

Plädoyer für eine Humanisierung der Psychologie

Zur Rettung der Seele

*(Plea for a humanization of psychology -
Toward the salvation of the soul)*

Horst Werner Peschel

Zusammenfassung

Die akademische Psychologie hat sich in ihrem Bedürfnis, wissenschaftlichen Ansprüchen zu genügen, Mitte des neunzehnten Jahrhunderts als eigenständige Wissenschaft etabliert. Diesem Anspruch verpflichtet, versteht sie sich daher bis heute immer noch weitgehend als Naturwissenschaft. Dem kommen auch jene psychotherapeutischen Verfahren entgegen, die vom Gesetzgeber privilegiert wurden, als „wissenschaftlich“ orientierte Disziplinen über die Krankenkassen abrechnungsbe-rechtigt zu sein. Um als empirische Psychologie wirken zu können, musste die Psychologie dafür sorgen, dass sie sich von Anfang an als „Psychologie ohne Seele“ etablierte. Dies hatte für sie allerdings verhängnisvolle Folgen, da sie sich nicht als eine „Lehre der menschlichen Seele“ verstehen konnte. Sie hat daher die Seele abgeschafft und sie heute weitestgehend aus ihrem Sprachgebrauch verbannt. Für den einzelnen Menschen, aber vor allem für die gesamtgesellschaftliche Entwicklung, hat die Psychologie dadurch einen zweifelhaften Schachzug vollzogen. Von dieser Psychologie kann daher kein Licht scheinen, durch dessen Perspektive Hoffnung für die Lösung zentraler Lebensfragen gesehen werden kann. Die vorliegende Arbeit bemüht sich, diese Zusammenhänge aufzuzeigen und die Psychologie dahin zurückzuführen – was in ihrer Namensgebung gründet – eine Psychologie der menschlichen Seele zu sein.

Schlüsselwörter: Psychologie, Seele, Humanisierung, Ethik, Freiheit, Gesellschaft

Abstract

In an attempt to meet scientific standards, academic psychology established itself as an independent discipline in the mid-nineteenth century. True to this commitment, it still considers itself largely as a natural science. Current legislation confirms the privileged status of psychotherapy as a science by classifying it as a 'scientifically' oriented discipline worthy of reimbursement by health insurance companies. To be accepted as empirical, psychology had to establish itself as "psychology without a soul". This however had disastrous consequences, as it could not consider itself a "doctrine of the human soul". It abolished the soul and has now widely banned the concept from its language - a dubious move for the individual, and above all for the development of society as a whole. This psychology provides no light that carries hope for the solution of central life issues. The present work attempts to highlight these connections and to lead psychology back to the true origin of its name, i.e. toward a psychology of the human soul.

Keywords: Psychology, soul, humanization, ethics, freedom, society

*Ich versuchte, ihn zu finden am Kreuz der Christen, aber er war nicht dort.
Ich ging zu den Tempeln der Hindus und zu den alten Pagoden, aber ich
konnte nirgendwo eine Spur von ihm finden. Ich suchte ihn in den Bergen
und Tälern, aber weder in der Höhe noch in der Tiefe sah ich mich imstande,
ihn zu finden. Ich ging zur Kaaba in Mekka, aber dort war er auch nicht.
Ich befragte die Gelehrten und Philosophen, aber er war jenseits ihres
Verstehens. Ich prüfte mein Herz, und dort verweilte er, als ich ihn sah.
Er ist nirgends sonst zu finden.
Dschelal ed-Din Rumi*

Einleitung

Bereits 1987 hat uns Roger Walsh, Professor für Psychiatrie und Philosophie, in seinem Buch „Überleben“ auf die prekäre Situation aufmerksam gemacht, in der sich die Menschheit befindet. Zwei Nobelpreisträger haben in einem Vorwort sein Werk gewürdigt. Erschreckend stellte sich für Walsh vor allem dar, dass der tatsächliche Weltzustand wesentlich dramatischer ist, als er bisher annahm. In seinen tiefergehenden Forschungsergebnissen kam er zu dem Schluss, dass sich vor allem die Menschen in den westlichen Kulturen durch „ständige Ablenkun-

gen“ und „Zerstreuungen“ sowie einer „Beschäftigung mit Belanglosigkeiten“ weigern, sich einer ernsthafteren Auseinandersetzung zu stellen (S.17).

Spätestens seit den Terroranschlägen vom 11. September 2001, den drohenden durch Menschenhand bedingten klimatischen Naturgewalten, dem atomaren Desaster von Fukushima, dem Zusammenbruch krimineller Finanzmärkte, dem Aufschrei in der islamischen Welt, die sich von der Knechtschaft diktatorischer Strukturen befreien wollte, wurde vielen Menschen ins Bewusstsein gebracht, dass die Welt sich in einem labilen Zustand befindet. Letztlich führt das Weltgeschehen, dass uns durch die Globalisierung und deren mediale Präsenz praktisch ins Haus geliefert wird, zu einem Gefühl der Bedrohung und dem Anstieg von sozialen Ängsten.

Die Folgen sind, dass wir auf nationaler Ebene ein stetes Bemühen um Sicherheit beobachten können. Die Zeitschrift „Psychologie Heute“ hat sich diesem Thema in ihrer Ausgabe vom Dez. 2012 gewidmet. Ihr Chefredakteur Heiko Ernst schreibt dazu im Vorwort: „Die stetige Verwissenschaftlichung aller Lebensbereiche und die wuchernde Experten herrschaft haben paradoxerweise zu Ratlosigkeit, Unsicherheit und vager Zukunftsangst geführt. Denn die Experten und Wissenschaftler widersprechen einander in fast allen existentiell wichtigen Fragen oder revidieren sich selbst in immer kürzeren Abständen. Wir müssen erkennen: Die wissen es auch nicht!“ Offenbar werden letztlich keine Lösungen gesehen, die bedrohlichen Situationen zu entschärfen. Der einzige Weg erscheint demnach darin zu liegen, immer neue Sicherheitsmaßnahmen zu ergreifen. Dass Paradoxe ist allerdings hierbei, dass mit der Intensivierung von Sicherheitsmaßnahmen das Gefühl der Bedrohung bei denjenigen wächst, die sich mehr Schutz wünschen. Es hat sich nämlich herausgestellt, dass zunehmende Sicherheit nicht automatisch dazu führt, dass sich Menschen sicherer fühlen. Der Soziologe und Katastrophenforscher Wolf Rüdiger Dombrowsky meint in derselben Ausgabe von Psychologie Heute sogar, dass „unsere Gesellschaft ziemlich am Ende“ sei (S.26f).

Die „Unsicherheit“ ist ein weit verbreitetes Phänomen, wobei viele Menschen schon resignierend feststellen, dass wir damit leben lernen müssen. Hören wir noch einmal Dombrowsky, der uns sein bemerkenswertes Menschenbild verdeutlicht, dass auch vielfach kennzeichnend für ein materialistisches Weltbild ist. Für ihn ist das Individuum „eine der witzigsten Konstruktionen des Abendlandes. Der Einzelne ist für den Fortgang dieser Welt bedeutungslos“. Auf eine Frage über den Sinn des Ganzen antwortet er wie selbstverständlich: „Es ist doch klar, dass es keinen Sinn gibt. Wir haben mittlerweile 7,2 Milliarden Sinnstifter auf dieser Welt, die alle an irgendetwas glauben, dem sie nachrennen. Und dann bündeln sie sich zu – Buddhisten, zu Christen, zu Schiiten, Funda-

mentalisten – und hauen sich gegenseitig die Köpfe ein“ (S.29f). Die Welt in ihrer Macht und Technikbesessenheit, sowie ihrer einseitig naturwissenschaftlichen Orientierung, hat daher einen Nihilismus gefördert, bei dem letztlich eine auf Werte und Mitmenschlichkeit hin orientierte Gemeinschaft auf der Strecke bleibt.

Von psychologischer Seite haben schon einige bedeutende Forscher sich besorgt über die menschliche Bewusstseinsverfassung geäußert. Abraham Maslow, der Wegbereiter der Humanistischen und Transpersonalen Psychologie, sagt dazu Folgendes: „Offensichtlich ist das, was wir in der Psychologie ‘normal’ nennen, nur eine Psychopathologie des Durchschnittlichen, die so undramatisch und so weit verbreitet ist, dass wir sie gewöhnlich nicht einmal bemerken“ (Maslow, 1981, S.33). Er spricht hier von einer Deformation des „normalen“ Bewusstseins, das offensichtlich nicht als „gesund“ zu betrachten ist. Ich möchte hier nur eine Denkanregung geben. Würde ein „gesunder“ Mensch die Erde, jenen Boden auf dem menschliche Existenz nur möglich ist, so zerstören, dass klimatische Katastrophen folgen, die letztlich zur Bedrohung seiner eigenen Existenz beitragen?

Des Weiteren schreibt Walsh: „Der Zustand der Welt ist in vielerlei Hinsicht wahnsinnig, weil unser gewöhnlicher Bewusstseinszustand wahnsinnig ist. Wir betrachten uns als abgetrennt von der Welt als „in Haut verkapselte Egos“, wie Alan Watts es einmal formuliert hat, deren wichtigstes Ziel es ist, die Nummer eins zu sein, und die Welt spiegelt diesen auf Isolation und Konkurrenz ausgerichteten Standpunkt“ (Walsh, 1995).

Und an anderer Stelle verweist Walsh darauf, dass alle wesentlichen Probleme, die es in der Welt gibt, ein „Abbild unseres individuellen und kollektiven Geisteszustandes“ sind (Walsh, 1987, S.53). Wollen wir daher die vom Menschen weltweit gemachten Probleme lösen, muss der Mensch erst erlöst werden aus seinem Selbstmissverständnis, damit er nicht weiterhin seine eigene Selbstzerstörung vorantreibt. Dazu bedarf es einer Klärung der Seinsfrage, der Frage *Wer wir als Menschen sind*. Diese Frage kann die Mainstreampsychologie nicht klären, da sie sich selbst durch ihren naturwissenschaftlichen Ansatz diese Klärung verbaut hat.

Die vorliegende Arbeit bemüht sich daher, die Grundlagen einer anderen Psychologie aufzuzeigen, indem sie die Psychologie befreit von methodischen Zwängen und postuliert, dass nicht methodische Zwänge bestimmen dürfen, was der Mensch seiner Natur nach ist. Auf den Menschen angewendet, ist daher der gängige Wissenschaftsbegriff nicht brauchbar. Darauf macht uns auch der renommierte Wissenschaftskritiker Jochen Kirchhoff (1999) aufmerksam, für den die herrschende Naturwissenschaft lebens- und menschenfeindlich ist. Diese ist

nicht auf den „lebendigen Menschen“ anzuwenden, da dieser immer in seiner „Ganzheit angefragt“ ist, wobei das „Lebendige nur von Lebendigem erkannt“ werden kann. Auf die Frage, was er für die wichtigste Ursache hält, die zur Fehlentwicklung für die Naturwissenschaften führt, verweist Kirchhoff darauf, dass dies zu den schwierigsten Fragen gehört, da sie die Tiefenschichten menschlichen Seins berührt. Um diese Frage zu klären, wäre es notwendig zu wissen, „was der Mensch kosmisch gesehen wirklich ist, welche Aufgabe er hat im Universum und ob es so etwas gibt wie das Böse“ (S.45).

Gelänge dies, könnten jedoch auch jene Regeln deutlich gemacht werden, die als Grundlage für wissenschaftliches Forschen, wirtschaftliches Handeln und politische Werteorientierung dienen. Daher hat das hier geforderte Menschenverständnis eine gesellschaftstragende Dimension, ganz im Sinne von Richter (1986, Einband) der darauf aufmerksam macht, dass „es keine von den gesellschaftlichen Prozessen abtrennbare Welt des Psychischen gibt, es sei denn, der einzelne verleugne die eigene politische Mitverantwortung“.

In jenem hier aufgezeigten Menschenverständnis liegt für uns die Würde und die Freiheit des Menschen begründet. Daher mündet die hier aufgezeigte Psychologie in einer Psychologie der Freiheit, die das Grundkriterium des Humanismus ist. In praktischer Hinsicht muss aus diesem Humanismus die Humanität erwachen, die sich im menschlichen Handeln der Güte, der Wertschätzung, des Mitgefühls und der Freude auszeichnet.

Eine verhängnisvolle Weichenstellung

Die Grundsteinlegung der modernen Psychologie wird auf das Jahr 1879 zurückgeführt. In diesem Jahr gründete der Professor für Philosophie, Wilhelm Wundt, in Leipzig sein Institut für experimentelle Psychologie. Vorausgegangen sind Auseinandersetzungen darüber, ob die Psychologie in der Philosophie verbleiben sollte oder sich als eigenständige wissenschaftliche Disziplin entwickeln. Die Entscheidung fiel für letzteres. Obwohl Wundt davon ausging, dass zur Erforschung höherer geistiger Prozesse andere Wege beschritten werden müssen, und dafür plädierte, die Psychologie in enger Verbindung zur Philosophie zu begründen, wurde die philosophische Perspektive schnell verdrängt. Aufgrund ihres empirischen Anspruches gab es daher von Anfang an die Notwendigkeit, eine „Psychologie ohne Seele“ (Friedrich Albert Lange, Geschichte des Materialismus, ersch. 1874) zu etablieren. Bezogen auf den Begründer der modernen Psychologie betont Mack (2007, S.18), dass Wundt dann einseitig „apologetisch“ für eine naturwissenschaftliche und positivistische Entwicklung der Psychologie vereinnahmt wurde.

Die Psychologie hat sich dem Zeitgeist untergeordnet, den Bertrand Russel in seiner Abhandlung über die „Philosophie des Abendlandes“ (1983, S.571) deutlich macht. Demnach wurden Descartes Vorstellungen vom Tier als eines „Automaten“ zunehmend auf den Menschen übertragen. Namhafte gesellschaftliche Kräfte waren im Begriff, auf einen „vereinfachten Materialismus“ überzugehen. Gegenüber dem Tier blieb des Menschen Privileg zusehends nur noch, dass er nicht als ein Affe gesehen wurde, sondern als ein „höherer Affe“.

Die Einengung psychologischer Forschung hat letztlich zu einer prekären Situation für die Psychologie geführt. Bereits Mitte der Dreißigerjahre des letzten Jahrhunderts hat Husserl (1982) auf die Problematik der Wissenschaften und besonders der Psychologie hingewiesen. Er machte deutlich, dass die Hinwendung zur materialistischen Weltanschauung und Wissenschaftshörigkeit dazu führte, dass deren Vertreter sich blenden ließen und sich gleichgültig abkehrten von zentralen Menschheitsfragen nach einem „echten Menschentum“. In einer Zeit „schicksalhafter Umwälzungen“ hatten sie entsprechend ihres eingengten Blickwinkels nichts zu sagen und ließen den Menschen alleine auf dem Hintergrund der brennenden Fragen nach dem Sinn oder der Sinnlosigkeit menschlichen Daseins (S.4f).

Durch die empirische Bestimmung psychologischer Forschung wurde das Sein des Menschen aus dem Bewusstsein gedrängt und die materialistische Verdinglichung des Menschen in den Mittelpunkt gestellt, bei dem die Phänomene Seele und Geist selbst nur noch als Epiphänomene körperlicher Vorgänge in Erscheinung treten. Die Trinität menschlichen Daseins wurde abgeschafft und der Wissenschaft geopfert, deren Aufgabe es ist, nur das als Realität bestehen zu lassen, was messbar und objektivierbar ist. Die Folgen sind ein psychologischer Nihilismus, in dem Werte, Sinn und ethische Fragestellungen auf der Strecke blieben. Die Schwächen dieses wissenschaftlichen Ansatzes in der Psychologie sowie das daraus abzuleitende Menschenverständnis wurden immer wieder auch innerhalb der Psychologie thematisiert, ohne dass sich die Hauptströmung der Psychologie davon beeindruckt ließ.

Im Jahre 1952 wurde Sigmund Koch, Professor für Psychologie und Philosophie, von der American Psychological Association damit beauftragt, eine Studie über den Status der Psychologie durchzuführen. In jahrelanger Arbeit mit 80 Psychologie-Experten entstand daraus das siebenbändige Werk „Psychology: A Study of A Science“. Hierin macht er deutlich, dass die Psychologie als Wissenschaft von „vornherein falsch angepackt worden ist“. Der Versuch, die Psychologie als „harte Wissenschaft“ mittels der Anwendung naturwissenschaftlicher Methoden zu etablieren, führte zu einem „Berg von Pseudo-Wissen“, methodisch hochgeschraubten Spitzfindigkeiten und einer allgemein wissenschaftli-

chen Rhetorik, an dessen Ende aber nichts anderes blieb, als dass der Mensch als „Küchenschabe“, „binärer Computer“ oder als „sexbegieriger Libido-Transformator“ gesehen wurde. Für Koch entstand dabei der Eindruck, als sei der Mensch für die Psychologie des 20. Jahrhunderts nichts anderes als „ein unangenehmer und unwichtiger Störfaktor“ im Getriebe eines Wissenschaftsbetriebes, der einen „wertlosen Gegenstand untersucht“, dessen Existenz sinnlos ist (Koch, 1977).

Auch Klaus Holzkamp (1972, 10) kam in seiner berühmten Abhandlung „Zum Problem der Relevanz psychologischer Forschung für die Praxis“ zu der ernüchternden Feststellung, dass die „experimentelle Forschung in immer wachsendem Maße mit exakten Methoden Belanglosigkeiten und Trivialitäten zutage fördert“. Einen wichtigen Grund bei diesem „Chaos psychologischer Einzelbefunde“ führt er auf das „Publikations-Soll im Interesse ihrer akademischen Karriere“ lebender Forscher zurück. Dadurch sieht Holzkamp die Psychologische Forschung auf dem Weg „fortschreitender Banalisierung und Desintegration“. Zur Unterstützung seiner These führt er die Herausgeber des Journal of Abnormal and Sozial Psychology, M. B. Smith und E. J. Shoben, an, die nach der Durchsicht mehrerer tausend Manuskripte zu der Feststellung kamen, dass solche Forschungen zwar strengen experimentellen Versuchsanordnungen genügen, aber auf der anderen Seite bemerkenswert trivial sind.

Die Folgen dieser ganzen Entwicklung sind für die Psychologie bedenklich. Jene Disziplin, die sich schon durch ihren Namen als „Wissenschaft von der menschlichen Seele“ verstehen sollte, entpuppt sich als diejenige, die alles daran setzte, die Seele abzuschaffen. In seiner sehr differenzierten Arbeit hat Mack (2007) die Frage aufgeworfen, ob die Psychologie überhaupt noch den „Begriff der Seele“ braucht. Hierbei kommt er zu der ernüchterten Feststellung, dass es „eine forschungspraktische Tatsache ist“, dass die Psychologie den „Begriff Seele nicht zu brauchen scheint“ (S.20).

Neben der akademischen Entwicklung der modernen Psychologie bemühten sich auch die großen psychologischen Schulen darum, als Naturwissenschaft Anerkennung zu finden. In Amerika war es der Behaviorismus, der verschiedenste Lerntheorien entwickelte und diese naturwissenschaftlich zu begründen versuchte. Allerdings musste Skinner letztlich vor der Aufgabe kapitulieren, komplexe menschliche Probleme mit dem zu erklären, was er von seinen Tischtennis spielenden Tauben gelernt hatte. In Europa gewann die Psychoanalyse Sigmund Freuds zunehmend an Bedeutung. Allerdings hat Freuds atheistisches Denken ein düsteres Menschenbild kreiert, das vor allem als Anwendung auf gesellschaftspolitische Prozesse problematisch ist. Dazu der Schweizer Psychosomatiker Balthasar Staehelin (1986, 18): „Ja, darüber hinaus ist die Freud'sche Konzep-

tion ausschließlich pessimistisch, insofern als alles Große, Schöne, Wertvolle, Gesellschafts-, Kultur- und Kunstbildende nur sekundäre Folge einer zielgehemmten, vom eigentlichen Triebziel abgewandten, zwangsmäßig sublimierten Sexualität ist. Freud hat mit dieser Konzeption trotz der Anerkennung, die sie gefunden hat, dem Abendland einen zweifelhaften Dienst erwiesen“. Wie Staehelin weiter schreibt, hat dieses Denken „verheerende“ Auswirkungen auf die „Säkularisierung, Sinnentleerung und Seinsvergessenheit des Abendlandes“ gehabt. Den Begriff Seinsvergessenheit entlehnte er der Philosophie Heideggers. Darunter versteht Staehelin „das Fehlen von Wissen um eine Zugehörigkeit zum Unbedingten“ (S.30).

Die Situation der einseitig ausgerichteten empirischen und naturwissenschaftlichen Psychologie ist aber auch innerhalb der Psychologie umstritten. Es ist daher nicht ausgeschlossen, dass es innerhalb akademischer Kreise zur Spaltung der Psychologie kommt. So haben sich bereits 2004 über zwanzig namhafte Psychologie-Professoren und wissenschaftliche Mitarbeiter zusammengeschlossen und einen „Gegenentwurf zur Mainstream-Psychologie“ entworfen. Dies unter dem Gesichtspunkt, dass die für das Leben relativ unbedeutenden Forschungsergebnisse der naturwissenschaftlich orientierten Psychologie keine konstruktive Antwort auf die Zerstörung unseres Planeten geben können. Dazu bedarf es einer kulturwissenschaftlichen und humanwissenschaftlichen Perspektive der Psychologie (vgl. Jüttemann, 2004, Vorwort).

Die Existenzanalyse und Logotherapie Viktor E. Frankls

Für eine materialistische und naturwissenschaftliche Sichtweise des Lebens hat Freud folgerichtig argumentiert, dass es keinen Sinn des Lebens gibt. Daher liegt für ihn nahe, dass derjenige, der nach dem Sinn des Lebens fragt, krank ist. In einem Brief an Marie Bonaparte schreibt er: „Im Moment, da man nach Sinn und Wert des Lebens fragt, ist man krank, denn beides gibt es ja in objektiver Weise nicht; man hat nur eingestanden, dass man einen Vorrat von unbefriedigter Libido hat, und irgendetwas anderes muss damit vorgefallen sein, eine Art Gärung, die zur Trauer und Depression führt“ (Jones 1978, Bd. III, 536).

Die Problematik, die in Freuds Menschenbild begründet liegt, sowie in all den Richtungen zu finden ist, die sich dem herrschenden wissenschaftlichen Weltbild untergeordnet haben, hat schon früh der Neurologe und Psychiater Viktor Frankl gesehen. Er erteilte dem Psychologismus, wie er ihn auch in der Psychoanalyse Freuds sah, eine deutliche Absage und begann schon zu Lebzeiten Freuds die Grundlagen der Existenzanalyse und Logotherapie herauszuarbeiten. Sie gilt nach der Psychoanalyse Freuds und der Individualpsychologie Adlers

als die dritte große Wiener Schule der Psychologie. Aus einer einseitig orientierten wissenschaftlichen Psychologie und Medizin, die den Menschen in ein naturwissenschaftliches Korsett zwängten, entsteht letztlich keine Psychologie, sondern lediglich ein Psychologismus. Dieser geht an einem adäquaten Menschenverständnis vorbei und ist daher eine reduktionistische und inhumane Vorstellung über den Menschen. In der Begründung seiner Existenzanalyse und Logotherapie geht es Frankl daher um eine Rehumanisierung medizinischen und psychologischen Denkens, die nur möglich ist, wenn der Mensch in seiner Einheit und Ganzheit, als körperlich-seelisch-geistiges Wesen begriffen wird. Im Gegensatz zur Existenzanalyse, die eine „anthropologische Forschungsrichtung“ darstellt, ist die Logotherapie als eine „psychotherapeutische Behandlungsmethode“ zu verstehen (Frankl 1975, 1987). In diesen Werken geht Frankl auch näher auf das Wesen menschlicher Existenz ein. Unter Existenzanalyse versteht er eine „Explikation der Existenz“. Im Begriff Logotherapie erscheint das Wort „Logos“, das sich allerdings nicht auf Logik, Ratio, Intellekt oder Verstand bezieht. Das Wort Logos bedeutet bei Frankl „Geist“ und „Sinn“. Die Logotherapie versteht sich daher als eine sinnzentrierte Psychotherapie. Der Geist wird als ein „Existential“ verstanden, das dem Menschen zugehörig ist. Existenz ist eine „Seinsart“ und zwar das menschliche Sein, das dem Menschen arteigene Sein. Dazu bedarf es des Geistes. Frankl spricht diesbezüglich auch von der „Trotzmacht des Geistes“. Menschsein zu begreifen setzt voraus, dass neben dem Existential des „Geistes“ noch die Existentialen der „Freiheit“ und der „Verantwortlichkeit“ bestehen. Erst dadurch wird der Mensch zum Menschen und erhebt sich dimensional über das Tierreich hinaus. Er ist daher kein „höherer Affe“, er ist etwas anderes, etwas nur ihm eigenes. Diese drei Existentialen sind daher nicht nur charakteristisch für das Dasein des Menschen, sie „konstituieren“ geradezu den Menschen. Die Freiheit des Menschen sieht Frankl darin, dass der Mensch als geistiges Wesen seiner Innenwelt und Umwelt gegenüber nicht nur hilflos ausgeliefert ist, sondern sich ihr gegenüber immer irgendwie „einstellt“ und „verhält“. Als „geistige Person“ kann er Stellung zu welchem Sachverhalten auch immer beziehen. Menschliche Freiheit unterliegt hierbei nicht der „Allmacht“. Sie hat nicht mit Willkür zu tun, sie ist an den Begriff der Verantwortung gebunden. Und verantwortlich ist der Mensch für die „Erfüllung von Sinn und die Verwirklichung von Werten“. Die „geistige Person“ wird daher im Sinne Frankls nicht von triebhafter Dynamik bestimmt, sondern von Werten angezogen, für die sich der Mensch in Freiheit entscheidet.

Weiterhin verweist die Existenzanalyse auf einen „Über-Sinn“. Dieser ist aber für sie nicht greifbar. Daher bezieht sich der Sinn erst einmal auf eine ganz konkrete Situation, bezogen auf eine bestimmte Person, in die der Mensch in seinem

Alltagsleben hineingestellt ist. Dem Über-Sinn kann man sich zwar im Glauben nähern, er gehört aber letztlich ins Gebiet der Theologie. Es ist daher kein Wunder, dass sich viele Theologen von Frankls Lehre angesprochen fühlen, da sie nahtlos in diese überführbar ist.

Wir sehen in Frankls Menschenverständnis eine wichtige und wesentliche Erweiterung gängiger Menschenbilder. Die Existenzanalyse bleibt allerdings dort stecken, wo der Sinn des Lebens und demnach die großen Fragen des Daseins erst transparent werden können. Ohne ein tieferes Verständnis der Trinität des Menschen und deren funktionaler Beziehung bleibt uns der Mensch ein Rätsel.

Zum Verständnis der Dreieinheit des Menschen und ihrer funktionalen Beziehungen

Der Lebenssinn muss im Leben selbst seine Begründung finden, in einem Leben, das im Ursprung nicht vom Menschen selbst geschaffen ist. Daher ist der Mensch ein Bewirkter, nicht der Schöpfer seiner selbst, sondern Schöpfung. Sein Dasein wurde ihm als Geschenk gegeben. Daher legt er nicht die Spielregeln seines Lebens fest. Es ist aber naheliegend, dass der Mensch sich bewusst werden sollte, was sein Bewirker mit ihm bewirken wollte. Nur dann kann er sinnhaft, in innerer Freiheit, sein Leben zur Vollendung führen. Weicht er ab von seinem Menschsein, dann kommt es zu inhumanen Handlungen und deren Konsequenzen. Und wenn wir uns die Welt anschauen, dann ist es sehr naheliegend, dass wir etwas Wesentliches missverstanden haben. Um diese Zusammenhänge zu verstehen, bedarf es einer weiteren Präzisierung des Geistes und seiner Funktion im Wechselspiel mit Leib und Seele. Beginnen wir mit der Funktion des Körpers.

Der Körper ist als Transportmittel oder als ein Werkzeug der Seele zu begreifen. Diese kann im irdischen Dasein nicht als „Geist“ durchs Leben schweben. Mit dem Körper hat der Mensch die Möglichkeit, bis in feinmotorische Bewegungen hinein, sich in der Welt zu bewegen. Mit ihm können wir uns zu jedem Winkel der Erde hinbewegen, uns sprachlich mit Hilfe des Gehirns äußern und verständigen, uns umarmen und lieben. Der Körper ist gewöhnlich auf Geborgenheit und friedvollen Aktivitäten bedacht. In seinem Schutz- und Sicherheitsbedürfnis möchte er kein Risiko eingehen. Er hat ein Bedürfnis nach optimaler Gesundheit, da er nur dann ganz seiner Aufgabe und Funktion nachzukommen vermag. Zu seiner Erhaltung benötigt er Nahrung. Letztlich dient er auch der Fortpflanzung und der Genussfähigkeit.

Unter Seele verstehen wir die Fähigkeit zur Wahrnehmung und Erinnerung. In ihr sind alle Erfahrungen und Gefühle, unsere Gedanken, Wünsche, Begehren und Begierden, Träume und Phantasien, wie unser Verstand, Intellekt oder Ratio

beheimatet. Gäbe es nur den Körper und die Seele, wie uns ein eingengter Begriff der „Psychosomatik“ suggeriert, wäre der Mensch in der Tat nicht wesentlich höher als ein Tier einzustufen. Er könnte daher berechtigt den Titel eines „höheren Affen“ tragen und mit der Funktionsweise einer Maschine verglichen werden (vgl. Dörner, 2004). Der naturwissenschaftliche Forscher sieht zudem die Psyche als ein Epiphänomen an, als ein biochemisches Geschehen im Neuronennetzwerk unseres Gehirns. In einer materialistisch und naturwissenschaftlich ausgerichteten Welt, die seit Jahrhunderten unser Bewusstsein infiltriert, ist es daher kein Wunder, dass die Seele sich immer mehr auf die Materie und demnach auf die Körperlichkeit unseres Daseins ausrichtet. Ein überzogener Körperkult, wie auch Extremleistungen, die man dem Körper abverlangt, zeugen davon. Besonders problematisch ist es dadurch, dass eine geistige Orientierung fehlt und die Seele selbst materiellen Gelüsten verfällt. Das Streben nach allem Machbaren wurde zur Lebensmaxime erhoben, wobei die technischen Entwicklungen und das Machtstreben, den Menschen weitestgehend bestimmen. Da die Seele auf Erfahrung aus ist, kann sie ihre Mitte verlieren und demnach zu Extremen neigen, bis dahin, dass sie einem selbstzerstörerischen Leben und verbrecherischen Absichten verfällt. Damit dies nicht der Fall ist und die Seele ihre wahre Bestimmung wieder finden kann, bedarf es ihrer geistigen Veredelung.

Der Geist ist identisch mit dem, was man in der christlichen Tradition als Heiliger Geist versteht. Er ist die im Ursprung begründete Matrix, die das Einssein von allem, was ist, verbürgt. Im Geist ist die gesamte Schöpfung mit einbezogen. Die heilige Beziehung zu Gott und der Menschheit untereinander, die auf ewig in dieser Verbindung verankert ist. Die Seele ist daher nicht auf das zu reduzieren, was bisher über sie gesagt wurde, sondern ist vor allem zu sehen als die Gesamtheit unserer Liebe, in der auch das Potential unserer Unsterblichkeit liegt.

Die Seele steht zwischen Körper und Geist. Aufgabe der Seele wäre es, sich dem Geist zuzuwenden und sich von ihm durchdringen zu lassen. Dadurch könnte eine Welt geschaffen werden, die in einem respektvollen und gerechten Umgang miteinander ihrer Lebensfreude huldigt. Erschwert wird dies durch eine Weltsicht, in der kein Verständnis für die Qualität und die Aufgabe des Geistes vorliegt. Die Essenz des Geistes ist Liebe. Diese Liebe wohnt im Zentrum des Herzens der Seele. Daher ist es heute angebracht, von der Dreieinheit des Menschen so zu sprechen, dass wir darin die Einheit von Körper, Seele und Liebe sehen (Green, 2003/2004). Wird der Geist als Liebe ausgedrückt, die er in seiner Essenz ist, wird er fassbarer. Wir sehen dann, an was es der Welt mangelt. Das „wahre Herz“, von dem wir hier sprechen, ist zwar dem Herzen nahe, aber nicht das körperliche Herz. Die Herzensqualität hat keinen Gegensatz, wie der Geist

und die Liebe keinen Gegensatz kennen. Es ist die Verbindungsstelle zwischen den Menschen, es sieht Einheit und Brüderlichkeit und hat das Wohl aller im Sinn. Würde daher das Herz in seiner geordneten und gerichteten Beziehung zur Unendlichkeit stehen und das heißt auch ausgerichtet sein auf die Einheit des Lebens, dann würde wohlütiges und wertschätzendes Verhalten der natürliche Zustand menschlichen Handelns sein. Dieses Verständnis wurde uns schon vor zweitausend Jahren in zwei Geboten nahegebracht: „*Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit all deinen Gedanken.* Das ist das wichtigste und erste Gebot. *Ebenso wichtig ist das zweite. Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst*“ (Mt 22, 37-39). Diese Liebe stellt keine Bedingungen, weil nichts da ist, was sie ausgrenzt oder ihr gegenübersteht. Das in diesen Geboten schwingende Gefühl ist Mitgefühl. Daher sind jene Gebote nicht im strengen „Ich gebiete dir“ zu verstehen. Sie verweisen uns auf das, was die Menschen untereinander und Gott verbindet. Diese Liebe ist nicht zerstörerisch. Religiöser Fanatismus ist ihr fremd. Wer in ihrem Namen Verbrechen begeht, bewegt sich in seinem Ego und der Rationalisierung eines Denkens, das kopfgesteuert ist, aber keine Herzensqualität darstellt. Dafür muss er die Verantwortung übernehmen. Nicht Gott ist dafür verantwortlich, sondern der Mensch in seiner Falschgesinntheit.

Interessanterweise hat der Vater der Stressforschung, Hans Selye, durch vierzigjährige Forschung herausgefunden, dass der Körper selbst, aufgrund eines biochemischen Ablaufschemas, nur gesund erhalten werden kann, wenn in wohlwollender und fürsorglicher Art und Weise mit ihm umgegangen wird. Seiner Erkenntnis nach ist der Fortbestand der Menschheit gefährdet, wenn es nicht gelingt, „Lebensweisheit“ zu fördern und demnach „menschliche Befähigungen“ zu stärken, die „die Welt mit Liebe, Schönheit und Freude“ erfüllen (Selye, 1988, 42). Anhand dieser Erkenntnisse hat Selye schon frühzeitig eine Ethik gefordert, die in dem Satz „Verdiene Dir die Liebe deines Nächsten“ (S.171 ff) mündet.

Ich habe deutlich gemacht, dass die Seinsfrage im Verständnis der Liebe eine Klärung erfährt. Wird dieser Gedanke ausgedehnt, dann müssen wir davon ausgehen, dass der Mensch sich am wohlsten in Sicherheit und Geborgenheit fühlt, wenn er das Gefühl hat, zuhause, in der Liebe, angekommen zu sein. Nur diese Erfahrung würde ihm absolute Gewissheit über die Wahrheit des Seins geben können, da es sich um einen Ort und einen Zustand handeln muss, der seinem Wesen gemäß ist. Die Heilige Schrift verdeutlicht uns dies in folgender Erkenntnis: „Gott ist Liebe, und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott und Gott bleibt in ihm“ (1 Joh 4,16). Ein solcher Satz bleibt uns gewöhnlich abstrakt und fremd, da er sich unserer Erfahrung entzieht. Nunmehr hat aber unsere Zeit jene Beson-

derheit vorzuweisen, dass weltweit Erfahrungsberichte von Millionen von Menschen vorliegen, die offensichtlich von einer Erfahrung dieser Art berichten. Wir sprechen von Nahtoderfahrungen, die seit knapp 35 Jahren ernsthaft erforscht und beschrieben werden. In diesen Erfahrungen berichten Menschen davon, dass sie eine Begegnung mit einem Licht oder Lichtwesen hatten, die jenseits irdischer Vorstellungen lag. Die Menschen berichten von unglaublichen Glücksgefühlen und hatten den Eindruck, in ihrer wahren Heimat angekommen zu sein. Hören wir dazu einen Bericht:

„Ich fühle, wie ich einem Sog folge. Es gibt etwas, das mich zieht, zu sich zieht, das mich haben will, das eine riesige Kraft und Faszination auf mich ausübt. Es ist, als öffnete sich mein Kokon und mein wahres Selbst landete in einem wunderschönen Licht. Ein Licht, wie ich es noch nie gesehen habe, es ist so hell, weiß und rein, manchmal ein wenig golden. Ein Licht ohne Schatten... Ich tauche ein, ich verschmelze mit dem Licht, ich trinke es, ich bin dieses Licht, obwohl ich weiß, ich bin gleichzeitig auch diese kleine Essenz, die im Licht ist... Ich bin EINS mit dem Licht. Es ist herrlich. Ich fühle eine solche riesengroße Freiheit, eine Freiheit, die es gar nicht geben kann, und trotzdem bin ich aufgehoben, bin ich im Licht geborgen, gehalten, geschützt. Und dann ist da dieses Gefühl von dieser Liebe, einer Liebe, die über alles geht, die es auf Erden gar nicht gibt, dich ich noch nie erlebt habe, aber von der ich weiß, dass sie existiert. Jetzt fühle ich sie, jetzt bin ich sie. Ich bin angenommen, ich bin gut und richtig, ich bin so rein, wie ich sein soll. Ich verstehe auf einmal alles. Alles wird mir klar, alle Zusammenhänge, alles, was die Welt, das Universum, das Weltall, alles, was den ganzen Kosmos ausmacht, scheine ich in seiner Grundkraft zu verstehen....Ich meine, ich komme heim, ich bin da, wo ich hergekommen bin, wo alles seinen Anfang und sein Ende hat...Wo alles EINS ist, schön ist, wahrhaftig und göttlich“ (Mehne 2013, 72f).

Aus dieser Erfahrung heraus wird auch verstehbar, dass es für Nahtoderfahrene häufig sehr schwer ist, wieder in der „Normalität“ des Alltags leben zu müssen. Zudem wird uns nahegebracht, dass Wahrheitserkenntnis am Vermögen liegt, die Welt aus der Warte der Liebe zu betrachten. Statt uns darin aber zu schulen und dies zur Maxime menschlichen Handelns zu erheben, ist die Menschheit in den letzten zweitausend Jahren immer mehr in ein materialistisches Zeitalter hineingeraten, in der der Verstand und der Intellekt zur Führung der Menschheit herhalten mussten. Diese sind aber nicht dazu gedacht, als Führer zu wirken. Sie sollten Diener des Geistes sein, der diese Fähigkeiten mit Liebe durchtränkt und sie so ihrer zerstörerischen Kraft beraubt. Wahrheit kann nicht durch die Kräfte des Verstandes erkannt werden, da dieser auf Gegensätzen und eingeschränkten Sichtweisen beruht. Daher führt die Rationalisierung des Le-

bens zu unterschiedlichen Standpunkten, zu Ungerechtigkeit, zu Gewinnern und Verlierern.

In seinem berühmten Werk: „Die Philosophie der Freiheit“ hat Rudolf Steiner (1987, S.162) deutlich gemacht, woraus das höchste sittliche Handeln resultiert:

„Nur wenn ich meiner Liebe zum Objekt folge, dann bin ich es selbst, der handelt (...). Ich erkenne kein äußeres Prinzip meines Handelns an, weil ich in mir selbst den Grund des Handelns, die Liebe zur Handlung gefunden habe. Ich prüfe nicht verstandesmäßig, ob meine Handlung gut oder böse ist; ich vollziehe sie, weil ich sie liebe. Sie wird ‚gut‘, wenn meine in Liebe getauchte Intuition in der rechten Art in dem intuitiv zu erlebenden Weltzusammenhang drinnen steht; ‚böse‘, wenn das nicht der Fall ist.“

Die höchste Freiheitsstufe, die der Mensch daher erreichen kann, ist gleichzeitig sein höchster Sinn: DIE LIEBE ZU SEIN, DIE ER IST. Hätte er jenes erreicht, dann wäre sein Wille mit dem Willen des Schöpfers in Übereinstimmung. Diese Liebe führt nicht zu Müßiggang, Langeweile oder zum Eindruck „es gibt nichts mehr zu tun“. Liebe fordert zur Aktivität heraus, indem die Freude genossen wird, sich stets in höchstmöglicher Form schöpferisch zum Ausdruck zu bringen. Hierbei ist zu bemerken, dass es der Seele nicht um das Tun geht, sondern um das Sein. In einer Welt, die uns tagtäglich zu neuen Glücksbringern verführen will, ist es wichtig, sich dessen bewusst zu werden.

Menschliche Freiheit und ihre ethischen Implikationen

Ethische Grundsätze bauen auf einem Humanismus auf, indem der Mensch sich entsprechend seiner höchsten Natur zu verwirklichen vermag. Im Sinne des Einsseins setzt dies respekt- und rücksichtsvolles Handeln voraus, das immer das Wohlbefinden des Ganzen mitberücksichtigt. Wahre Ethik beruht auf Liebe. Ethik ist daher ein ständiges Bemühen, höhere Prinzipien auf die Probleme der Welt anzuwenden. Sie muss vor der eigenen Haustür beginnen, aber vor allem Politik, Wirtschaft und Wissenschaft sowie die Religionen erfassen. Dies gilt natürlich auch für die Psychologie und Psychotherapie, die in ihrer wiedergefundenen Funktion, eine „Lehre der menschlichen Seele“ zu sein, eine wichtige Rolle einnehmen sollte. Der Medizinethiker Giovanni Maio (2011) warnt in Hinblick auf die gegenwärtige Psychotherapie vor der Gefahr „einer Industrialisierung der Psychotherapie“. Wie wir schon deutlich machten, geht das vorliegende Verständnis von Ethik Hand in Hand mit einem Menschenverständnis, das dieser Ethik gegenüber standhalten kann. Das Besondere ist hierbei, dass die Ethik dem Seinsverständnis des Menschen entspringt und sich daraus ableitend wie

von selbst ergibt. Dem Menschen wird daher nicht etwas abverlangt, was seiner Natur widerspricht. Im Gegenteil, seine Natur, so sie aus dem Verborgenen ins Licht geführt wird, entspricht dieser Ethik. Wenn der Mensch mit Gott und der Welt im Reinen ist, wenn er sich wohl in seiner Haut fühlt, nicht äußeren Zwängen unterliegt, keine Gewissensbisse hat und sich ausgedehnt und frei fühlt, kommt er diesem Ideal ohnehin nahe. Es ist daher nicht vordergründig der Ausbau von Strukturen, Bürokratie und Verwaltung anstehend, da diese nur Scheinlösungen anbieten und am falschen Punkt ansetzen. Sie machen den Menschen blind für die eigentlichen Ursachen seiner Probleme und verbrauchen seine Energie, die dann menschlicher Begegnung fehlt. Es bedarf daher der Förderung menschlichen Bewusstseins, das sich seiner selbst bewusst wird und daraus jene sinnvollen Strukturen schafft, die dem Menschen dienlich sind und sein Leben erleichtern. Um dies zu erreichen, benötigen wir den Blick auf eine höherwertige Intelligenzebene, eines anderen Denkens, das nicht dem Verstand entspringt. Wir sprechen von einer Intelligenz, die der Frömmigkeit des Herzens angehört und sich in sieben Aspekten zum Ausdruck bringt, wie sie in den aufschlussreichen Werken von Glenda Green (2003, 322ff; 2004, 155ff) thematisiert werden: **Einheit, Liebe, Leben, Respekt, Aufrichtigkeit, Gerechtigkeit und Güte**. Sie sind keine abstrakten Kategorien, die dem Menschen einfach übergestülpt werden. Wir haben deutlich gemacht, dass das Leben als Einheit begriffen werden muss, wollen wir als Menschheit aus der Problematik der Selbstzerstörung herausfinden. Die Liebe, die keine Bedingungen setzt, umfasst alles, was ist. Diesem Verständnis liegt kein sentimentales Verständnis der Liebe zugrunde, sondern das Wesen und die Gesetzmäßigkeit der Weltenweisheit, die der Mensch nicht außer Kraft zu setzen vermag. Es dürfte mittlerweile deutlich geworden sein, dass die Erde als ein weisheitsvoller und lebender Organismus zu verstehen ist. Wir können nicht einfach die Wälder abholzen, die uns mit Sauerstoff versorgen oder unseren Planeten missbrauchen, indem wir ihn plündern, vergiften, die Weltmeere zerstören, ohne dass das Rückwirkungen hat. Die klimatischen Katastrophen setzen uns hier deutliche Zeichen. Eine Liebe, die keine Bedingungen setzt, bemüht sich, anderem Leben gegenüber mit Respekt zu begegnen. Sie weiß, dass ich das, was ich dem anderen antue, immer auch mir selbst antue. Die ständige Verletzung und Zerstörung anderen Lebens führt zu einer Verrohung der Gesellschaft. Zudem bedarf es der Gerechtigkeit, da sie das Geburtsrecht jedes Menschen ist und die Voraussetzung einer menschlich funktionierenden Gesellschaft, die die Würde des Menschen achtet. Macht, Geld und Gier als Selbstzweck führen letztlich in eine gnadenlose Wettbewerbsgesellschaft, zu Diktaturen und Kriegen. Güte ist hierbei jener Aspekt, der alle anderen Dimensionen beherbergt. Sie wurzelt in der universellen Weisheit und in der Allwis-

senheit Gottes, die jenseits der Verstandeskräfte angesiedelt sind. In der Summe ergeben alle Herzenseigenschaften die Grundlage wahrer menschlicher Zivilisation. Sie sollten daher zum Kulturgut einer humanen und friedvollen Zivilisation erhoben werden. Sie sind das Licht am Ende des Tunnels, das aus einem recht verstandenen Menschenverständnis heraus durch jede Liebestat seine Strahlkraft vergrößert. Orientieren wir uns nicht an jenem Licht, dann drehen wir uns im Kreis und die Spirale von Macht, Gewalt, und Selbstzerstörung bestimmt weiterhin unser Schicksal.

Auch dieser Umdenkungsprozess, ein Denken aus dem Herzen heraus, hat bereits eine wissenschaftliche Basis gefunden. Im kalifornischen Institut für HeartMath (HerzIntelligenz), werden seit 20 Jahren die Reaktionen des Herzens auf unterschiedliche Emotionen erforscht. Wichtigstes Ergebnis dieser Forschung ist die Erkenntnis, dass das Herz zu menschlicheren Entscheidungen befähigt, als der Kopf es vermag. Die Verstandeskräfte des Gehirns sind eher auf Trennung hin ausgerichtet, auf Meinung gegen Meinung. Die Kräfte des Herzens sehen die Einheit und das Verbindende zwischen den Menschen und sind daher ein Korrektiv für den Verstand. Bei obigen Untersuchungen zeigte sich, dass nur „positive Emotionen“ wie Liebe, Fürsorge, Mitgefühl und Wertschätzung ein kohärentes Herzmuster aufweisen. „Negative“ Gefühle wie Feindseligkeit, Frustration, Sorge, Groll, Gereiztheit und Angst bewirkten stattdessen ein inkohärentes Spektrum (Childre, 1999; Childre, Howard, 2000). Entsprechend dieser Erkenntnisse hat das Institut für HeartMath sehr wirksame Stressmanagement Techniken entwickelt, die weltweit bereits eingesetzt werden. Die wichtigste Strategie ist hierbei die „Freeze-Frame-Methode“. Diese dauert nur eine Minute und erfolgt in fünf Schritten. Der zentrale Aspekt dieser Übung liegt darin, dass unter Stress die Aufmerksamkeit vom Kopf weggelenkt wird und auf das Herz gerichtet. Von dort nimmt man dann intuitiv jene Antworten auf, die zur Problemlösung beitragen. Mit diesen wissenschaftlichen Forschungsergebnissen zur "Herzintelligenz" wird bestätigt was schon immer viele Weisheitslehren verdeutlichen. Eine Zentriertheit in der Weisheit des Herzens, dem Herz-Chakra, ist nicht nur eine abstrakte Größe, sondern hat enorme Bedeutung für eine gesunde körperliche, psychische und geistig-spirituelle Entwicklung des Menschen.

Die hier aufgezeigten ethischen Grundsätze schränken den Menschen in seiner Freiheit nicht ein. Im Gegenteil: Sie umzusetzen bedeutet, seine Freiheit auszudehnen. Freiheit hat nichts damit zu tun, alles zu machen, was machbar ist. Freiheit muss an einem menschengemäßen Humanismus ausgerichtet sein, sonst mündet sie in Willkür und Anarchie. Daher gilt: „Der freie Wille berechtigt nicht zu destruktivem oder irrationalen Verhalten und macht auch nicht unabhängig vom Charakter, Bedürfnissen oder den Gesetzen Gottes. Der freie Wille

ist kein Freifahrtschein, sondern das Recht, du selbst zu sein“ (Green, 2004, S.243).

Darin liegt letztlich der Sinn unseres Daseins: Jene Freiheit zu fördern, die uns als Menschen gemäß ist. Es gilt daher, unser Leben mit Hingabe und Zufriedenheit zu gestalten. Als emotionales Leitsystem kann uns hier die Freude dienen, denn sie wird dort sein, wo wir sinnvoll leben. Um sinnvoll leben zu können, bedarf es aber des Mutes zu leben. Die größten Hindernisse, ein sinnvolles Leben führen zu können, sind im Wesentlichen zwei Grundhaltungen: Zum einen ist es ein Mangel an Selbstwertgefühl. Dieser Mangel verhindert es, Sinn zu sehen, da wir oft zu kleinkariert die Welt betrachten und dadurch perspektivlos sind. Wer sich unwürdig fühlt, sich selbst als minderwertig empfindet, wird kein sinnvolles Leben führen können und in einer gnadenlosen Wettbewerbsgesellschaft auf der Strecke bleiben. Als zweites Hindernis ist der Verlust des Heiligen in uns zu sehen. Erst durch dessen Rückgewinnung können Verbesserungen in der Familie, sinnvollere Aktivitäten in der Gemeinschaft und Arbeit, soweit in schöpferischen Tätigkeiten und in praktizierender Spiritualität gefunden werden. Der Tiefenpsychologe und Theologe Jean Monbourquette (2008) meint, dass „Psychologie und Spiritualität“ an diesem Punkt zusammenfallen müssen, denn der Selbstwert basiert auf Selbstliebe und Selbstvertrauen, die in einer höheren Ordnung gründen.

Resümee und Ausblick

Menschliches Sein ist an Regeln und Gesetzmäßigkeit gebunden. Daraus ergibt sich, dass wir nur dann Gesundheit in individueller, sozialer und gesellschaftlicher Hinsicht erfahren werden, wenn wir uns auf diese Gesetzmäßigkeiten einlassen und sie zu leben versuchen. Es wurden die spirituell höchsten ethischen Prinzipien dargestellt, wobei wir die Möglichkeit hatten, diese aus einem Verständnis menschlichen Seins abzuleiten. Die Essenz menschlichen Seins ist Liebe, die in der Einheit der Menschheit schwingt und den gesamten Kosmos als Lebenselixier durchwaltet.

Aus dieser Mensch- und Weltkenntnis heraus sind wir der Diskussion entgangen, die dann auftritt, wenn ethische Normen gefordert werden, ohne dass die Seinsfrage selbst eine Klärung erfahren hat. Die Seinsfrage ist für uns nicht an den Intellekt gebunden, sondern eine Frage des Herzens. Daher können wir die entscheidenden Lebensfragen nicht auf der Ebene lösen, wo sie entstehen. Den richtigen Weg finden wir, indem wir uns bemühen, Liebe und Freude in unser Leben einkehren zu lassen. Den größten Verlust der Freude erfahren Menschen im Zustand einer Depression, die die Dunkelseite des Lebens repräsen-

tiert. In schweren Fällen ist der Mensch suizidgefährdet. Den Weg aus der Depression heraus findet er, wenn es ihm gelingt, wieder Freude zu empfinden. Freude ist daher ein emotionales Leitsystem, das uns vermittelt, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Freude entspringt aus dem Sein, indem wir immer mehr durch die Brille der Liebe sehen lernen. Wenn wir diese Schwingung in Gang setzen, dann wird sie wie eine Welle im Meer auch das andere Ufer erreichen. Gleiches bewirkt Gleiches. Das gilt allerdings auch für die Schattenseiten des Lebens.

Der Sozialphilosoph Theodor W. Adorno hat geäußert, dass es kein richtiges Leben im falschen geben könne. Greifen wir diesen Gedanken auf und übertragen ihn auf ein tieferes Verständnis von Konflikten, Problemen und Kriegen, dann wird einsichtig, dass Probleme sich potenzieren, je weiter wir von unserem Selbst entfernt sind, da wir dann Dinge in die Welt setzen, die nicht unserer Natur dienlich sind. So geschieht das Böse in der Welt durch Verleugnung der Liebe und demnach der Missachtung menschlichen Seins, das in der Liebe wurzelt. Die Folgen sind Ungerechtigkeit, Hass, Neid, Gier, Macht, Gewalt und Zerstörung. Auf die gesellschaftspolitische Dimension dieser Problematik bin ich schon in einer anderen Arbeit eingegangen (Peschel, 2011). Ein liebender Gott kann nur wesenhaft liebende Kinder hervorbringen. Die Liebe schafft sich nicht ihren eigenen Henker. Unsere Freiheit ermöglicht uns alle Erfahrungen. Sie ist allerdings auch eine Hypothek, bei der wir selbst entscheiden müssen, was wir mit ihr beabsichtigen. Unsere Freiheit ist die Voraussetzung dafür, dass wir nicht am Gängelband Gottes hängen und in einem komatösen Zustand unser Dasein fristen, fern jeder Möglichkeit, je zu begreifen und zu erfahren, welche Gnade uns durch diesen Schöpfungsakt widerfahren ist.

Der bedeutende Psychologe Abraham Maslow war nicht nur der Wegbereiter der dritten psychologischen Schule, der Humanistischen Psychologie, sondern auch federführend daran beteiligt, die vierte Schule zu begründen, die Transpersonale Psychologie. Umso mehr er sich mit der Frage des Menschseins beschäftigte, umso deutlicher wurde ihm, dass viele Menschen eine große Abwehrhaltung haben, über ihren eigenen Tellerrand hinaus zu sehen. Aus dieser Erfahrung heraus hat Maslow, über die gängigen Abwehrmechanismen und Widerstände hinaus, auf Abwehrhaltungen des Menschen hingewiesen, die gerade in unserer heutigen Zeit große Bedeutung haben. Hierzu gehören der Abwehrmechanismus der „Verdrängung der Erhabenheit“ und der „Abwehrmechanismus des Entheiligens“. In diesem Kontext sind vor allem Werte und Tugenden zu sehen, die erst dann auftauchen, wenn wir den Menschen in der Perspektive seiner Ewigkeit betrachten (vgl. Haroian, 1967). In seinem wichtigen Werk, der „Psychologie des Seins“, verweist Maslow (1981, 77f) auf den Abwehrmechanis-

mus der „Vermeidung von Wissen als Vermeiden von Verantwortung“ (S.77ff). Sich dem Heiligen zu öffnen vermindert nicht unser Lebensglück. Es führt uns zur Erfahrung unserer wirklichen kosmischen und menschlichen Größe, die qualitativ weit über dem liegt, was unsere Schulweisheit uns zu lehren vermag.

Wahre Weisheit lehrt uns, dass wir wieder werden müssen wie die Kinder. Daher sind unsere Überzeugungen und Dogmen auf den Prüfstein zu legen, indem wir uns fragen, ob diese dazu beitragen, die Welt auf das Wahre, Gute und Schöne hin auszurichten. Die in dieser Arbeit aufgezeigte Psychologie fördert diesen Anspruch. Sie hat nicht nur Bedeutsames zum Individuum Mensch und im Gesundheitssektor zu sagen, sondern kann auch Gewichtiges dazu beitragen, dass ihre Stimme im gesellschaftspolitischen, wirtschaftlichen, wissenschaftlichen und religiösen Sinne Gehör findet.

Literatur:

- Childre, Doc (1999). Die Herzintelligenz entdecken. Das Sofortprogramm in fünf Schritten. Kirchzarten. VAK.
- Childre, Doc (2000). Die HerzIntelligenz-Methode. Grundlagen, Anwendungen, Perspektiven. Kirchzarten. VAK
- Dombrowsky, Wolf R. (2012). „Je sicherer wir unsere Welt machen, desto größer wird das Anspruchsdenken“. Psychologie Heute. Dezember 2012, S.26-30.
- Dörner, Dietrich (2004). Der Mensch als Maschine. In: Jüttemann, Gerd (Hg.). Psychologie als Humanwissenschaft. Ein Handbuch. Vandenhock & Ruprecht. Göttingen, S.32-45
- Ernst, Heiko (2012). Psychologie Heute. Dezember 2012, Vorwort.
- Frankl, Viktor E. (1975). Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern. Huber.
- Frankl, Viktor E. (1987). Logotherapie und Existenzanalyse. München. Piper.
- Green, Glenda (2004). Unendliche Liebe. Jesus spricht...3. Aufl. Burgrain. Koha.
- Green, Glenda (2003). Liebe und Bewusstsein. Neue Weisheiten von Jeschua. Burgrain. Koha.
- Haroin, Frank (1987). Die Verdrängung der Erhabenheit. www.hawaii-spirit.ch/die-verdraengung-der-erhabenheit.htm
- Holzkamp, Klaus (1972). Kritische Psychologie. Vorbereitende Arbeiten. Frankfurt a. M. Fischer.
- Husserl, Edmund (1982). Die Krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie. Hamburg. Meiner Verlag.
- Jones, Ernst (1978). Das Leben und Werk von Sigmund Freud. Band III. Wien. Huber.
- Jüttemann, Gerd (2004). Vorwort. In: Jüttemann, Gerd (Hg.). Psychologie als Humanwissenschaft. Ein Handbuch. Vandenhock & Ruprecht. Göttingen, S.7-8
- Kirchhoff, Jochen (1999). Die herrschende Naturwissenschaft kennt Mensch und Leben nur als Zufallskonfiguration. raum&zeit. September/Oktober, S.41-48

- Koch, Sigmund (1977). *Psychologie als Wissenschaft ein Flop*. *Psychologie Heute*. August, S. 48-52.
- Mack, Wolfgang. *Braucht die Wissenschaft der Psychologie den Begriff der Seele?* (2007). www.jp.philo.at/texte/MackW1.pdf
- Maio, Giovanni (2011). *Verstehen nach Schemata und Vorgaben? Zu den ethischen Grenzen einer Industrialisierung der Psychotherapie*. *Psychotherapeutenjournal*. 2/2011. Heidelberg. medhochzwei.
- Maslow, Abraham A. (1981). *Psychologie des Seins*. Ein Entwurf. München: Kindler.
- Mehne, Sabine (2013). *Licht ohne Schatten*. *Leben mit einer Nahtoderfahrung*. Patmos. Ostfildern.
- Peschel, Horst Werner (2011). *Weltprobleme, Heidegger und der rettende Gott*. *Zur Kulturrevolution des menschlichen Bewusstseins*. raum&zeit. Newsletter. September. Wolfratshausen. Ehlers.
- Richter, Horst-Eberhard (1986). *Die Chance des Gewissens*. *Erinnerungen und Assoziationen*. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Russel, Bertrand (1983). *Philosophie des Abendlandes*. Wien. Europaverlag.
- Selye, Hans (1988). *Stress*. München. Piper.
- Süddeutsche Zeitung (09.01.2012), *Besprechung*
- Staehein, Balthasar (1986). *Haben und Sein*. Zürich. Theologischer Verlag.
- Steiner, Rudolf (1987). *Die Philosophie der Freiheit*. Leck. Clausen & Bosse.
- Walsh, Roger (1987). *Überleben*. *Die psychologischen Ursachen der globalen Bedrohung und Wege zu ihrer Überwindung*. München. Knaur.
- Walsh, Roger (1995). *Die Transpersonale Bewegung*. *Geschichte und derzeitiger Entwicklungsstand*. *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 1 (1), S. 6-21.

Über den Autor:

Horst Werner Peschel, Studium der Politischen Wissenschaft, Sozialpädagogik und Psychologie, ist Diplom-Psychologe, Dipl. Sozialpädagoge (FH), Klinischer Psychologe (BDP), Psychologischer Psychotherapeut; Ausbildungen in Klinischer Hypnose (M.E.G.), Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl, zert. Anti-Aging- & Präventionstrainer (praeventis med). Er war knapp dreißig Jahre als Psychotherapeut in zwei Kliniken tätig, zuletzt über 20 Jahre lang in der Psychosomatik; seit dreißig Jahren intensive Beschäftigung mit spirituellen Fragestellungen, jetzt v. a. der Nahtodforschung; Aufbau einer Info-Stätte für Nahtodforschung/-erfahrung im Allgäu.