

den. Es mag sein, da alle großen Gestalten etwas von diesem Kleinen gelebt haben, wie man es bei Johannes dem Täufer findet: „Er muß wachsen, ich muß abnehmen“ (Joh 3,30).

\*

„Keine Frau ist ja nur *Frau*, jede hat ihre individuelle Eigenart und Anlage“, sagte Edith Stein. Therese war ganz Frau, und als Frau zugleich Trägerin einer einmaligen Sendung der „Wissenschaft der Liebe“. Dies hat die Judenchristin und spätere Karmelitin Edith Stein von ihrer kleinen Schwester Therese vom Kinde Jesu erahnt: ein Mensch, in dem die Liebe Gottes eine ganz persönliche Gestalt gewonnen hat.

## Aggression stiftet Beziehung

Karl Frielingsdorf, Frankfurt

Das Wort *Aggression* löst bei vielen Menschen unseres Kulturkreises Abscheu und Widerwillen aus. Warum? Aggression wird meist einseitig als zerstörerische Macht verstanden, verbunden mit Begriffen wie Gewalt, Haß, Wut, Streit und Krieg. In diesem Zusammenhang wird oft abschätzig von einem „Aggressor“ gesprochen. Volkstümliche Ausdrücke wie „vor Wut schäumen“, „vor Zorn explodieren“, „eine Mordswut haben“ deuten auf Verlust der Kontrolle hin und betonen einseitig das zerstörerische Element.

Die weltweiten kriegerischen Auseinandersetzungen, die wachsende Gewalt im öffentlichen und privaten Leben, über die in den Medien täglich berichtet wird, lassen Aggression und Aggressivität in einem schlechten Licht erscheinen. Kurzum, meist wird mit Aggression Gewalt, Unterdrückung, Verletzung und Zerstörung assoziiert, auf dem Hintergrund: „*Homo homini lupus*“: Der Mensch ist dem Menschen ein Wolf.

Dieses einseitige Verständnis von Aggression hat *geistgeschichtliche Wurzeln*, vor allem in der christlichen Tradition<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Über den Ursprung der Aggressionen gibt es verschiedene, oft sehr kontrovers geführte Theorien, die alle einen wichtigen Teilaспект enthalten, der zum Ganzen der Aggressionstheorie beitragen kann. M. Klessmann, *Ärger und Aggression in der Kirche*. Göttingen 1992, 59ff. gibt einen guten Überblick über die Aggressionstheorien.

## 1. Geistesgeschichtliche Wurzeln

Ein Blick in die Bibel zeigt uns: Das *biblische Menschenbild* ist ganzheitlich angelegt und geht von einer Leib-Seele-Einheit aus. Dabei spielen Gefühle und Beziehungen eine wichtige Rolle. Sowohl im Alten wie im Neuen Testamente wird ein Beziehungsrahmen deutlich, „in dem der Mensch aus der Gottesbeziehung sein Selbstverständnis gewinnt und seine mitmenschlichen Beziehungen, seine Beziehungen zur Welt und zum Leben gestaltet“<sup>2</sup>. Allerdings zeigen sich bereits im Neuen Testament erste hellenistische Einflüsse: Die Leiblichkeit, ausgedrückt in Gefühlen aller Art, besonders im Ärger, in Haß, Wut und Zorn werden pauschal mit einem sündigen Verhalten gleichgesetzt (Eph 4,31f; Kol 3,8ff.; Gal 5,19ff.). In diesen Texten drückt sich die dualistische Tendenz der Trennung von Leib und Seele, Geist und Körper aus, die sich in der Kirche bis ins 20. Jahrhundert erhalten hat. „Die Kontrolle zu verlieren heißt, dem Leib mit seinen Begierden einen Raum zu geben, wo eigentlich der Verstand, die Seele mit ihren dem Göttlichen nahekommenden Qualitäten bestimmend sein sollten. Insofern gleicht der christliche Umgang mit Aggression dem mit der Sexualität: Beide sind so gefährlich, weil hier etwas Elementares aufbricht, das einen Menschen die Kontrolle verlieren läßt“<sup>3</sup>.

Während in der Bibel der Mensch in seiner Geschöpflichkeit als Wesen mit „Fleisch“, „Geist“ und „Seele“ ganzheitlich und gleichwertig gesehen wird, zählt im dualistischen Gedankengut (Gnostizismus und Manichäismus) vor allem der Wille und der Intellekt.

Die dualistischen Denkformen der *Neuzeit* gehen schwerpunktmäßig auf *Descartes* (*res cogitans* und *res externa*) und E. Kant's Verständnis von Vernunft-Verstand, Verstand-Sinnlichkeit und Pflicht-Neigung zurück.

In der *Aufklärung* und auf andere Weise im *Pietismus* hat sich ein dualistisches Ideal menschlicher Lebensführung durchgesetzt, das heißt: Vernunftmäßig und beherrscht zu leben und alle starken Gefühle, besonders Aggressionen, Ärger, Wut und Zorn zu unterdrücken, um möglichst vollkommen zu werden und dem Willen Gottes zu entsprechen.

Unterdessen wissen wir, wie wichtig Gefühle allgemein und Aggressionen im besonderen für die Identitätsfindung und die Fähigkeit, Beziehungen einzugehen, sind. Werden sie unterdrückt und vernachlässigt, so wird die Persönlichkeitsentfaltung des Menschen behindert oder gar verunmöglich. Eine Auswirkung dieses Trends ist *eine falsche Aszese*, die die Selbstverleugnung und -abwertung zur ersten Tugend erklärt.

---

<sup>2</sup> Außerleitner, W., *In ihm leben wir*. Bern 1994, 410ff.

<sup>3</sup> Klessmann, M., *Ärger und Aggression in der Kirche*. Göttingen 1992, 16.

Das *Zweite Vatikanische Konzil* orientiert sich wieder am ganzheitlichen Menschenbild der Bibel und betrachtet den Menschen als „Geist im Leib“<sup>4</sup>. Der Leib und die Leiblichkeit gehören wesentlich und untrennbar zum menschlichen Sein. In ihnen gestaltet sich positiv menschliches Leben. Die Freude darüber findet ihren Ausdruck in Tanz, Sport, Spiel, sexueller Intimität und Zärtlichkeit. So wird auch die Vollendung des Menschen in Gott ganzheitlich und unteilbar sein.

In den letzten Jahren wird auch in der Liturgie die Bedeutung des Leibes neu entdeckt: In den verschiedenen Gebetshaltungen, in Gestik und Mimik, in Bewegung und Tanz wird der Leib bewußt in ein ganzheitliches Beten mit einbezogen, gemäß dem Leitwort: „Verherrlicht Gott in eurem Leib“ (1 Kor 6,20). Im christlichen Brauchtum wird die Ehrfurcht vor dem Leib u.a. in den sakramentalen „Berührungen“ ausgedrückt, z.B. in der Taufe und Firmung oder in der Krankensalbung. Nach dem irdischen Tod wird der Leib in die Erde gebettet, aus der er genommen ist, in der Erwartung der Verklärung in der Auferstehung von den Toten.

Leider hat sich die ganzheitliche Sicht des Menschen als Leib-Geist-Wesen in den Jahren nach dem Vatikanischen Konzil nur zögernd durchgesetzt. Nach wie vor gibt es in katholischen Kreisen viele Vorurteile gegenüber dem Leiblichen, den Gefühlen und Beziehungen im allgemeinen und gegenüber Aggressionen und Sexualität im besonderen.

## 2. Was ist Aggression?

Wenn wir auf die eigentliche Bedeutung des Wortes „Aggression“ zurückgehen, dann bedeutet das lateinische Wort „aggredi“ = „ad-gredi“: „herangehen“, auf jemand „zugehen“, „sich nähern“. Diese ursprüngliche Wortbedeutung „herangehen“ bzw. „zugehen“ beschreibt zunächst die Bewegung und Ausrichtung einer körperlich spürbaren Energie. D.h. es ist nicht von vornherein klar, mit welchen Gefühlen und Motivationen dieses „Zugehen“ verbunden ist, ob es sich dabei um eine zärtliche Begegnung oder um einen zerstörerischen Angriff handelt.

Grundsätzlich gesehen sind Aggressionen *Lebensenergien*, die in jedem Menschen vorhanden sind. Aggressionen sind eine positive Kraft, die aus der inneren Lebensquelle des Menschen gespeist wird. Diese aggressive Lebensenergie hält den Menschen lebendig und drängt nach außen in die Begegnung: Mit Menschen, Situationen, Fakten etc. und ermöglicht die Gestaltung dieser Begegnungen. Mit dieser aggressiven Lebensenergie können wir krea-

<sup>4</sup> Rahner, K./Vorgrimmler, H., *Kleines Konzilskompendium*. Freiburg 1966, 450 f.

tiv unsere Wirklichkeit gestalten. Wir brauchen diese Kraft immer wieder, um unsere Fähigkeiten in Handeln umzusetzen.

In einem existentiellen Sinne bezeichnet P. Tillich diese Lebenskraft als „power to be“, d.h. als Trieb jedes lebendigen Wesens, sich mit zunehmender Intensität und Extensität selbst zu realisieren<sup>5</sup>.

Mit dieser aggressiven Lebensenergie verwirklicht der Mensch zunächst sich selbst. Sie gibt ihm die Möglichkeit, sein Leben verantwortlich in die Hand zu nehmen, *Selbständigkeit* zu entwickeln und sich zu einer *autonomen Persönlichkeit* zu entfalten. Die innere Lebenskraft zeigt ihre wahre Stärke in *Krisensituationen* und bei großen Herausforderungen. „Solche aktive Selbstbehauptung ist erfolgreich in dem Maß, wie die Subjekte in diesem Prozeß der Selbstbehauptung ihre eigene Kraft spüren und die davon betroffenen „Objekte“ merken, daß sie es nicht mit einer aufgeblasenen Fassade, sondern wirklich mit dem Ausdruck einer inneren „power to be“ zu tun haben“<sup>6</sup>.

Das aggressive Potential ist aber auch notwendig, um die Welt zu erforschen und die *anderen Menschen als Du* zu entdecken, um dann auf dieses Du zuzugehen und Beziehungen anzuknüpfen.

Weiter ist Aggression ein wichtiger Impuls im *religiösen Leben* auf unserer Suche nach Gott, der in uns wohnt und dem wir als Du begegnen wollen.

Nun können wir mit dieser aggressiven Lebensenergie unterschiedlich umgehen. Wir können unsere Aggressionen konstruktiv und heilsam einsetzen, oder sie destruktiv-zerstörerisch gegen uns selbst und andere richten oder sie einfach brachliegen und versiegen lassen.

### 3. Unterschiedliche Formen von Aggression

Wir können Aggressionen unterscheiden in ihrer Richtung und in ihren Wirkungen. Dementsprechend nennen wir sie hier: *destruktive* Aggressionen, *konstruktive* Aggressionen, sowie *unterdrückte* Aggressionen. Verdeutlicht werden sie am Beispiel des Autofahrens.

3.1. Die *destruktiven Aggressionen* sind durch ihre negativen Auswirkungen gekennzeichnet. Hier wird die Energie ohne Rücksicht auf das Wohl und die Grenzen des Gegenübers „zum Ziel“ gebracht. Diese Aggressionen können ihre zerstörerische Wirkung *nach außen* in sinnloser Wut, in willkürlicher Unterdrückung bis hin zum Morden, in Privat- und Völkerkriegen, in Folterungen, in Wortfechtereien, im „Fertigmachen“ von anderen Menschen, im Mobismus am Arbeitsplatz etc. zeigen. Sie äußern sich auch in sublimeren

<sup>5</sup> Tillich, P., *Love, Power and Justice*. London 1954, 36.

<sup>6</sup> Klessmann, M., *Aggression*, 75.

Formen wie Ironie, verletzenden Worten, Kränkungen, jemanden „schneiden“, Sticheleien, schamlose Neugier des Schlüsselloch-Journalismus, Verachtung, Auslachen, Verspotten, spitze Bemerkungen machen etc.

Ein destruktiver Teufelskreis ist in Gang gesetzt; denn die Folgen der destruktiven Aggressionen sind Haß und Feindschaft, Unverständnis und Unversöhnlichkeit, Verletzungen und Kränkungen, die das Leben stark behindern und wiederum destruktive Aggressionen hervorrufen können nach dem Motto: „Aug' um Auge, Zahn um Zahn“. Hier werden dann die Kräfte, die eigentlich dem Leben dienen sollten, gegen das Leben verwandt und führen letztlich „zum Tode“.

Menschen mit einem solchen destruktiven Aggressionsverhalten haben meist als Kinder Gewalt und Drohbotschaften erfahren: „Wenn du nicht brav bist, schlag ich dich tot“; oder: „Du darfst nur leben, wenn du dich anpaßt und nicht aufmuckst“. Aus diesen Kindern wurde dann der Trotz und Eigenwille herausgeprügelt. Sie haben gelernt: „Wenn die anderen stärker sind, passe dich an und ducke dich; wenn du selbst stärker bist, unterdrücke die andern und schikaniere sie; lebe auf Kosten der anderen“. Solche Menschen kennen nur die beiden Extreme: Entweder kuschen und sich anpassen, oder aber in die Rolle der autoritären Eltern schlüpfen und Schwächere unterdrücken.

Man könnte ein solch zerstörerisch-aggressives Verhalten mit einem Autofahrer vergleichen, der sein Auto „auf viele PS hochfrisiert“ hat und rücksichtslos mit hoher Geschwindigkeit durch die Stadt fährt. Er beachtet keine Ampeln, keine Fußgänger, keine Verkehrsschilder. Er fährt ohne Rücksicht auf Verluste und läßt eine Spur der Verwüstung zurück: schrottige Autos, verletzte und getötete Menschen, Angst und Schrecken.

Bei der anderen Weise der zerstörerischen Aggression richten die Menschen ihre Energie nach *innen*, auf sich selbst. Das wirkt *selbstzerstörerisch* und kann bis zum Selbstmord führen, der im Volksmund auch ein verhinderter Mord genannt wird. Solche Menschen verachten sich und ekeln sich vor sich selbst. Sie können sich auf verschiedene Weise tot-trinken, tot-essen, tot-schuften, zu Tode langweilen etc. Auch psychosomatische Störungen und Depressionen können u.a. autoaggressive Reaktionen sein.

Diese Menschen haben in der Kindheit meist negative Elternbotschaften gehört: „Du bist wertlos“; „du bist ein Nichtsnutz“; „ach, wärst du doch nie geboren“; „geh mir aus den Augen“ etc. Vielleicht haben sie bei Vater oder Mutter erlebt, daß das Leben sinnlos und eine unerträgliche Last ist, nicht lebenswert.

Dieses selbstzerstörerische Verhalten gleicht dem Verhalten eines Autofahrers, der seinen Wagen in die Garage fährt, das Tor schließt, den Motor anstellt und auf Vollgas stellt. Alle Energien des Wagens werden eingesetzt,

jedoch sinnlos. Sie bleiben im Dunkel, im Rauch und Gestank. Der Autofahrer gibt Vollgas und vergast sich dabei, ohne Sinn und Nutzen. Er zerstört sich selbst und den Wagen.

*3.2. Die unterdrückten Aggressionen* fallen nicht besonders auf. Dennoch: Je weniger sie beachtet werden, desto mehr können sie bewirken. Die Menschen mit unterdrückten Aggressionen machen nach außen eher einen friedlichen und vorsichtigen, behutsamen und zahmen Eindruck. Bei näherem Hinschauen sind aber schon bald die Auswirkungen der unterdrückten Aggressionen zu sehen: Sie wirken gehemmt, ängstlich, verklemmt, verkrampft und antriebsschwach. „Entweder man nimmt ein leises Zittern wahr, eine mühsam zurückgehaltene Wut, das nervöse Flattern, die zusammengebissenen Zähne, die hinter Überfreundlichkeit versteckte Wut, die Kälte in der Stimme...; da kocht einer vor Wut, aber der Deckel ist fest zugeschraubt. Oder man bemerkt eine merkwürdige Lahmheit, Blaßheit, Unlebendigkeit, Erschöpfung, Müdigkeit, Ausgelaugtheit, Traurigkeit, Starrheit, Lähmung, starkes Introvertiertsein, sonstiges Depremiertsein. Die Betroffenen wirken wie ausgeleiert, antriebslos, lasch, uninteressiert, brav. Man gewinnt den Eindruck von Nachgiebigkeit, Schwächlichkeit und Übervorsicht, von Einfallslosigkeit und Entscheidungsschwäche“<sup>7</sup>. Sie brauchen viele Lebensenergien, um die für sie unerlaubten Aggressionen zu unterdrücken.

Diese Menschen haben Aggressionen, die sie aber auf Grund verbietender Elternbotschaften nicht äußern dürfen: „Aggressionen sind nicht vom Guten“ oder gar „Sünde“; „Aggressionen zeigt man nicht, weil sie immer zerstören und zum Streit führen“. Menschen mit unterdrückten Aggressionen gleichen dem Diener im Evangelium, der sein Talent in der Erde vergräbt, weil er Angst vor den Auswirkungen hat.

Im Vergleich sind diese Menschen einem Autofahrer ähnlich, der in seinem Wagen sitzt und Vollgas gibt, gleichzeitig aber die Fuß- und Handbremse betätigt. An der Lautstärke des Motors können die großen Kräfte und Gegenkräfte erahnt werden, die im Auto wirksam sind. Letztlich verpuffen alle Energien; denn sie können nicht in Bewegung umgesetzt werden. Das Auto und der Fahrer bleiben unbeweglich. Das Ganze endet in Erschöpfung, Energielosigkeit und Stillstand.

*3.3. Die konstruktiven Aggressionen* wirken als kreative, aufbauende und gestaltende Kräfte, die das Leben und nicht nur das Überleben anstreben.

---

<sup>7</sup> Lambert, W., *Leben aus der Fülle*. In: Artikeldienst der Gemeinschaft christlichen Lebens. Augsburg o.J., 14ff.

Konstruktiv aggressive Menschen sind gefüllt mit Lebens- und Liebesenergie, die sie für sich und für andere einsetzen. Sie sind entscheidungsfreudig, gehen Konflikten nicht aus dem Wege, sagen ihre Meinung und sind doch einfühlsam und anpassungsfähig. Sie besitzen ein gesundes Selbstbewußtsein und können ihre Licht- und Schattenseiten sehen und konstruktiv damit umgehen. Sie haben sich mit ihrer eigenen Lebens- und Glaubensgeschichte auseinandergesetzt. Sie kennen ihr „lebensbehinderndes und lebensförderndes Erbe“ ihrer Lebensgeschichte und haben die lebensverneinenden und negativen Elternbotschaften z.B. über Aggressionen umgeschrieben in eigene positive Lebenssätze, und soweit möglich neue Prioritäten für die Gestaltung ihrer Lebensenergien gefunden. Sie leben letztlich aus einem Glauben, der über das irdische Leben hinausweist und bekennen sich zum „Prinzip Hoffnung“.

Sie haben gelernt, in kleinen Schritten auch die Zwischentöne der Aggression zu leben, z.B. in intimen Beziehungen, in Freundschaft und Ehe, in der Gottesbeziehung.

Ein konstruktiv aggressiver Mensch gleicht einem Autofahrer, der seinen Wagen gut kennt und pflegt. Er weiß die PS seines Autos gut einzusetzen, um Neuland zu entdecken, sich frei zu bewegen und bestimmte Ziele anzusteuer. Er lädt Menschen zu gemeinsamen Reisen ein und bildet Fahrgemeinschaften. Er nutzt den Wagen, um Waren zu transportieren. Auf diese Weise setzt er die Energien des Autos gezielt ein. Er steht weder unter Überdruck, so daß wertvolle Energie verpuffen würde; noch herrscht Unterdruck vor, so daß der Wagen nur langsam dahinschleichen würde. Er rast aber auch nicht in einer wildgewordenen Eigendynamik durch die Gegend, sondern sucht die vorhandenen Kräfte zu seinem, der anderen und der Umwelt Wohl zu bündeln und einzusetzen. Er orientiert sich an den realen Gegebenheiten wie Steigungen, Abfahrten, Signalen, Schildern, Kurven und eventuellen Hindernissen, so daß ihm sein Wagen zu einem echten „Lebensgefähr“ wird.

#### *4. Was ist Beziehung?*

In welchem Verhältnis stehen Aggression und Beziehung? Vom herkömmlichen Verständnis her ist zu erwarten, daß Aggressionen Beziehungen eher stören oder gar zerstören.

Wenn wir jedoch vom ursprünglichen Verständnis der Aggression als einem „ad-gredi“, einem „Herangehen“ und „Zugehen“ auf andere ausgehen, dann ist Aggression geradezu *beziehungsstiftend*. Denn Beziehung entsteht, wenn zwei Menschen aufeinander zugehen, ihre Lebensenergien auf einander richten und sie in gegenseitigem Geben und Empfangen teilen.

In Platons „Symposion“ erzählt Aristophanes die Geschichte von der Er-

schaffung des Menschen als Kugelwesen, die Wesentliches über das Verhältnis von Aggression und Beziehung im menschlichen Leben aussagt.

Zuerst, so erzählt Aristophanes, „gab es drei Geschlechter von Menschen, nicht wie jetzt nur zwei, männliches und weibliches, sondern es gab noch ein drittes dazu, welches das gemeinschaftliche war von diesen beiden... Mannweiblich nämlich war damals das eine, Gestalt und Benennung zusammengesetzt aus jenen beiden, dem männlichen und weiblichen, jetzt aber ist es nur noch ein Name.“ „Ferner war die ganze Gestalt eines jeden Menschen rund, so daß Rücken und Brust im Kreise herumgingen. Und vier Hände hatte jeder und Schenkel ebensoviel wie Hände, und zwei Angesichter, und vier Ohren, auch zwei Schamteile, und alles übrige wie es sich hieraus ein jeder weiter ausdenken kann...“ „Diese Wesen waren sehr mächtig und gewaltig an Kraft und Stärke, so daß die Götter ängstlich beratschlagten, wie sie diese Giganten entmachten könnten. Zeus machte den Vorschlag, den Kugelmenschen in zwei Hälften zu teilen, denn „so werden sie schwächer sein und doch zugleich uns nützlicher, weil ihrer mehr geworden sind, und aufrecht sollen sie gehen auf zwei Beinen“<sup>8</sup>. Seit die ursprüngliche Kugelgestalt des Menschen in zwei Teile getrennt ist, setzen diese beiden Teile alle Energien ein, um wieder zusammenzukommen, ebenso das Männliche und Weibliche ins Mannweibliche. Dieses Streben, „durch Nahesein und Verschmelzung mit dem Geliebten aus zweien einer zu werden....dieses Verlangen eben und Trachten nach dem Ganzen heißt Liebe“<sup>9</sup>.

Ähnliche Gedanken wie in Platons Symposion finden wir auch Alten Testament: „Es ist nicht gut, daß der Mensch allein bleibt“ (Gen 2,18). Und darum „verläßt der Mann die Gemeinschaft mit Vater und Mutter, und er bindet sich an seine Frau und sie werden ein Fleisch“ (Gen 2,24).

Hier ist in einem Mythos begründet, was wir im täglichen Leben erfahren: Aggressionen und Beziehung gehören zusammen. Die Aggression ist die Lebensenergie, die zum anderen strebt, um mit ihm zusammen zu sein, da sie zusammen gehören. Als inneres Streben, als Sehnsucht, als Lebenskraft, sucht sie die Liebe zum anderen Menschen als Lebensfüllung. Auf diese Weise ermöglichen Aggressionen Beziehungen in ihrer Vielfalt.

Wie können wir *Beziehung* verstehen?

*Ganz allgemein ist Beziehung eine Verbindung, ein Verhältnis zwischen zwei Subjekten oder zwischen einem Subjekt und einem Objekt, die sich in unterschiedlichen Kommunikationsformen äußern können. Uns geht es hier*

---

<sup>8</sup> Platon, *Sämtliche Werke*, Bd. 2. Hrsg. von W.F. Otto u.a., Hamburg 1957, 190a-191b.

<sup>9</sup> Platon, 192e-193a.

um die zwischenmenschlichen Beziehungen, die konstitutiv für das Leben des Menschen sind<sup>10</sup>.

Die christliche Anthropologie betont, daß der „Mensch daraufhin angelegt ist, mit Gott und in ihm die Fülle und Vollendung des Lebens zu finden und zu teilen. Das tiefste Wesen des Menschen ist also relativ“. So stehen Menschen trotz aller Eigenständigkeit als freie Geschöpfe letztlich nicht in sich, sondern sie sind und verwirklichen sich in der Beziehung zu Gott und ihren Mitmenschen. Augustinus drückt diese Einsicht treffend aus: „Du hast uns auf Dich hin erschaffen, und unruhig ist unser Herz, bis es ruht in Dir“. Die Beziehung zu Gott ist also nichts Zusätzliches, Akzidentelles im Leben der Menschen. Vielmehr macht „die Beziehung zum Schöpfer, die freilich in Freiheit anerkannt oder verweigert (nicht aber abgeschüttelt) werden kann, den Menschen überhaupt erst zum Menschen“<sup>11</sup>. Die Beziehung des Menschen zum Schöpfergott, der in sich selbst in dreipersonlicher Beziehung lebt und liebt, ist eng verbunden mit der Beziehung zur übrigen Menschheit und zur Welt. Dieser Gott, der auch seine Geschöpfe, die er nach seinem Bild geschaffen hat, in die Communio des eigenen Lebens einbeziehen will, kann nur gefunden werden, wenn der Mensch diese Communio mit anderen Menschen lebt. So wird die Beziehung zu den anderen Menschen und zur Mittwelt eine verleiblichte Ausdrucksform der Beziehung zu Gott<sup>12</sup>. Im christlichen Sinnhorizont gesprochen, gründet die Aggression letztlich im Schöpferwillen, der den Menschen auf Beziehung hin schafft und ihn dementsprechend mit einer Lebensenergie begibt, die zum anderen strebt.

Wenn wir das *Wesen des Menschen* betrachten, fällt zuerst seine *Eigenständigkeit* auf. Er ist ein freies, mit Geist begabtes Einzelwesen, das Selbstständigkeit und Selbstbestimmung besitzt, er ist Person.

Gleichzeitig ist der Mensch *relational*, auf vielfältige Weise in seiner Welt eingebunden, und er steht mit anderen Menschen in Beziehung. Auf dem Hintergrund des abendländischen Denkens stellt sich die Frage, ob diese wechselseitigen Beziehungen für den freien Menschen sekundär sind. Oder sind sie gar bedrohlich, weil sie den Selbststand und die Unabhängigkeit des einzelnen einschränken können?

Denn das christliche Abendland hat den Menschen lange Zeit als *Einzelwesen* beschrieben, als Ebenbild Gottes, als in sich ruhende Persönlichkeit oder als autonomes Ich. Daß der Mensch Partner und Partnerin von anderen Menschen ist und in Gemeinschaft lebt, wurde als zweitrangiger Sachverhalt angesehen.

<sup>10</sup> Stadter, E.A., *Wenn du wüßtest, was ich fühle. Einführung in die Beziehungstherapie*. Freiburg 1992, 348f.

<sup>11</sup> Greshake, G., *Erlöst in einer unerlösten Welt*. Mainz 1987, 34.

<sup>12</sup> Greshake, G., *Erlöst*, 36.

Auch in der *Neuzeit* wird der uneingeschränkte Selbststand des Menschen in den Vordergrund gestellt, mit der Vorstellung, daß Beziehungen und Bindungen die Freiheit des einzelnen einschränken. „Selbstbestimmung wird so zu einem nicht endenden Kampf gegen alle irgendwo und irgendwie erfahrenen Fremdbestimmungen und Abhängigkeiten, Bindungen und Beziehungen“. Diese seit Descartes zu beobachtende Tendenz neuzeitlichen Denkens findet ihren deutlichen Ausdruck in einem Wort von Karl Marx: „Ein Wesen gibt sich erst als selbständiges, sobald es auf eigenen Füßen steht, und es steht erst auf eigenen Füßen, sobald es sein Dasein sich selber verdankt. Ein Mensch, der von der Gnade eines anderen lebt, betrachtet sich als abhängiges Wesen“. „Also Selbststand kontra abhängigmachende Beziehungen“<sup>13</sup>.

Mit dem Begriff der *Selbstverwirklichung* haben die Psychologie und Pädagogik der letzten Jahrzehnte diese Idee aufgegriffen. Es gilt als das Ideal, „sich von den gesellschaftlichen Konventionen und den mitmenschlichen Erwartungen, der Fremdbestimmtheit freizusagen und damit dem eigenen wahren und eigentlichen Selbst zum Durchbruch zu verhelfen. Das falsche Selbst, die angepaßte Fassade, entwickelt man, weil man geliebt und akzeptiert werden möchte und sich scheut, eigene Verantwortung zu übernehmen. Zum eigentlichen Selbst findet man durch den radikalen Anspruch, sich in von der Umwelt unabhängigen Gesetzen zu definieren als einmaliges und authentisches, nur aus sich und in sich zu verstehendes Wesen“<sup>14</sup>.

Unterdessen ist klar, daß der Mensch diese Unabhängigkeit gar nicht besitzt und sie eigentlich auch nicht anstrebt, weil er Anerkennung und Liebe sucht. Viele empirischen Beobachtungen bestätigen, daß der Mensch den tiefsten Zugang zu sich selbst in Beziehungen findet: „Der Mensch entwickelt sich in Beziehungen. Wir werden in Beziehungen gezeugt, geboren, gestillt, ernährt, gepflegt, unterrichtet und angelernt. Immer sind es mitmenschliche Beziehungen, welche der Entwicklung Anstoß und Form geben. Aber auch der Erwachsene entfaltet seine Persönlichkeit nicht aus sich heraus, sondern in Beziehungen...“<sup>15</sup>. Das In-sich-Stehen und das Auf-andere-hin-Sein bedingen sich also gegenseitig. Der Mensch wird am Du zum Ich (Buber). „Zwischen Ich-Sein und Wir-Sein, zwischen Einzelsubjekt und Gemeinschaft herrscht mithin ein gegenseitiges Bedingungsverhältnis und Vermittelungsgeschehen. Beides: Person und Communio sind darum gleichursprünglich, wie zwei Pole einer Ellipse, in der keiner auf den anderen reduziert werden kann, soll nicht das ganze Gebilde zerstört werden. Das Ich wird

<sup>13</sup> Greshake, G., *Erlöst*, 43.

<sup>14</sup> Willi, J., *Des Menschen Sehnsucht nach verlässlichen Beziehungen*, in: FAZ v. 27. 9. 1986, Nr. 224, 10.

<sup>15</sup> Willi, J., *Des Menschen Sehnsucht*, 10f.

Subjekt durch Communio, die Communio wird durch das Miteinander und Füreinander der einzelnen Subjekte“<sup>16</sup>. Gott hat den Menschen so geschaffen, daß der einzelne oder die einzelne immer nur durch den anderen oder die andere, daß das Ich nur durch das Du Ich werden kann.

## 5. Schluß

Zum menschlichen Leben gehört wesentlich die Spannung zwischen Ich und Du, in der die Aggressionen eine entscheidende Rolle spielen. *Einerseits* besteht die Aufgabe, die Lebensenergien einzusetzen, um Ich selbst zu werden und autonom zu bleiben. Das beinhaltet auch, mich nicht in symbiotischen Beziehungen zu verlieren, in denen die Ich-Identität zu einer Beziehungsidentität wird, die die Selbstwerdung gerade verhindert. *Ebenso* gehört zu einem erfüllten menschlichen Leben, daß ich auf andere zugehe, mich ihnen öffne und gute, heilsame Beziehungen gestalte. Eine heilsame Beziehung gründet zunächst in der *Beziehung zu mir selbst* mit einer geordneten Selbstliebe, die Selbstzerstörung ausschließt; in der *Beziehung zu anderen* mit einer geordneten Nächstenliebe, wo Haß und zerstörerische Aggressionen konstruktiv aufgearbeitet und in neue Beziehungsmöglichkeiten umgewandelt werden; das gilt natürlich auch für die *Beziehung zu Gott*, in der eine konstruktiv-aggressive Auseinandersetzung mit Gott den Weg zu einer tiefen Gottesbeziehung eröffnet<sup>17</sup>.

Eine wichtige Voraussetzung für das Gelingen von Beziehungen ist und bleibt der Selbststand und ein konstruktiver Umgang mit Aggressionen. Für eine konstruktive Beziehungsentwicklung sind die „aggressiven Schritte“ auf den anderen zu einfühlsam und differenziert zu gehen, mit angemessenen „aggressiven Zwischentönen“. Dies setzt viel Geduld und Vorsicht beim Aufeinanderzugehen voraus, damit die anderen nicht abgeschreckt, verletzt oder überfahren werden und sich zurückziehen. Gute Beziehungen wachsen langsam heran und sind als Vorstufe der Freundschaft und Liebe sehr verletzbar und empfindlich, gerade weil sie so kostbar für das menschliche Leben sind.

So stiften Aggressionen heilsame Beziehungen und tragen im Rahmen der Selbstliebe, der Nächstenliebe und Gottesliebe zum Gelingen des Lebens wesentlich bei.

<sup>16</sup> Greshake, G., *Erlöst*, 47.

<sup>17</sup> Frielingsdorf, K., *Dämonische Gottesbilder*. Mainz ³1997, 45–62.