen, Glaube, Hoffnung, Staunen, Gebet, Meditation, Kontemplation, Spiritualität usw. – eine *transzendente Wirklichkeit* durchschimmert und sich einen Weg bahnt.

Ob diese transzendente Wirklichkeit nun mit dem altehrwürdigen Wort „Gott“ oder „das Göttliche“, ob sie mit den Worten „Ur-Sein“ oder „Ur-Licht“, oder „Ur-Wirklichkeit“ oder „das Einzigwirkliche“ oder „das Tao“ oder „Allah“ oder „das Ewige“ oder „das Ewig-Eine“ usw. bezeichnet wird, ist eine Sache, welche die Grenzen jedweder Psychotherapie transzendiert, überschreitet. Doch der einzelne Psychotherapeut (weiblich mitgemeint), ob Logotherapeut, Psychoanalytiker oder Existenzanalytiker, darf die im Phänomen und durch das Phänomen „Mensch“ sich meldende Transzendenz nicht ignorieren. Zuletzt und schlußendlich wird hier nur eine zutiefst empfundene *Demut* „die Tür zur Transzendenz offenhalten.“

Für Interessierte sei noch angemerkt: Seit etwa 2000 erscheinen viele, auch von Ärzten und Psychologen, Psychotherapeuten und Psychiatern verfassten Bücher, in denen das Verhältnis „Religion-Spiritualität-Psychotherapie“ thematisiert und dafür plädiert wird, „die Sprache der Seele“ zu verstehen. Wer auf diesem Gebiet sucht, wird bald fündig.

(Otto Zsok)

Werner Schüßler, *Warum die Welt nicht alles ist. Was wir von der Philosophie lernen können*. Würzburg: Echter Verlag 2021, 128 Seiten, 12,90 €

Die Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl ist eine sin- norientierte Psychotherapiemethode mit philosophischen Wurzeln. Frankl entwickelte sie einerseits aus seinen klinischen Erfahrungen als

Arzt, nämlich als Psychiater und Neurologe (er hatte sich in seiner praktischen Tätigkeit schon früh mit den Ursachen von Suizidalität befasst), andererseits aus seiner theoretischen Beschäftigung mit der Philosophie, insbesondere mit der zeitgenössischen philosophischen Anthropologie und Existenzphilosophie, hier spielten als Ideengeber insbesondere Max Scheler und Karl Jaspers eine besondere Rolle. Er war der zutreffenden Auffassung, dass jeder Psychotherapie bestimmte philosophische Voraussetzungen zu Grunde liegen, entweder explizit oder implizit. Frankls nicht-reduktionistische Weltanschauung entstand in bewusster Abgrenzung zur aus seiner Sicht materialistischen Psychoanalyse und betont die grundsätzliche Freiheit des Menschen trotz aller biologischen, sozialen und psychologischen Bedingtheiten. Im Gegensatz zu anderen Psychotherapeuten hält er den Menschen nicht für determiniert, sondern für grundsätzlich frei und verantwortlich. Diese anthropologische Konzeption steht im Gegensatz zum heute sowohl in den Wissenschaften als auch im allgemeinen Verständnis eher vorherrschenden Naturalismus, welcher den Menschen ausschließlich als einen Bestandteil der wissenschaftlich erklärbaren Natur versteht. Ein solcher „Wissenschaftsaberglaube“ (Jaspers) lässt keinen Spielraum mehr für Freiheit, Verantwortung oder gar transzendente Bezogenheit.

Der Autor des hier zu besprechenden, neu erschienenen und in Bezug auf Umfang und Inhalt gut lesbaren Buches, Werner Schüßler, ist Philosoph und Theologe und Professor für Philosophie an der Theologischen Fakultät Trier. Er teilt Frankls Kritik an einem zu naturalistischen Selbst- und Weltverständnis, das ohne Religion auszukommen glaubt und sein „Heil“ im wissenschaftlich-technischen und ökonomischen Fortschritt sieht. Er weist philosophisch fundiert auf die prinzipiellen Grenzen der naturwissenschaftlichen Welterklärung hin und betont die Relevanz der Fragen nach dem Sinn, den Bedingungen für ein erfülltes Leben sowie nach der Freiheit und nach Gott vor dem Hintergrund der Überzeugung, dass die empirisch-materielle Welt nicht alles ist, mit dem man sich sinnvollerweise beschäftigen kann.

Insofern ist Werner Schüßler mit seinen bisherigen Publikationen, die sich zum Teil an ein größeres Publikum richten, aber auch mit

seinem aktuellen Buch der ideale philosophische Gesprächspartner für Logotherapeuten und an existenziellen Themen interessierte ärztliche und nicht-ärztliche Seelsorger. Er beruft sich auch in früheren Schriften des öfteren direkt auf Frankl und stimmt seiner „Dimensionalontologie“ als anthropologischer Grundlage zu, die den Menschen als eine multidimensionale Einheit mit den Aspekten Körper, Seele und Geist versteht. Der Mensch darf aber nicht auf eine dieser Dimensionen reduziert werden, obwohl die Einzelwissenschaften dies aus pragmatischen Gründen tun dürfen. Wenn sie sich der Begrenztheit ihres Studienfeldes bewusst bleiben, ist das auch legitim und notwendig; wenn z.B. Biologie, Psychologie oder Soziologie ihre einzelwissenschaftliche Perspektive aber auf den ganzen Menschen verallgemeinern, begehen sie einen Kategorienfehler. Solche Fehler sind z.B. in Bezug auf die Diskussion um die Willensfreiheit sehr populär geworden und werden von Schüssler kritisch beleuchtet, indem er beispielsweise ein Streitgespräch zwischen dem Neurowissenschaftler Gerhard Roth und dem im letzten Jahr leider verstorbenen Theologen Eberhard Schockenhoff analysiert und interpretiert. Roth ist ja bekanntlich wie einige andere Neurobiologen der Auffassung, dass beispielsweise durch die Libet-Experimente die menschliche Willensfreiheit eindeutig widerlegt worden sei. Er glaubt, dass das Gehirn schon entscheidet, bevor diese Entscheidung dem Menschen überhaupt bewusst wird, und es sich daher bei dem subjektiven Eindruck der Willensfreiheit um eine Illusion handeln müsse. Diesen naturwissenschaftlichen Denkfehler hatte Frankl ja bereits in seinem „Grundriss der Existenzanalyse und Logotherapie“ im Jahre 1959 kritisiert und widerlegt: „Unser Selbstverständnis sagt uns: Wir sind frei. Dieses Selbstverständnis, die Selbstverständlichkeit dieses Urtatbestandes unserer Freiheit, kann jedoch sehr wohl abgeblendet werden. Abblenden muss beispielsweise die Psychologie in ihrer naturwissenschaftlichen Ausprägung: Sie kennt keine Freiheit, darf sie nicht kennen – ebensowenig wie etwa die Physiologie so etwas wie Willensfreiheit anerkennen dürfte oder auch nur sehen könnte. [] Der Naturwissenschaftler kann als solcher immer nur Determinist sein. Aber wer ist schon ‚nur‘ Naturwissenschaftler?“ (Wiederabdruck in: V. E. Frankl,

Logotherapie und Existenzanalyse, Weinheim: Beltz 1994, S. 87). Weiter führt Frankl aus, dass der Mensch mehr sei, als die Naturwissenschaft an ihm zu sehen vermöge. Hier stimmt er implizit Karl Jaspers zu, der auch im vorliegenden Band einer der Lieblingsphilosophen (neben Martin Buber und dem Theologen Paul Tillich) des Autors zu sein scheint. Das anthropologische Credo von Jaspers lautete ja bekanntlich: „Der Mensch ist immer mehr, als er von sich weiß und wissen kann und als irgendein anderer vom ihm weiß“ (Philosophie II: Existenzerschließung, 4. Aufl., Berlin: Springer 1973, S. 41). Der Mensch kann als Dasein empirisch erforscht werden, die eigentlich menschliche Seinsweise aber ist die der „Existenz“, deren Erhellung im Zentrum des Philosophierens von Karl Jaspers steht und deren Bewusstwerdung auch das Ziel der Existenzanalyse Viktor Frankls ist. Existenz ist aber kein Gegenstand der Naturwissenschaften, sie kann nicht analysiert oder bewiesen, sondern nur aufgezeigt werden. Und da Freiheit sich erst in der existenziellen Ebene manifestieren kann, kann sie kein Objekt der Naturwissenschaft sein und daher auch mit naturwissenschaftlichen Experimenten weder verifiziert, noch falsifiziert werden.

Nach Jaspers gibt es aber noch eine weitere Dimension, die den Menschen exklusiv auszeichnet: sein Bezug zur Transzendenz. Selbstverständlich kann auch die Transzendenz nicht bewiesen werden, sondern sie wird der Existenz geschenkt und auch subjektiv erfahren, z.B. in der Mystik. Karlfried Graf Dürckheim spricht hier von „Seinerfahrung“. Auch für Frankl spielt die transzendente Bezogenheit eine wichtige Rolle. Bereits in seiner Doktorarbeit beschäftigte er sich mit dem „unbewussten Gott“. Hier beschreibt er die „Stimme des Gewissens“, diese Stimme stamme aber nicht vom Menschen, sondern von einer außermenschlichen, den Menschen übersteigenden Instanz „personaler Seinsart“. Frankl geht von der Transzendenz des Gewissens aus und begründet damit auch die ihm evidente Willensfreiheit.

Die drei angesprochenen Fragen nach der durch die Philosophie zu klärenden Natur des Menschen, nach der Möglichkeit der Freiheit und nach Gott sind auch die zentralen Fragen und Abschnitte des Buches von Werner Schüßler, das gut geeignet ist, dem Logotherapeuten

ein hilfreiches philosophisches Rüstzeug zur Verfügung zu stellen, mit dem die philosophischen und anthropologischen Grundlagen seiner Therapie besser zu verstehen sind. Selbstverständlich profitiert nicht nur der Logotherapeut von der Lektüre, da sie ihm hilft, den allgemeinen und wissenschaftlichen Zeitgeist besser zu verstehen und ggf. in Frage zu stellen. Auch in den Humanwissenschaften und in ihren praktischen Anwendungen, der Medizin und Psychotherapie herrscht heute ein oft unreflektierter und trivialer Naturalismus vor; nicht naturgesetzliche oder gar religiöse Vorstellungen werden vor-schnell als unwissenschaftlich und nicht mehr zeitgemäß bewertet. Dieses Weltbild prägt nicht selten auch Medizinerinnen und Mediziner, die sich der Nervenheilkunde oder auch der Psychotherapie zuwenden.

Zurück zur dreiteiligen Beantwortung der Ausgangsfrage, warum die Welt nicht alles ist: Im ersten Abschnitt des Buches beantwortet Schüßler aus seiner Perspektive die Frage, womit sich Philosophie eigentlich beschäftigt und warum die Philosophie kein überflüssiger geistiger Luxus ist. Hier geht er einerseits auf historische Aspekte ein und grenzt die Philosophie in Anlehnung an Karl Jaspers von den Einzelwissenschaften ab. Auch Jaspers hatte ja schon darauf hingewiesen, dass in der Philosophiegeschichte häufig der Fehler gemacht worden sei, einzelne Erkenntnisse von Seiendem in der Welt auf das Sein der Welt insgesamt zu verallgemeinern. Das Sein als solches sei aber nicht abschließend erkennbar, sondern mit unterschiedlichen Methoden und Perspektiven nur partiell und beschränkt zu beleuchten. In diesem Sinne betont Schüßler, dass sich die Einzelwissenschaften immer auf Gegenstände „in“ der Welt beziehen, während die Philosophie demgegenüber die Welt als Ganze zum Thema hat. Die Welt als Ganze sei aber nicht schon identisch mit der Summe ihrer Teile und werde nicht dadurch erkannt oder durchschaut, dass ihre Teile erkannt und durchschaut wären. Die Wissenschaften können das Wissen bis zu seinen Grenzen erweitern, aber jenseits dieser Grenzen ist nicht „Nichts“. Wie schon Ludwig Wittgenstein in seinem „Tractatus“ festgestellt hatte, hört das Erkenntnis- und Philosophie-Interesse an den Grenzen des sagbaren Wissens aber nicht auf,

hier wird es eigentlich erst richtig interessant. Wittgenstein hatte ja noch empfohlen, über diesen Bereich lieber zu schweigen oder ihn der Mystik zu überlassen, Jaspers widmet diesem Gebiet aber gleich zwei Bände seiner dreibändigen „Philosophie“, sie behandeln die Dimensionen Existenz und Transzendenz. Hier sind die Erkenntnismittel aber völlig anders als im Bereich des einzelwissenschaftlichen „Weltwissens“. Aus der Sicht von Therapeuten wie Frankl kann die psychotherapeutische Seelsorge ihr Interesse am Menschen aber nicht auf den wissenschaftlich klar erkennbaren Bereich begrenzen, da die eigentlichen Fragen nach dem Sinn des Lebens, nach der Natur des Menschen und nach Gott mit (natur)wissenschaftlichen Mitteln nicht mehr zu beantworten sind, aber regelmäßig Gegenstand der (ärztlichen) Seelsorge werden.

Bei der Beantwortung der Frage nach der philosophischen Wahrheit orientiert sich Schüßler wieder an Jaspers, in diesem Zusammenhang an dem monumentalen Werk „Von der Wahrheit“ von 1947, in dem er die wissenschaftliche Wahrheit des „Bewusstseins überhaupt“ (vgl. Kant) von der Wahrheit der Existenz abgrenzt. Mithilfe des „Bewusstseins überhaupt“ gewonnene wissenschaftliche Wahrheit ist für jedermann gleich, kann jedem vernünftigen Menschen vermittelt und von jedem nachvollzogen werden. Das gilt für die existenzielle Wahrheit nicht mehr, hier manifestiert sich auch die Freiheit, die insofern nicht für jedermann nachvollziehbar bewiesen, aber aufgezeigt bzw. erhellt werden kann.

Das Thema der Freiheit ist zentral und wird im zweiten Abschnitt behandelt, in dem Schüßler darlegt, warum Freiheit keine bloße Illusion ist. Hier zeigt er den Unterschied zwischen Bedingung und Ursache auf, begründet die Fehlerhaftigkeit und Ungeeignetheit von Laborexperimenten für die Beantwortung der Fragen nach der Willensfreiheit und wagt sich schließlich sogar an Themen wie Liebe und Unsterblichkeit und bezieht sie auf die Freiheitsproblematik.

Im dritten Abschnitt setzt Schüßler sich mit dem „neuen Atheismus“, wie er beispielsweise von Richard Dawkins vertreten wird, auseinander und legt dar, dass Gott keine reine Projektion sei. Auch hier lässt er sich wieder von Karl Jaspers leiten, der bei aller wissenschaft-

lichen Nüchternheit dennoch feststellen musste, dass kein Mensch sein Leben allein aus wissenschaftlichen Ergebnissen führen kann, sondern für alle wirklich ernsthaften Fragen eine Glaubensgrundlage benötige. Schüßler führt die dünnen Argumente des „neuen Atheismus“ an (unter anderem physikalische, psychologische und evolutionäre, aber auch ethische Argumente), er erwähnt die sogenannten „Gottesbeweise“, die er aber im Wesentlichen für gescheitert hält. Man kann Gott nicht beweisen, man kann ihn aber „aufweisen“. In diesem Aufweis bezieht sich Schüßler erneut auf Jaspers, aber auch auf den protestantischen Theologen und Philosophen Paul Tillich. Für beide Denker ist der Glaube eine „Sache der Freiheit“ und nicht des „Wissens“. Es ist also nicht auf einen Erkenntnisakt zu reduzieren, sondern „der personalste aller personalen Akte“ (Paul Tillich) und damit „eine Sache der Freiheit“ (Schüßler, 2021, S. 105). Daher kommt der Glaube, wie Jaspers betont, auch nicht ohne den Zweifel aus, „Glaube und Unglaube sind die Pole des Selbstseins“ (Karl Jaspers, zit. bei Schüßler, 2021, S. 108). Jaspers' Glaube ist aber nicht konfessionell oder religiös im engeren Sinne, sondern „philosophisch“, das heißt, er bezieht sich nicht auf konkrete, greifbare und abbildbare Glaubensinhalte, sondern auf die „Chiffren der Transzendenz“, die diese nicht zeigen oder gar beweisen können, sondern lediglich darauf hinweisen und nur für „Existenz“ lesbar sind.

Als Beispiel für einen durch ein überzeugendes Leben bezeugten Glauben führt Schüßler wieder Viktor Frankl an, der trotz seiner Auschwitz-Erfahrung nicht an der Theodizeefrage gescheitert ist, sondern sie zu einer therapeutisch wertvollen Pathodizee weiterentwickelt hat. Schüßler erinnert an Frankls Kernaussage, dass der Glaube bedingungslos ist und zitiert ihn in diesem Zusammenhang: „Die einzige dem Menschen angemessene Haltung angesichts der Problematik einer [] Theodizee ist die Einstellung des Hiob: Der sich vor dem Geheimnis beugte – und, darüber hinaus, die Haltung des Sokrates, der zwar zu wissen vorgab, aber nur: dass er nichts weiß“ (Viktor E. Frankl, zit. nach Schüßler, S. 119).

In seinem Fazit deutet der Autor eine Antwort auf die Frage, was das Leben letztlich trägt, an, ohne sie abschließend beantworten zu

können. Nicht „ein *gewusster* Sinn *in* der Welt“, sondern „die Gegenwart der Transzendenz“ kann dazu beitragen, zu einem erfüllten Leben zu gelangen. Wir können dem Autor als Logotherapeuten beipflichten, wenn er abschließend erneut betont, dass die Frage nach dem Sinn letztlich keine Frage der Wissenschaft, sondern eine Frage der Philosophie und der Religion sei, zu deren Beantwortung, so fügen wir hinzu, auch das Mittel der ärztlichen und psychologischen Seelsorge verwendet werden darf. Der philosophische Seelsorger Werner Schüßler hilft uns dabei, mit der „tostlosen Metaphysik“ (Holm Tetens) des Naturalismus nicht sinn- und ratlos zurückgelassen zu werden.

(Jörg Zimmermann)

IV. DGLE-NACHRICHTEN

Otto Zsok

Gedanken zu einer sinnwidrigen Konflikt-Konstruktion

Vor kurzem ist ein Buch erschienen, das mich zu einer Replik veranlasst. Es handelt sich um das Buch von Alexander Batthyány und Elisabeth Lukas, *Logotherapie und Existenzanalyse heute. Eine Standortbestimmung* (Innsbruck–Wien: Tyrolia Verlag 2020, 286 Seiten, Euro 24,95). Bevor ich näher darauf eingehe, noch zwei Vorbemerkungen, zum einen: Die Abkürzung LuE steht für Logotherapie und Existenzanalyse, VFI für Viktor-Frankl-Institut, Wien (gegründet 1992), DGLE für Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (gegründet 1982); in eckigen Klammern stehende Anmerkungen innerhalb von Zitaten stammen von mir. Zum anderen: Sowohl der Autor oder die Autorin eines Buches als auch der Leser bzw. die Leserin bringen apriori ein *Vorverständnis* mit. Autoren wie Leser sind auch Rezipienten – Subjekte und Personen, die fühlen, denken und urteilen –, das heißt „Aufnehmende“ von Inhalten. Der Spruch der Lateiner trifft zu: *quidquid recipitur, ad modum recipientis recipitur. / Was auch immer empfangen wird, wird gemäß der Weise des Empfangenden erfasst*. Das gilt universal: für die biblischen Autoren ebenso wie für den durchschnittlichen Europäer und selbstverständlich für den Rezensenten und für die Autoren dieses Buches.

Nun zum Buch selbst. Es ist ein langes, durchaus überlegt aufgebautes Gespräch zwischen Elisabeth Lukas (Jg. 1942) und Alexander Batthyány (Jg. 1971). Es liest sich flüssig – und ist doch zumindest stellenweise in höchstem Maße ärgerlich. Beide Personen werden im Buch dargestellt als „führende Vertreter von Viktor Frankls Logotherapie und Existenzanalyse im deutschen Sprachraum“. Für Frau Lukas trifft dies sicher zu. Sie blickt auf eine beinahe 40-jährige Praxis als Psycho- und Logotherapeutin zurück, und als Dozentin der Logotherapie hat

sie insgesamt 49 Semester hervorragend unterrichtet und hunderte von Schülerinnen und Schüler geprägt. Ferner hat sie mit ihren über 170 gut verständlich geschriebenen Büchern die Sache der LuE – im Geiste des Begründers, des Wiener Arztphilosophen Viktor E. Frankl (1905–1997) – ganz wesentlich vorangebracht. Dass gleichzeitig mit und neben ihr in den Jahren 1980 bis 2020 auch andere bedeutende Persönlichkeiten, ebenfalls Schüler Viktor Frankls – wie Walter Böckmann, Uwe Böschmeyer, Wolfram Kurz, Karl-Dieter Heines, Paul Bresser, Karlheinz Biller, Theodor Rütter, um nur einige aus Deutschland zu nennen – gewirkt und die Sache der LuE vorangetrieben haben, gehört zu den Fakten, auch wenn im vorliegenden Buch, aus welchen Gründen auch immer, die oben genannten Namen nicht ein einziges Mal erwähnt werden. Dies anzumerken, scheint mir deshalb wichtig, weil sonst beim uninformatierten Leser leicht der Eindruck entsteht, als hätten nur die beiden Autoren dieses Buches zur Sache etwas Gewichtiges zu sagen.

Bathýány bemüht sich im Buch nach Kräften, dem sinnzentrierten Ansatz Gehör zu verschaffen, vor allem durch die Aufzählung der empirischen Forschung, welche die Kernkonzepte der originären Logotherapie bestätigt, und durch die Art und Weise, wie er in dem Abschnitt „Frankl und Längle – eine Gegenüberstellung“ (S. 120–139) die inhaltliche Abwendung Längles von dessen Lehrer Frankl erörtert und auf mancherlei Widersprüche in Längles Konzept über Sinn und Wert hinweist. Diesen Abschnitt kann man als gelungen bezeichnen, was man von anderen Abschnitten leider nicht sagen kann, da es dort versäumt wird, offensichtliche Fakten und Zusammenhänge zu benennen, die – jedenfalls nach meiner Überzeugung – zu einer „Standortbestimmung heute“ einfachhin dazugehören.¹

Viktor E. Frankl hat mit seinen Überlegungen überaus Wertvolles in die Welt gesetzt und fand bald – wie vor ihm Sigmund Freud und

¹ Vgl. dazu auch Otto Zsok, Der weiter wirkende Wille zum Sinn. Eine kurze Geschichte der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE) (1982–2015). Gießen: Psychosozial-Verlag 2016. In diesem Buch werden die Entwicklungen sowohl in Österreich wie in der Schweiz und in Süd-Tirol berücksichtigt. Es ist die erste umfassende Darstellung der Geschichte der LuE im deutschen Sprachraum.

Alfred Adler – Schüler oder „geistige Nachfolger“, die überzeugt waren, dass seine LuE den „nervus rerum“ der (damaligen wie der heutigen) Zeit trifft, da sie dem bis dahin reduktionistisch aufgefassten Menschen-Bild die eigentlich humane Dimension – die noetische oder geistige Dimension – zurückgab. Frankl hat die seinerzeit klassische Psychotherapie [damals waren das Psychoanalyse und Individualpsychologie] nicht abgeschafft, sondern überwunden, indem er [von Max Scheler stark geprägt] herausstellte: Zum Mensch-*sein* gehört wesentlich das Geistige dazu. Dieses *ontologische* Grund-Datum müsse auch in der Therapie, in der Psychiatrie, in der Medizin usw. endlich berücksichtigt werden, und das gelte auch für den phänomenologisch zugänglichen Tatbestand, dass dieses Geistige „offen“ für die Transzendenz sei. Frankl hat es, sinngemäß zitiert, so ausgedrückt: Die Existenzanalyse bewege sich zwar im Zimmer der Immanenz, sie dürfe aber „die Tür zur Transzendenz“ nicht verstellen (vgl. V. Frankl, *Der Wille zum Sinn*. München 1991, S. 75.) Das Wort Transzendenz [wie die Begriffe Über-Sinn, Über-Welt, Über-Person (ein Wort für Gott)] bezeichnet bei Frankl das Jenseitige, eine *meta*-physische Dimension der Wirklichkeit, an der der Mensch *a priori* Anteil hat. Eine rein säkulare, ausschließlich auf das Diesseitige begrenzte Mentalität und Denkweise entspricht nicht dem Franklschen Denken.

Seit Anfang der 1980er Jahre widmeten sich dem Ansatz Frankls, neben anderen wichtigen Schülern, Elisabeth Lukas (eine Wiener Psychologin, die damals schon in Deutschland wirkte und als erste in Europa über die Logotherapie 1971 an der Wiener Fakultät eine Dissertation verfasste) und Alfried Längle (ein in Wien lebender Arzt). Beide folgten, auf ihre je eigene Weise, Viktor Frankl nach. Zwischen Längle und Lukas aber kam es schon 1984 zu einem Konflikt, der primär *inhaltliche* Gründe hatte, die sich auf den Begriff „das Geistige im Menschen“ beziehen. Im vorliegenden Buch werden diesem Konflikt 36 Seiten gewidmet. Doch betrachten wir die Dinge der Reihe nach.

Lukas und Batthyány erörtern in zehn Kapiteln, mit jeweils eigenen Abschnitten, folgende Themen: Die Pathologie des Zeitgeistes im 21. Jahrhundert (I.) – Zur psychologischen Bedeutung realistischer Menschenbilder (II.) – Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Sinnfindung

(III.) – Wege zur Sinnfindung (IV.) – Viktor Frankls Logotherapie und Alfred Längles Eigenentwurf (V.) – Die Sinnfrage in der wissenschaftlichen Forschung (VI.) – Verortungen und Einsatzgebiete der Logotherapie (VII.) – Die Logotherapie in der psychotherapeutischen Praxis (VIII.) – Transzendenz: An den Grenzen menschlichen Vorstellungsvermögens (IX.) – Gelebte und weitergegebene Logotherapie (X.). Dann folgt noch eine Literaturliste mit 160 Büchertiteln, auch vielen englischsprachigen. Erstaunen muss aber, dass ein deutschsprachiges Lehrbuch, ein wahrer Klassiker und in seiner wissenschaftlichen Konzeption bis heute unübertroffen, nicht erwähnt wird: Christoph Riedel/Renate Deckart/Alexander Noyon: *Existenzanalyse und Logotherapie*. Ein Handbuch für Studium und Praxis. Darmstadt 2002, ebensowenig das große fast 1000seitige Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl, hrsg. v. Karlheinz Biller und Maria de Lourdes Stiegeler, 3. Aufl., Fürstenfeldbruck 2020, desgleichen die seit 1986 bestehende Fachzeitschrift der DGLE *Existenz und Logos* (das neue Buch von Wolfram Kurz, *SINN suchen, entdecken, verwirklichen*, Tübingen 2020, könnte evtl. deshalb nicht aufgelistet sein, weil es im selben Jahr 2020 erschienen ist). Auffallend ist das alles schon, da Batthyány, der das Projekt für dieses Buch konzipierte, zwar selbst keine logotherapeutische Praxis führt, aber als Direktor des Viktor-Frankl-Institutes in Wien entsprechende bibliographische Kenntnisse hätte aufweisen müssen. Wer für sich in Anspruch nimmt, über die weltweit erscheinende logotherapeutische Literatur informiert zu sein, sollte wenigstens jene im benachbarten Deutschland kennen.

Aber vielleicht ist dieses Nicht-Erwähnen ja die Folge dessen, dass im Buch die Beziehungen zwischen dem VFI Wien (gegründet 1992) und der DGLE (gegründet 1982) mangelhaft, einseitig, tendenziös und definitiv nicht den Fakten entsprechend präsentiert werden. Später mehr dazu. In einer Zeit der „fake news“ regt sich in mir jedenfalls Widerstand, wenn Vertreter eines Fachgebietes offensichtliche Fakten verschweigen oder übergehen oder bestimmte Aspekte so akzentuieren, dass der Laie den Eindruck gewinnt, es gäbe heute bzw. in den letzten vier Jahrzehnten (die Rede ist hier von den Jahren 1980 bis

2020) in der breiten Landschaft der LuE lediglich eine Handvoll Persönlichkeiten, die sich mit dem „originären Franklschen Gedanken-gut“ so auskennen wie die Autoren dieses Buches. Frau Lukas hat sicher einen Löwenanteil daran, dass die LuE Viktor Frankls sich weltweit ausbreitete. Über ihren Einsatz hat nicht nur sie selbst Auskunft gegeben (z.B. in ihrem Buch *Vom Sinn getragen. Ein Leben für die Logotherapie*. München 2012), er wurde auch anderenorts gewürdigt, vgl. u. a. Otto Zsok (Hg.), *Logotherapie in Aktion. Praxisfelder und Wirkungsweisen*. München 2002 (darin haben 17 Autoren die Positiva der Logotherapie und das Lebenswerk von E. Lukas zu ihrem damaligen 60. Geburtstag dargestellt).

1986 gründete Frau Lukas mit ihrem Mann Gerhard Lukas das Süddeutsche Institut für Logotherapie GmbH, Fürstenfeldbruck, das sie bis 2003 leitete. Da ich selbst in jenen Jahren dabei war – und inzwischen seit beinahe 35 Jahren dabei bin –, bestätige ich, wie konzentriert, kompetent, mit welcher Hingabe und Einsatz Frau Lukas der Sache der Logotherapie in jenen Jahren gedient hat, auch ihre Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen fördernd, und, nach Übergabe des Instituts an die neue Leitung – Otto Zsok und Nadja Palombo – in ihrer Heimat Österreich weiterhin diente und noch dient. Als ausgesprochen rätselhaft, um es vornehm zu formulieren, ist allerdings die Tatsache zu bezeichnen, dass im Buch vom „ersten“ und vom „zweiten“ Süddeutschen Institut die Rede ist (vgl. S. 198), so als hätte sich das Süddeutsche Institut in seinen *inhaltlichen* Zielsetzungen nach 2003, also nach dem Ausscheiden von Frau Lukas, so sehr verändert, dass man von einem „zweiten“ Institut sprechen müsste, das mit dem „ersten“ anscheinend nichts mehr zu tun habe. Das ist eine völlig unpassende Unterscheidung, die darauf hinausläuft, die „Lukas-Ära“ [1986–2003] von der Ära der „neuen Leitung“ [2003–2020/21], wie es im Buch heißt (S. 198), abzugrenzen. Ja, die Leitung ist seit dem 1. April 2003 eine neue, doch die *Kern-Inhalte* des Instituts sind geblieben. Das Franklsche Menschenbild bildet nach wie vor die Grundlage aller Unterrichtseinheiten. Darüber hinaus wurde auch das fünfteilige Curriculum von Frau Lukas nach seinem Erscheinen 2013 übernommen als Basis der berufsbegleitenden Fortbildung. Wenn man dieses merkwürdige Ab-

grenzen der Lukas-Ära von der Ära der neuen Leitung auf seine Implikationen hin bedenkt, hieße das ja, dass Frau Lukas über viele Jahre hin offenbar unfähig war zu bemerken, dass ihr langjähriger Mitarbeiter (dem sie dann die Leitung ihres Instituts übergab) keine originäre Logotherapie vertritt. Ob den beiden Autoren diese Implikation bewusst war?

Die neue Leitung legte übrigens Wert darauf, dass das Institut seit dem 1. April 2003 mit dem vollständigen Namen *Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse* heißt – was in diesem Buch ebenfalls unter den Tisch fällt. Obwohl eigentlich unstrittig ist, dass die von Viktor Frankl begründete „sinnzentrierte Psychotherapie“ beide Bezeichnungen braucht, um der Intention des Wiener Arztphilosophen zu entsprechen, auch wenn er selbst, zumindest zeitweise, nur von „Logotherapie“ sprach. Das Begriffspaar *Logotherapie* (das erste Mal 1926 von Frankl eingeführt) und *Existenzanalyse* (das erste Mal 1933 von ihm explizit erwähnt) bildet ja die zwei Seiten derselben Theorie, und in beiden Begriffen stecken diagnostische und psychotherapeutisch relevante Elemente. Dass Frankl den Begriff *Existenzanalyse* als „anthropologische Forschungsrichtung“ wählte, um sich damit von der Freudschen Psychoanalyse abzusetzen, ist der Geistesgeschichte geschuldet mit ihrer damaligen alles dominierenden Stellung der Psychoanalyse. Frankl versteht ja unter Existenzanalyse keine Analyse der Existenz, da Existenz seiner Ansicht nach nicht analysierbar, sondern „ein Mysterium“ sei. Ihm ging es eher um „Existenzerhellung“, Erhellung auf *Freiheit* und Bewusstmachung auf *Verantwortlichkeit* hin, genau in dem Sinne, wie der andere große und bedeutende Arztphilosoph Karl Jaspers (1883–1969) den Begriff *Existenzerhellung* schon vor Viktor Frankl geprägt und verwendet hatte. Die Auslegung der Existenzanalyse als Existenzerhellung ist, nach meinem Empfinden, ein Gewinn für die begriffliche Klarheit, die wir alle gut brauchen können, wenn es um das Abtasten, das Erkennen und Erfühlen der hochsensiblen Bereiche des Mensch-seins – das tatsächlich zutiefst ein Mysterium ist – geht.

Bis zum Kapitel VII („Verortungen und Einsatzgebiete der Logotherapie“), also bis Seite 191, habe ich dieses Buch durchaus auch mit

Zustimmung gelesen. Positiv beeindruckt hat mich u.a. die ausgereifte Sprache von Frau Lukas. „Tatsache ist“, sagt sie an einer Stelle, „dass die Dankbarkeitsvergessenheit grassiert wie eine böse Infektionskrankheit“ (S. 15). Auf die Frage, woran das liegen mag, antwortet sie: „Ehrlich gesagt, ich weiß es nicht. Vielleicht bin ich einfach zu alt und zu sehr Kriegskind, um das zu verstehen. Die einzige Erklärung, die mir dazu einfällt, ist, dass positive Lebensbedingungen *als solche überhaupt erst erkannt werden müssen*. (...) In einer Industriegesellschaft wie der Unsrigen müssen wir höllisch aufpassen, Glück nicht mit dem Besitz von Konsumgütern zu verwechseln“ (S. 18f.). Oder: „Um von einer Zeitgeistströmung sprechen zu können, müssen ihr sehr große Bevölkerungsteile huldigen. Und das ist mit der *Cyberpathologie* der Fall. Wir schlagen mit ihr nicht nur ein Kapitel kollektiver Sucht auf, die wie ein Moloch insbesondere die Jugend in ihren Bann zieht“ (S. 29). Oder: „*Solange das Gewissen die Technik an der Leine führt, kann und wird sie uns zum Segen gereichen*. Nur wenn es die Leine loslässt – dann bewahre uns Gott!“ (S. 31). Und es sei das Gewissen, das von „globalen Megaaufgaben“ flüstere, „die nur im friedlichen und konsensualen Miteinander bewältigt werden können. (...) Not lehrt uns, dass uns alles nur ‚auf Zeit‘ gehört, aber auch, dass uns dieses ‚auf Zeit Gehörige‘ in einem Gnadenakt anvertraut ist. Und Beten nährt unsere Hoffnung, dass die Gnade immer noch waltet ...“ (S. 36). Oder: Die Frankl’sche Logotherapie „bildet eine ideale Ergänzung für sämtliche Disziplinen und Fragekomplexe, die sich mit dem Los des Menschen befassen, seien sie ärztlicher oder anderer Natur“ (S. 209).

Im Kontext „Resilienz und Sinnfrage“ (S. 182–191) finden sich freilich manche Punkte, die nach meinem Empfinden sehr diskussionswürdig sind. Da heißt es: Ich (Lukas) glaube, „dass Frankl diese Kapazität [nämlich der Trotzmacht des Geistes] nicht hauptsächlich für den ‚Resilienzfall‘ vorgesehen hatte. Ja, nicht einmal für den ‚Leidensfähigkeitsfall‘, denn einem unveränderlichen negativen Sachverhalt kann man überhaupt nicht trotzen.“ [Frage: Hat Frankl im KZ ohne Aktivierung seiner geistigen Trotzmacht überleben, also *trotz-dem* Ja zum Leben sagen können?]. Und weiter: „Man kann sich nur dazu einstellen, und zwar so oder so. Nicht Trotz, sondern die Realisierung

von Einstellungswerten ist angefragt. – Der ‚noo-psychische Antagonismus‘ steht für andere kritische Situationen bereit; weniger für zu Akzeptierendes als für *Nicht zu Akzeptierendes*. Zum Beispiel, wenn eigenen unnötigen Ängsten oder ungesunden Begierden oder unethischen Neigungen widerstanden werden soll. Er ist die Ausrüstung des ‚besseren Ichs‘ im Kampf mit dem ‚schwächeren Ich‘, und nicht im Kampf mit den Normen. Es kann zwar sein, dass massive Verführungen und Einflüsse von außen jemanden in eine falsche Richtung drängen, aber den richtigen Respons muss sich der Betreffende von sich selbst abtrotzen. Demzufolge stellt die ‚Trotzmacht des Geistes‘ vorrangig eine Gegenkraft zu psychophysischen Automatismen oder Triebgelüsten dar, die einer ‚humanen Korrektur‘ bedürfen. Resilienz hingegen würde ich als eine Gegenkraft zur Verdichtung von posttraumatischen Belastungsstörungen bezeichnen. – Was Resilienz fördernde Faktoren angeht, so teile ich nicht die Ansicht, dass die Bindung an eine konstante Bezugsperson ausschlaggebend sei. Ist doch gerade die Einbuße solcher Bindungen bzw. der Tod geliebter Personen oft jener Schicksalsschlag, den es im ‚Leben danach‘ zu bewältigen gilt. Auch bin ich nicht überzeugt, dass die Bereitschaft, sich helfen zu lassen, maßgeblich sei. Mir scheint die Bereitschaft, selber anderen bei deren Problemen beizustehen, der seelischen Genesung viel förderlicher zu sein“, so Frau Lukas (S. 189).

Da es hier nur um das Interpretieren der Bedeutung von Wörtern („Trotz“, „Resilienz“, „Bindung“) geht, und Wörter stets unterschiedlich interpretiert werden können, liste ich einige alternative Interpretationen auf, die für mich aber plausibler sind:

(1) Meiner Ansicht nach *trotzt* unser Immunsystem ja auch und arbeitet nicht mit Einstellungswerten. Und eine passende neue Einstellung zu finden, ist *an sich* schon ein Trotzen aus dem Geistigen. Im Übrigen darf das Wort Trotzen oder Trotzmacht nicht inflationär gebraucht werden. Frankl selbst hat darauf hingewiesen: Der Mensch müsse ja nicht jedes Mal *gegen* irgendetwas trotzen oder immer nur *entgegen*-treten oder immer wieder von seiner geistigen Trotzmacht Gebrauch machen, „denn mindestens ebenso oft wie *trotz* seines Erbes, *trotz* seiner Umwelt und *trotz* seiner Triebe behauptet sich der

Mensch ja auch *dank* seines Erbes, dank seiner Umwelt und kraft seiner Triebe – ein Hinweis, den ich Dr. Gertrud Paukner verdanke“ (V. Frankl, *Der leidende Mensch*. Bern 1998, S. 149, FN 58).

(2) Das „bessere Ich“ bezeichne ich in meiner Formulierung als das *Geist-Ich* (auch als das „Ich im Licht“). Das „schwächere Ich“ soll als „Ego“ oder als „das psychologische Ich“ bezeichnet werden. Beide Sphären werden mit demselben Wort (Ich) benannt, weshalb es sicher sinnvoll ist, das eine vom anderen zu *unterscheiden*, denn eine vollständige Trennung wird erst im Tod der Fall sein, wenn das nicht-sterbliche Geist-Ich sich aus der Sphäre des Psychophysikums, mit dem es im Zustand der Inkarnation innigst verbunden war, entwindet. Doch bis zum Tod ist oder sollte das Geist-Ich die Herrschaft über das kleine Ego-Ich behalten, die Kräfte des Letzteren benützend, formend und gestaltend (Selbstdistanzierung!).

(3) Ja, die Bereitschaft sich helfen zu lassen, ist nicht alles, und doch in vielen Einzelfällen wird es genau *darauf* ankommen: sich von außen her helfen zu lassen, auch wenn diese „Hilfe von außen“ letztlich von „innen“ kommt, weil der betreffende Mensch durch das Gebet die geistige Lenkung anfleht. Darüber hinaus bin ich persönlich der Ansicht, dass es ein Stück *Demut* bedeutet, wenn ich mir helfen lasse; wenn ich selbst, allein auf mich gestellt, nicht mehr weiterkomme. Es ist ja nicht so, dass der Logotherapeut oder die Logotherapeutin oder der Existenzanalytiker niemals in eine Lage kommen könnte, in der sie oder er keine Hilfe von außen bräuchte.

(4) Bei allem Respekt gegenüber meiner Lehrerin ist zum Begriff „Bindung“ eine Differenzierung erforderlich. Denn dass die Bindung des Kindes an eine konstante Bezugsperson ausschlaggebend für die Persönlichkeitsentwicklung ist, hat die Bindungsforschung längst herausgefunden. Ohne eine gelungene Bindung zumindest in der Kindheit (etwa in den ersten 14 Jahren) können – nicht alle, aber viele – Menschen sich kaum zu einer gesunden Persönlichkeit entwickeln. Hier müssen wir einfach die Ergebnisse der Bindungsforschung und der Neurobiologie respektieren, welche die LuE im besten Sinne bereichern und weiterbringen. Fasst man das Wort *Bindung* etwas weiter – sowohl im Sinne der Bindungsforschung als auch im Sinne einer

geistigen Bindung –, so lässt sich phänomenologisch feststellen, dass der Wiener Arztphilosoph Viktor Frankl für viele Menschen eine, auch für mich, *konstante* Bezugsperson ist, und so auch für Frau Lukas.

An diesem zentralen „Bindungspunkt“ kann übrigens auch der Konflikt zwischen Alfried Längle und Elisabeth Lukas grosso modo nachvollzogen werden. Im Kapitel V., „Viktor Frankls Logotherapie und Alfried Längles Eigenentwurf“ (S. 111–147) äußert sich Lukas das erste Mal aus ihrer Sicht, wieso und warum es zum „traurigen Logotherapie-Schisma“ (S. 113) kam, zunächst zwischen Frankl und Längle und dann zwischen Lukas und Längle. Um es vorwegzunehmen: Es war die *geistige Bindung* zu Frankl, welche Längle gekappt hat [vermutlich auch durch eine nicht-harmonische Kommunikation mit ihm], und es war und ist die *geistige Bindung* zu Frankl, die Frau Lukas bis heute aufrechterhält. Dass dabei gewichtige inhaltliche – philosophische und anthropologische – Gründe mit im Spiel sind, ist bekannt und steht dem nicht entgegen. Und ist es Längle wirklich gelungen, sich von seinem Lehrer Frankl *gänzlich* zu lösen?² Mein persönlicher Eindruck ist, dass Längle zu den Intellektuellen der westlichen Welt gehört, die mit der *metaphysischen* Deutung des Menschseins – dem „ontologischen Mysterium“ (Gabriel Marcel) – und dem philosophischen Begriff der Transzendenz Schwierigkeiten haben. Das soll hier als eine Feststellung zur Sache und nicht als Angriff auf Personen verstanden werden.

Um auf das Buch zurückzukommen: Es ist immer wieder interessant, wie der jüngere Autor (Batthyány) die 29 Jahre ältere Autorin (Lukas) mit aktuellen Fragestellungen anregt, worauf sie mit einer kürzeren, meistens aber längeren Reflexion antwortet und auch sehr persönliche, subjektiv erlebte Geschehnisse erzählt, nicht nur darüber, wie sie Frankl als Lehrer erlebte, sondern auch, was sie selbst von dem Konflikt hält zwischen Frankl und Längle – in den sie zutiefst involviert war und der noch nicht beendet ist. Hier, im Kapitel V., von Batthyány mit einem Vorspann eingeleitet, antwortet Lukas mit einem

² Vgl. dazu in diesem Heft die Rezension des Buches von Claudia Reitingner, Zur Anthropologie von Logotherapie und Existenzanalyse. Viktor Frankl und Alfried Längle im philosophischen Vergleich. Wiesbaden 2018.

(persönlichen) historischen Abriss: „Es stimmt, in Bezug auf Ihre Frage, wie sich die traurige Logotherapie-Schisma-Geschichte vollzogen hat, bin ich eine Zeitzeugin. Ich kann nicht umhin, diese Geschichte aus meiner Sicht zu erzählen, aber ich will mich so eng wie möglich an die Tatsachen halten“ (S. 113). Die von Lukas skizzierte Sicht, die auch ihre Traurigkeit und ihren Schmerz thematisiert, bestätigt, dass der Hauptgrund für die Trennung zwischen Längle und Lukas tatsächlich *inhaltlicher* Natur war. Lukas formuliert es so: „Als ich im Dezember 1984 bei einer Fortbildungsveranstaltung in Wien war, demontierte Längle meine Ausführungen zum menschlichen Gewissen vor lauschendem Publikum. Was hieße da ‚die Stimme der Transzendenz‘ abhören? Im Gewissen spiegele sich, was die Gesellschaft, in der man aufwächst, für gut und richtig hält ... Als ich widersprach, ließ Längle mich fallen. Danach suggerierte er Frankl, dass meine Schriften und Bücher viel zu allgemein verständlich und zu simpel seien, um in wissenschaftlichen Gremien ernst genommen zu werden, und tat auch sonst alles, um einen Keil zwischen mir und Frankl zu treiben. In einem Telefongespräch, bei dem ich meine Mitarbeit in Wien anbot, sagte er wortwörtlich: ‚Bleiben Sie in Deutschland, hier sind Sie unerwünscht!‘ Ich war zur persona non grata geworden – und mein Traum von einer Rückkehr in die Heimat war geplatzt“ (S. 114f.).

Ihre geistige Bindung an Frankl war stärker als die von Längle (ohne dass damit der Letztere als „Häretiker“ abgestempelt werden soll. Nach meiner Einschätzung hat Längle selbst in seinen späteren Jahren bedauert, keinen gütigen Konsens mit Frankl gefunden zu haben). Es ging um die Frage nach dem *Gewissen* als „Stimme der Transzendenz“ und, ob der Sinn eine transsubjektive Größe [ein dem Wollen vorausliegender „Logos“] oder nur eine vom einzelnen Menschen in seiner jeweiligen Situation „gemachter“ oder „gedachter“, „gesetzter“ oder „erfundener“ Sinn ist. Diese letztere Auffassung vertrat und, wenn ich richtig sehe, vertritt Längle heute noch, während Lukas [mit Frankl] den *transsubjektiven* Charakter des Sinnbegriffs vertritt: Sinn wird nicht gemacht und nicht konstruiert, sondern, da er dem Wollen *ontologisch vorgelagert* ist, *entdeckt*. Freilich ist im Prozess der sogenannten Sinnwahrnehmung und, noch mehr, in der *Sinner-*

kenntnis der einzelne Mensch als erkennende geistige Person immer schon beteiligt, und genau dieser Umstand kann manche zu der irri- gen Auffassung verleiten, als würde der einzelne Mensch seinen sub- jektiven Sinn „machen“. Aber sowohl aus der Philosophie, die sich mit dieser zutiefst philosophischen Fragestellung immer schon be- schäftigt hat, wie auch aus den Erfahrungen mit der großen abendlän- dischen Musik leuchtet mir der ontologische Vorrang des Sinns un- mittelbar ein. Das gilt auch für die Praxis der Psychotherapie. Freilich wird der Laie kaum merken, ob ihm in einer konkreten Psychothera- pie ein dreidimensionales Menschenbild oder ein reduktionistisches Menschenbild angeboten wird. Und doch schwingt in jeder konkreten Psychotherapie das *Vorverständnis* mit: Was halte *ich* als Psychothera- peut vom Mensch-*sein* an sich? Ist der Mensch, seinem innersten We- sen nach, nur und ausschließlich ein Psychophysikum? Oder waltet in ihm auch eine geistige Dimension *sui generis*?

In der Antwort auf diese Fragen scheiden sich in der Tat die Geister, weshalb ich persönlich weitgehend nachvollziehen kann, dass der Längle-Lukas-Konflikt primär *inhaltlicher* Natur war. Was auf der ganz persönlichen – auch auf der emotionalen – Ebene sonst noch mit- gespielt haben mochte, entzieht sich meiner Kenntnis.

Als sehr wahrscheinlich erachte ich den Umstand, dass Viktor Frankl selbst seinerzeit beide Persönlichkeiten als seine Schüler ge- schätzt und gefördert hat, und, möglicherweise, zunächst dem Arzt Längle mehr Kompetenz zugetraut hat, der LuE im medizinisch-psy- chotherapeutischen Bereich Geltung zu verschaffen.³ Der jetzt folgen- de Konjunktiv-Satz klingt, wie er klingt: Es wäre der ganzen Sache der LuE dienlich gewesen, hätten damals Frankl und Längle den *philoso- phisch-anthropologischen* und den *psychotherapeutischen* Konsens gefun- den. Doch es kam zum Bruch. Wie Harald Mori, der letzte Assistent Frankls, in seinem lesenswerten Buch gezeigt hat (Harald Mori, Exis- tenzanalyse und Logotherapie. Wien 2020), gab es sicher auch auf der

³ Man lese dazu auch: Hedwig Raskop, Die Logotherapie und Existenzanalyse Vik- tor Frankls. Systematisch und kritisch. Wien: Springer Verlag 2005. Auch dieses Buch wird von Batthyány und Lukas nicht erwähnt.

Kommunikationsebene zwischen Frankl und Längle mancherlei Probleme, doch das Hauptproblem dürfte gewesen sein, dass Frankl in den von Längle vorgeschlagenen Änderungen sein ursprüngliches Menschenbild nicht mehr erkannt und deshalb der Ansicht war, Längle müsste seiner Richtung einen *eigenen* Namen geben. Lukas dazu: In Fürstenfeldbruck, nach Gründung und Eröffnung des Süddeutschen Instituts [1986], sei sie „vor weiteren Schatten verschont“ gewesen [nachdem sie von Längle in Wien als nicht erwünscht qualifiziert wurde], und Frankl selbst habe allmählich gemerkt, „dass die wissenschaftliche Aufpolierung [durch Längle] Eckpfeiler seines Denkbäudes bedrohte“. Und dann: „Frankl wurde älter und wahrscheinlich besorgter um sein ‚geistiges Kind‘. Eines Tages traf ich mich mit ihm in München [vermutlich 1989 oder 1990 – O. Zsok] und stellte mein Konzept der ‚sinnzentrierten Familientherapie‘ vor. Plötzlich fiel es Frankl wie Schuppen von den Augen: *Das ist echte, originäre Logotherapie in adaptiertem Gewand!* Ich unterbreitete ihm auch mein Konzept zu einer logotherapeutischen Selbsterfahrung, und er bekam fast feuchte Augen vor Rührung: *Das ist okay, das unterscheidet sich erheblich von Längles Praktiken!* ‚Ich muss die Ehrenpräsidentenschaft in Längles Verein zurücklegen‘, stöhnte er. ‚Ich kann das alles nicht mehr mittragen!‘“ Und Lukas fügt noch hinzu: „Ich versichere, dass ich ihn keinesfalls dazu animiert habe. Frankl zog von sich aus den Trennungsstrich und nahm diesen nie mehr zurück“ (S. 115). – Das lässt sich freilich alles nicht mehr nachprüfen, aber ich glaube hier Lukas' Worten, zumal Frankl später in einem Brief an das österreichische Bundesministerium für Gesundheit bestätigte, dass seine Logotherapie in der am meisten authentischen Form im Rahmen des Süddeutschen Instituts in Fürstenfeldbruck vermittelt, praktiziert und gelehrt werde (Brief vom 23. Mai 1993).⁴

⁴ Vgl. Otto Zsok, *Der weiter wirkende Wille zum Sinn*. Psychosozial-Verlag 2016, S. 53. Und zwei Jahre zuvor, am 28. März 1991, bestätigte Frankl, dass seiner Einschätzung nach Elisabeth Lukas, Walter Böckmann, Uwe Böschmeyer und Wolfram Kurz „uneingeschränkt fähig sind, die Logotherapie sowohl in der Praxis als auch in Forschung und Lehre und im Zusammenhang logotherapeutischer Ausbildung zu vertreten“ (ebd., S. 52).

Für mich selbst jedenfalls bewegen sich Frankl wie Lukas in der Sphäre der oben ausgeführten ontologischen Wahrheit: Sinn liegt dem Wollen voraus, Sinn wird nicht gemacht, Sinn wird entdeckt.

An diesem Kriterium, neben einigen anderen, wird im Verlauf des Buches festgemacht, wer als Vertreter der originären Franklschen Lehre (also einer Art Orthodoxie) zu gelten hat und wer nicht. Für mich ist nicht einzusehen, warum man heutzutage eine bestehende sachliche Divergenz eher in einer die Person ablehnenden Haltung austragen zu müssen meint, statt sie argumentativ zu erörtern. Daher kann ich auch mit den kritischen Einwänden Batthyánys (S. 144–147) gegen das Buch von Harald Mori, dem Privatassistenten Frankls von 1991 bis 1996, wenig anfangen.

Unterschiedliche Sichtweisen müssen nicht apriori zu schweren Konflikten führen. Vielmehr laden sie Kontrahenten zur Findung eines Konsenses ein, am besten im Rahmen eines geduldigen Dialogs. Und da müssen m.E. auch Emotionen mitberücksichtigt werden. Wenn es heißt, „Veranstaltungen von Längle und seiner Gruppe wurden im DGLE-Veranstaltungskalender beworben“ (so Batthyány, S. 195), dann denke ich laut und frage: Na und? Kann man das nicht als einen Versuch deuten, den Dialog mit Längle zu suchen?

Meine Zustimmung hat Batthyány dort, wo er sagt: Es sei relativ einerlei, „was Längle oder andere über die Sinnfrage und über das Wesen der geistigen Person denken und veröffentlichen. Nur, dass das irreführenderweise unter dem Siegel der Franklschen Logotherapie und Existenzanalyse geschieht, scheint mir als Ausdruck eines Mangels an eben jener wissenschaftlichen Transparenz, die in der heutigen Entwicklung der Therapieschulen zu klaren Trennlinien und neuen Eigenbenennungen geführt hat“ (S. 147).

Das Bemühen Batthyánys, sich selbst, Frau Lukas und Heidi Schönfeld als „echte Vertreter der originären Logotherapie“ darzustellen, klingt, wie oben schon erwähnt, merkwürdig. Dass ältere bedeutende Persönlichkeiten der Logotherapie aus dem deutschen Sprachraum – wie z.B. Walter Böckmann, Uwe Böschmeyer, Wolfram Kurz, Karlheinz Biller – nicht genannt werden, erwähnte ich ebenfalls bereits. Es fehlt aber auch die jüngere Generation wie Christoph Riedel (Ingol-

stadt), Johannes Nahtschläger (Münster), János Vik (Cluj/Rumänien), Dina Roos (München), Galina Potschukaeva (München/St. Petersburg), Nadja Palombo (Fürstenfeldbruck) usw., ich könnte noch viele, viele andere Namen nennen, die alle im Geist des Wiener Arztphilosophen Logotherapie lehren und praktizieren, auch aus Finnland, Frankreich und Japan. Immerhin wird Gudrun Mehring im Buch als positives Beispiel genannt, der es gelungen sei – in Kooperation mit der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München und dem VFI –, die Logotherapie im bayerischen Bad Birnbach „als festen Bestandteil eines umfassenden Vorsorgekonzeptes zu etablieren. Der Block der indikationszentrierten Patienten-Gesprächsseminare dieses Konzepts besteht ausschließlich aus logotherapeutischen Inhalten, die von Gudrun Mehring konkret für diesen Indikationsbereich (Stressprävention) entwickelt wurden. Die LMU hat – unter mehreren Kandidaten – die Wirksamkeit dieses Modells wissenschaftlich überprüft und bestätigt“ (S. 204). Und Batthyány fügt hinzu: Die klassische Logotherapie sei damit Bestandteil einer „ambulanten, medizinischen Vorsorgeleistung in Form einer Kompaktkur“, die jedem gesetzlich Versicherten in Deutschland zustehe (ebd.). Das ist in der Tat ein wirklich erfreulicher Fortschritt, zumal Gudrun Mehring im Süddeutschen Institut in Fürstenfeldbruck ausgebildet wurde.

Warum all die oben genannten Personen nicht erwähnt werden? Der Interessierte möge selber diese Seiten (S. 193–198) lesen und sich ein Urteil bilden. Für mich stellt sich die Sache so dar: Batthyány *konstruiert*, ich kann es nicht anders sagen, einen *künstlichen* Konflikt zwischen dem VFI und der DGLE, „vergisst“ wichtige Namen und Literatur der DGLE und erledigt das im Dezember 2015 im Lehrsaal des Süddeutschen Institutes in Fürstenfeldbruck stattgefundenen lange Gespräch zwischen ihm selbst und der 1. Vorsitzenden der DGLE, Anna-Maria Stegmaier, mit der Formulierung: Schließlich sei es „zu einem (wenn auch nicht inhaltlich) versöhnenden Gespräch mit dem DGLE-Vorstand“ gekommen und „zugleich besiegelte dieses Gespräch letztlich über einen kleinen Umweg die offizielle Trennung der Deutschen Gesellschaft DGLE vom Viktor-Frankl-Institut (VFI) ... Heute sehe ich, dass das für beide Seiten befreiend war“ (S. 195f.)

Da ich selbst dieses „Gespräch der Versöhnung“, das fünf Stunden dauerte, initiiert hatte – zuvor mit beiden Partnern redend und ihnen zuhörend –, muss ich „um der Wahrheit willen“ (Lukas auf S. 116) deutlich werden. Alexander Batthyány sendet, nicht nur in diesem Buch, widersprüchliche verwirrende Signale. Ich vermisse die wohlwollende Würdigung dessen, was innerhalb der Logotherapie-Szene in Europa gelungen ist. Batthyány wiederholt und verfestigt das frühere Konflikt-Muster zwischen Frankl und Längle, dann zwischen Längle und Lukas, und erweitert es um einen Konflikt zwischen DGLE und VFI und weitere, hier nicht eigens zu benennende Konflikte, die auf der „berufspolitischen Ebene“ der LuE in Europa angesiedelt sind. Für mich hat es den Anschein, als benutze er dafür Frau Lukas. Streckenweise liest sich das Buch (das ist jetzt ein sehr persönlich formulierter Eindruck von mir), als würde der „Jüngling“ die Zustimmung der „großen Mutter“ – oder als würde der „Untertan“ die wohlwollende Bejahung der „Königin“ – zu seinen Ausführungen erwarten (S. 194–198). Die Zustimmung kommt dann auch so: „Seit damals [1997] habe ich keinen Kontakt mehr zur deutschen Logotherapie-Gesellschaft und kann daher zu den von Ihnen beschriebenen Reibereien nichts sagen“ (S. 199). Das Wort „damals“ verlangt an dieser Stelle nach einem kurzen historischen Rückblick:

Das Süddeutsche Institut für Logotherapie GmbH stand, was jeder Logotherapeut weiß, von 1986 bis 2003 unter der exzellenten fachlichen Leitung von Frau Lukas. Es trat als *drittes* Ausbildungsinstitut [nach dem von Uwe Böschmeyer 1982 in Hamburg, und nach dem von Walter Böckmann in Bielefeld 1983 gegründeten Institut] auf die Bühne der Geschichte und besteht kontinuierlich seit 35 Jahren. *Vor* seiner Gründung aber fand jenes Telefongespräch statt, in dem Längle, wie schon vorhin zitiert, seiner österreichischen Kollegin Lukas riet, in Deutschland zu bleiben. Dort war sie dann, in ihren eigenen Worten, „zusammen mit Dr. Karl-Dieter Heines und einer Handvoll anderer Fachleute“ (S. 199) Mitbegründerin der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie (1982), bis 1997 die 2. Vorsitzende der Gesellschaft, und auch als Süddeutsches Institut Mitglied in dieser Gesellschaft. Dann ereignete sich, so Batthyány, wieder ein Konflikt: „Auch gute Freunde

sagen sich gelegentlich ‚Nein‘ und können trotzdem füreinander da sein bzw. eben geöffnete Türen füreinander haben. Nun habe ich den Eindruck (...), dass Sie selbst für das erste, damals noch unter Ihrer Leitung stehende Süddeutsche Institut in Fürstfeldbruck, als es um einen seinerzeitigen Konflikt mit dem damaligen Vorstand der DGLE, Herrn Prof. Amini, ging, ebenfalls bald die Reißlinie gezogen und sich dazu entschlossen haben, den Weg ohne DGLE weiterzugehen – in wohlwollender Verbundenheit zwar, aber eben doch in gewahrter Distanz ...“ (S. 198). An dieser Stelle wird eine Fußnote (157) eingeblenet, in der, wie schon erwähnt, zwischen dem „ersten“ und dem „zweiten“ Süddeutschen Institut unterschieden wird. Das ist, man kann es nicht oft genug betonen, *künstlich* und *irreführend*. Denn die neue Leitung – Otto Zsok und Nadja Palombo, beide Träger des Viktor-Frankl-Preises der Stadt Wien – steht weiterhin auf den anthropologischen Grundlagen Viktor Frankls. Man muss klar und deutlich die im Buch mehr oder weniger subtil eingestreuten Unterstellungen zurückweisen.

Vorgezogen werden soll viel mehr stattdessen das, was Harald Mori in seinem Buch „Existenzanalyse und Logotherapie“ (Wien 2020, S. 32) darlegt. Es sei empfehlenswert, heißt es, „eine klare Urhebererschaft und Unterscheidung in der Psychotherapiewissenschaft“ durchzuhalten. Nämlich: (1) *Das originäre Werk des Begründers* (die Originalwerke Frankl zu kennen ist unerlässlich). (2) *Das ursprüngliche Werk* Frankls erweitert um *moderne Erkenntnisse* (z.B. der Persönlichkeitspsychologie, der Emotionslehre, der Bindungsforschung etc.). (3) *Die klare Definition von Weiterentwicklungen* und gegebenenfalls unverwechselbare Bezeichnung derselben mit eigenständigen Namen und Begriffen. (4) *Die Einbettung* der genannten Punkte in die praktische Anwendung einer gegenwärtigen und modernen Psychotherapie. (5) *Die Einbeziehung moderner Forschungen* über das Gehirn [incl. der gesicherten Resultate der Neurobiologie] und anderer medizinischer Erkenntnisse.

In *diesen* Empfehlungen erkenne ich sogenannte Pro-Argumente, welche die nicht weiter zu vertiefenden Konflikten langsam überwinden helfen. Und solche Pro-Argumente lese ich auch in den Überlegungen von Lukas: „Abweichungen, Veränderungen, Verschlechterungen, Vermischungen oder gar Missbräuche des Frankl’schen Erbes

zu eigenen Zwecken lassen sich vermutlich auf keine Weise verhindern, weder jetzt noch in Zukunft. Aber etwas Wichtigeres als etwaige Verhinderungsmaßnahmen dünkt mich Vorrang zu haben. Bekanntlich soll man keine Energien in Kontra-Motive stecken (also *gegen* etwas investieren), sondern seine Energien Pro-Motiven widmen (also sich *für* etwas engagieren). Bezüglich des Frankl'schen Erbes bedeutet dies, dass eine weltumspannende Schar erstklassig ausgebildeter Logotherapeuten anzuzielen ist. Nur so könnte sichergestellt werden, dass hinreichend viele von ihnen der originären Logotherapie die Treue halten und sie trotzdem verantwortungsvoll weiterentwickeln bzw. anpassen an neue Zeiten und neue Herausforderungen“ (S. 199). Was, wie an dieser Stelle angemerkt werden soll, sicher der Fall ist im Süddeutschen Institut für LuE in Fürstentfeldbruck genauso wie in den Instituten in Tübingen und Nürnberg, um nur einige Beispiele zu nennen. Lukas weiter: „Die Hauptstränge ‚logos‘ [das objektiv Geistige] und ‚nous‘ [der subjektive Geist des Einzelnen] müssen intakt bleiben, und wer sie beschneidet, bringt die Logotherapie zum Verwelken“ (S. 119). Und weiter: Ja, die Logotherapie sei eine gut konzipierte und anwendbare Psychotherapieform, aber auch „*mehr als eine psychotherapeutische Schule*. Sie enthält neben ihrem kurativen Anteil (...) einen ungemein großen präventiven Anteil und einen nicht minder enormen konsolativen Anteil“ (S. 203). Unmittelbar dazu: Das alles ist auch in den Statuten der DGLE ausformuliert, weshalb es als *sinnwidrig* zu bezeichnen ist, wenn Batthyány, ungenau zitierend, den Eindruck erweckt, als wolle die DGLE eine andere, vom Original abweichende „Beratungsform“ etablieren, nur weil sie das Geschehen innerhalb der Logotherapieszene in Deutschland (in diesem so schwerfälligen Land, in dem ein Überregulierungswahn herrscht) strukturieren und organisieren muss und dazu bestimmte Regularien einführt. In meinen Augen ist es kontraproduktiv und regelrecht ärmlich, sich als VFI-Wien *apriori* gegen das Vorhaben der DGLE zu positionieren und Grabenkämpfe zu führen. Einmal davon abgesehen, dass die DGLE zehn Jahre *vor* dem VFI gegründet wurde, bestehen innerhalb des deutschen Sprachraumes keineswegs „sehr unterschiedlichen Kulturen“ (S. 197), wie Batthyány insinuiert.

Es ist ein Faktum, dass ich schon vor Jahren Längle einen Brief geschrieben und ihn zu einem fachlichen Austausch mit einigen wenigen Vertretern des VFI und der DGLE eingeladen habe, um Divergenzen zu besprechen, Animositäten auszuräumen und in einer Stellungnahme die Ergebnisse nach außen hin zu kommunizieren. Eine Reaktion von Längle bekam ich nicht. Andererseits bin ich persönlich der Ansicht, dass Vertreter des Vorstandes des VFI und der DGLE ihre Kommunikationsebene vom Ich zum Du neu justieren können, dürfen und sollten, damit die „Atmosphäre“ zwischen zwei bedeutenden und gleichwertigen Institutionen besser wird. Ferner plädiere ich dafür, den Dialog mit Längle zu suchen. Des weiteren finde ich die Bestrebung der DGLE, sich auf der EU-Ebene mit anderen Ländern zusammenzutun zukunftsweisend, zweckmäßig und sinnvoll. Hier hat Anna-Maria Stegmaier, die 1. Vorsitzende der DGLE, einen mutigen Schritt nach vorne getan, dem noch weitere Schritte folgen müssen. Das VFI bleibt das VFI auch dann, wenn die DGLE – zu Recht und inhaltlich völlig konform mit Frankls Auffassungen – neue berufspolitische Wege „ausprobiert“.

Da Viktor Frankl nicht mehr in der Sichtbarkeit weilt, entsteht in mir die Frage: Wenn Pax und Logos so gut miteinander harmonieren, und das tun sie auch, wieso initiieren Längle oder Lukas nicht eine menschliche und fachliche Aussprache miteinander? Eine klärende, wohlwollende, Divergenzen durchaus berücksichtigende Aussprache, welche trotz emotionaler Verletzungen stattfinden und dann als Folge davon der jüngeren Generation mancherlei Erleichterungen bringen könnte? Denn beim näheren Hinschauen sind es ja beide, Längle und Lukas, die „direkten Nachfolger Frankls“, man könnte auch von zwei „geistigen Kindern“ sprechen, die um „das Erbe des Vaters“ streiten – und die darauf folgende Generation die Nachwirkungen dieses traurigen „Schismas“ spüren lassen.

Fazit: *Sinnvoll* ist es *nicht*, was Batthyány in manchen Kapiteln und Abschnitten des hier besprochenen Buches tut, indem er u.a. ungenau Texte aus der Charta der DGLE zitiert, so dass der Laie, der das alles liest, in eine *falsche* Richtung gelenkt wird. Logotherapie ist, anders als Batthyány suggeriert, auch in der DGLE mit ihrem Bemühen, inner-

halb eines Berufsverbandes das Geschehen zu strukturieren, zu organisieren und verbindliche Regularien aufzustellen, sehr wohl eine sinnzentrierte Psychotherapie, ein exzellentes Werkzeug der Lebensberatung, der Lebensbegleitung und der Begleitung an der Grenze (Ärztliche Seelsorge und Sinnseelsorge).

Es heißt in diesem Buch öfters, der Mensch sei für eine Überraschung immer gut, sowohl in die positive, harmonische Richtung als auch in die negative, disharmonische Richtung. Ich sage: Weil das so ist, muss die Wahrheit „immer den Vorrang haben, wie neu entdeckt sie auch sei. Sie ist älter als alle Meinungen, die man in bezug auf sie hegen mag. Man verkennt ihr Wesen, wenn man glaubt, sie habe erst zu sein begonnen, da sie begann erkannt zu werden“ (Oeuvres de Blaise Pascal, Paris 1908, S. 145). Deshalb waren mir die obigen Klarstellungen wichtig. Dass bestimmte Haltungen und Mentalitäten innerhalb der Logotherapie-Szene in Europa noch nicht ausgereift und demnach sich auf dem Weg zur Reifung befinden, bis die Logotherapie ihre authentische Strahlkraft erreicht, hat mir – neben meiner eigenen inneren Entwicklung – auch dieses Buch gezeigt, dem es zu wünschen ist, dass seine Autoren bei einer eventuellen zweiten Auflage das Korrekturwürdige tatsächlich korrigieren, und zwar so, dass sogenannte „Tatsachenwahrheiten“ (Hannah Arendt) nicht unter den Tisch fallen.

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

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

Dr. Peter Suchla

Email: suchla@web.de

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

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

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

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

