

Psychische Hemmungen in ihrer Bedeutung für das religiöse Leben

Von Hubert Thurn S. J., München

So richtig es ist — was die Psychotherapie übrigens immer wieder feststellen konnte —, daß der christliche Glaube auch in schweren Lagen und Schicksalen Halt und Lebenssinn zu vermitteln vermag, so wichtig ist doch der Hinweis, daß der gläubige Mensch keineswegs gegen Fehlentwicklungen gefeit ist. Erlebnisse der frühen Kindheit, die — wenigstens nach der Auffassung einiger Schulen innerhalb der seelischen Heilpraxis — am allerehesten geeignet sind, schwere neurotische Zustände heranwachsen zu lassen, sind naturgemäß bei ihrer Entstehung vom Glauben her nicht zu beeinflussen¹. Erst später, wenn die Entwicklung vorangeschritten ist, können religiöse Motive wirksam gemacht werden. Ist die Vitalität, die Kraft eines Menschen, gering, oder sind seine Lebensumstände besonders ungünstig oder schwierig, so sind auch von daher Störungsmöglichkeiten gegeben, die die Verarbeitungsfähigkeit überschreiten und die Entwicklung nachteilig beeinflussen können. In diesen Fällen wird darum auch das Leben des religiösen Menschen der Korrektur bedürfen und in der Psychologie eine wirksame Hilfe erfahren können. Vor allem sind es Charakterkunde, analytische Psychologie und Heilpädagogik, die hier aufklärend, richtend und fördernd zu wirken vermögen.

Wir möchten im folgenden einmal auf drei Störungsmöglichkeiten, die für die religiöse Entwicklung von besonderer Bedeutung sind, hinweisen. Wir entnehmen die Hinweise der analytischen Psychologie und Heilpädagogik².

Als erste Störungsmöglichkeit nennen wir die *Libidostauung*. Libido heißt hier soviel wie Kraft, seelisch-geistiges Kraftpotential, strukturpsychologisch gesprochen Antriebsstärke. Stauung bedeutet Abflußhemmung. Libidostauung bezeichnet demnach den Zustand gehemmter Kraft, blockierten Antriebs. Libidostauung ist ambivalent. Jede große Leistung setzt gestaute Kraft voraus. Aber eine Kraft, die aus Mangel an Richtung nicht abzufließen vermag, schadet leicht und stört.

Die Kraft oder der Antrieb des Menschen bedarf der Ausrichtung. Aus den drei Strukturbereichen — Leib, Seele, Geist — brechen unablässig Richtungen, Zielpunkte auf. Aber sie müssen beachtet, beizeiten ernstgenommen werden.

Der menschliche Geist soll und muß Stellung nehmen zu den Richtungsimpulsen. Er soll sie hinordnen auf ein Lebensziel, auf ein Lebensganzes. Dieses Ganze ist doppelgesichtig. Einmal bedeutet es eine äußere Aufgabe, ein Ziel, das der Mensch im Außen seines Lebens verwirklichen soll. Beruf und Gemeinschaft geben hier den Rahmen. Die andere Seite des Lebensganzes ist die menschliche Person oder, wie man heute gerne zu sagen pflegt, das „Selbst“. Es ist zwar unmöglich, alle Seiten, alle Möglichkeiten der Person in gleicher Weise zu entfalten. Daran hindert die konkrete Lebenslage, die konkrete Umwelt. Aber hier gilt das Wort: *quantum potes tantum aude*, soviel du (zu verwirklichen) vermagst, soviel wage.

¹ Vgl. dazu Kurt Böhme, *Lebenshilfe*, Berlin-Zehlendorf, Verlag Psyche, 1949, S. 164 ff.

² Vgl. E. Speer, *Der Arzt der Persönlichkeit*, Stuttgart, Thieme Verlag, 1949, S. 138; ferner: C. G. Jung, *Psychologische Typologie*, Seelenprobleme der Gegenwart, Zürich, Rascher 1931.

Die Energie soll also in die Richtung der Persönlichkeitsentfaltung gelenkt werden. Die „Triebfedern“ (L. Klages), dynamische Anlagen, geben dabei die Richtung an.

Innerhalb der Dynamik des Seelischen entstehen in bezug auf die Persönlichkeitsentfaltung unzweckmäßige Spannungen, Libidostauungen, wenn der Mensch Anliegen der Entelechie, Richtungsimpulse verdrängt. Der Kraft, dem Antrieb mangelt dann die Richtung. Es entstehen leicht Schäden und Störungen. Die Folge der Verdrängungen sind Spannungszustände unlustvoller Art. Der Mensch der verdrängten Tendenzen wird leicht depressiv, unzufrieden. Es kommt für ihn darauf an, seinen Zustand, den Zusammenhang von Verdrängung und Unzufriedenheit zu erkennen, ferner zu versuchen, sich mit den abgeschobenen Verwirklichungstendenzen auseinanderzusetzen, sie im Rahmen der persönlichen Möglichkeiten und des Gewissens zu bejahen oder zu verneinen. Da der Mensch durch die Erbsünde sowohl im Erkennen wie auch im Wollen behindert ist und nur mit Mühe, oft sogar nur mit dem Einsatz aller verfügbaren Kräfte Ordnung schaffen und halten kann, lassen sich Libidostauungen aus Verdrängung nicht absolut vermeiden. Aber sie sollten auf ein Minimum herabgesetzt werden. Vor allem sollte Erlaubtes nicht so leicht der Verdrängung anheimfallen.

Auf die Frage, in welcher Weise Entwicklungs- und Entfaltungstendenzen der Persönlichkeit auch für das religiöse Leben von besonderer Bedeutung werden können, ist zunächst einmal darauf hinzuweisen, daß von religiösen Menschen oft schon das bloße Ziel der Persönlichkeitsentfaltung gar nicht gesehen und der Beachtung wert erachtet wird. Der religiöse Mensch neigt aus begreiflichen Gründen zu einer Verengung der Ausrichtung. Aus dem „Unum necessarium“ dem „Einen Notwendigen“ des Evangeliums schließt er oft allzubald auf eine Un- oder Minderwertigkeit einer Entfaltung und Entwicklung seiner Anlagen. Er wird in bedauerlicher Weise einseitig, deshalb auch langweilig und öde. Neben dem Beruf und den religiösen Pflichten sieht er kaum etwas anderes, das der Anstrengung wert wäre. So verkümmert er. Die Angriffsfläche der zuströmenden Bilder und Anreize zur Entfaltung schrumpft zusammen. Der Glaube, der eine weltoffene Universalität besitzen könnte, wird zu einer Sammlung weniger Imperative und Lebensmaximen, die mitunter sogar nur negativer Art sind. Wir wiesen schon darauf hin, daß die Folge dieses Verhaltens Depression und Unzufriedenheit ist. Man darf wohl hinzufügen, sehr oft auch Borniertheit und Unduldsamkeit gegenüber Bereichen, auf die das religiöse Leben, soll es Fülle und Weite erlangen, nicht verzichten kann. Ferner sind Ressentiments sowie Selbsttäuschungen häufig das Ergebnis allzu enger Blickrichtung, die Mißachtung einer echten Entwicklung und Entfaltung. Die Gründe sind nicht allzu schwer zu ermitteln. Die Enge und gleichsam erzwungene Dürftigkeit weckt Minderwertigkeitsgefühle, die leicht zu Rachegefühlen und Neid führen, vor allem wenn die Begegnung mit reichen Naturen zu einem Vergleich herausfordert.

Spannungen der genannten Art wachsen mit ihren Folgen zu nachdrücklicher Wirkung heran, wenn die Berufsarbeit und das religiöse Leben eine gewisse mechanische Einschleifung erfahren haben und darum das innere Anteilnehmen erschweren. Es können dann Krisen von u. U. großer Heftigkeit und nicht zu unterschätzen-

der Gefahr entstehen. Eine Beschränkung der Entfaltung in unzumutbarer Art ist darum nicht wünschenswert.

Dabei bleibt für den notwendigen oder auch freiwilligen Verzicht auf Möglichkeiten der Selbstverwirklichung immer noch ein weiterer Spielraum. Jeder Mensch muß so und so oft auf Grund eines klaren Gewissensurteils auf Verwirklichungstendenzen seiner Anlage verzichten. Er wird es darüber hinaus aus edlen Gründen in vielen Fällen auch freiwillig tun. Das ist für den Nachfolger Christi sogar die tägliche Situation. Der freiwillige Verzicht auf Erlaubtes gehört grundsätzlich in sein Leben. Da aber das Einerlei des Lebens Schwung und Begeisterungsfähigkeit angreift, wird der Verzicht sehr leicht zur Last und Plage. Einen Verzicht auf lange Sicht oder auf Lebenszeit motivisch so zu stützen, daß er „echt“ bleibt, in diesem Sinn in die Freiheit aufgenommen und behalten wird, zugleich vom „Gemüt“ her bejaht wird, gehört mit zu den schwierigsten Aufgaben der Selbst- und Fremderziehung. Hier ist die Tatsache erwähnenswert, daß eine von der christlichen Erziehung seit jeher gepflegte Praxis in der heutigen Heilpädagogik große Bedeutung gewann und in ihrem Wert bestätigt wurde: die *Übung* des Verzichtes. Nicht nur die Motive müssen rege und wach bleiben, wenn der Verzicht sinnvoll und unschädlich bleiben soll. Auch ein gewisses Maß an Übung und Einübung von Verzichtleistungen, und zwar von früh auf, ist von nicht zu unterschätzender Wirkung. Verzicht muß erlernt und in ständiger Übung gehalten werden, soll der Mensch nicht in unlustgesättigter Stauung, in Sinnlosigkeit des Verzichtes vergrämen oder verbittern.

Stauungen unlustgesättigter Art ließen sich im religiösen Leben oft vermeiden, wenn neben echtem Streben nach Persönlichkeitsentfaltung Liebhabeereien gepflegt würden. Auch diese Tatsache entdeckte die Psychotherapie wieder neu. Liebhabeereien sind Beschäftigungen, die mehr erreichen als eine Verhinderung von Langeweile. Knüpfen sie an echtem Interesse an, vermögen sie Natur- und Menschenverständnis, Wissen und Können zu vermehren. Damit wächst natürlicherweise das Selbstgefühl, da der Selbstwert in — wenn auch schlichten — Erfolgen erfahren wird.

Eine zweite Störungsmöglichkeit ist mit der sogenannten „*Frustration*“ gegeben³. Frustration ist gleichbedeutend mit dem Erleben des unbefriedigten oder verletzten Rechtsgefühls, und zwar in allen seinen Abarten. Begriffe wie: Beeinträchtigung, Benachteiligung, Zurückgesetztwerden, Zukurzkommen gehören ebenso hierher wie enttäuschte Erwartung und Gefühle erlittenen Unrechts.

Die Frustration erwächst immer aus einem Rechtsanspruch, der das Ergebnis persönlicher Lebenserfahrungen ist. Wird diesem Rechtsanspruch nicht entsprochen, reagiert der Mensch mit Traurigkeit, Ärger und Aggression. Der Rechtsanspruch ist ebenso wie die Disposition zu den beiden Reaktionen nach Richtung wie Intensität von Mensch zu Mensch sehr verschieden. Ist die Empfindlichkeit gegenüber Enttäuschungen und Ungerechtigkeiten (auch nur vermeintlichen) sehr groß, so spricht man von einem Frustrationskomplex, einer Frustrationsneurose.

³ Vgl. dazu: Henri Ellenberger, Über den Begriff der Frustration in „Die Psychohygiene“, Hans Huber Verlag, Bern 1949. Ferner vom Vf.: Psychohygiene, Stimmen der Zeit, 76 (1951), 10. Heft 277 ff.

Der Komplex entsteht auf Grund von Erlebnissen folgender Art: zu wenig oder zu viel Liebe, kritische Stellung in der Familie, ungerechte oder vermeintlich ungerechte Strafen, plötzliche und einschneidende Änderungen in der Familie (Tod oder Scheidung der Eltern, Konkurs, wirtschaftliche Schwierigkeiten anderer Art usf.), Heimaufenthalt, der erzwungen wird, um das Kind nicht besorgen zu müssen, Mißerfolge in Schule und Beruf, in der Gemeinschaft, die als ungerecht angesehen werden, desgleichen körperliche Häßlichkeit und Unbegabtheit, kurzum „Unordnung und frühes Leid“ (Thomas Mann) sind hier von Bedeutung.

Die Entwicklung der Frustration kann in verschiedener Richtung verlaufen: günstig, wenn sie zur Bildung einer sozial-wertvollen Kompensation führt; ungünstig, wenn Flucht- und Betäubungsreaktionen wie Trunksucht, Kleptomanie, sexuelle Ausschweifungen usf. ihre Folgen sind. Neben der Kompensation ist die Aggression häufig. Ausdruck der Aggression ist der Machthunger, dessen Ziel das Ausleben der angestauten Rachegefühle ist. Wird die Machtposition nicht erreicht, können Egozentrismus in der Form unablässigen Nörgelns und Unzufriedenseins, hochmütige Selbsterniedrigung oder Ressentimenthaltungen (als Ergebnis unbefriedigten Rachebedürfnisses) Ergebnis der Entwicklung sein. Masochismus (Selbstquälerei), der eine wichtige Rolle bei Organneurosen spielen soll, Fatalismus und Verfolgungsideen sind weiterhin mögliche Endstadien der Frustration.

Mit all diesen Verstimmungen wird die Reife erschwert oder verhindert, sind Reifungskrisen gegeben, die durch die Stagnation und falsche Richtung der „libido“, der seelisch-geistigen Kräfte hervorgerufen werden.

Die Frustration und der Frustrationskomplex haben innerhalb des religiösen Lebens und Strebens sehr große Bedeutung. Das bestätigt die Erfahrung zur Genüge. Viele Christen, die ihr Berufsleben und das religiöse Streben ernstnehmen, leiden tief unter Gefühlen der Feindseligkeit, aufgetauter Aggression, unter Verbitterung und unvergessener Beeinträchtigung. Es scheint so, als würde die religiöse Liebe, die gerade im Falle der Frustration aufgerufen wird, keine Kraft besitzen, mit den Verstimmungen fertig zu werden. Gewaltakte, mit denen man den Gefühlen beizukommen versucht, versagen entweder ganz oder teilweise. Teilweise dann, wenn die Verstimmung zwar im Augenblick auf Grund eines Willensaktes, d. h. der Beherrschung unwirksam gemacht wird, später aber in vielen kleinen „Dosen“, in Vergrämtheit, Übelnemelei, in Riesenansprüchen und Selbstbemitleidung, in Sarkasmus und übermäßiger Kritik, schließlich in Selbstquälerei zum Ausdruck kommt.

Woran liegt das? Welche Gründe verhindern die reibungslose Verarbeitung erfahrenen Unrechts oder vermeintlichen Unrechts? Wir möchten meinen, die Gründe seien eindeutig mit der falschen Methode der Verarbeitung gegeben. Gefühlen kann man mit Gewaltakten nicht beikommen. Sie versteifen sich sogar, wenn man ihnen mit Trotz und Gewalt begegnet. Verarbeitung setzt Motivation voraus. Die Beeinträchtigung wie das Austragen ihrer Folgen können nur dann bewältigt werden, wenn sie einem Sinngefüge eingeordnet werden. Ein Mensch, der beispielsweise von der Führung und Fügung einer Vorsehung überzeugt ist und sich in der Überzeugung immer wieder festigt und stärkt, wird durch die Erfahrung einer Frustration vielleicht zunächst verletzt, aus der Bahn geworfen. Aber er vermag sie demütig hinzunehmen, wenn er den Sinn sieht, wenn auch nur einen allgemeinen,

den in der Überzeugung einer Fügung begründeten, wenn er überzeugt sein darf, daß aus Bösem Gutes wachsen kann.

Ein Hinweis scheint noch von besonderer Bedeutung zu sein. Es ist eine merkwürdige Tatsache, daß die christliche Verkündigung für gewisse Bereiche, z. B. für den der geschlechtlichen Sittlichkeit eine ungemein reichhaltige Kasuistik, bis in kleinste Details gehende Verhaltensweisen erarbeitet hat und im Unterricht mitzuteilen pflegt. Das wird wohl darin begründet sein, daß einerseits die Geschlechtlichkeit im Hinblick auf bestimmte Zeitumstände und mit ihnen gegebene Wertungsmaßstäbe überwertet wird, andererseits die Beherrschung so besonders schwierig ist. Jedenfalls kann nicht bestritten werden, daß die Anleitung zur Überwindung der Frustration, die Aktualisierung der Liebe nahezu überhaupt nicht gepflegt wird. Man übersieht, daß das Kind angeleitet werden muß, mit seinen Gefühlen erlittenen Unrechts fertig zu werden. Deshalb verfügt der Erwachsene entweder über gar keine oder eine unzweckmäßige Methode der Bewältigung. Man überlege doch einmal, wie wenig ein Kind zum Humor, zum echten Verzeihen hingeführt wird. Der Ernst innerhalb des christlichen Lebens ist weitgehend ein Über-Ernst, dem eine kräftige Dosis Humor und sorgloser Unbekümmertheit fehlt. Welch große und bedeutsame Aufgabe erwächst dem Erzieher in der Pflege echter Heiterkeit, humorvollen Verzeihens, religiösen Trostes. Wie ungeschickt verhält sich mancher Erzieher, Seelsorger, Vater und Mutter, die durch Strafen und Moralisieren, durch völlige Verständnislosigkeit gegenüber schwierigen Erlebnissen des Kindes, durch Mangel an Hinweisen der Verarbeitung die Situation verwickeln, den Widerstand versteifen, zur Aufstauung von Haß, Feindschaft, Bitterkeit, Rachsucht usw. — wenn auch vielfach unwissend — beitragen. Wie viele Analysen ergeben die Anstauung ungehörlicher Mengen von Bitterkeit als Grund seelischen oder sogar körperlichen Zusammenbruchs. Immer wieder kann der Therapeut in solchen Fällen feststellen, daß die Aufstauung bis in die frühen Kinderjahre zurückreicht. Daß sich ein Kind — genau so wie der Erwachsene, der oft übermäßig Gebrauch davon macht — austoben, seinen Zorn, seine Wut abreagieren möchte und auch — soweit eine reibungslose Verarbeitung nicht möglich ist — ein Recht dazu hat, wird überhaupt nicht gesehen. Während beispielsweise der Vater seinem Berufsärger zu Hause reichlich oder überreichlich Luft verschafft, muß das Kind alles Widerstreben, Zorn und Unwillen ohne Widerworte „herunterschlucken“. Das Wort sagt genau, was geschieht: die verdrückte Aggression sinkt auf den Seelengrund und richtet dort Verwüstungen an, die eines Tages vielleicht in verheerender Weise nach außen brechen werden. Es ist eine Tatsache, daß Revolutionäre von eiskalter Aggression vielfach schwächliche Menschen waren. Man kann sich die Erklärung dieses Zusammenhangs einfach machen, in dem man von „Psychopathie“, krankhaften Gefühlsausfällen redet. Aber wird nicht die Begründung viel sinnvoller sein, daß ein schwächlicher Mensch seine Beeinträchtigungen, die viele Jahre hindurch unverarbeitet auf dem Grund der Seele lagen, eines Tages auszuleben beginnt — ohne Gnade, ohne Erbarmen.

Religiöse Gemeinschaften kranken oft an Gegensätzen, Feindseligkeiten, schweren Verstimmungen ihrer Mitglieder. Viel Schuld trägt hier das mangelnde Verständnis für die oben ausgeführten Zusammenhänge. Weder die rechte Anleitung zur Ver-

arbeitung der Frustration noch die Möglichkeit einer Entlastung werden gebührend ernstgenommen. Daher verbittern die Menschen, und ihre Gemeinschaft wird unfruchtbar durch Hader, Mißtrauen, Ressentiments usf.

Eine dritte Störungsmöglichkeit bleibt zu erwägen: der *Zwang*. Man spricht von einer Zwangsneurose immer dann, wenn sinnlos erscheinende Nötigungen zu bestimmten Vorstellungen, zur Wiederholung bestimmter Verrichtungen, ein „Zwangszereemoniell“ oder ein Zwangssystem, zwanghafte Angst oder Phobien vorliegen⁴.

Zwänge machen sich im religiösen Streben mancher Menschen recht quälend bemerkbar. Keine Störung des geistlichen Lebens ist übrigens so hartnäckig wie diese, scheint so unangreifbar gegenüber bestgemeinten Methoden. Will man den Zwang wirkungsvoll behandeln, sind gewisse Grundeinsichten notwendig.

Wir unterscheiden hier zunächst einmal schwere Zwangszustände von leichten. Schwer wird man den Zwangszustand nennen, der bereits soweit fortgeschritten ist, daß die Erfüllung der Berufspflichten leidet, eine Absorption der Kräfte eingetreten ist, die das Interesse völlig fesselt. Leicht sind Fälle, bei denen äußere Verrichtungen nicht angegriffen sind, eher von zwangshaften Gewohnheiten als von eigentlichem Zwangskranksein die Rede sein sollte.

Während schwere Zwangszustände in die Behandlung des Fachmannes gehören, können leichtere Zwangsnöte auf Grund gewisser Einsichten unschwer mit Erfolg angegangen werden.

Zwänge entstehen auf Grund von Vitalschwäche, Unentschiedenheit und Gewohnheit. Unter Vitalschwäche verstehen wir einen Mangel an psycho-physischer Kraft. Vitalschwache Menschen sind meist sensibel, empfindsam im besonderen Ausmaß, in ihren Unternehmungen zögernd, ängstlich, in ihrem Kontakt unsicher, im beruflichen Bereich übergenau, verregelt, leicht festgefahren. Die Vitalschwäche ist meist auch der Grund für die Unentschiedenheit, die den Kern der Zwangsbildung ausmacht. Nehmen wir als Beispiel Zwänge, die sich auf die geschlechtliche Sittlichkeit beziehen. Die Unentschiedenheit besteht hier in einem eigenartigen Schwebezustand, der das Sowohl-Als-auch einer gespaltenen Haltung zum Grunde hat. Der Mensch entscheidet sich nicht, weder für das Verbotene noch für die Tugend. Er liebäugelt gleichsam mit den Gegensätzen. Ein Beispiel mag den Zustand schlicht veranschaulichen. Nehmen wir an, es beabsichtige jemand, eine Reise zu tun. Er überlege hin und her, ob die Reise gelegen sei, welche Vorteile sie biete usf. Er entdecke mancherlei, komme aber nicht zum Ergebnis, zum Entscheid, da seine Gedanken zugleich mit Erwägungen belastet werden, die die Reise nicht empfehlen. Er bleibt in der Schweben. Beide Möglichkeiten bieten Vorteile. Er geht zum Bahnhof und setzt sich dort hin, um den Entscheid abzuwarten. Dieser stellt sich naturgemäß nicht ein, weil der Mensch ihn nur selbst wirken kann. Aber er ist ja gespalten. Er möchte beides. So sitzt er lange Zeit und wartet — innerlich zerrissen, hin- und hergezogen. Je mehr er sich ärgert über den unentschiedenen Zustand, um so mehr setzt sich dieser fest. Je mehr er versucht, der einen Möglichkeit den Vorrang vor der anderen zu geben, um so mehr macht sich die andere Seite geltend.

Es wurde bereits gesagt, daß sich die Unentschiedenheit meist aus der Vital-

⁴ E. Speer, a. a. O.

schwäche ergibt. Der vitale Mensch wirft bei Konflikten nach kurzem Hin und Her das Gewicht auf die eine oder andere Seite, er nimmt mehr oder weniger bewußt Risiko auf sich, er entscheidet sich. Der Vitalschwache vermag den Vorgang der Wahl nicht eindeutig zu entscheiden.

Zwangsmenschen geben in der Analyse diese Gespaltenheit, das Liebäugeln mit den Gegensätzen gerne zu. Sie empfinden diesen Zustand sogar sehr häufig als schuldhaft. Sie vermerken die Unentschiedenheit sowohl der Sünde wie auch dem Tugendakt gegenüber als Unsauberkeit, aber sie vermögen sich keine vom Herzen herkommende Entscheidung abzurufen.

Einen anderen Gesichtspunkt zur Aufhellung des Zwanges hat H. Schultz-Henke geltend gemacht⁵. Seine Erfahrungen sprechen dafür, daß seelische Fehlentwicklungen ganz allgemein in unzuweckmäßiger Hemmung des Antriebs begründet sind. Hemmungen dieser Art werden nach seiner Ansicht meist im frühkindlichen Stadium der Entwicklung — etwa bis zum fünften Lebensjahr einschließlich — erworben.

Auch der Zwang ist demnach — als seelische Fehlentwicklung — Ausdruck gehemmter Kraft, gehemmten Antriebs. Bezieht sich der Zwang auf das Geschlechtliche, so wäre er Ausdruck gehemmter Liebesfähigkeit, richtet er sich gegen andere Menschen oder gegen Gott (z. B. in Verwünschungen, Lästerungen usw.), so würde die zwangshafte Aggression Anzeichen gehemmter Selbstbehauptung sein. Bei, äußerlich gesehen, unsinnigen Zwängen, wie Waschzwang, einem umständlichen Zwangszereemoniell bei täglichen Verrichtungen usw. handelt es sich um Verdrängungen, die nur in sehr eingehender Analyse geklärt werden können.

Wie ist an Zwängen leidenden Menschen zu helfen? Wir müssen hier zunächst auf die Gewohnheit als Voraussetzung von Zwängen verweisen. Die Gewohnheit, eine lange geübte Verhaltensweise der Unentschiedenheit ist oft der Anlaß der Störung. Eine innere Einstellung, die gleichsam bis an den Rand des Erlaubten zu gehen sich verstattet und wünscht, die lediglich die Sünde vermeiden möchte, oft auch nur die „schwere“, also Haltungen eines Minimismus, können auf lange Sicht geübt in zwangshafte, skrupulöse Unsicherheit übergehen.

Aus diesen Überlegungen läßt sich mancherlei ableiten. Da die Vitalschwäche nicht aufzuheben ist — oder nur in seltenen Fällen z. B. im Falle akuter Schwäche nach einer Krankheit oder sonstigen Überanstrengungen, — kommt es zunächst darauf an, den Minimismus zu vermeiden. Eine positive Ausrichtung, eine kräftige, wirksame Motivation der Tugend verhütet im allgemeinen das Abgleiten in einen Negativismus, ein Minimum an Anstrengung und Bereitschaft. Das „Principiis obsta“, das Sichversagen zu Beginn einer Laxheit gegenüber, die lediglich nicht schwer zu sündigen wünscht, schiebt der Skrupulosität und dem Zwang meist einen kräftigen Riegel vor. Einzu sehen, daß sich der vitale Mensch mancherlei „gestatten“ kann, das ihn nicht allzu sehr belastet, daß jedoch der Vitalschwache auf Grund seiner Schwäche auch kleine Zugeständnisse unverhältnismäßig schwer bezahlen muß, ist ferner eine Einsicht, die die gerade und lautere Lebensführung für den Lebensschwachen weit mehr empfehlenswert erscheinen läßt als krumme Wege, die am Abgrund vorbeiführen.

E. Speer hat in einem sehr lesenswerten Buch⁶ die Entwicklung der Liebesfähig-

⁵ H. Schultz-Henke, *Der gehemmte Mensch*, Thieme Verlag, Stuttgart 1947.

⁶ E. Speer, *Vom Wesen der Neurose*, Georg Thieme Verlag, Stuttgart 1949.

keit als Weg zur Verhütung zwangshafter Gewohnheiten und zu deren Überwindung herausgestellt. Zwangskranke sind oft (ungewollt) krasse Egoisten. Weniger kräftig ausgedrückt: egozentrische Menschen. Liebefähigkeit ist das Gegenteil des Egoismus: Zuwendung zum anderen Menschen; sie erschwert das Abgleiten in die Zwangshaftigkeit. Für die Erziehung, die Selbst- und Fremderziehung, käme es nach ausgiebiger Kenntnisnahme der Eigenart und der Umweltverhältnisse darauf an, im einzelnen zu zeigen, wie der Lebensunsichere zu „fürsorglich“ denkender und handelnder Zuwendung zum anderen Menschen gelangen kann.

Für die Seelsorge an Zwängen leidender Menschen ergibt sich die Notwendigkeit mancher Korrekturen. Zu glauben, jeder Zwangskranke leide deshalb an Zwängen, weil er übergewissenhaft sei, ist nicht richtig. Gerade das Spiel mit dem im äußersten Fall Erlaubten hat große Bedeutung. Eine einfache Beruhigungstaktik, ein Beschwichtigen und Vertuschen ist ebenso wenig am Platze. Die Unentschiedenheit als Anlaß der Fehlentwicklung, der Mangel an rechter Motivation müßte in den Blick genommen werden. Ferner wäre die rechte Sorge um andere zu betonen und eine Entwicklung der Liebesfähigkeit anzustreben.

Speer weist noch auf einen Anlaß zur Bildung von Zwängen hin: die plötzliche, schockartige Entmutigung. Vitalschwäche geht mit Lebensunsicherheit einher. Die Lebensunsicherheit verstärken bedeutet der Zwangskrankheit Vorschub leisten. Die aus der Lebensunsicherheit hervorwachsende Angst und Instinktlosigkeit kann durch unzweckmäßige religiöse Unterweisungen verstärkt werden. Ethische Strenge von skrupulöser Genauigkeit ist sehr wohl geeignet, bei unsicheren Menschen zu Krampf, Zwang, Skrupeln Anlaß zu geben, eine Tatsache, die dem Seelsorger und Erzieher zu denken geben sollte. Die unkluge Betonung der Furchtbarkeit einer Sünde oder ihrer Folgen kann sehr wohl schockartig entmutigen, zumal dann, wenn vielleicht in der Kindheit Sünden bestimmter Art begangen wurden.

Die in der Seelsorge von jeher geübte Praxis klarer Scheidung des Unerlaubten vom Erlaubten hat große Bedeutung. Jedoch wäre der Hinweis auf die Gefahren des Minimismus, wenn schon eine Kasuistik geboten wird, wichtig. Der Hinweis, daß niemand ein Ideal erreichen wird, wenn er sich mit dem Allernotwendigsten begnügt und alle Möglichkeiten des Noch-eben-erlaubten abzutasten und auszuprobieren versucht, dürfte gute Wirkung tun. Bei bereits lange währendem Zwang empfiehlt sich die Benutzung eines feststehenden Schemas für die Beichte, wie es Schulte in seinem Buch „Was der Seelsorger von nervösen Seelenleiden wissen muß“ vorlegt.

Der Weg der Tugend, eines echten religiösen Lebens, ist recht beschwerlich. Die genannten Störungsmöglichkeiten deuten hinlänglich darauf hin. Trostreich ist die Tatsache, daß Gott mit der redlichen Anstrengung zufrieden ist: *ultra posse nemo tenetur*. Tröstlich ist auch der Gedanke, daß „Frömmigkeit nicht etwas ist, was man erwirbt und dann ein für allemal als festen Besitz hat, sondern etwas, um das man immer neu ringen muß, um es zu behalten“⁷.

⁷ Kurt Böhme a. a. O. S. 172/173.