

„Opferbereitschaft“ kontra Selbstverwirklichung?

Gedanken eines Psychotherapeuten

Adolf Heimler, Benediktbeuern

Die Themenstellung umfaßt zunächst drei Fragenkomplexe, und zwar die Anfragen:

- wie es um Opferbereitschaft bzw. Selbstverwirklichung bestellt ist,
 - was man heute – von der Praxis her gesehen – unter diesen Begriffen versteht,
 - was beide Begriffsinhalte und ihr Verhältnis zueinander fraglich macht.
- Sollte sich zeigen, daß lediglich auf einer allzu begrenzten Auffassungsebene ein Gegensatz zwischen diesen Begriffen besteht, so muß diese Auffassungsebene erweitert, von Mißverständnissen gelöst, das Verständnis neu geordnet und erlebnishaft integriert werden.

Opferbereitschaft

„Opferbereitschaft“ ist in unserer Themenstellung in Anführungszeichen gesetzt; denn der Begriff wurde im Sprachgebrauch zu lange und zu schwer befrachtet:

- mit „Selbst“-verzicht bis Selbstverkümmern;
- mit einem Mißverständnis des christlichen Liebesgebotes: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!“ – d. h. mit einer altruistischen Ausklammerung des Selbst;
- mit einseitig leistungsbezogenen Appellen an die Willenshaltung, als ob es vor Gott hauptsächlich auf unsere Leistung ankäme; als ob unsere moralische Leistung die Vorbedingung des Heils wäre und nicht dessen Konsequenz; als ob wir uns selbst erlösen müßten;
- mit einer abstoßenden Unbewußtheit, d. h. einer Form von Manieriertheit, verbunden mit einer subtilen aggressiven Anspruchshaltung, die über die Hintertreppe der eigenen „Opferbereitschaft“ sich des Nächsten bemächtigt und sich so auf geheime Weise schadlos hält: „Was ich alles für dich getan habe und noch immer tue, und du dagegen ...“

Damit Opferbereitschaft demgegenüber wieder einen guten Sinn erhält und glaubhaft wird, muß man diesen Begriff von solchen Mißverständnissen und neurotisierenden Überlagerungen befreien. Dies ist eine christlich-asketische Aufgabe der konkreten individuellen christlichen Daseinsbewältigung. Worin könnte sie bestehen?

Zunächst einmal im Opferfähig-Werden,

etwa im Sinne einer Askese der Selbstannahme; tiefgreifender noch: der Selbstwerdung¹. Opfer ist eine Höchstform des Selbstausdrucks, der Selbsthergabe und Selbsthingabe. Opferbereitschaft ist Wille zu solcher Höchstform.

Selbstaussdruck geschieht u. a. durch Überwindung von entwicklungsbedingten Selbstblockaden, d.h.

- durch Lockerung von muskulären Verspannungen (= Befreiung des Körper-Selbst), wodurch der Gefühlsausdruck behindert wird,
- durch Auflösen von Abwehrmechanismen (Leugnen, Mißtrauen, Schuldabwälzen, Projizieren, Rationalisieren) oder durch Freistellen des Bezogenheits-Selbst²,
- durch Befreiung vom emotionalen Gefühlsstau (= Befreiung des emotionalen Selbst).

Mit und in der Auflösung des emotionalen Gefühlsstaus werden oft erst schmerzliche therapeutische Aufgaben spürbar bewußt:

- eine bisher unbewußte symbiotische Verstrickung mit der Mutter oder einer anderen Bezugsperson zu lösen,
- Ich-Anteile aus der Mutter-Kind-Einheit zurückzugewinnen,
- unter Trennungsängsten die eigenen Ich-Grenzen zu stabilisieren,
- eigene Gefühle und Wünsche von denen der Beziehungsperson zu unterscheiden,
- sie gegenüber besitzergreifenden Beziehungspersonen und Instanzen ohne Schuldgefühle und Ängste durchzusetzen,
- infantile Wünsche, Ängste und trotzige elternorientierte Abwehrreaktionen gegenüber Gott zu durchschauen und zurückzunehmen,
- eigene Entwicklungsschritte aus infantilen Bindungen heraus zu wagen, ohne zu befürchten, deshalb von Autoritäten (Gott) bestraft zu werden,
- Ängste und Schuldgefühle nicht als Richtschnur für Gewissensentscheidungen zu machen,
- jene vielmehr mit dem Alleinsein als Preis für Selbstwerdung und als Durchgangsphase in einem seinschaften Standhaltenglauben zu überwinden; vgl. Jes 7,9: „Glaubt ihr nicht, so bleibt ihr nicht.“

Opferfähig werden bedeutet demnach im Grunde: selbstfähig werden, d.h. die Aufgabe der Individuation leisten, sie in einer weiterführenden, befreienden Ichentwicklung neu aufgreifen,

- indem man sich besser abgrenzt, d.h. sich vom konformistischen Erwartungsdruck der andern unterscheidet,

¹ Vgl. Josef Sudbrack, *Vom rechten Leben als Mensch, als Christ – Selbstverwirklichung und Askese*, in: GuL 54 (1981) 338–352, hier bes. 350.

² Vgl. Alexander Lowen, *Bio-Energetik*, Reinbek 1979, 102f.

– sich im Anderssein gegen Widerstände behauptet, zumal gegen selbstanma-
Bende Instanzen.

Dies impliziert zweitens ein Wahrhaftig-Werden,

... denn Opfer- oder Selbstfähigkeit ist noch nicht Opferwilligkeit oder Opferbereitschaft. Selbstwerdung braucht Opferbereitschaft und Opferwilligkeit, den ausdrücklichen Willen zur Selbstbegrenzung, damit sie nicht in der Selbstbezogenheit oder im Wunsch- und Ich-Selbst steckenbleibt und zur Selbsttäuschung gerät.

Wahrhaftigkeit ist

- Anerkennung der eigenen Grenzen in der Begegnung mit anderen,
- Zurücknahme des illusionären frühkindlichen Größen-Selbst,
- Ausrichtung des Wunsch- und Ich-Selbst an der Realität des andern,
- ein Stück Selbstverzicht oder Selbstopfer,
- Realitätsbezug im Hier und Jetzt der Fremdbeziehung.

Selbstwerdung kann nicht auf Selbstbeziehung reduziert werden. Sie braucht zur eigenen Entfaltung notwendig die Fremdbeziehung, die Beziehungsgestaltung durch Wahrhaftigkeit. Wahrhaftigkeit bedeutet hier: daß ich den andern zur Selbstwerdung brauche und daß der andere mich braucht, daß ich seine Offenheit brauche und daß er die meine braucht, daß wir einander brauchen, indem wir nicht nur unser Wunsch- und Ich-Selbst, sondern auch unser Sinn-Selbst ausdrücken und so einander helfen, durch Motiv- und Beziehungsklärung die vielfältigen Selbsttäuschungen zu überwinden. Die Wahrhaftigkeit als Wille zur Selbstbegrenzung ist wesentlich für die „Askese der Begegnung“³, d.h. für eine vertiefte Selbstverwirklichung.

Schließlich ein Transparent- (= Durchlässig- und Überstiegsfähig-)Werden

Durch Selbstfähigkeit und Wahrhaftigkeit in der Beziehungsgestaltung kann man soweit von Selbsttäuschungen frei werden, daß man

- Gott nicht mehr mit einer verschlingenden Mutter, einem bestrafenden Dämonen oder einer Diana mit tausend Brüsten verwechselt, sondern personal auffaßt,
- unter dem ideologischen Anspruch der „Opferbereitschaft“ sich des andern nicht mehr in vielfältiger Weise bemächtigt, sondern ihn unter dem freien und freimachenden Heilsangebot Gottes frei sein und frei werden läßt,
- der eigenen Erlösungsbedürftigkeit zuinnerst gewahr wird und hoffnungsvoll die Erlöserhand Jesu Christi ergreift, indem man von sich aus, d.h. aus geistgewirktem Antrieb den Weg der Kreuzesnachfolge und Selbstverwirklichung geht.

³ Josef Sudbrack, a.a.O., 350.

Verzichtleistung sollte die psychische Verfaßtheit und den Entwicklungsstand des einzelnen berücksichtigen. Die dritte Stufe der Askese, nämlich die Askese als „vollkommene Freude“⁴, indem man wie Franz von Assisi „viele Kränkungen und Schläge mit Vergnügen erträgt“, hat auf der Stufe der Selbstwerdung keinen Sinn.

Die Aufforderung zu Opfer und Verzichtleistung muß – will sie nicht das Gegenteil erreichen – differenziert, entwicklungs-, situationsangemessen und wachstumsorientiert geschehen. Wo die Askese Reifungsstufen überspringt und zu hoch ansetzt, da wird unter Umständen eine unbewußte Identifizierung mit einem narzißtischen Ich-Selbst-Idealbild verstärkt, das lediglich der Abwehr oder dem kompensatorischen Ausgleich von Ich-Defiziten dient und so die wirkliche Bewältigung von Selbst-Unwertgefühlen behindert. Daher sollten Verzichtleistungen so abgefordert werden, daß sie die Wurzel oder das Fundament der Selbstwerdung anregen bzw. aufbauen, nämlich das autonome Selbstwertgefühl: Ich kann etwas aus mir machen; ich kann meine Welt verändern; ich kann mehr ich selbst werden, wenn ich zur rechten Zeit und in rechtem Maße zu meinem Wunsch-Selbst „nein“ sage um der Transparenz und der ich-überschreitenden Selbst- und Sinnverwirklichung willen.

Naive Selbstverwirklichung

Was nun den Begriff der Selbstverwirklichung in unserer Themenstellung betrifft: Vielleicht müßte man auch dieses Wort in Anführungszeichen setzen. Denn wie Opferbereitschaft durch neurotisierende Verfremdung in Verruf geraten ist, ist Selbstverwirklichung dabei, in Verruf zu geraten durch naives Ausleben oder naives Zum-Ausdruck-Bringen von Gefühlen und Bedürfnissen, und dies zuweilen mit einem aggressiven und uneinsichtigen Anspruch ohne Rücksicht auf Beziehungen, auf den Partner oder auf nahestehende wie entfernte Bezugspersonen. Gestützt und gefördert wird solches selbstbezogenes Verhalten und Erleben durch Simplifizierung von Psychologien, ungefestigte therapeutische Schulrichtungen und unreflektierte gruppendynamische Erfahrungen. Nach der naiven Selbstverwirklichungs-Ideologie ist alles fraglos gut, was dem Ausdruck von Gefühlen und Bedürfnissen dient, ganz gleich, wie sich dies ausdrückt oder welche Folgen dies haben könnte. Eine solche Einstellung offenbart einen gravierenden Mangel an Wirklichkeitsbezug (über einen unhinderfragbaren Realitätsbezug hinaus) und wirkt deshalb nicht minder neurotisierend oder ist gar schon Ausdruck einer Neurose gemäß S. Freud: „Der Neurotiker lehnt die Wirklichkeit ab, weil er sie, ihr Ganzes oder Stücke derselben unerträglich findet.“⁵ Die naive Selbstverwirklichung erscheint

⁴ Josef Sudbrack, a.a.O., 351.

⁵ Sigmund Freud, *GW* 8, 230.

nicht selten in der Perspektive einer kritischen Umwelt als schwer erträgliche Selbstbespiegelung, Selbstbezogenheit (der allgemeinen Betrachtungsweise) und Egozentrik im Verhaltensbereich.

Dennoch gehen von der „naiven Selbstverwirklichung“ her im Hinblick auf eine christlich-asketische Haltung wichtige positive Impulse aus: sich der eigenen Gefühle und Bedürfnisse bewußt zu werden,

- daß man sie erlebt und auf sie ein Anrecht hat,
- daß man ihretwegen keine Vorwürfe hinzunehmen braucht (z. B. von seiten der Eltern);

Gefühle bei sich selber deutlich wahrzunehmen, anzuerkennen und anzunehmen,

- besonders da, wo sie negativ erscheinen, indem man vermeidet, unangenehme Gefühle und Bedürfnisse auf andere zu verlagern, um sie dann zu verurteilen oder abzulehnen;

Gefühle in der Kommunikation und Kooperation mit anderen zu differenzieren und zu kultivieren, indem man sie in weiterführende soziale Verantwortung so einbringt,

- daß man selber glaubwürdig, wahrhaftig, menschlich begrenzt erscheint und durchlässig wird für die Wirklichkeits-Dimension des Göttlichen (z. B. erlösungsbedürftig erscheint),
- daß man durch solche Offenheit und durch einführende Teilnahme an der Gefühls- und Bedürfnislage der andern den Kommunikations- und Kooperationsprozeß fördert, d. h. von der eigenen Selbstorientierung wekommt und dem anderen in wahrhafter Zuwendung begegnet.

Eine christliche Askese erweitert in diesem Sinne die Bewußtheit der Gefühle und den Umgang mit Gefühlen und Bedürfnissen, indem sie die Gefühle und Bedürfnisse der Mitmenschen einbezieht, berücksichtigt und – wo möglich und wo nötig – die beiderseitigen Gefühle und Bedürfnisse aufeinander abstimmt. Wenn dabei in voller Bewußtheit und um Christi willen die eigenen Gefühle und Bedürfnisse hintangestellt werden, kann man sowohl von einer echten Opferbereitschaft wie zugleich von einer das Ich überschreitenden Selbst- und Sinn-, ja sogar von einer Glaubensverwirklichung sprechen. Unter der Voraussetzung einer solchen erlebnisfähigen Kommunikation der eigenen Gefühle und Bedürfnisse wird der mögliche Gegensatz von Opferbereitschaft und Selbstverwirklichung hinfällig.

Therapeutische Selbstverwirklichung

Die naive Selbstverwirklichung ist nicht nur Ausdruck eines ideologischen Wunschdenkens, sondern nicht selten zugleich einer phasenbedingten „therapeutischen Selbstverwirklichung“. Wenn die naive Selbstverwirklichung von „Selbst“ spricht, meint sie hauptsächlich die erlebnishafte Bewußtheit der ei-

genen Gefühle und Bedürfnisse oder ein Wunsch-Selbst⁶. Was meint aber nun „therapeutische Selbstverwirklichung“, z. B. in Anlehnung an S. Freud (denn jede Schulrichtung definiert hier anders)?

Im Blick steht das realitätsbezogene Ich-Selbst, und zwar zweifach: als Selbst- oder Vorstellungsbild der eigenen Person; dazu gehören (als Elemente):

- das Selbstwertgefühl, das anzeigt, wie man sich fühlt;
- das realitätsnahe Idealbild, das widerspiegelt, wie man gerne sein möchte;
- das Fremdbild: wie man in den Augen der andern tatsächlich erscheint; und als Ich-Identität, als Grundfähigkeit des Ichs, Gleichgewicht herzustellen
- zwischen gegensätzlichen Rollen oder Verhaltenserwartungen der Umwelt,
- zwischen den eigenen Bedürfnissen und den Anforderungen der andern,
- zwischen dem eigenen So- und Anderssein und dem Wunsch nach Anerkennung durch andere.

Dazu E. Erikson: „Das Studium der Identität wird in unserer Zeit zu einer genauso strategischen Frage, wie es das Studium der Sexualität zu Freuds Zeiten war.“⁷

Therapeutische Selbstverwirklichung zielt also gegenüber dem naiven Wunsch-Selbst auf ein realitätsbezogenes Ich-Selbst. Bei der therapeutischen Selbstverwirklichung geht es unter anderem vor allem darum, die verschiedenen Komponenten des Selbstbildes und der Ich-Identität zu entwickeln, Bedürfnisse aus der Verdrängung und Abwehr freizusetzen, sie im Realitätsbezug allmählich nachreifen zu lassen, schließlich das Ich und die Ichkräfte voll aufzubauen.

Eine solche Zielsetzung bildet die Voraussetzung für die Hingabefähigkeit oder Selbstpreisgabe im Opfer. Erst aus der Selbstfähigkeit kann Opferbereitschaft erwachsen.

Aus personaler therapeutischer Sicht ergeben sich in diesem Zusammenhang folgende Leitlinien polaren Handelns:

- Reifung gegen Verdrängung oder bloßes Ausleben;
- personales Gewissen gegen Regelgewissen;
- Entfaltungsethik gegen bloße Schuld- und Sündenmoral;
- Seinsgehorsam gegen Obrigkeitsgehorsam;
- Aktivierung des integrierten Erwachsenen-Ich gegen das isolierte Eltern-Ich oder Kindheits-Ich⁸;

⁶ Frederik S. Perls, *Gestalt-Therapie in Aktion*, Stuttgart 1974.

⁷ Erik H. Erikson, *Kindheit und Gesellschaft*, Stuttgart 1965, 278. Vgl. dazu auch Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt ⁶1980; Roland D. Laing/H. Phillipson/ A. R. Lee, *Interpersonelle Wahrnehmung*, Frankfurt 1971.

⁸ Vgl. dazu Rüdiger Rogoll, *Nimm dich, wie du bist*, Freiburg ⁹1981; Werner Rautenberg/Rüdiger Rogoll, *Werde, der du werden kannst*, Freiburg 1980; Muriel James/Louis M. Savary, *Befreites Leben. Transaktionsanalyse und religiöse Erfahrung*, München 1977.

- freisetzendes Gespräch gegen einengenden Appell;
- Echtheit als selbsthafte Übereinstimmung gegen bloße Anpassung an Konventionen;
- ich-überschreitende Sinnverwirklichung gegen ich-fixierte Selbstverwirklichung;
- Selbsthingabe gegen Selbstbewahrung;
- Sich loslassen – sich einlassen – sich zulassen – sich überlassen: Sein gegen Haben.

Religiöse Selbstverwirklichung

Die genannten Leitsätze bilden gleichsam einen Übergang zur religiösen Selbst- und Sinnverwirklichung. Denn sie beruhen auf der gläubigen Grundhaltung des „Mutes zum Sein“⁹, spiegeln und fördern sie. Wo allerdings Sinn-suche in der Engführung der individuellen Selbstverwirklichung geschieht, kann sie nicht gut gelingen, ja, mag sie bereits Ausdruck eines Mißlingens sein oder des verzweifelte[n] Versuchs, aus dem Ich-Gefängnis auszusteigen¹⁰. Sogar da, wo man im therapeutischen Selbst die individuellen Grenzen überwindet, wie etwa in der unreligiösen kollektiven Selbsterfahrung C. G. Jungs, verbleibt man in einem innerweltlichen psychischen Gehäuse, das keinen Ausstieg oder Überstieg über die mythische Bilderwelt in die geschenkte grenzenlose Weite und Freiheit des Gottes Jesu Christi erlaubt. Anders sieht es aus, wenn man das Selbst in Abwandlung des Jung'schen Selbst als schöpferisches Subjektsein und als personales Medium transzendenter religiöser Erfahrung auffaßt¹¹ oder als Personsein in der Antwort auf die Grundbedingungen des Menschseins¹² oder als „Wille zum Sinn“¹³. Hier wird Selbstverwirklichung zu mehr als Bewußtheit und Ausleben von Gefühlen und Bedürfnissen, zu mehr als Balance zwischen Selbst- und Fremdbild im Freiwerden von groben Selbsttäuschungen. Hier wird Selbstverwirklichung unter der Entwicklungshilfe Gottes (= Gnade), konkreter: unter der Erfahrung eines transzendenten inneren Anrufs zur fortwährenden Entscheidung für oder zur personalen Antwort auf die-

⁹ Vgl. Paul Tillich, *Der Mut zum Sein*, Stuttgart 1968.

¹⁰ Vgl. dazu Adolf Heimler, *Jugend in der Krise zwischen Selbst- und Sinnverwirklichung*, in: *Jugendwohl* 1981, 173–179.

¹¹ Vgl. dazu Fritz Künkel, *Die Schöpfung geht weiter. Eine psychologische Untersuchung des Matthäus-Evangeliums*, Konstanz 1957; Fritz Künkel, *Ringens um Reife. Eine Untersuchung über Psychologie, Religion und Selbsterziehung*, Konstanz 1962.

¹² Vgl. dazu Johanna Herzog-Dürck, *Probleme menschlicher Reifung*, Stuttgart 1969; Johanna Herzog-Dürck, *Lebenskrise und Selbstfindung*, Freiburg 1978; Adolf Heimler, *Heilung auf dem Weg personaler Reifung. Zum 80. Geburtstag von Frau Herzog-Dürck*, in: *Sozialpädagogik* 24 (1982) 197–198.

¹³ Vgl. dazu Viktor E. Frankl, *Der Wille zum Sinn*, Bern 1972; Viktor E. Frankl, *Der Mensch auf der Suche nach Sinn*, Freiburg 1972; Viktor E. Frankl, *Psychotherapie für den Laien*, Freiburg 1971.

sen Anruf¹⁴; Ziel ist das Du Gottes, das allerdings in einem lebenslangen Klärungsprozeß von der Übertragung menschlicher und allzu menschlicher Beziehungserfahrungen befreit werden muß, bis das Ganz-anders-Sein dieses Du immer deutlicher und befreiender „erfahrbar“ wird. Dies ist gleichzeitig nur möglich durch Neugestaltung der innerweltlichen Beziehungen zu sich selbst, zum andern, zur Umwelt und im ständigen meditativen Aus- und Überstieg über alle fesselnden Grenzen der Innerweltlichkeit.

Die religiöse Selbstverwirklichung verdeutlicht und verdichtet sich in einem nie endenden Lernprozeß zur Sinn-, Glaubens- und mystischen Erfahrung, in der die Grenzen und die Last des Selbst immer unwichtiger werden vor der unendlichen Wirklichkeitserfahrung des Du und Wir, bis schließlich Selbstverwirklichung zur völligen Selbsthingabe wird und zur Selbstenthobenheit, in der der „Verlust“ des Ich-Selbst nicht mehr Opfer, sondern als totale Befreiung des Sinn-Selbst erscheint.

Ob ein solcher Lernprozeß je enden wird, im Jenseits zu Ende ist?

Einübung in selbstüberschreitendes, weisungsrelevantes Dienen im alltäglichen Tun und Lassen

Selbstverwirklichung in Opferbereitschaft oder integrative Selbstverwirklichung in selbstüberschreitendem Dienen ist nicht allein leistbar durch intellektuelles Begreifen, gefühlsmäßiges Betroffenwerden, Reden über und von etwas, selbstbezogenes Meditieren oder einmalige Entscheidung, sondern durch ständige Einübung in den vielfältigen Alltagssituationen, wobei die genannten Teilbedingungen durchaus ihren gebührenden Platz haben. Den entscheidendsten Impuls erhält Selbstverwirklichung durch aufgaben-, du- und wirbezogenes Handeln und Tun, wobei man sich selber absichtslos, soweit es geht, sein läßt, wie man ist¹⁵, auf christliche Hoffnung hin (Joh 3,21; Eph 4,15). Wenn man nicht mehr auf Selbstbewahrung und Selbstverteidigung bedacht ist – um des anderen, der Aufgabe, der Sache und der gemeinsamen Zukunft willen –, setzt man sich zweifellos gewissen Konfrontationen und Einflüssen besonders aus; man wird verwundbar. Auf einer bestimmten Stufe der Selbstverwirklichung kann und sollte man dies in Kauf nehmen, damit Orientierung und Sinnrichtung in der Welt transparent bleiben und Hoffnung wachsen kann.

Die Menschheit gleicht heute nach Heisenberg einem stark gepanzerten Schiff, das so viel Eisen an sich hat, daß die Kompaßnadel nicht mehr nach Norden, sondern auf es selber weist: Das Schiff ist orientierungslos geworden.

¹⁴ Struktur-Elemente der Selbstverwirklichung: 1. Wunsch-Selbst (naiv); 2. Ich-Selbst (realitätsbezogen); 3. Sinn-Selbst (schöpferisch, religiös, transpersonal, transparent). Aspekte: a) schöpferischer Anruf Gottes (Gnaden-Impuls); b) Antwort als Reifung (subj.) und Gestaltung von Beziehungen (obj.).

¹⁵ Vgl. Eugen Herrigel, *Zen in der Kunst des Bogenschießens*, Weilheim 1970, 60, 74.

– Die Überwindung dieses Zustandes muß bei jedem einzelnen beginnen durch umstrukturierende Einübung in ich-überschreitende Selbstverwirklichung. Einübung wird dabei zur Weisung, weniger durch Reden oder gewollte Selbstdarstellung, durch Demonstration oder Protest, als vielmehr durch die Echtheit des individuellen So- und Andersseins im alltäglichen Tun und Lassen.

Echtheit (als Übereinstimmung von Erfahrung, Bewußtheit, Reden und Tun) vollzieht sich durch fortwährende Überwindung von Unstimmigkeiten in sprachlicher oder verhaltensmäßiger Weisung. Ähnliches gilt bezüglich der Glaubensdimension. Auch Glaube geschieht durch Überwindung des je eigenen Unglaubens. Glaube als dynamischer Prozeß kann durch Echtheit besser ansprechen und überzeugen. Selbstverwirklichung wiederum ist nie etwas Fertiges. Man kann hier nicht wie bei einer mathematischen Lösung sagen: Heureka!, das heißt: „Ich hab’s gefunden!“ Selbstverwirklichung ist echt oder weisungsrelevant, wenn sie – gleich auf welcher Stufe – nicht beim erreichten Stadium endet, sondern die Grenzen des Selbst fortwährend überschreitet in Richtung auf das grenzenlose Sein und schließlich auf den alles entgrenzenden Gott Jesu Christi. Selbstverwirklichung als Einübung ist nie endende Bewußtwerdung, verbunden mit übereinstimmender Umsetzung in die Konkretheit des wirhaften Lebens. Durch Übereinstimmung von Erfahrung, Bewußtheit, Reden und Tun (Echtheit) erhält Einübung von selbst Weisungscharakter für andere, ohne zu indoktrinieren, zu moralisieren, zu diagnostizieren und zu manipulieren.

Wie geschieht solche Einübung im alltäglichen Tun und Lassen? Um nur ein paar Beispiele und Hinweise zu geben:

– Indem man sich nicht panzert (siehe den Vergleich Heisenbergs), unnötig verteidigt; indem man nicht „mauert“ (abwehrt), auf Unter- oder Überlegenheitsspielchen zurückgreift, um sich zweifelhafte Geltung zu verschaffen; indem man vielmehr im seinshaften Glauben standhält (Jes 7,9) und sich verwundbar zeigt auf Hoffnung hin.

– Indem man seinen Sinneswahrnehmungen mehr vertraut als seinen Vorurteilen, gerade auch dort, wo sich letztere wissenschaftlich geben. Ohne gesundes Vertrauen in die Sinne gibt es kein Überleben, kann schon gar nicht Sinn-erfahrung gedeihen. Dies bringt uns die „Geschichte vom modernen Menschen“ nahe:

Ein moderner Mensch verirrt sich in der Wüste und litt Durst und Hunger. Da sah er in der Ferne eine Oase. „Eine Luftspiegelung!“ sagte er zu sich selber. Aber die Oase blieb; er kam ihr näher. „Eine Halluzination!“ (nach außen verlagert Wunsch) folgerte er weiter. – Tage darauf fanden ihn zwei Beduinen am Rande der Oase unter einem Dattelbaum in der Nähe des Brunnens – verhungert und verdurstet. „Wie ist das

möglich?“ wollte der eine wissen. „Er war eben ein moderner Mensch“, gab der andere die Erklärung.¹⁶

– Indem man das verzweifelte Kreisen um sich selbst momenthaft aufgibt, wie z. B. im Fall eines jungen Menschen, der nach einem religiösen Zwangsritual täglich insgesamt 8 (!) Stunden Zeit für Toilette und Anziehen braucht. Berater: „Es wäre Umkehr zur Selbstverwirklichung und zum Glauben, wenn Du jetzt Deinen (wahrnehmbaren) ‚Stuhl‘ nicht verhalten würdest, auf die (fremde) Toilette gingst, auf Dein Ritual einmal verzichten könntest und in 5 Minuten fertig wärst.“ Er: „Ich könnte es, aber ich will nicht.“ (Fixierung im kindlich-analen Trotz!)

– Indem man sich zu erziehen getraut und Grenzen setzt, wie z. B. im Falle einer jungen Mutter, die ihrem dreijährigen Sohn alle Wünsche erfüllen „muß“, weil er ihr sonst vor ihren Augen (mit Ankündigung) jedesmal in die Hosen macht und gleichzeitig mit der verwöhnend-dominanten Schwiegermutter droht: „Schau, Mama, wenn ich jetzt nicht zur Mutti (= Schwiegermutter) gehen darf, dann drück’ ich ... – Wenn du mich haust, sag’ ich’s der Mutti, daß sie dich schimpft.“

Um zu erziehen, müßte die junge Mutter sich getrauen, ihre Ichkräfte einzusetzen oder das eigene blockierte Selbst freizusetzen und zu entwickeln. Diese Aufgabe wird deutlicher im folgenden Beispiel.

– Indem man sich gegen selbstbedrohende Ansprüche der Eltern abgrenzt und sich als eigenständige, erwachsene Person zu behaupten lernt. Eine 30jährige Frau berichtet:

Meine Eltern haben sich für Weihnachten angemeldet. Weil ich sie erst für später erwartet und nicht gleich freudig zugestimmt habe, hat mir meine Mutter massive Vorwürfe gemacht und gedroht, überhaupt nicht mehr zu kommen. Schließlich hat mein Mann um des Friedens willen nachgegeben und meine Eltern gebeten, doch zu kommen. Jetzt steht mir ein unerfreuliches Weihnachten bevor. Wenn ich nicht so fühle wie die Eltern, gibt es Vorwürfe, Liebesentzug, Rückzugsdrohung, Verweigerung der Anerkennung. Wenn ich mit den Eltern äußerlich übereinstimme, bin ich nicht ich selbst, fühle ich mich schlecht, überfordert, entwertet. Dann werde ich entweder krank, depressiv, oder ich greife zum Alkohol, trinke mir Mut zu, um schließlich meinerseits den Eltern massive Vorwürfe zu machen. Dann geht alles im Krach auseinander; und es ist schlimmer als zuvor. Ich fühle mich trotz Mann und Kindern noch einsamer, liebesbedürftiger. Ich halte die Spannung nicht mehr aus, bitte die Eltern um Verzeihung und bin froh, wenn sie wieder kommen.

¹⁶ Aus: „An jedem neuen Tag“, hrsg. von der Arbeitsgemeinschaft Missionarische Dienste, Stuttgart.

Was soll ich tun? – Ich weiß inzwischen: Ich müßte mir eigene Gefühle und Wünsche erlauben, auf die Anerkennung und das Verständnis von seiten der Eltern verzichten, meine Trennungsängste aushalten, die zeitweilige Trennung von den Eltern riskieren, meine eigenen Wünsche deutlich aussprechen und mich gegen Vorwürfe verwahren, ohne mich auf eine eskalierende Diskussion mit ihnen (Eltern) einzulassen. Doch wie soll ich das alleine schaffen? Mein Mann tut sich selber so schwer mit seinen Gefühlen, auch mir gegenüber. Er flüchtet sich in die Arbeit, um nicht auf mich eingehen ... auf meine Nähebedürfnisse antworten zu müssen.

– Indem man mit dem blinden Bartimäus gegen die Menge schreit¹⁷:

Sohn Davids, Jesus, hab Erbarmen mit mir! Viele wurden ärgerlich und befahlen ihm zu schweigen. Er aber schrie noch viel lauter: Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir! Jesus blieb stehen und sagte: Ruft ihn her! Sie riefen den Blinden und sagten zu ihm: Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich. Da warf er seinen Mantel weg, sprang auf und lief auf Jesus zu. Und Jesus fragte ihn: Was soll ich dir tun? Der Blinde antwortete: Rabbuni, ich möchte wieder sehen können. Da sagte Jesus: Geh! Dein Glaube hat dir geholfen. (Mk 10,47–52)

¹⁷ Vgl. B. Brecht, *Der „hilflose Knabe“*, in: *Geschichten vom Herrn Keuner*, Frankfurt 1975, 22.

Wer wird gerettet?

Die Verlassenheit Jesu – Die Verlassenheit des Sünders

Heinrich Spaemann, Überlingen

Wer Jesus nachfolgen will, den muß es unbedingt bewegen, daß er sich in seinem Leben und Sterben vor allem mit den Menschen solidarisiert, die keine Beziehungen haben; daß er an erster Stelle für die Menschen da ist, die als Opfer der Lieblosigkeit anderer alleingelassen werden.

Beim Weltgericht wird Jesus sagen: „Ich war hungrig, durstig, krank, fremd, obdachlos, gefangen“ – da ist von lauter Zuständen der Beziehungslosigkeit die Rede, von immer anderen Formen des Alleingelassenwerdens. Jesus selber hat sie durchlitten und sich für immer, solange diese Weltzeit währt, in sie hineingegeben. Vor der Tür des Reichen ist er der Lazarus geworden, den am Ende die Engel Gottes in Abrahams Schoß tragen – Lazarus ist Christus. Daß Lazarus vor die Tür des Reichen gelegt wird, ist nicht nur für diesen Armen,