

# **„Wir werden als Originale geboren, sterben aber als Kopien“**

- Warum wir Identität und Autonomie  
zur Lebensbewältigung brauchen –**

Vortrag von Prof. Dr. Baldur Kirchner – Seminarhaus Ettenbeuren

Gehalten am 29. April 2016 anlässlich des HNU-Management-Forums  
an der Hochschule Neu-Ulm

**Herrn Prof. Dr. Peter Hurler in Dankbarkeit gewidmet.**

## **I. Über die Notwendigkeit zur Selbstreflexion**

Die Beschäftigung mit der eigenen Persönlichkeit zeichnet den seelisch reifen Menschen aus. Dies ist deshalb so, weil mit dem Hineinschauen in das Wesensinnere bereits ein Teil der Angst vor der Selbstbegegnung überwunden ist. Denn die Angst vor dem Schritt in die persönliche Tiefe hindert den Einzelnen meistens daran, seine Selbstergründung zu vollziehen. Gewiss ist es seelisch anstrengend, sich auf den inneren Kreuzweg zu begeben und dabei mancher biographischen Ruine zu begegnen. Es bleibt uns aber kaum erspart, manches verdrängte, wenn auch schon verblasste Lebensbild zu entstauben, um ihm das aktuelle Tageslicht anzubieten, das zu einer neuen Einsicht, zu einer Neubewertung des Vergangenen führen kann. Wir wissen ja aus der psychoanalytischen Arbeit, dass verdrängte Inhalte nur schwer in das Bewusstsein gelassen werden, weil sie durch das Erinnertwerden an ungeliebte Verhaltensweisen die mühsam errungene Harmonie durchbrechen und ein erneut belastetes Lebensgefühl präsentieren können. Und dennoch wildern die ungebändigten emotionalen Streuner, die Neurosen, in unserer Innenwelt, um auf sich aufmerksam zu machen und uns – vielleicht doch letztlich – zu einem kreativen Aufbruch zu drängen. Denn das Wissen um uns selbst verleiht unserem Reifungsprozess eine verlockende Perspektive. Mit der in uns „angelegten Zerbrechlichkeit“ (Horst-Eberhard Richter) sinnvoll umgehen zu können, stabilisiert uns für viele unliebsame Ereignisse. Wo dies allerdings nicht gelingt, bleibt ein emotionaler Restwiderstand gegen alles Unerledigte, Unbearbeitete und unsympathisch Gewordene. So können Ehen zerbrechen, Geschwister sich anfeinden, berufliche Katastrophen das Lebensgefühl überfluten. Wo Menschen den emotionalen Restwiderstand wachhalten und beinahe zynisch kultivieren, bleibt kein Raum mehr für versöhnliche Gesten der Annäherung und des Verzeihens! Verzeihen meint hier, künftig eine Kommunikation ohne Vorhaltungen zu pflegen. Der emotionale Restwiderstand, meistens durch seelische Kränkungen verursacht, verzehrt einen großen Teil der Lebensenergie, weil er die blockierte Konflikthematik wachhält. Ich kenne z. B. Teilhaber an Familienunternehmen, die sich einer notwendigen einstimmigen Entscheidung deshalb verweigert haben, weil ein unbeliebter und als unsympathisch empfundener Verwandter den Vorschlag für eine Unternehmensänderung eingebracht hatte. Leider gilt noch immer die tragische Maxime, dass gegen eine negative emotionale Einstellung eines Partners oder einer Gruppe keine Überzeugung möglich ist.

Persönlichkeitsentwicklung – wie weit wir sie auch definieren möchten - ist also letztlich ehrliche Selbstbeobachtung und damit verbundene Bereitschaft zur Selbstreflexion. Aus diesem persönlichen Empfindungserleben erwächst für den selbstkritischen Menschen eine Chance zur Neuorientierung für sein Lebenskonzept und für seine weitere Lebensstrategie. Denn: Wie wir uns sehen, daraus leitet sich für uns eine Handlungsbereitschaft ab, auf Herausforderungen

angemessen zu reagieren. Dies ist auch ein Postulat, das ich vielen Führenden nahelege, die sich zu sehr im engen Turm ihrer geistigen Selbstbewertung aufhalten. Solche Dialoge zwischen Führenden und Geführten – ich meine stets in Politik, Wirtschaft und Kirche – wirken oftmals starr, ängstlich fixiert, hierarchisch dominant und nicht selten narzisstisch aufgebläht. Häufig besteht deshalb meine Aufgabe darin, die Dialogpartner auf die Wiese des Assoziativen zu geleiten und sie zu ermuntern, ihr ungeöltes und eingetrocknetes Gedankentor zu öffnen, ohne dabei einen Profilverlust befürchten zu müssen oder gar zu erleiden. Es muss ja nicht immer alles Gesagte einem wissenschaftlichen Anspruch gerecht werden! *Vertrauen wächst noch immer ohne Struktur heran! Es steht dauerhaft über aller Intellektualität!*

## **II. Die kausal-analytische Frage von Edward Young**

Bei der Titelfrage meines Vortragsthemas habe ich mich von der profanisierten Version der ursprünglichen Frageform leiten lassen. Sie ist bekannter und möglicherweise auch emotional besser nachvollziehbar. Das genaue Quellenstudium aber sagt, dass Edward Young seine Frage anders formuliert hat. Sie steht in „Edward Youngs Gedanken über die Originalwerke in einem Schreiben an Samuel Richardson“. Übersetzt und herausgegeben ist dieses Werk von Hans Ernst Teubern und Kurt Jahn im Jahre 1760. In der ursprünglichen englischen Formulierung aber lautet sie so: „We are all born originals – why is it so many of us die copies“. Also: „Wir alle sind als Originale geboren – warum geschieht es, dass so viele als Kopien sterben?“ Eine andere Modifikation dieses Zitates übersetzt es so: „Da wir nun als Originale geboren werden, wie kommt es doch, dass wir als Kopien sterben?“<sup>(1)</sup> Die metaphorisch-psychologische Intention dieser Frage, ihr zeitlos geistiger Anflug, verdient noch eine spätere Betrachtung.

Zur Biographie Edward Youngs sei gesagt, dass er von 1683 bis 1765 in England gelebt hat. Er studierte Jura in Oxford. 1719 ging er nach London, trat in den geistlichen Stand ein und wurde zwei Jahre später Hofkaplan, da er sich durch ein Lobgedicht auf König Georg II. die Gunst des Herrschers erworben hatte. Zwischen 1742 und 1747 entstanden seine „Nachtgedanken“, die ihn als Dichter in ganz Europa berühmt machten. Mit den „Nachtgedanken“ – übrigens eine poetische Vorlage für die „Hymnen an die Nacht“ von Novalis - verarbeitete er den Schmerz über den Tod seiner Frau, seiner Tochter und seines Schwiegersohnes. Die Dichtung wird auch für ihn zur Therapie, durch die er das trauernde Loslassen erlebt. Dennoch kam er über den Tod seiner Frau niemals hinweg. Das „sich-von-der Seele-schreiben“ erweist sich jedoch seit der Antike bis heute – nicht nur für Dichter - als ein seelisches Heilverfahren, das den Trauernden vor Gefühlen der Einsamkeit und der Verlassenheit zu bewahren vermag.

In England ist Edward Young nach William Shakespeare einer der bedeutendsten Kenner der menschlichen Seele. Shakespeares Dramen z. B. werden heute in englischen Vollzugsanstalten psychotherapeutisch zur seelischen Öffnung bei pathologisch schwer belasteten Verbrechern eingesetzt. Mit den Theaterrollen, die die Insassen spielen, wächst in ihnen eine so intensive Identifikation mit dem dramatischen Geschehen und seinen Protagonisten heran, dass sie seelisch aufgebrochen werden. Emotional gepanzerte Mörder beginnen zu weinen, können Leid und Schmerzen nachspüren, die sie ihren Opfern zugefügt haben. Der therapeutische Erfolg liegt in der Erfahrung, dass die zugelassene Nähe zu sich selbst den Weg zu einem harmonischen menschlichen Miteinander öffnet.

Mit seiner Fragestellung nun, mit seinem klagenden Warum, greift Edward Young tief in die Kausalität des menschlichen Veränderungsprozesses ein. Deutlicher wird diese Absicht in seinem Werk „Mutmaßungen“. Dort errichtet er die beiden bedeutendsten Säulen seines Welt- und Menschenbildes. Sie lauten: „Erkenne dich selbst“ und „Habe für dich selbst Ehrfurcht“. Wie er diese zwei Säulen versteht, erläutert er folgendermaßen: „Forsche also tief in deiner Brust, lerne die Tiefe, den Umfang, den Hang und die ganze Stärke deiner Seele kennen; stifte eine Vertraulichkeit mit dem Fremdling, der in dir ist; erzeuge und unterhalte jeden Funken des Lichts und der Wärme deines Verstandes, wenn auch dieser Funke unter der vorigen Nachlässigkeit fast ersticket, oder unter die plumpe dunkle Masse gemeiner Gedanken zerstreut wäre; sammle dieses Licht in ein Ganzes, und laß dein Genie sich erheben, (wenn du Genie hast) wie die Sonne aus dem Chaos; und wenn ich denn zu dir, gleich einem Indianer, sage, bete es an, (ob dieß gleich zu verwegen wäre) so würde ich doch nicht viel mehr sagen, als was meine zweyte Regel befiehlt, nemlich: Habe für dich selbst Ehrfurcht.“(2)

Mit den so bezeichneten Säulen „Erkenne dich selbst“ und „Habe für dich selbst Ehrfurcht“ sind nicht nur die ethischen Werte Selbsterkenntnis und Eigenwürde angesprochen; viel mehr verdeutlichen sie die komplementäre, sich ergänzende Beziehung zwischen dem seelischen Erlebnis der Selbsterfahrung, also der Identität, und der von Selbstvertrauen getragenen Verpflichtung zur Selbstprüfung, zur Wahrnehmung der eigenen Autonomie. Diese Überlegungen finden wir bereits bei Sokrates. Insofern charakterisieren sie jedoch etwas Zeitloses, vielleicht ein archetypisches Postulat.

Wenn aber Edward Young vom „Fremdling, der in dir ist“ spricht, so weiß er in besonderer Weise um die innere Zerrissenheit des Einzelnen, um die fehlende Identität mit sich selbst, ja um die Unkenntnis der eigenen Wesensbeschaffenheit. Natürlich ist auch diese Aussage eine seiner Selbstenthüllungen, durch die er sich dem Leser zu erkennen gibt. Es ist wohl das philosophische Weil, das ihn bedrängt, ihn, den leidenden Frommen, der sich als Glaubender nicht vom Warum lösen kann. „Die Warumfrage ist ein Akt der Gottesverehrung“, sagt der Philosoph Robert Spaemann, „denn sie erkennt

an, dass es den gibt, der sie beantworten könnte.“(3) Dennoch hausen in der Persönlichkeit die „widergöttlichen Mächte“ (Spaemann), die die Abkehr vom Göttlichen als den Normalzustand der Welt propagieren.

### III. Über Identität

Eine stabile Lebensführung, der ich mich nun zuwenden werde, ist ohne Identität nicht möglich. Sie verpflichtet den Menschen allerdings zur Selbstbegegnung mit der Frage: Wer bin ich? Es ist die Umwandlung des antiken und von Edward Young formulierten Aufforderungsimpulses: Erkenne dich selbst! Es sei nun das Verständnis von Identität etwas näher betrachtet. Mit Identität bezeichne ich zunächst einmal das innere Heilsein der menschlichen Persönlichkeit. Es meint die Wesenseinheit mit sich selbst, die völlige Übereinstimmung einer Person mit dem, wer sie ist und was sie ist und als was sie von anderen bezeichnet wird. Identität heißt daher auch immer die unzerstörbare und von außen nicht betretbare Individualität des Einzelnen. Philosophisch gesprochen, bedeutet Identität das tragende Sein als Grundwert der eigenen Existenz. Die Persönlichkeitsforschung spricht von Identität, wenn sie das subjektive Vertrauen der menschlichen Persönlichkeit in ihre innere Wesenhaftigkeit meint. Trotz aller körperlicher und biographischer Wandelbarkeit bleibt die Identität das bestimmende Sein, das Ich-Gefühl also, das niemals geraubt werden kann. Diese Einmaligkeit des Personseins spricht Sokrates aus, den Platon in seinem Dialog „Das Gastmahl“ sagen lässt: „...auch jedes einzelne lebende Wesen wird, solange es lebt, als dasselbe angesehen und bezeichnet; z. B. ein Mensch gilt von Kindesbeinen an bis ins hohe Alter als der gleiche.“(4)

Wer sich seiner Identität nicht bewusst ist und ideologisch-fanatische religiöse Raubzüge unternimmt, der beabsichtigt, die Seelenlandschaft im anderen zu zerstören! Diese Zersetzungsprojekte finden ihren Widerhall in der privaten und außerpersönlichen Sphäre. Wir sind gerade Zeitzeugen dieser nahezu täglich weltweit vollzogenen verbrecherischen Vernichtungsakte geworden, die sich des Wesensinneren anderer zu bemächtigen erlauben. Es ist der personifizierte Diabolismus, der Zerstörer und Zerstreuer, die satanische Krönung des Destruktiven in der Welt. Aber auch diese Inthronisation des Bösen muss scheitern: Weil alles Vernichtenwollen bereits den Keim der seelischen Selbstvernichtung in sich trägt. Das Bereuen wird zu einer schmerzlichen Begegnung mit der dunklen, der selbstdestruktiven Seite der eigenen Persönlichkeit. Die Wesensdunkelheit führt in die Depression, in den kosmischen Suizid, weil sie jegliches Harmoniebegehren tötet. Wenn der Dualismus der Weltschöpfung erschüttert wird, bricht das Apokalyptische über uns herein. Doch noch immer gilt der sittliche Grundsatz: Wer bewusst und gewollt die Harmonie des anderen verletzt, lädt Schuld auf sein persönliches Menschsein!

Identität wohnt im seelischen Innenraum. Wenn Teresa von Avila (1515 – 1582) von einer „Seelenburg“ und gar von den „Sieben Wohnungen“ als einem Weg zur inneren Vollkommenheit schreibt, so greift sie damit die Identität des Menschen in seiner originären Wesensbestimmung auf. Teresas geistige Schülerin, die vom Judentum zum Katholizismus konvertierte und im KZ Auschwitz ermordete Karmelitin Edith Stein (1891 – 1942) sagt, die Seele sei das Zentrum der Person, der „Ort“, wo sie bei sich selbst ist. Und in anderem Zusammenhang schreibt sie, dass die Seele die Mitte des ganzen leiblich-seelischen-geistigen Gebildes sei, das wir Mensch nennen.

Von dem römischen Kaiser und Philosophen Marc Aurel (121 – 180 n. Chr.) ist überliefert: „Verzweiflung befällt zwangsläufig die, deren Seele aus dem Gleichwicht ist.“ Schließlich sei aus der theologischen Sicht die Wesensgleichheit von Identität und Seele genannt, nach der die Seele die Begegnungsstätte zwischen Gott und Mensch ist, der „Ort der wahren Stille, wo die Zeit sich mit der Ewigkeit berührt“. (5) Erst in der wirklichen Stille können eigene Tiefen aufbrechen, möglicherweise aber auch ungeahnte Untiefen.

#### **IV. Über Seele und Sinn**

Wie können wir nun die Identität, das Seelesein, in unserem Alltagsgeschehen wahrnehmen? Ich möchte zunächst einige Gedanken des Schweizer Psychoanalytikers Daniel Hell wiedergeben, die er in seinem Buch „Die Wiederkehr der Seele“ dargestellt hat. Er schreibt: „Selbstgefühl ist mehr als nur ein Selbstverhältnis. Es lässt sich nicht einfach nur durch Selbstreflexion verstehen. Die Seele steht für die Einmaligkeit und Unverwechselbarkeit des Menschen. Es gibt keinen anderen Begriff, welcher der Individualität des Menschen und seiner Teilhabe an einem Umfassenderen so gerecht wird wie die Seele... Immer aber ist mit ‚Seele‘ etwas Letztes, nicht auf ein anderes Zurückführbares gemeint.“(6)

Das etymologische Wörterbuch übrigens schreibt über die Herkunft des Wortes „Seele“: „Gesamtbereich der menschlichen Empfindungen und des Erlebnisvermögens, in religiösem Sinne der für ‚unsterblich gehaltene spirituelle Teil des Menschen‘; die Herkunft ist unbekannt. Man vermutet das vom See Herstammende, zum See Gehörende, da nach altem Glauben der Germanen die Seelen der Menschen vor der Geburt und nach dem Tod im Wasser leben sollen.“(7)

So liegt durchaus die Assoziation nahe, das Seelische in der Tiefe der Persönlichkeit – analog zur Wassertiefe – anzusiedeln, wie es die Tiefenpsychologie bereits in ihrer Fachbezeichnung anklingen lässt. Seele steht für das Wärmende, das Behütende, für die Geborgenheit schenkende Wesenheit in uns. Wer den Kontakt zu seinem Innenleben verloren hat, an der Peripherie lebt, sich kaum noch um seine tieferen Empfindungen bemüht, dessen Ängste werden intensiver werden.

Wer dagegen innigere Bindungen erfahren hat, wird sich mehr zutrauen und sich weniger ängstigen. Das Seelische wirkt vor allem auf jene Personen bedrohlich, die ihr Dasein vornehmlich rational begreifen und steuern wollen. Leider finde ich diese Prägung in den Wesenszügen zahlreicher hoher Führender wieder. In vielen analytischen Gesprächen, die ich im Laufe von über vierzig Jahren führen durfte, habe ich erfahren, wie sehr sich die Dialogkultur auch in so mancher Partnerbeziehung entfremdet, sich zurückgezogen hat in eine eingeübte Sachlichkeit. So beobachte ich noch immer, dass die emotionalen Signale des einen von der rationalen Haltung des anderen ignoriert und überdeckt werden. Ja, es ist die Angst, sich über etwas äußern zu müssen, was längst auf dem rostigen seelischen Abstellgleis steht. Es dauert lange, das Verdeckte und Unerwünschte in das Tagesbewusstsein zu heben. Daniel Hell sei noch einmal zitiert: „Viele fürchten sich vor eigenen Gefühlen und versuchen, diese abzublocken. Sie begreifen ihre Emotionen nicht als leibliche Botschaften, die ihnen Auskünfte über Konflikte geben könnten. Was der Leib ihnen als vegetative Empfindungen mitteilt, missverstehen sie als körperliche Störungen, die einer medizinischen Behandlung bedürfen. Es ist aber notwendig, eigene Gefühle und Empfindungen differenziert wahrnehmen zu können und sie für die Lebensgestaltung zu nutzen... Der Erlebnishunger des modernen Menschen ist ein Symptom für eine Gesellschaft, für die Wohlbefinden das höchste Gut ist.“(8) Wenn die persönliche Sinnfindung fehlt, müssen alle möglichen Arten von Vergnügungen einen Ersatz bieten. Wer leer an Inhalten und Orientierung ist, erlebt auch die Zeit als leer. Langeweile geht meistens zurück auf Sinnleere. Über die Sinnentleerung der Moderne kann auch der Stolz der Zivilisation, können die neuen babylonischen Events mit ihren weltweiten ideologischen Glitzerfassaden den ernsthaft Suchenden nicht hinwegtäuschen. Wahre Selbstfindung und Sinnbindung sind sittlich untrennbare Geschwister!

Ein Blick in den kommunikativen Alltag zeigt uns, warum wir Identität für unsere Lebensbewältigung brauchen. Er zeigt uns auch, wie sich gelebte Identität im menschlichen Miteinander manifestiert. Aristoteles bereits bezeichnet in seiner „Rhetorik“, die er im 4. Jahrhundert v. Chr. geschrieben hat, neben aller Logik und gedanklichen Stringenz, den besonnenen Menschen als die überzeugendste und gefestigte Persönlichkeit. Die Besonnenheit ist wohl bis heute und besonders in der Gegenwart mit ihrer weithin spürbaren Seelennot das hervorragend gebliebene Persönlichkeitsmerkmal, durch das sich der Ursprung des eigenen Wesens zu erkennen gibt. Das seelische Erleben hat nun einmal keine andere Ausdrucksmöglichkeit als die des Leibes und der Sprache. Im sprachlichen Gebaren tritt uns deshalb das bewusst gewordene Erleben des Sprechenden entgegen. Ich will für uns Heutige ein knappes Psychogramm der Besonnenheit zeichnen, das in seiner ethischen Anwesenheit auf eine beachtliche, weil geachtete und würdevolle Tradition zurückschauen kann. Dem Wort „Besonnenheit“ wohnt der Kernbegriff „Sinn“ inne. Vom Sinn zum



Bedenken von etwas Gedachtem oder Gesprochenem ist es nur ein kleiner semantischer Schritt.

So offenbart sich die Bedachtsamkeit als eine wesenstiefe Prägung, die weit über das Situative hinausragt. Der bedächtige Mensch geht – bei aller Spontaneität – mit seinem Leben behutsam um. Fern von allem Leichtsinn im Tun und einer Leichtfertigkeit im Urteilen strahlt die Innenseite seiner Persönlichkeit Gelassenheit und Geduld aus. Die Gelassenheit hat sich vom Zwang zum Sofortigen befreit, die Geduld kennt das ruhige Warten auf Künftiges. Geduldigen Menschen begegnet auch deshalb viel Sympathie, weil sie eine Ruhe verkörpern, in der sich Dulden und Ertragen vereinen. Geduldige Menschen können genießen. Der Fast-Food-Mensch dagegen verschlingt zumeist ein gastronomisches Programm, das ihn durch Zeit und Leistung an die Leine genommen hat.

Eine bedachtsame Lebensführung kennt auch Nachsicht mit dem Nächsten, eine verzeihende Nachsicht, die einen Verzicht auf rachestimulierte Vergeltung übt. In dieser Haltung des bedächtigen Menschen scheint als weitere seelische Beschaffenheit die Sanftmut hindurch, die sich als eine Weise des wohlwollenden Verhaltens dem gegenseitigen Verstehenwollen hingibt. Schließlich seien noch die beiden Fundamente angesprochen, die das seelische Gebäude der besonnenen Persönlichkeit tragen: die Beschaulichkeit und die Seelenruhe.

Das Beschauliche als prägender Wesenszug ist vor allem von dem Gefühl innerer Zufriedenheit getragen. Hier scheint die Identität ihre Vollendung zu finden, weil sie sich auch auf das Leibliche, nicht auf das Körperliche ausdehnt. Hier verstehe ich nach Daniel Hell den Leib als den beseelten Körper. Wo der Mensch nur Körper ist, ist auch keine leib-seelische Einheit möglich (Daniel Hell), weil das vordergründige körperliche Haben ein Besitzerleben vermittelt, das leiblich-seelische Sein dagegen eine zeitlose Botschaft des Innen verspüren lässt. Das Beschauliche und die Seelenruhe verbindet in der Persönlichkeit das Gefühl der Gewissheit, in einem weitgehend angstfreien Erlebnisraum zu sein. Die Sehnsucht nach einem tiefen Erleben gehört zu unseren Daseinswünschen. Dieses Wünschen wird erfüllt, sobald der Mensch in seinem Innewerden erfährt, dass Leistung und Verdienst in seinen seelischen Gefilden keinen Platz finden. Wer in sich ruht, wird auch von negativen Gefühlen seiner Umwelt nicht erschüttert.

Lebensbewältigung, die ihre Kraft aus der Identität gewinnt, bringt Früchte hervor, die sich in den Interaktionen des Alltäglichen zeigen. Der besonnene Mensch, den wir auch als eine ausgeglichene Persönlichkeit bezeichnen, strahlt Verhaltensweisen aus, die ihn oftmals beliebt werden lassen. Ich habe einige dieser Merkmale aus Einzel- und Gruppenbegegnungen wahrgenommen und stelle sie einmal vor:

Zunächst habe ich ein souveränes Auftreten bemerkt, das den innerlich stabilen Menschen charakterisiert. Diese Souveränität leitet sich aus einem Bewusstsein

der Überlegenheit ab. Es sei bemerkt, dass überlegen sein nichts mit Überheblichkeit, sondern mit überlegtem, also durchdachtem Sprechen und Handeln zu tun hat. Wer überlegen ist, hat zuvor überlegt, was er sagt! Ein ausgeglichener Mensch kann gut zuhören. Er drängt sich nicht auf, weil er keine narzisstischen Züge und Zwänge in sich verspürt. Das Bedürfnis, allseits beliebt zu sein, ist ihm fremd. Er spricht nicht dogmatisch, weil er keinem Missionierungsdrang huldigt. Zwar trägt er eine geistige Identifikation in sich; seine Toleranz aber gebietet es ihm, die Fremdwürde seines Mitmenschen z. B. auch in religiöser Hinsicht zu achten. Sein taktvolles und höfliches Dialogverhalten verrät seiner Umgebung auch, dass er die Regeln eines disziplinierten Kommunizierens beherrscht. Er ist stimmlich nicht dominant, weil er ein ausgewogenes Verhältnis von Nähe und Distanz zu schätzen weiß. Er beachtet einen klaren Realitätsbezug im Umgang mit dem Gesprächsthema, wirkt also themenzentriert, nicht egozentriert und ergeht sich nicht in langatmigen Sprechgirlanden. Seine unaufdringliche Heiterkeit verbreitet eine Atmosphäre eines harmonischen Lebensbezugs. So finden wir auch selten Gereiztheit oder Aggression in seinem Kommunikationsverhalten. Er distanziert sich von launenhaften Menschen. Seine innere Ausgeglichenheit lädt vielmehr zu Nähe und Vertrauen ein.

## **V. Über Empathie**

Hier betreten wir ein psychologisches Feld, auf dem das Zauberwort „Empathie“ gezüchtet und vermeintlich zur Blüte geführt wird. Wenn allerdings Zauberworte ihren Zauber verlieren, geraten sie in Gefahr, zum Inflationären zu verkommen. So ist es vor vielen Jahren z. B. auch dem Phänomen „Betroffenheit“ ergangen. Kann die permanente Inanspruchnahme dieser Begriffe nicht auch ein Begehren nach echter emotionaler Nähe sein? Verbirgt sich hier nicht der latente Wunsch nach wahrer emotionaler Bindung?

Gelegentlich lese ich an den Türschildern der Seminarräume in verschiedenen Hotels die Ankündigung, dass es sich bei den sogenannten Trainings um das Einüben von Empathie handle. Verbunden mit der Unterweisung in emotionaler Intelligenz – einem etwas in die Jahre gekommenen Terminus -, bemühen sich Führungskräfte um eine Authentizität, von der sie sich mehr persönliche Überzeugungsqualität erhoffen. Wo aber, so frage ich mich immer wieder, bleiben in diesen standardisierten Maßnahmen Glaubwürdigkeit und Vertrauenswürdigkeit des Einzelnen als echte menschliche Angebote? Wo bleibt die von Edward Young verkündete angeborene Originalität, die doch so oft, der manipulierten Wirkung wegen, auf dem Altar der Konditionierung geopfert wird? Setzt sich mit solchen – wie es heißt – Maßnahmen zur Persönlichkeitsbildung nicht das seelische Dilemma fort, mehr und mehr als Kopie aufzutreten und in dieser Prägung möglicherweise ungereift zu sterben? Erschrocken gar war ich von der imperativisch plakatierten Schlagzeile einer

deutschen Tageszeitung: „Habt Mitgefühl!“ Das ethisch-appellative Anliegen findet zwar als Aufruf zu mehr Menschlichkeit seine kollektive Zustimmung. Das wirkliche Helfen aber ist eine Geste des emotionalen Antriebes und nicht des kalkulierenden Intellektes.

Wer sich auch immer um emotionales Wachstum im Menschsein bemüht, möge bedenken, dass man Gefühle nicht befehlen und nicht trainieren, sondern sie nur zulassen kann! Dieser Grundsatz gilt für die Eltern-Kind-Beziehung ebenso wie für die emotionale Paar-Beziehung.

Wie kommt Empathie zustande? Die tiefste und ursprünglichste Art, in der wir kommunizieren, ist die empathische. Um nun das Verständnis von Empathie noch deutlicher werden zu lassen, will ich auf den kürzlich verstorbenen Schweizer Psychoanalytiker Arno Gruen zu sprechen kommen. Er hat sich in besonderer Weise dem Empathieverlust als gesellschaftlicher Tragödie gewidmet. Seine psychotherapeutische Klage über das personale Entfremdetsein, die emotionale Enthausung des modernen Menschen, liegt in der verloren gegangenen Empathie begründet. Ohne Empathie ist der Mensch gleichsam seelisch heimatlos.

Seine Definition von „Empathie“ lautet so: „Empathie ist die Fähigkeit, an den Gefühlen, Intentionen, Ideen und manchmal auch an den Bewegungen eines anderen Menschen teilzunehmen, sie mitzuerleben oder nachzuempfinden. Diese Fähigkeit entwickelt sich zusammen mit dem vegetativen Nervensystem und ist fester Bestandteil der wechselseitigen Interaktion zwischen der Mutter und dem sich entwickelnden Fötus. Die Integration dieser Interaktionen scheint sich beim Menschen in der rechten Gehirnhälfte abzuspielen.“(9) In der Kurzdefinition von Empathie ist mir häufiger der Sprachgebrauch „fremdseelisches Verstehen“ begegnet.

Warum nun – um erneut die Frage von Edward Young aufzugreifen – sterben viele Menschen als Kopien, haben also ihre Ursprünglichkeit, eben ihre empathische Seinsgrundlage, verloren, sie auch nicht wiedererlangt? Arno Gruen weiß, dass Gefühle die essentiellen Bestandteile unseres Menschseins sind. Wer daher seine Gefühle leugnet oder sie abwertet, unterdrückt damit einen bedeutenden Teil seines menschlichen Selbstbegriffens. Denn dauerhaft begreifen wir uns vor allem über unsere Gefühle und Empfindungen. So meint die Frage „Wie geht es Dir oder Ihnen“ ja nicht die Erkundigung danach, was ein Mensch denkt, sondern es ist eine Frage nach seinem Befinden, also eine Anteilnahme an seinem seelisch-emotionalen Zustand. Aus diesem Grunde ist diese Frage mitmenschlich auch so wertvoll!

Arno Gruen beklagt, dass „authentisch-empathisches Erleben nicht möglich ist in einer Kultur, die einerseits den Verstand verherrlicht, andererseits ihn problematisch macht, indem sie von Geburt an unser Gefühlsleben verkümmern lässt.“(10) Diese Verkümmern wird tragisch spürbar in der Verlustbeziehung

zum eigenen seelischen Schmerz und im Verlust des Mitgefühls. „Das Mitgefühl ist die in uns eingebaute Schranke zum Unmenschlichen.“ Wer jedoch mit seinem Seelenschmerz nicht mehr angemessen umgehen kann oder darf, verliert die Empfindung, das Mit-Leiden an der Not des anderen. Der seelisch Leidende flieht meistens in die Diagnose einer körperlichen Erkrankung. Doch es wird offenkundig, dass sie keine nachweisbare organische Ursache hat. Während eines längeren psychotherapeutischen Praktikums in einem Heim für debile und sozial geschädigte Kinder wurde mir erschreckend bewusst, wie sehr sich in der Seele des Kindes der ungehört und überhört gebliebene Schmerzenslaut in eine körperliche Hilflosigkeit verwandelt hat, der somit für die Eltern wohl annehmbarer wurde. „Seelische Schmerzen als solche zu erkennen, würde für die Eltern ja bedeuten, ihre Beziehung zu ihrem Kind in Frage stellen zu müssen, was einer Minderung ihres Selbstwertes gleichkäme. Darüber hinaus erlaubt die Verlagerung des Schmerzes ins Körperliche den Eltern, ihr Kind zu bemitleiden. Das verschafft ihnen die Illusion, empathisch zu reagieren und auf das Kind einzugehen, ohne seinen wahren Seelenzustand wahrnehmen zu müssen.“ (11) So beschreibt auch Arno Gruen seine psychoanalytische Praxiserfahrung.

Ich beobachte in den Gesprächen Ähnliches. Die Karriereleiter emporzusteigen, setzt vielfach voraus, Leid, Schmerz, Trauer und Krisenhaftes als seelisch tiefe Selbsterfahrungen zu verbergen, zugunsten eines leider maskenhaften Persönlichkeitsprofils. Das sachliche und rationale Handeln eines Führenden gilt mehr vorbildhaft für die Geführten als das freie und offene Bekenntnis zu den eigenen Empfindungen. „Gerade weil Gruen das Empathische für eine Charakteristik des Menschen bei seiner Geburt hält, bedeutet die Dominanz der Kognition, des Abstrakten und der Rationalität eine Verleugnung des Selbst und der eigenen Identität. Das hat gravierende Folgen, denn wenn die Menschen sich nicht vertrauen, dann können sie nicht wirklich nach einer authentischen Selbstverwirklichung streben. Wer sich nicht selbst vertraut, der sucht nach Leitbildern außerhalb und versucht sie zu kopieren. Deshalb stimmt Arno Gruen der Erkenntnis Edward Youngs zu.“(12)

Eine andere Entwicklung sieht Gruen bei den Hopi-Indianern, deren Sprachzentrum in der rechten Gehirnhälfte verbleibt und ihnen daher eine natürliche Beziehung zum Empathischen und einfühlsame Interaktionen ermöglicht. Empathie setzt ein entspanntes Erlebnisfeld voraus. Wo Wut oder Angst vorherrschen, bleibt für Empathie kein Platz mehr. Wie sollen sich auch Menschen verstehen, also empathisch begegnen, wenn sie sich auf Grund ihrer belasteten Stimmung nicht in den anderen hineinversetzen können?

Wo ein Kind seine Gefühle zulassen durfte, seine emotionalen Ur-Impulse akzeptiert wurden, dort ist das emotionale Frühbett angelegt, auf dem das originäre Menschsein zur Entfaltung streben kann, auf dem das „Werde, der du werden sollst!“ seiner Entfaltung entgegenreifen kann.

## VI. Über Autonomie

„Autonomie“ meint die seelische Selbstständigkeit eines Menschen. Es ist der Mut, allein zu stehen, der eine solche Persönlichkeit auszeichnet. Die Autonomie repräsentiert eine sehr bedeutende Dimension des seelischen Wachstums. Im herkömmlichen Begriffsverständnis wird Autonomie oftmals als Betonung der eigenen Wichtigkeit und Unabhängigkeit, auch des Anspruchs auf Geltung apostrophiert. Die sogenannten autonomen Gruppen haben in neurotischer Weise das psychische Grundanliegen von Autonomie schamlos pervertiert. Viele dieser Menschen haben nicht bedacht, dass „der Feind, den man im anderen zu sehen glaubt, ursprünglich im eigenen Inneren zu finden ist“. Nicht selten also wird das Autonomsein mit Machtausübung und herrschendem Gebaren assoziiert. Das psychoanalytische Verständnis von Autonomie aber greift eine seelische Konstitution auf, das die emotional stabile Grundbeziehung des Menschen zu sich selbst betont. So heißt es: „Autonomie ist derjenige Zustand der Integration, in dem ein Mensch in voller Übereinstimmung mit seinen eigenen Gefühlen und Bedürfnissen ist... Autonomie beinhaltet die Fähigkeit, ein Selbst zu haben, das auf dem Zugang zu eigenen Gefühlen und Bedürfnissen gründet.“(13) Die Übereinstimmung von Gefühlen und Bedürfnissen allein ist noch nicht identisch mit Autonomie, sondern es ist das Bewusstsein, sich mit seinen Gefühlen und Bedürfnissen gleichsam in einem inneren Dialog zu befinden. Wie aber entwickelt sich diese Autonomie in der Persönlichkeit? Sie wächst auf dem Boden des Urvertrauens und des Selbstwertgefühles.

In den letzten fünfzig Jahren hat sich wohl kaum einer wie der Züricher Psychiater Balthasar Staehelin (1923 – 2005) dem Thema Urvertrauen gewidmet. Mit ihm verbindet mich, auch fast fünfzehn Jahre nach seinem Tod, weiterhin ein sehr herzliches Verhältnis. Ich verdanke ihm sehr viel, weil er mich die wahre Beziehung zwischen Tiefenpsychologie und Spiritualität gelehrt hat. Sie ist seit Langem zum geistigen Inhalt meiner Veranstaltungen geworden.

In vielen seiner Publikationen definiert er „Urvertrauen“ als das Gefühl, als die Grundstimmung tiefen Geborgenseins in sich selbst und im Leben schlechthin. Zu seinen wichtigsten psychiatrischen Erkenntnissen gehört die Auffassung, dass der Mensch Urvertrauen nicht erst durch eine stabile Mutter-Kind-Beziehung erwirbt, sondern dass der Mensch bereits vorgeburtlich Urvertrauen ist. Er belegt dies an zahlreichen Analysen von Patientenbiographien, an denen er nachweist, dass die menschliche Persönlichkeit trotz widriger Lebensumstände zu einer gefestigten Lebenshaltung gelangen kann.(14)

Ähnliche Erfahrungen berichtet auch der Psychotherapeut Jürg Willi in seinem Buch „Wendepunkte im Lebenslauf.“(15)

Das Selbstwertgefühl ist ein seelisches Kind des Urvertrauens. Es entwickelt sich vor allem durch die Zuwendung, die der Säugling von der geliebten

Bezugsperson empfängt. Dabei bildet das unbewusste Erlebnis, sich in ein Du fallenlassen zu können, die Grundlage für eine Wertbeziehung zu sich selbst. Das eigene Wertvollsein hängt davon ab, von welchem emotionalen Nahesein seine kindliche Erlebniswelt erfüllt ist.

Beide seelischen Grundgefühle – das Urvertrauen und das Selbstwertgefühl – lassen die angesprochene psychische Selbstständigkeit heranreifen. Wie zeigt sich diese autonome Reife? Vor allem in der Überwindung von Abhängigkeit. Es ist der innere und äußere Kampf der Persönlichkeit um ihren Eigenwert. Er beginnt mit der Trotzphase des Kleinkindes, erreicht einen Höhepunkt in der Pubertät und nimmt die Bereitschaft zur Konfliktbewältigung in sein tägliches Reagieren auf. Wer durch eine strenge Gewissensbildung, umzingelt von Geboten und Verboten, getrieben wurde, benötigt viele Jahre, um zu seiner eigenen Werteskala zu gelangen. Wem gleichsam mit der Muttermilch eingeflößt wurde, dass die Beachtung der Normen anderer wichtiger sei als die Erfüllung eigener Bedürfnisse – der wird nur mühsam seine Fremdsteuerung überwinden können. Denn die Maxime: „Ich mag mich, wenn und weil mich andere mögen“ - räumt nicht so schnell das Schlachtfeld der Angst vor Ablehnung.

Jegliche Blockaden des kindlichen Antriebsgeschehens führen zu Hemmungen und Mindergefühlen. „Gehorsam“, so schreibt Arno Gruen, „ist immer Unterwerfung unter den Willen eines anderen, weil dieser Macht über einen hat.“(16) Unser Überleben hängt aber davon ab, wie wir Mitgefühl und Liebe leben! „Wahre Werte kann man nicht durch die Autorität der Gesellschaft oder der Tradition finden; nur die Nachdenklichkeit des Einzelnen kann sie offenbaren.“ So lautet eine kontemplative Weisheit des indischen Philosophen Krishnamurti.

Der autonome Mensch weiß um seine innere Wertigkeit, die ihm sein verantwortungsvolles Handeln ermöglicht. Er respektiert die sittliche Authentizität von jenen Führenden, die diese Haltung in ihrem Handeln erkennen lassen. Insofern kann er Demut leben, ohne sich dieser Tugend in eitler Weise bewusst zu sein. Weil ihn seine Innenwelt trägt, fühlt er sich der Lebensbewältigung gewachsen. Wer um seine eigene Persönlichkeitstiefe weiß, wird nicht als Kopie sterben. Er entdeckt seine Originalität, wenn er sich seiner Eigenwürde und des unbegreiflichen Schöpfungswillens bewusst geworden ist, der ihm das Leben verliehen hat. In diesem Vertrauen in das Höhere wird er sich führen lassen und seinem Dasein Hoffnung und Liebe schenken.

## **Anmerkungen:**

- (1) - Wirth, Uwe: „Original und Kopie im Spannungsfeld von Iteration und Aufpfropfung“, Verlag DuMont, Köln 2004, S. 18
- (2) - Young, Edward: „Gedanken über die Original-Werke“, Faksimiledruck nach der Ausgabe von 1760 Conjectures, Nachwort, S. 16
- (3) - Spaemann, Robert: „Meditationen eines Christen“, Über die Psalmen 1 – 51, Klett-Cotta, Stuttgart 2014, S. 174-175
- (4) - Platon: „Das Gastmahl“, Band 5, S. 347
- (5) - Vorlesung Prof. Peter Wust vom 13. Dezember 1934, notiert von Karl Leisner
- (6) - Hell, Daniel: „Die Wiederkehr der Seele“, Kreuz Verlag, Freiburg, 2013, S. 64-65
- (7) - Etymologisches Wörterbuch des Deutschen, Akademie Verlag, Berlin 1993, S. 1268
- (8) - Hell, Daniel, ebenda S. 31 ff.
- (9) - Gruen, Arno: „Dem Leben entfremdet“, Klett-Cotta, Stuttgart 2013, S. 27
- (10) - Aus einer Rezension über obengenanntes Buch
- (11) - Gruen, Arno: „Der Verlust des Mitgefühls“, Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 10. Auflage 2015, S. 65
- (12) - Rühlig, Tim: „Buch des Monats“, April 2014 über Gruens Buch „Dem Leben entfremdet“

- (13) - Gruen, Arno: „Der Verrat am Selbst“, Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 26. Auflage 2015, S. 17
- (14) - Staehelin, Balthasar: „Haben und Sein“, „Heilung geschieht von innen“, „Der finale Mensch“, „Die Welt als Du“
- (15) - Willi, Jürg: „Wendepunkte im Lebenslauf“, Klett-Cotta, Stuttgart 2007
- (16) - Gruen, Arno: „Wider den Gehorsam“, Klett-Cotta, Stuttgart 6. Auflage 2015, S. 19