Andreas Resch

Anerkennung und Geborgenheit

Ewig und Glücklich

Resch

INSTITUT FÜR GRENZGEBIETE DER WISSENSCHAFT

REIHE R

1. Andreas Resch: Fortleben
2. Andreas Resch: Das Antlitz Christi
3. Andreas Resch: Die Seher von Medjugorje im Griff der Wissenschaft
4. Andreas Resch: Myrna und die Ereignisse von Sufanieh
5. Andreas Resch: Die Wunder von Lourdes
6. Andreas Resch: Zur Geschichte der Paranormologie
7. Andreas Resch: Anerkennung und Geborgenheit. Ewig und glücklich

RESCH VERLAG INNSBRUCK 2012

Andreas Resch

Anerkennung und Geborgenheit

Ewig und Glücklich

RESCH VERLAG INNSBRUCK 2012

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdruckes,
der fotomechanischen Wiedergabe, der Einspeicherung in
elektronische Systeme und der Übersetzung vorbehalten
© 2012 by Andreas Resch Verlag, Innsbruck
Printed in Austria
Gesamtherstellung: Andreas Resch Verlag, Innsbruck 2012
ISBN 978-3-85382-092-6

VORWORT

In meinem ganzen Leben, sei es als Kind, beim Studium, in der Wissenschaft, in meiner psychotherapeutischen Praxis oder in meiner weltweiten Begegnung mit Studenten und Menschen aller Schichten und Berufe, machte ich stets die Feststellung, dass alles Streben des Menschen in zwei Sätzen zusammengefasst werden kann:

Nach außen sucht der Mensch in all seinem Fühlen, Denken und Handeln *Anerkennung und Geborgenheit.*

In seinem Innern wünscht er nichts sehnlicher, als *ewig und glücklich* zu sein.

Schließlich stellte ich mir die Frage, ob dem tatsächlich so ist, und begann die einschlägigen psychologischen Theorien und Untersuchungen zu durchforsten. Ich verglich sie nochmals mit den eigenen Erfahrungen und befragte Personen aller Alters- und Berufsschichten. Dabei bestätigte sich neuerlich, dass wir nach außen, in der Begegnung mit Welt und Mensch, stets von Anerkennung und Geborgenheit geleitet werden, geht es dabei doch um die persönliche Beurteilung seitens der Umgebung und die damit verbundene Resonanz im persönlichen Empfinden. Wo immer ich nach außen in Erscheinung trete, setze ich mich dem positiven oder negativen Urteil der Umgebung aus. Finde ich dabei Anerkennung, erhöht sich mein Selbstbewusstsein. Ist die Anerkennung auch noch mit Wohlwol-

len verbunden, gesellt sich Geborgenheit dazu, die für das gesellschaftliche Zuhause unabdingbar ist.

In diesem Wechselspiel von Anerkennung und Geborgenheit spielt sich nicht nur die eigene Weltbegegnung ab, sondern auch die der Gesellschaft an sich. Die gesamte Dynamik des gesellschaftlichen Lebens hat hierin den tiefsten Ansporn. Fehlen Anerkennung und Geborgenheit, fühlt man sich verlassen und unsicher, man meidet die Gesellschaft und die Gesellschaft löst sich als Gemeinschaft auf. Hingegen kann bei Förderung von Anerkennung und Geborgenheit durch die Einzelperson und die Gemeinschaft nicht nur das gesellschaftliche, sondern auch das je persönliche Leben lebenswerter gestaltet werden.

Neben dem Streben nach Anerkennung und Geborgenheit lodert im Innern eines jeden Menschen auch die Sehnsucht nach *Ewigkeit* und *Glück*. Diese Sehnsucht ist zudem noch das tiefste und universellste Streben des Menschen überhaupt. So habe ich in meinem ganzen Leben keinen Menschen getroffen, der nicht ewig und glücklich sein wollte. Selbst Atheisten und Selbstmörder bilden hier keine Ausnahme, wie ich in meiner psychotherapeutischen Praxis zur Neige erfahren habe.

Der Atheist setzt alles auf das Diesseits und ist in seinem vorgefassten Denkmuster dem Jenseits verschlossen, in seinem ureigenen Fühlen will er jedoch wie alle anderen ewig und glücklich sein, mag er diese Ewigkeit zunächst auch nur mit seinen Nachkommen, seinen Werken oder mit seinem Ruhm verbinden.

Der Selbstmörder hingegen ist grundsätzlich jenseitsbezogen. Er will aus der für ihn unerträglichen Situation seines Daseins aussteigen, oft geradezu getrieben von einer inneren Sehnsucht nach Ewigkeit und Glück, weil ihm in seinem irdischen Leben selbst Anerkennung und Geborgenheit nichts mehr bedeuten.

Die Sehnsucht nach Ewigkeit und Glück gehört grundsätzlich zum Wesen des Menschen. Wer hier Einschränkungen macht, beeinträchtigt damit auch seine Persönlichkeitsentfaltung, strebt doch der Mensch in seinem Hoffen und Lieben über sich hinaus in die unendliche Weite des Ewigen. Mithin kann auch das eigentliche Glück nur dort angesiedelt sein, wie in den Ausführungen dieser Arbeit zu lesen ist, die rein auf persönlichen und Gruppenerfahrungen beruht. Dies deshalb, weil die gängige Literatur diese Sicht der Grundstrebungen des Menschen kaum beachtet.

Es kommen daher alle Altersstufen und Lebensformen in ihrem Streben nach Anerkennung und Geborgenheit, nach Ewigkeit und Glück zur Sprache, wobei es einzig um die Beschreibung grundsätzlicher Erlebnisformen geht, die für sich sprechen und ihren eigenen Erlebnisraum verlangen.

Die Ausführungen bieten somit eine grundsätzliche Orientierung sowohl für die persönliche Lebensgestaltung als auch für das Verständnis der Lebensgestaltung der anderen.

Die Arbeit ist in vier Teile gegliedert, die durch Kapitel und Zwischenüberschriften so aufgefächert sind, dass man jeweils das einzelne Thema sicher im Blick hat. Aufgrund dieser breiten Gliederung, die auch im Inhaltsverzeichnis

ihren Niederschlag findet, erweist sich ein Sachregister als überflüssig, weshalb darauf verzichtet wurde.

So wünsche ich den Lesern viel Freude bei der Lektüre, die vor allem fühlend erfolgen sollte, sowie einen persönlichen Informationsgewinn.

Innsbruck, am 18. Januar 2012 Andreas Resch

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT 5

ANERKENNUNG 15

Vorgeburtliches Leben 17
Anerkennung und Reaktionen des Organismus 18
Anerkennung und Flucht nach innen 18
Anerkennung und Einheitsgefühl von Mutter und Kind 19
Anerkennung und verhängnisvolle Missverständnisse 19
Entzug mütterlicher Anerkennung 20
Anerkennung und gesprochenes Wort, Musik und Bewegung 20

Die ersten Lebensjahre 21
Anerkennung und Bewältigung der Trennung vom Mutterschoß 21
Anerkennung und Körperkontakt 23
Anerkennung und die Welt des Kindes 23
Von der Mutterbrust zur Flasche und Anerkennung 24
Anerkennung und Mutterbindung 25

Grenzen setzen und durchhalten 25
Anerkennung und Selbstwertgefühl der Mutter 26
Anerkennungsgradienten von Mutter und Vater 27
Anerkennung und der Wunsch nach Treue 28
Anerkennung und Ganztageskindergarten 29

Gesundheit und Begabung des Kindes 29
Anerkennung und körperliche Gebrechen 30
Anerkennung und Schwächen der Begabung 31

Eifersucht, Neid und Schadenfreunde 32

Eifersucht 32
Eifersucht beim Säugling 33
Eifersucht im Alltag 34
Eifersucht und persönliches Auftreten 35
Neid 37
Schadenfreude 38
Jugendzeit 41
Anerkennung durch Leistung 41
Anerkennung durch Machtanspruch 42
Anerkennung und Schönheit 42
Anerkennung mit Hilfe der Medizin 44
Anerkennung und Verdecken körperlicher Mängel 44
Anerkennung und äußeres Erscheinungsbild 46
Anerkennung und Diktat der Mode 47
Anerkennung und Hohn 48
Anerkennung und Sport 49
Anerkennung und Sieger 49
Anerkennung und Siegesfeier 50
Anerkennung und Fans 50
Anerkennung, Liebe und Partnerschaft 51
Anerkennung und Partnerwahl 51
Anerkennung und Schwiegermutter-Problematik 52
Anerkennung und Hochzeit 53
Anerkennung und Partnerschaft 53
Anerkennung und Sexualität 56
Anerkennung und sexuelles Selbstbewusstsein 56
Sexualität beim Mann 56
Anerkennung und Bart 56
Anerkennung und Haupthaar 58
Sexualität bei der Frau 58
Anerkennung im sexuellen Intimbereich 60

Anerkennung und trockener Orgasmus 62

Anerkennung und Gesellschaft 64
Anerkennung und Dorftratsch 64
Anerkennung und Rampenlicht 64
Anerkennung und Beruf 65
Anerkennung und Manipulationstrieb 66
Anerkennung und Streben nach Einmaligkeit 67

Anerkennung und Alter 69
Anerkennung und Midlife-Crisis 69
Anerkennung und Gesundheit 70
Anerkennung und Lokalstolz 71
Anerkennung und Tod 71
Anerkennung und Gott 72

GEBORGENHEIT 73

Das vorgeburtliche Leben 75
Geborgenheit im Mutterschoß 76
Beeinträchtigung der vorgeburtlichen Geborgenheit durch die Außenwelt 77
Beeinträchtigung der vorgeburtlichen Geborgenheit durch die Mutter 78
Intrauterine Geborgenheit und Umgebung 79
Intrauterine Geborgenheit und Wertschätzung 79

Das ersehnte Kind 79
Geborgenheit und unstillbare Sehnsucht nach dem Kind 80
Geborgenheit und unerfüllter Kinderwunsch 80

Die ersten Lebensjahre 81
Rückgewinnung der vorgeburtlichen Geborgenheit 82
Geborgenheit in der Einheit von Mutter und Kind 83
Geborgenheit in der Einheit von Vater, Kind und Umgebung . 84
Geborgenheit und Selbstbeschäftigung 84

Geborgenheit und Bezugsobjekt 84
Geborgenheit und das Lächeln des Kindes 85
Geborgenheit unter Ausschluss des Vaters 86
Geborgenheit und Harmonie der Eltern 86
Geborgenheit im familiären Verband ohne Trauschein 87

Jugendzeit 88
Geborgenheit und Gruppenzugehörigkeit 88
Geborgenheit und Selbstwertgefühl 89
Geborgenheit und Körperlichkeit 89
Geborgenheit durch die Begegnung im Selbst 90
Geborgenheit und zwanglose Feste 91
Geborgenheit und Suchtverhalten 91
Geborgenheit und Partnersuche 92

Geborgenheit und Sexualität 94
Geborgenheit und Orgasmus 94
Geborgenheit und Sexualität des Mannes 95
Geborgenheit und Sexualität der Frau 96

Geborgenheit im Alltag 97
Geborgenheit in der Familie 98
Geborgenheit und Altersunterschiede 99
Geborgenheit und Großeltern 100
Geborgenheit und Eltern 101

Geborgenheit und Alter 103
Schwinden der Geborgenheit 104
Geborgenheit und körperliche Beeinträchtigung 104
Geborgenheit und Einsamkeit 105

Beruf 106
Geborgenheit und Zusammenarbeit 108
Geborgenheit und negative Ausstrahlung 108

Freundschaft 109
Geborgenheit und Freundschaft zur Heimat 110

Geborgenheit und Vereinsfreundschaft 111
Geborgenheit und Freundschaft über den Tod hinaus 111

Gesellschaft 112
Geborgenheit und Gesellschaftsflucht 113
Geborgenheit und Gesellschaftssucht 114
Geborgenheit und Narkotika 115
Geborgenheit und negative Erlebnisse in Raum und Zeit 115
Geborgenheit und Psychotherapie 116

Heimat und Welt 116
Geborgen und doch fremd in der Heimat 117
Geborgen in der Welt 118

Geborgenheit in Gott 119

EWIG 121

Vorgeburtliches Leben 123
Ewigkeitsempfinden und familiäres Umfeld 124
Ewigkeitsempfinden und negative Umwelt 124
Verneinung des Ewigkeitsempfindens 125

Die ersten Lebensjahre 126
Ewigkeitsempfinden und Selbstwertgefühl 126
Ausschalten des Ewigkeitsempfindens und Orientierungslosigkeit 127

Jugendzeit 128
Ewigkeitsempfinden und Selbstbestätigung 128
Ausschalten des Ewigkeitsempfindens 130

Ewigkeitsempfinden im Alltag 131
Ewigkeitsempfinden und Liebe 131
Ewigkeitsempfinden und Verewigung im Erhabenen 132
Ewigkeitsempfinden und Gesellschaft 134

Ewigkeitsempfinden und ewige Jugend 134
Ewigkeitsempfinden und Wissenschaft 135
Ewigkeitsempfinden und Selbstwertgefühl 137

Ewigkeitsempfinden und Gott 138
Ewigkeitsempfinden und Tod 138
Ewigkeitsempfinden und Hoffnung auf das Paradies 140
Ewigkeitsempfinden und Lebensfreude 141

GLÜCKLICH 145

Glück und Liebe 147
Glück und beseligende Schau 147
Glück und Liebeseinheit mit dem Dreifaltigen Gott 148

Unio mystica 149
Glück und Einheit aller 150
Geborgenheit in Gott 150

ANERKENNUNG

Beginnen wir mit der *Anerkennung* und dem damit verbundenen *Selbstwertgefühl*. Dies einfach deshalb, weil wir zunächst einmal selbst sein und selbst stehen müssen, um über Geborgenheit sprechen zu können, wenngleich wir hier immer einer Medaille mit zwei Seiten gleichen. Auf der einen Seite streben wir nach Anerkennung und Selbstwertgefühl, auf der anderen nach Geborgenheit und Gefühlsharmonie, wobei beide Seiten stets ineinandergreifen. Wo ich keine Anerkennung finde, kann ich mich auch nicht geborgen fühlen, es sei denn, ich ziehe mich in den Innenraum zurück, wovon später noch die Rede sein wird.

Vorgeburtliches Leben

Die Anerkennung hat ihren Ursprung bereits in der vorgeburtlichen Zeit. Schon im sogenannten intrauterinen Stadium menschlichen Lebens, also im Mutterschoß, beginnt sich Anerkennung zu entfalten. Die pränatale Psychologie zeigt uns, dass der Einfluss der Mutter, des Vaters und der weiteren Umgebung auf das werdende Kind von großer Bedeutung ist. Hier kommen vor allem das Anerkennungsgefühl und Selbstbewusstsein der Mutter zum Tragen, sucht das Kind doch auf jeden Pulsschlag den harmonischen Einklang mit dem Pulsschlag der Mutter. Wo dies nicht gegeben ist, wird Anerkennung entzogen. Es kommt zu Abwehrreaktionen nicht nur der Mutter, sondern auch des Kindes. Es wird unruhig, weil die Umgebung die Ruhe verloren hat. Das Kind braucht jedoch nicht nur die äußere Geborgenheit des Mutterschoßes, sondern auch dessen Harmonie. Diese hängt vollends von der positiven Gestimmtheit der Mutter

ab, die ihrerseits wesentlich vom Wohlwollen der Umgebung bestimmt wird. Jede Gefühls- und Stimmungsschwankung schlägt sich auf das werdende Kind nieder, das eben entsprechend reagiert – in dankbarer Anerkennung durch Wohlempfinden oder in Verteidigung der Selbstentfaltung durch unruhiges Verhalten.

Anerkennung und Reaktionen des Organismus

Hinzu kommt noch, dass der menschliche Organismus eine eigene Wirkqualität hat, die als *Bioresonanz* nach innen und nach außen wirkt. Je mehr es gelingt, die Körperresonanz zu harmonisieren, umso harmonischer gestaltet sich das Leben des Kindes im Mutterschoß. Dazu gehört aber auch, dass das werdende Kind als vollwertige Person geachtet und als solche von Mutter, Vater und Umfeld erfahren wird. Familiäre Unstimmigkeiten übertragen sich nämlich über die Bioresonanz der Mutter auf die Bioresonanz des Kindes. Das gestörte oder gespannte familiäre Emotionsfeld kann sich sogar direkt auf das werdende Kind auswirken. Auch eine gedrückte oder gespannte bis aggressive Stimmung des Umfeldes bleibt nicht ohne Einfluss. Das Kind belasten insbesondere aber Verdruss und Gemütsschwankungen wie auch Einstellungsänderungen der Mutter zum Kind bis hin zu völliger Abwesenheit oder gar Ablehnung.

Anerkennung und Flucht nach innen

Wird dem werdenden Kind die volle Anerkennung, insbesondere seitens der Mutter, versagt, muss es zum Überleben einen eigenen Weg suchen, der schon im Mutterschoß

eine Flucht nach innen verursacht, um sich dem äußeren Druck zu entziehen und in einem eigenen Lebenskampf das eigene Leben zu sichern. Dies kann sich in lebenslangen Kontaktstörungen äußern, aber auch den Boden für Misstrauen, Aggression und Depression bereiten. Das Kind, das im Mutterschoß „weint", hat die Heimat verloren.

Anerkennung und Einheitsgefühl von Mutter und Kind

Die tiefste Anerkennung zwischen Mutter und werdendem Kind ereignet sich im vollen Einheitsgefühl der Mutter mit dem werdenden Kind. Das vermittelt nach außen hin nicht selten den Eindruck einer gewissen Abwesenheit der schwangeren Frau, denn im vollen Einheitserlebnis mit dem Kind schwindet mit ihrem Raum- und Zeitempfinden auch der Bezug zum Umfeld.

Anerkennung und verhängnisvolle Missverständnisse

Dies kann von der Umgebung leicht missverstanden werden. Im Mann regt sich Eifersucht, weil nun nicht mehr er der Mittelpunkt ist. In solchen Momenten ist meist auch die sexuelle Hingabe der werdenden Mutter gedämpft und Vorwürfe der Interesselosigkeit für Familie und Umfeld oder gar der Vernarrtheit in das Kind belasten die Frau und wirken verletzend. Dieser Entzug der Anerkennung ihrer mütterlichen Einheit mit dem Kind greift tief und versetzt die Mutter in einen existentiellen Gewissenskonflikt zwischen Hingabe an das Kind und Anteilnahme an der familiären Umgebung. Und dieser Druck kann sogar in Existenzbedrohung, Scheidung oder fremdwertige Zuwendung ausar-

ten, was nicht selten eine verminderte Obsorge für das werdende Kind oder gar die Abtreibung zur Folge hat. Solche und ähnliche Reaktionen untergraben die Anerkennung der Mutter und damit auch des Kindes, das den Konflikt der Mutter voll zu spüren bekommt oder eben möglicherweise sogar mit dem Leben bezahlen muss.

Entzug mütterlicher Anerkennung

Neben dieser Einschränkung der Anerkennung auf Druck der Umgebung kann dem Kind die Anerkennung auch durch die Mutter selbst versagt werden. Hier kommt jenes Moment zum Tragen, das in der wortlosen Aussage des Kindes zum Ausdruck kommt: „Du hörst nicht zu, du bist völlig abwesend!“ Eine solche Teilnahmslosigkeit der Mutter dem Kind gegenüber kann sich schon beim Telefonieren mit dem Handy oder beim Rauchen einer Zigarette einstellen, weil die Mutter durch die Verlagerung des Einheitsgefühls auf die Zigarette nicht nur Abstand von sich selbst, sondern auch vom Kind nimmt. Dieser Abstand kann in tausend Verhaltensmustern auftreten – überall dort, wo die Mutter das werdende Kind zurücksetzt, ausschaltet oder gar abtreibt. Je mehr dem Kind die erforderliche Anerkennung vorenthalten wird, umso mehr schrumpft es in seiner seelischen und körperlichen Entfaltung zusammen.

Anerkennung und gesprochenes Wort, Musik und Bewegung

In diesem Zusammenhang ist nicht zuletzt noch darauf zu verweisen, dass sich die harmonische Resonanz der Mutter auch in ihrem Sprechen auf das Ungeborene auswirkt, ja so-

gar so weit, dass dies selbst die spätere Sprachentwicklung des Kindes beeinflusst. Das Gleiche gilt vom Vater und von der näheren Umgebung. Je harmonischer das Gespräch ist, umso einflussreicher ist das Sprechen auf das Kind, weil es nahtlos in seinen Lebensrhythmus einfließt. Grobe Sprachformen oder -ausbrüche stören die Harmonie und fördern bei Dauereinwirkung eine entsprechende Gewöhnung des Kindes, das sich auf seine nachgeburtliche Entwicklung in Form von aggressivem Sprechen bis aggressiver Haltung auswirken kann. Einen ähnlichen Einfluss üben hier auch Musik und Bewegung aus. Alles Unrhythmische stört den Rhythmus des Kindes und seine harmonische Entwicklung im Mutterschoß.

Die ersten Lebensjahre

Mit der Geburt und der Abnabelung, verbunden mit dem Urschrei und der selbständigen Atmung, erwacht das Kind zum unwiderruflichen biologischen und seelischen Selbst in einer Welt, in der es zunächst voll und ganz auf menschliche Hilfe angewiesen ist, um überleben zu können.

Anerkennung und Bewältigung der Trennung vom Mutterschoß

Die abrupte Trennung von der Mutter bei der Geburt muss sogleich durch den Körperkontakt mit der Mutter zurückgenommen werden, um biologisch und seelisch den stufenlosen Einstieg in die Welt zu gewährleisten. Nur die Mutter kann diesen harmonischen Einstieg garantieren, weil sie al-

lein das Verlangen des Neugeborenen nach gelebter körperlicher und seelischer Resonanz im Mutterschoß aufzufangen und zu entfalten vermag. Eine andere Person kann nur dann in Erwägung gezogen werden, wenn die Bioresonanz der Mutter bereits vor der Geburt störend gewirkt hat; wettmachen kann die Wahlperson die erforderliche Resonanz allerdings, wenn überhaupt, nur bedingt. Es genügt hier nicht, einfach Frau zu sein. Es muss auch eine bioenergetische und seelische Verwandtschaft bestehen.

Ganz besonders lässt sich dies an folgendem Beispiel ablesen: Eine Frau in Sydney, Australien, erwartete Zwillinge. Die Geburt erfolgte bereits nach der 27. Schwangerschaftswoche, im März 2011. Während das Mädchen die Geburt gut überstand, reagierte sein Bruder auch nach 20 Minuten nicht auf die Wiederbelebungsversuche der Ärzte, so dass diese ihn für tot erklärten. Da sich die Eltern von ihrem Kind verabschieden wollten, legte eine Krankenschwester den Kleinen der Mutter auf die Brust. Als der Junge nach fünf Minuten plötzlich leise zu strampeln begann, erklärte der Arzt dies mit Reflexbewegungen. Als der kleine Jamie nach zwei Stunden auch noch die Augen öffnete und diese offenblieben, bestanden die Eltern auf einer neuerlichen Untersuchung durch den nach wie vor skeptischen Arzt. Diesem fehlten die Worte: Jamie lebte! In Australien spricht man in solchen Fällen von „Kangaroo Care". D. h., ein (frühgeborenes) Kind wird Haut an Haut auf seine Mutter (oder den Vater) gelegt, um Körperwärme zu erhalten, wie ein Känguru im Beutel der Mutter. Dr. Lisa Eiland vom *Weill Cornell Medical Center* führte das „Überleben" von

Jamie auf die Wärme der Mutter und die Stimulierung des Kindes durch deren Herzschlag zurück.

Anerkennung und Körperkontakt

Bleiben wir bei der Mutter. Will die Mutter einen harmonischen Einstieg des Kindes in die neue Welt gewährleisten, muss sie dies durch Körperkontakt so sehr bejahen, dass sie die Einheit bis in die eigenen Fingerspitzen und jene des Kindes wahrnimmt, und dabei zudem noch Momente erlebt, in denen sich Raum und Zeit auflösen.

Wir wissen heute, dass diese Form der Einheit und Anerkennung auch für die Entwicklung der Hirnbahnen im Kleinhirn des Kindes bedeutsam ist, die für die Motorik zuständig sind, sich bis zum 2. Lebensjahr entfalten und vor allem durch Körperkontakt und Bewegung beeinflusst werden. Die Bewegung muss rhythmisch sein und im Einheitsempfinden ohne Denken erfolgen. Denken stört das Einheitsempfinden und den spontanen Rhythmus. In diesem Zusammenhang ist auch das *limbische System* – eine Funktionseinheit des Gehirns, die der Verarbeitung von Gefühlen und der Entstehung von Triebverhalten dient – zu nennen. Es hat sich nämlich gezeigt, dass Kinder, welche die erwähnte Zuneigung und Anerkennung nicht erfahren, später einen Mangel an Gefühlswärme aufweisen und zu Gewalttätigkeit neigen. Psychotherapeutische Hilfen greifen hier kaum.

Anerkennung und die Welt des Kindes

Mit der Geburt betritt das Kind nicht nur eine völlig neue

Welt, es wird sich selbst zur Welt. Zunächst sucht es noch, wie erwähnt, die Anerkennung der Geborgenheit im Mutterschoß fortzusetzen, indem es, umschlungen von den Armen der Mutter, fest an ihre Brust gedrückt wird und den einheitlichen Pulsschlag als Abglanz seiner vorgeburtlichen Heimstätte erfährt. Diese Ruhe ist jedoch nur von kurzer Dauer. Wenn schon sonst keine Störung eintritt, so ist es der Hunger, der das Kind zwingt, nach Stillung desselben zu suchen. Wie dies auch immer erfolgt: am empfindungskonformsten ist das Stillen an der Mutterbrust, weil das Kind die durch Hunger gestörte Einheit mit der Mutter an der Mutterbrust saugend wieder aufnimmt, um dann im gewohnten Umfeld gesättigt einzuschlafen. Ein erzwungener Wechsel der Mutter in den ersten Säuglingswochen oder eine Ernährung mit der Flasche stören den kindlichen Lebensrhythmus und bedeuten eine Anerkennungsverletzung des ureigenen Empfindens des Kindes mit möglichen Folgen.

Von der Mutterbrust zur Flasche und Anerkennung

Der Übergang zur Ernährung mit der Flasche soll fließend sein und eine neue Phase der Anerkennung einleiten, nämlich die Phase der Loslösung von der Mutter durch das Kind selbst. Schon in der Stillphase kann das Kind vornehmlich durch Weinen, aber auch durch Schreien Eigenbedürfnisse bekunden, um Nahrung zu bekommen oder auch Streicheleinheiten zu erfahren. Solange dies der Stillung des Hungers und der notwendigen Zärtlichkeit dient, handelt es sich um eine Art natürlicher Selbstverteidigung zur Selbstverwirklichung.

Anerkennung und Mutterbindung

Das Kind lernt dabei aber auch sehr rasch, Macht auszuüben. Es schreit selbst dann, wenn es nur die Zuwendung der Mutter braucht, was an sich gut ist, aber wohldosiert werden muss, damit das Kleine nicht in der Mutterbindung stecken bleibt – was so manche Mutter ein Leben lang zu fördern versucht, allerdings zum hohen Preis der Unselbständigkeit des Kindes. Von einer solchen Mutterbindung ist vor allem dort zu sprechen, wo sich junge Männer mit 30, ja 50 Jahren von der Mutter immer noch nicht zu trennen vermögen und ihre allumfassende Fürsorge in vollen Zügen genießen, beim Tod der Mutter aber völlig zusammenbrechen. Der Einstieg in ein selbständiges Leben gelingt dann oft nur mehr bedingt.

Grenzen setzen und durchhalten

Das Kind muss also bereits in dieser frühen Phase des Lebens durch das Setzen von Grenzen lernen, sich selbst zu unterhalten. So habe ich einmal ein Kind, welches – wohlgemerkt! – kerngesund war und die Mutter schon voll im Griff hatte, einfach schreien lassen, als ich ersucht wurde, für kurze Zeit die Aufsicht zu übernehmen. Es war nicht einfach, das Schreien durchzutragen, doch hielt ich eisern stand. Das Kleine hörte schließlich zu schreien auf und fiel erschöpft in einen wohligen Schlaf.

In diesem Zusammenhang denke ich gerne an den Fall eines Psychologen. Er war ein Zwillingskind, stark und robust, seine Zwillingsschwester hingegen war klein und schmächtig. Da er so kräftig war, stillte ihn die Mutter an-

fänglich zuerst und setzte ihn dann nach einer bestimmten Zeit ab, um auch für das Schwesterchen noch etwas zu haben. Der Bub schrie jedoch wie am Spieß, weil er offensichtlich noch länger saugen wollte. Ich riet daher der Mutter, erst das Mädchen zu stillen und dann den Buben so lange an der Brust saugen zu lassen, bis er müde würde, denn dann dürfte auch das Schreien ausbleiben. Die Mutter ging auf den Rat ein. Der Bub schrie nicht mehr und wurde später ein bedeutender Psychologe.

Anerkennung und Selbstwertgefühl der Mutter

Mit diesen Beispielen möchte ich auf die Bedeutung des Spannungsfeldes von Anerkennung und Selbstwertgefühl der Mutter hinweisen. Die Mutter soll dem Kind volle Anerkennung zollen, dabei aber auch ihr eigenes Selbstwertgefühl im Auge behalten. Sie darf niemals zum Spielball des Kindes werden, das Kind aber auch nicht zum Spielball der Mutter. Hier gilt es, Anerkennung aufzubauen, und dies kann dem Kind gegenüber, wie auch sonst, nur durch Grenzerfahrungen geschehen – bei gleichzeitiger Wahrnehmung, dass durch Einhaltung bestimmter Verhaltensformen nicht nur eine intensivere Zuwendung zu erreichen ist, sondern dass man durch die Beschäftigung mit sich selbst auch unabhängiger wird. Allein schon durch den zeitlichen Abstand gewinnt die Zuwendung an Qualität und Intensität.

Werden bei diesen Ansprüchen des Kindes keine Grenzen gezogen, zunächst eben durch bestimmte Zeitintervalle, wird die Mutter, oder wer immer ihre Stelle vertritt, unter Druck gesetzt. Gibt man dem Druck nach, was oft deshalb

geschieht, weil man nicht sicher ist, ob das Kleine nicht vielleicht an etwas leidet, wird man rasch zum Diener. Hier ist bereits der Augenblick gekommen, vom Kind selbst Anerkennung zu verlangen, nötigenfalls dadurch, dass man es einfach weinen oder schreien lässt. Wenn man hier nicht durchhält – vorausgesetzt natürlich, dass dem Kind sonst nichts fehlt – kann es zum Tyrannen werden, weil es nicht die Grenzen erfährt, die für jedwede Orientierung notwendig sind. Damit aber die Grenzen orientierend wirken, müssen sie stabil und grundlegend sein. Schwankungen der Umgebung durchlöchern die Orientierungsgrenzen und die Entfaltung der Anerkennung der Umgebung.

Anerkennungsgradienten von Mutter und Vater

An dieser Stelle sind auch die Anerkennungsgradienten von Mutter und Vater dem Kind gegenüber zu nennen. Zeigt das Kind in seiner Entwicklung eine gewisse Präferenz einem Elternteil gegenüber, kann dies zu ernsten Konflikten führen. Positive Zuneigung löst grundsätzlich Wohlempfinden aus. Wenn es hier den Eltern in ihrem Innern nicht gelingt, diese Zuneigung als eine Entfaltungsform des Kindes aufzufassen und dem Ganzen keine große Beachtung zu schenken, kann es zu einem Anerkennungskampf zwischen den Eltern kommen, der das Kind einerseits belastet, andererseits aber auch ermutigt, Kapital daraus zu schlagen. Es wird beide Eltern für sich zu gewinnen suchen, indem es von beiden so viel als möglich herausholt. Dabei kommt es nicht selten vor, dass das Kind bei unterschiedlicher Einhaltung der Grenzen durch die Eltern einen Keil zwischen diese treibt,

was nicht nur zu Unstimmigkeiten unter ihnen führen kann, sondern ebenso zu einer Verschiebung der Anhänglichkeit des Kindes, mag diese auch nur taktischer Natur sein. Nicht immer ist die nachgebende Person auch die beliebtere. Die Verlierer sind auf jeden Fall die Eltern, weil sie dem Kind gegenüber Schwächen zeigen. Dabei will dieses im Letzten nicht mehr als die sichere Harmonie der Eltern.

Anerkennung und der Wunsch nach Treue

Wie sehr sich solche Differenzen zwischen den Eltern bis hin zur Scheidung auf die Kinder auswirken, mag folgende Begebenheit veranschaulichen:

Zwei kleine Jungen gehen vom ersten Schultag an gemeinsam zur Schule. Eines Tages trägt einer der beiden zwei Schultaschen mit sich. Von seinem Freund darauf angesprochen, antwortet er: „Ja, weißt du, meine Eltern wohnen nicht mehr zusammen. Meine Mama will, dass ich ihre Tasche nehme, und mein Papa, dass ich seine Tasche nehme. Also trage ich beide, weil ich die Eltern nicht verlieren möchte."

Hier erreicht die Liebe zum Kind eine Höchstform der elterlichen Eifersucht und der Verneinung der gegenseitigen Anerkennung. Es muss aber nicht so weit kommen. Tatsache bleibt, dass allein schon das Empfinden, dass jemand mehr Anerkennung erfährt, in uns ein Empfinden der Zurücksetzung auslöst, das es wettzumachen gilt, denn es wirkt sich unweigerlich auf das Kind aus. So sollten Eltern alles daransetzen, ihre psychischen Probleme von den Kindern fernzuhalten.

Anerkennung und Ganztageskindergarten

Aus den oben genannten Gründen ist auch der Ganztageskindergarten zumindest für die ersten drei Lebensjahre abzulehnen, es sei denn, das eigene Zuhause bietet keine Heimat. Dies ist dann der Fall, wenn Mutter oder Vater sich um das Kind nicht kümmern bzw. kein Gefühlsaustausch mit Körperkontakt stattfindet, das Kind also gefühlsmäßig buchstäblich verwahrlost. Die Rede von den „geschulten Kindergärtnerinnen" geht insofern am Kind vorbei, als diesem, wie gesagt, am besten im Einheitsgefühl mit der Mutter gedient ist. Und ein solches Einheitsgefühl ist nun einmal kein Gegenstand des Lernens, sondern des spontanen Empfindens. Dazu braucht es den persönlichen Bezug, die gefühlte gegenseitige Anerkennung, aus der die Worte und das Verhalten erwachsen. Wer das Kind in diesem Alter rezepthaft, nur mittels geschultem Wissen, ohne Momente des Einheitsgefühls erzieht, macht es neurotisch, weil ihm das fühlende Band der Einheit vorenthalten wird. Das wirkt sich nicht selten auch auf die Persönlichkeitsentfaltung aus.

Gesundheit und Begabung des Kindes

Eine weitere Herausforderung der Anerkennung ist mit der Gesundheit und der Begabung des Kindes verbunden. Ist das Kleine gesund und wohlauf, sind beide Eltern stolz auf ihr Kind. Zeigt es gesundheitliche Probleme, kann dies die Sorge der Eltern und ihren Zusammenhalt verstärken, indem sie sich ganz für das Wohl des Kindes einsetzen, sofern ihnen dieses wirklich ans Herz gewachsen ist.

Anerkennung und körperliche Gebrechen

Ich denke hier an ein Kind, das ohne einen natürlichen Ausgang geboren wurde und zur Behandlung in eine weit entfernte Klinik gebracht werden musste. Die Eltern, wie viele andere auch, stimmten ihre Möglichkeiten so ab, dass ständig ein Teil beim Kind war, und das aufgrund von Komplikationen mit geringen Unterbrechungen Monate hindurch. Hier geht die Anerkennung in ein Einheitserlebnis über, der Eltern unter sich wie auch der Eltern mit dem Kind – „als wär's ein Stück von mir".

Dieser Anerkennung wiederum stehen jene Fälle gegenüber, wo man sich des Kindes noch vor oder während der Geburt entledigt, um nicht weiter mit der Forderung nach Anerkennung von Seiten des Kindes belastet zu werden. Hier hat das Ich das Du verneint.

Andererseits dürfen aber auch jene Eltern nicht vergessen werden, die einem körperlich behinderten Kind ihre Anerkennung nicht entziehen. Wer mit solchen Kindern zu tun hat, weiß, wie dankbar sie auch für die kleinste Anerkennung sind. Hinzu kommt, dass ein solches Kind für die Eltern oft das Einzige ist, was ihnen noch bleibt, wenn alle anderen bereits ausgeflogen sind, sodass sie nur mehr von dieser Anerkennung zehren. Ich möchte hier eine Mutter nennen, deren Sohn bei der Geburt so verletzt wurde, dass er trotz allen Bemühens weder gehen noch sprechen konnte – ein Fall für das Heim also. Doch die Mutter behielt den Kleinen bei sich, hegte und pflegte ihn, wie es sonst wohl niemandem möglich gewesen wäre. Sie führte ihn im Rollstuhl durch das Dorf und die Bewohner gewöhnten sich so

sehr an dieses Bild, dass sie dem Versehrten ihre wohlwollende Aufmerksamkeit schenkten. Als er einmal zu einer Behandlung für einige Tage weg musste, litt die Mutter an Entzugserscheinungen und wartete sehnsüchtig auf seine Rückkehr. Er ist wahrlich „ein Stück von ihr" geworden, wie dies auch von ähnlichen Fällen berichtet werden kann.

Anerkennung und Schwächen der Begabung

Weit schwieriger ist es mit der Anerkennung auf dem Gebiet der *Begabung*. Während man körperliche Gebrechen mehr oder weniger tolerant zur Kenntnis nimmt, neigt man bei Begabungsmängeln sehr leicht zum vollen Entzug der Anerkennung und sogar zu Hohn. Hier werden die Eltern oft auf eine harte Probe gestellt, zumal die Umgebung mit entsprechenden Kommentaren nicht geizt und nicht nur das betreffende Kind, sondern die ganze Familie in die Abwertung einbezieht. Dabei ist der Begriff der Begabung sehr vielschichtig. So lernte *Albert Einstein* (1879–1955), als er heranwuchs, das Sprechen erst spät. Alle waren der Ansicht, das Kind sei behindert. Sein Kindermädchen soll ihn sogar als „*Depperl*" bezeichnet haben. In der Schule zeigte er keine guten Leistungen, bis dann in der entsprechenden Umgebung und in bestimmten Fächern sein Genie aufblitzte. So ist es in vielen Fällen, dass jemand in seinen schulischen Leistungen zu wünschen übrig lässt, im Leben aber Hervorragendes und Außerordentliches leistet. Dabei kann die Anerkennung der unmittelbaren Umgebung, insbesondere der Eltern, eine wertvolle Triebfeder sein. Der größte Ansporn ist jedoch das Ringen um die persönliche Anerkennung.

So muss man zusammenfassend in Bezug auf Gesundheit und Begabung, was die Anerkennung betrifft, die verbindliche Lehre ziehen, dass jede Form von negativer Bewertung schädlich ist, nicht nur für die betroffene Person, sondern auch für sich selbst, weil man sich von Schadenfreude leiten lässt, wovon im Folgenden die Rede ist.

Eifersucht, Neid und Schadenfreude

Damit sind wir bereits bei den drei größten Feinden der Anerkennung, nämlich *Eifersucht*, *Neid* und *Schadenfreude* angelangt, die es gesondert zu betrachten gilt. Sie gehören zweifellos zu den tiefsten und universellsten menschlichen Empfindungen. Davon zeugen nicht nur zahlreiche Werke aus Literatur, Kunst und Musik, sondern auch Machenschaften in Politik und Gesellschaft, insbesondere aber, und zwar auf allen Ebenen, in den Medien, die buchstäblich davon zu leben scheinen. Im Letzten geht es dabei um das Großsein auf Kosten der anderen, um die genüssliche Verneinung von Anerkennung, um die Freude der Überlegenheit als Waffe zur Selbstprofilierung.

Eifersucht

Eine dieser besonderen Waffen ist die *Eifersucht*. Sie ist personbezogen und macht sich überall dort bemerkbar, wo ein geliebter Mensch sich einem anderen Menschen zuwendet, aber auch dann, wenn man von einer Person, die in einem gewissen Moment ins Rampenlicht tritt, nicht beachtet wird. Man fühlt sich zurückgesetzt, den anderen

nachgestellt. Dies wird bei der liebenden Person zum unerträglichen Schmerz, weil es ein Durchtrennen der gelebten Einheit bedeutet. Je tiefer diese Einheit gelebt wird, desto schmerzvoller ist das Empfinden beim Bewusstwerden, dass die geliebte Person sich auf andere konzentriert und dabei die gelebte Einheit scheinbar oder tatsächlich in Frage stellt. Hier kann das erlebte Verlustempfinden sogar zu Totstellreflexen führen, um nicht sehen zu müssen, was man sieht, oder aber zu totaler Aggression bzw. Regression bis hin zur Selbstvernichtung, weil man das Empfinden hat, dass einem der Boden unter den Füßen entzogen wird. Meldet sich keine Eifersucht, so besagt dies andererseits, dass das Band der Liebe nicht vorhanden und von Anerkennung kaum zu sprechen ist.

Eifersucht beim Säugling

Da das Kind geradezu in einer existentiellen Einheit mit der Mutter und der näheren Umgebung lebt, ist es nicht verwunderlich, dass sich schon der Säugling sofort bemerkbar macht, wenn die Mutter ihre Aufmerksamkeit, und sei es nur für einen Augenblick, einem anderen schenkt. Das Kind verspürt diese Fremdhinwendung als Lockerung des Einheitsbandes. So dosiert die Fremdhinwendung auch geschehen mag, erfordert sie notgedrungen doch zumindest ein partielles Abwenden vom Säugling.

Hier kommt es, wie oben bemerkt, schon früh zu jenem entscheidenden Augenblick der Persönlichkeitsentfaltung, wo die Abnabelung auch psychisch zu erfolgen hat. Lässt sich die Mutter durch die Reaktion des Säuglings derart be-

einflussen, dass sie sofort wieder in die Einheit zurückkehrt, lernt das Kleine nicht, mit sich selbst zu sein, und die Mutter läuft Gefahr, unter sein Diktat zu fallen und dadurch die Selbstentfaltung des Kindes zu beeinträchtigen. Daher ist es für die Eltern oft geradezu ein Spießrutenlauf, allen Kindern die gleiche Aufmerksamkeit zu schenken. Im weiteren Sinn gilt dies auch für Personen in Führungspositionen.

Eifersucht im Alltag

Eifersucht ist aber nicht nur beim Kind, sondern bei Menschen aller Altersstufen eine stete Triebfeder der Selbstentfaltung und Selbstbehauptung. Sie spornt an, sich entsprechend zu geben, um liebenswert zu sein und geliebt zu werden. Hierauf nimmt die momentane Einstellung der Umgebung enormen Einfluss. So lautet etwa eine der stärksten Vorgaben: jung, gesund, schön und reich. Die innere Wertigkeit kommt meist erst später zum Tragen. Wer hier nicht mithalten kann, verlässt besser gleich die offene Bühne, auf der sich die Eifersucht bis zum vernichtenden Spiel mit Äußerlichkeiten entfalten kann. Dazu kommt im medialen Heute oft noch die entscheidende Mitsprache der Zuseher, wobei das Spiel der Eifersucht an sich nicht selten Qualität, Inhalt und sogar die Person selbst ersetzt, sodass der Gewinner / die Gewinnerin in diesem „Kampf" am Ende schon vergessen ist. Was zählt, ist das Spiel.

So sehr sich die Eifersucht hier auch aufschaukelt, so sehr ist sie letztlich kontraproduktiv, weil sie die Unselbständigkeit der eifernden Person widerspiegelt und diese somit negativ bewertet wird. Daher ist auch der Versuch,

der Eifersucht durch konkurrierende Anstrengung zum Sieg zu verhelfen, nur selten von Erfolg gekrönt, weil hinsichtlich Begabung, Ausbildung oder gesellschaftlicher Stellung und Äußerlichkeiten häufig die Voraussetzungen fehlen. In solchen Momenten befreit nur die schlichte Anerkennung des Anderen vom Stachel der persönlichen Eifersucht. Wer das nicht schafft, bei dem wird die Eifersucht, abgesehen von ihrer Antriebskraft zur Höchstentfaltung der gegebenen Möglichkeiten, zu einer dauerhaften Belastung.

Eifersucht und persönliches Auftreten

Neben Mängeln in Ausbildung, Karriere und Erfolg können allein schon die nüchternen Daten der persönlichen Erscheinung in körperlichen Minderwertigkeitsgefühlen zu Buche schlagen. Schönheitssalons und Kosmetikindustrie leben förmlich davon. Doch wenngleich ich mich nach außen auch gestalte, um die eigene Eifersucht zu bezähmen oder aber bei anderen hervorzurufen, bleibt mir mein tatsächliches Aussehen schonungslos bewusst bzw. stellt sich spätestens im stillen Abschminkkämmerlein unverblümt wieder ein. Komme ich dabei nicht zur Erkenntnis, dass alles nur ein Spiel ist, das ich gesellschaftlich eben mitmache, trete ich mit mir selbst in Konflikt, sofern ich die nach außen getragene Maske als mein eigentliches Erscheinungsbild werte und mein naturgegebenes Aussehen verneine. Wo für mich hingegen das aufpolierte Äußere lediglich Teil des gesellschaftlichen Spiels und mein natürliches Aussehen das bewusste Zuhause ist, löst sich jeder Konflikt von selbst.

Wie selbstsicher Frauen dieses gesellschaftliche Spiel meistern, konnte ich im Rahmen einer Kunstausstellung erfahren. Bei den vielen Begrüßungen beeindruckte mich besonders die außergewöhnlich schöne Gewandung einer Dame, sodass ich diese, neben der üblichen Begrüßung, spontan auch noch zu ihrer gelungenen Garderobe beglückwünschte, worauf die Angesprochene in selbstbewusstem Ton erwiderte: „Bin ich für Sie etwa nur das Kleid? Was sagen sie zu mir selbst, zu meiner Person?" Ja, letztlich zählt die Wertigkeit der Person. Wer diesen Wert, der immer mit einem ewigen Wert verbunden sein muss, besitzt, hat auch die Kraft, persönliche Eifersuchtsgefühle unter Kontrolle zu halten und Minderwertigkeitsgefühle erst gar nicht aufkommen zu lassen.

Minderbewertung des Aussehens wegen kann aber auch von außen kommen. Ich erinnere mich hier an eine Schulungsexkursion in meiner Studentenzeit. Wir waren 12, und zwar genau sechs Studentinnen und sechs Studenten. Unter den Studentinnen gab es eine, die aufgrund ihres Aussehens von allen abfällig beurteilt wurde, sodass niemand mit ihr des Weges gehen wollte. Die große Mehrheit entschied daher, dass ich mit ihr zu gehen hätte, da mir als Theologe keine Präferenzen zustünden und ich geradezu verpflichtet sei, mich um derlei „Randtypen" zu kümmern. Ich nahm dies gern zur Kenntnis, um so auch jeder Form von Eifersucht auszuweichen. Da die Studentin zudem noch sehr schmächtig war, trug ich ihr nach Maßgabe auch den Rucksack. Wir fanden sehr rasch zu einem lebendigen Dialog. Die Betreffende war nämlich nicht nur äußerst intelligent, sondern hatte auch einen verborgenen inneren Charme von

seltener Qualität. Als der Rest der Gruppe unser lebendiges Gespräch und unsere Fröhlichkeit bemerkte, kam Eifersucht auf und man wollte sich beteiligen. Wir verwehrten das nicht, doch standen wir unverbrüchlich zusammen. An diesem Beispiel zeigt sich, dass Eifersucht nicht nur das äußere Erscheinungsbild, sondern auch Inhalt und Qualität betreffen kann, allerdings immer in Bezug auf eine Person.

Neid

Während sich die Eifersucht also, wie gesagt, stets auf eine Person bezieht und mit Liebe zusammenhängt, hat *Neid* mit Gütern zu tun. Dem Neid liegt das Empfinden der Benachteiligung zugrunde. Dieses besteht in einem leidvollen Erleben der Wahrnehmung von augenscheinlich materiellen Vorzügen bei einer anderen Person oder einer Gruppe, verbunden mit Gefühlen von Missgunst und Aggression.

Neid hat aber auch eine positive Seite, indem er dazu anregt, den empfundenen Mangel durch entsprechenden Einsatz wettzumachen. Schlägt dies jedoch fehl bzw. bleibt der Erfolg aus, so kann es zur Bildung eines Minderwertigkeitsgefühls und zur Aggression gegen den Besitzer des begehrten Objekts kommen, dem dieses – in den Augen des Neiderfüllten – unrechtmäßig zufällt. Waren früher Hab und Gut die Aggressionsflächen, so sind es heute vor allem Geldbestände. Hier sitzt der Neidkomplex tief, denn, wo es um Geld geht, hört jede Freundschaft und damit auch jede Anerkennung auf.

So ist es vor allem eine alte Taktik der Politik, durch Versprechungen zur Umverteilung im gesellschaftlichen

und wirtschaftlichen Bereich die Zustimmung der weniger Begüterten zu gewinnen, kurz: Wählerstimmen zu fangen. Hier schlägt die Anerkennung in Aberkennung um.

Ein gutes Beispiel dafür bietet die 1782 erfolgte Auflösung des Klarissenklosters in Meran unter Kaiser Joseph II. Die Klarissen unterhielten dort eine blühende Bildungsstätte, die der Bevölkerung seit 1290 wertvolle Dienste leistete. Im Zuge der staatlich verordneten Auflösung mussten die Schwestern auswärts um Unterkunft betteln, während das Kloster geplündert wurde. Dank, Wertschätzung und Anerkennung seitens der Bevölkerung waren – wie in solchen Fällen üblich – längst Weiden des Windes. Wer dem Neid zum Opfer fällt, dessen Leben und Besitz sind gefährdet, mag er auch noch so viel für die Allgemeinheit geleistet haben. Beim Neid hört jede Anerkennung auf. – „Der Mohr hat seine Schuldigkeit getan, der Mohr kann gehen!"

Schadenfreude

Mit dem Neid eng verbunden ist die *Schadenfreude*. Während beim Neid, das Gut, das man selbst nach eigenem Empfinden nicht in gleichem Ausmaß zu besitzen glaubt, Anlass zu Schmerz und Missgunst gibt, erwächst die Schadenfreude aus dem Schaden, den ein anderer erleidet. Diese „Freude" umschließt alle Nachteile des anderen, von geringfügigen Verlusten der Ehre und Gesundheit bis hin zu wirtschaftlichem Ruin und Tod. Je größer der Schaden, umso größer die Freude, wobei die persönliche Befriedigung noch verstärkt wird, wenn es vielleicht den eigenen Widersacher trifft, selbst wenn es diesen nur in der persön-

lichen Vorstellung gibt. So erwiderte mir ein Unternehmer auf die Frage, was denn für ihn die größte Freude bei seinen Geschäften sei, spontan: „Wenn ich meinem Konkurrenten einen Fisch vor der Nase wegschnappe!“

Schadenfreude ist, wie Eifersucht und Neid, so universal und alltäglich, dass beim täglichen Gruß und der Wald- und Wiesenfrage: „Wie geht's?“ die Antwort „Gut!“ meist kommentarlos zur Kenntnis genommen wird, während bei der Antwort: „Schlecht!“ nicht selten gesteigertes Interesse an einer Fortführung des Gesprächs und manchmal gespieltes Mitleid zu beobachten sind.

Das Erquickende der Schadenfreude besteht in einem momentanen Empfinden der Überlegenheit einer Person, Institution oder auch Nation gegenüber. Die Reaktion auf eine negative Nachricht, die einen nicht selbst betrifft, erfolgt meistens völlig spontan und erfordert daher ein unmittelbares Bedenken, will man sich nicht einfach vom momentanen Empfinden der Überlegenheit hinreißen lassen. Also stellt man ebenso spontan die Frage: „Was gibt es Neues?“ und meint damit ein größeres Ungemach, natürlich fern vom eigenen Selbst. Dieses erhöhte Empfinden bei negativen Nachrichten kann geradezu süchtig machen, weshalb hier so mancher den ganzen Tag auf der Lauer liegt, um damit auch das eigene negative Mitteilungsbedürfnis zu füttern. All das führt aber nur zu einer kurzfristigen Steigerung des Selbstbewusstseins, sofern nicht gerade ein ständiger oder unmittelbarer Gegner betroffen ist. Und auch dann ist das persönliche Wohlempfinden nicht von Dauer. Es kann sogar sein, dass anfängliche Freude in Angst umschlägt, weil man befürchten muss, selbst unter die Räder zu kommen.

Auf alle Fälle ruft Schadenfreude die größte Aufmerksamkeit hervor. So sind Medienberichte bis zu 90% mit Schadenfreude unterlegt und sogenannte „Spitzennachrichten“ speisen sich vorwiegend aus persönlichen, institutionellen, technischen oder umweltbedingten Katastrophen. Selbst das kleinste Missgeschick entlockt Vertretern der Medienzunft die respektlose Frage: „Und was ist das für ein Gefühl, wenn... ?“ Anerkennung in Form von echtem Mitgefühl sucht man hier vergebens. In Extremsituationen kann das sogar so weit gehen, dass sich z. B. bei öffentlichen Hinrichtungen Massen von Schaulustigen einfinden. Dazu ein Beispiel aus der westlichen Welt:

Bei der Exekution einer des Mordes angeklagten Frau in den USA vor einigen Jahren zeigte das Fernsehen, wie sich vor dem Gefängnis eine Menschentraube bildete und gebannt zu einem hell erleuchteten Fenster im oberen Stockwerk starrte, in dem die Betroffene mit der Giftspritze hingerichtet werden sollte. Die Menge begleitete den „Prozess“ mit anschwellendem Gesang, der lauter und lauter wurde und nach einem bestimmten Zeichen, das den Tod der Frau signalisierte, mit einem Pfeifkonzert und zustimmendem Applaus endete.

Weiters belegt ein Zeitungsbericht Ende des 19. Jahrhunderts, dass beispielsweise in Wien die Vollstreckung eines Todesurteils stets großes Aufsehen erregte und wie ein Schauspiel verfolgt wurde. Demzufolge ließ sich, wer zu einer bestimmten Hinrichtung keine Karten mehr bekam, gleich für die nächste vormerken.

Dabei geht es bei der Schadenfreude nicht so sehr um Rache, sondern einfach um die Freude am Untergang des

anderen, sofern damit keine Minderung des eigenen Wohlbefindens verbunden ist. Man fühlt sich stärker und das tut gut. Das zur Schau gestellte Bedauern so mancher Beobachter in Unglückssituationen gleicht dabei nicht selten dem Vergießen von Krokodilstränen. Von hier ist es dann nicht mehr weit bis zum sog. „Katastrophentourismus". So wurde vor Jahren, als in Ischgl und Galtür in Tirol das schreckliche Lawinenunglück geschah, das viele Menschen in den Tod riss, der Ausspruch „Gemma Lawinen schau'n!" beinahe schon zum geflügelten Wort.

Jugendzeit

Kehren wir nun nach dieser klärenden Betrachtung der drei Grundfeinde der Anerkennung – *Eifersucht*, *Neid* und *Schadenfreude* – wiederum zur weiteren Entfaltung der Anerkennung zurück und widmen uns den *Jugendjahren.*

Anerkennung durch Leistung

Sobald das Kind zu sprechen und zu laufen beginnt, tritt es in eine völlig neue Phase der Anerkennung ein. Diese wird jetzt jedoch nicht mehr sosehr in der Zuwendung gesucht als vielmehr in der Beachtung der eigenen Leistung beim Gehen, Sprechen und Handeln.

Hier wird Anerkennung zum besonderen Mittel positiver Verstärkung. Die Anerkennung einer Leistung fördert die Wiederholung und animiert zur Vervollkommnung. Sie muss allerdings mit Bedacht geschehen, sonst könnte es sein, dass man als Beobachter zur Dauerbeobachtung

und zur Daueranerkennung gezwungen wird. Dadurch aber untergräbt man die natürliche Eigeninitiative und die persönliche Bewertung der Leistung. Der junge Mensch muss lernen, sich in seiner Leistung selbst zu beobachten und anzuerkennen. Wo dies nicht geschieht, verliert er in seiner Begegnung mit den ihn herausfordernden Altersgenossen an Durchsetzungsvermögen und Selbstbewusstsein, geht es doch in dieser Phase der Gruppenbegegnung vornehmlich um selbstbewusste Leistungen, wobei Anerkennung eine große Rolle spielt.

Anerkennung durch Machtanspruch

Nicht selten kommt es zur Herausbildung einer *Führerpersönlichkeit*, welche die Anerkennung allein für sich bucht. Wer hier nicht mitmacht, läuft Gefahr, an den Rand gedrückt oder aufgrund von Schüchternheit und Mangel an Schlagkraft zum willfährigen Diener zu werden. Solche Jugendliche sind unter Umständen außerhalb der Gruppe zu stützen, damit sie nicht an gesellschaftlicher Schlagkraft für das Leben verlieren, was besonders bei Mädchen zu beachten ist.

Anerkennung und Schönheit

An diesem Punkt beginnt gerade für die junge Frau eine große Herausforderung. Sie muss sich entscheiden, ob sie bei der Gegebenheit ihres Aussehens bleiben oder sich nach dem jeweils aktuellen Trend gestalten will. Lässt sie es bei der Gegebenheit, braucht sie sich bei natürlicher Schönheit um Anerkennung nicht zu sorgen, sofern der Schönheit

auch innere Qualität entspricht. Dazu gehört heute nicht zuletzt ein gewisses Maß an Bildung. Sonst besteht die Gefahr, dass bereits der zweite frei gesprochene Satz die äußere Schönheit zur Fassade werden lässt, auf die man gut und gern verzichten kann.

Hier liegt die Chance der in Bezug auf das äußere Erscheinungsbild weniger Begünstigten. Wissen, Fleiß und Einfühlungsvermögen sind in der Lage, selbst die (vermeintlich) Schönste auszustechen. Diese Qualitäten müssen allerdings unter Beweis gestellt, d. h. die Anerkennung muss hier erkauft werden. Dabei ist ein natürlich gepflegtes Äußeres, auch was die Kleidung betrifft, einzubeziehen, jedoch nicht in dem Ausmaß, dass bei sich selbst das Äußere zum persönlichen Anerkennungsmaß wird. Das würde ein Verlassen des Innenraumes und eine Verlagerung der Anerkennung nach außen beinhalten und das Selbstwertgefühl vom Außen abhängig machen, wodurch die innere Sicherheit Gefahr läuft, vom äußeren Urteil bestimmt zu werden. Im Letzten kann allerdings auch das fundierteste Selbstwertgefühl nur im Bezug zum Ewigen eine alles überdauernde Sicherheit erlangen, worauf wir noch zurückkommen werden.

Entscheide ich mich dafür, die Anerkennung nach außen zu verlagern und durch die jeweilige Mode zu gestalten, dann begebe ich mich auf den offenen Tanzboden, wo allein das Äußere gilt, das sich im täglichen Einsatz zu bewähren hat. Der Spiegel wird zum alles überschaubaren Gesprächspartner. Zunächst geht es ja darum, dass man im Blick auf die weltweiten Schönheitskurven vor sich selbst bestehen kann. Hier hat die Frau ein Anspruchsvermögen, das sie

nicht selten überfordert, weil die verlangte Figur u. U. allen kosmetischen Anstrengungen zum Trotz nicht entspricht, und zwar für die Frau selbst nicht entspricht.

Anerkennung mit Hilfe der Medizin

Die Ästhetische Medizin kann vielleicht helfen, doch bedeutet jeder chirurgische Eingriff eine Vergewaltigung des Organismus, es sei denn, dass lediglich auffällige Proportionsstörungen, etwa eine ausgefallene Nase, korrigiert werden, ohne die Gesichtsmuskulatur zu beeinträchtigen. Wo immer der natürliche Bewegungsfluss von Haut, Muskeln und Knochen gestört wird, hat die betreffende Person ihre Natürlichkeit bereits verloren und ein Leben als Attrappe angetreten, die mit dem Alter immer mehr zum Vorschein kommt und letztlich zur Bürde wird.

Diese Verlagerung der Anerkennung nach außen ist zudem meist mit einem Zurückdrängen des Innenraumes verbunden, falls das Äußere den vollen seelischen Einsatz erfordert. Auch hier gilt der Spruch: „Man kann nicht zwei Herren dienen!“ Spätestens beim abendlichen „Abschminken“ wird man mit seiner Urgestalt konfrontiert, die man für sich als nicht öffentlichkeitswirksam erachtet. Das besagt, dass man unzufrieden ist, es sei denn, man trägt die Maske nur zum Spiel wie ein Schauspieler seine Garderobe und fühlt sich sogar befreit, wenn man diese ablegen kann.

Anerkennung und Verdecken körperlicher Mängel

Die Umgebung orientiert sich jedoch an der Maske und so wird man notgedrungen zum Flüchtling vor seiner Urei-

genheit und zum erzwungenen Maskenträger nach außen. Das ist bei Männern z. B. dann der Fall, wenn sie ihr kahles Haupt aus Angst vor Anerkennungsverlust durch eine Perücke verdecken und die Umwelt sie daher nur mit gepflegter Haarpracht kennt. Das wirkliche Aussehen muss verheimlicht werden, was bis zu einem gespaltenen Zwangsverhalten führen kann. Sofern ich die Perücke als Attrappe im gesellschaftlichen Spiel erachte und sie persönlich voll akzeptiere, ja ihre Vorteile sogar zu schätzen weiß, ist die seelische Ausgeglichenheit gegeben. So hat sich ein Mann mit einer Vollglatze einen Hut gekauft. Auf die Frage des Freundes, was er eigentlich mit dem Hut mache, da er diesen doch nie trage, antwortete er: „Ich setze ihn nur beim Waschen meines Gesichtes auf, damit ich weiß, wo es aufhört und ich mir so unnötige Arbeit erspare."

Ein gewisses Kaschieren von körperlichen Mängeln kann man auch als ästhetisches Empfinden bezeichnen. Solange man sein Äußeres lediglich als einen vornehmen Servierteller betrachtet, den man selber präsentiert, nicht aber als Ausdruck einer bestimmten Wertigkeit, bleibt das Selbst im Lot – vor allem dann, wenn es durch diesen Servierteller hindurchscheint. Im Übrigen merkt man sehr rasch, ob der Glanz nur von außen oder auch von innen kommt. Der innere Glanz stellt sich allerdings nur dann voll ein, wenn er mit Schätzen angereichert wird, die weder Rost noch Motten verzehren.

Ein spezielles Problem sind schließlich stark ausgeprägte körperliche Mängel und Entstellungen. Sofern sich diese, wie schon bemerkt, technisch ohne Dauerschäden beheben lassen, ist dies zum frühestmöglichen Zeitpunkt angesagt.

Ansonsten ist ein volles Ja zum Gegebenen die beste persönliche Lösung.

Ich erinnere mich hier an einen Vortrag über „lebenswertes Leben". Der Vortragende kam dabei auch auf Körperbehinderte zu sprechen und bemerkte, dass dieser Problematik künftig in unseren Breitengraden aufgrund von Frühdiagnostik und Schwangerschaftsabbruch Abhilfe geschaffen werden könne. Die noch vorhandenen Fälle menschenunwürdigen Lebens würden so bald aussterben. Unter den Zuhörern befand sich auch ein Behinderter im Rollstuhl mit extremen Missbildungen, jedoch voller universitärer Ausbildung und von geistiger Brillanz. Bei der Diskussion meldete auch er sich zu Wort und meinte schlicht: „Ich lebe gerne, ja, mein Leben ist für mich sehr lebenswert." Er lebte in seiner inneren Größe, bei einem vollen Ja zu seinem Äußeren.

Anerkennung und äußeres Erscheinungsbild

Es soll aber nicht übersehen werden, dass für Jugendliche, vor allem bei der Partnerwahl, das äußere Erscheinungsbild nun einmal von besonderer Bedeutung ist, weniger bei den Frauen als bei den Männern. So stellte ich Mädchen einmal die Frage, welcher der vor ihnen stehenden Soldaten sie mehr beindrucke, der mit Bart oder der ohne Bart. „Es kommt nicht auf den Bart an, sondern darauf, was dahintersteckt", war die Antwort. Bei Frauen hat also die innere Qualität besonderes Gewicht, während Männer mehr auf äußere Dinge achten. Schon in der Bibel steht: „Wie goldene Säulen auf silbernen Sockeln, sind schlanke Beine auf wohlgeformten Fersen" (Sir 26,18).

Wer diesem Druck mit Hilfe der Schönheitschirurgie, etwa durch Vergrößerung der Oberweite, gegensteuert, kann ein für sich oft unerträgliches Minderwertigkeitsgefühl beheben. Es ist hier zu bedenken, dass manche Frau aufgrund bestimmter Mängel, gerade im Bereich des Busens, unter enormen gesellschaftlichen Hemmungen leidet. So sehr man heute die Brust auch so gestalten kann, dass der Eingriff verborgen bleibt, ist die Frau bei aller berechtigten Geheimhaltung gut beraten, den Partner im Ernstfall rechtzeitig einzuweihen, um jeder Überraschung vorzubeugen. Der Mann, der sich besonders an der Oberweite orientiert, wird sonst nur zu leicht im gegebenen Augenblick seiner persönlichen Feststellung enttäuscht von einer „Attrappe" sprechen, um damit die Frau als solche zu treffen. Derlei Bemerkungen sind nicht nur äußerst verletzend, wenn man bedenkt, was die betreffende Frau schon alles durchmachen musste, sondern geradezu menschenverachtend, doch können Männer beim Empfinden der Ehrverletzung nun einmal jede Haltung verlieren. Bei den Frauen schlägt in solchen Fällen nicht selten die Schadenfreude zu Buche.

Hier hat der Grundsatz zu gelten: Niemals eine direkte Bemerkung zu körperlichen Mängeln! Solche Bemerkungen verletzen die betroffene Person zutiefst, weil sie ja ohnehin darunter leidet und schutzlos ausgeliefert ist, da weder sie noch sonst jemand die Situation ändern kann.

Anerkennung und Diktat der Mode

Neben der körperlichen Beschaffenheit spielt besonders bei Mädchen die Kleidung eine nicht geringe Rolle. Hier gibt

es heute allerdings einen großen Freiheitsraum, der es praktisch jedem ermöglicht, in irgendeiner Form gesellschaftlich aufzutreten. Doch so offen die Gesellschaft in dieser Hinsicht auch geworden ist, wird die Kleiderwahl bis in den niedrigsten Preisbereich umso mehr von der Wirtschaft dirigiert. Die Marke wird zum bestimmenden Faktor, was für manche Eltern finanziell oft nicht zu bewältigen ist. Hier kann beim Jugendlichen sogar der Wunsch nach anderen Eltern aufkommen, um am Anerkennungskuchen der anderen mitnaschen zu können.

Anerkennung und Hohn

Ein solcher Wunsch kann sich aber auch regen, wenn die Eltern nicht über die geforderten Verhaltensmuster oder das entsprechende Bildungsniveau verfügen, wenn ein Elternteil dem Alkohol verfallen ist oder, noch schlimmer, im Gefängnis sitzt und der andere Teil unter diesem Entzug der Anerkennung des Partners leiden muss und sich kaum noch aus dem Haus wagt, um den schiefen Blicken bzw. den höhnischen Bemerkungen der Umgebung zu entgehen.

Hohn ist im Grunde zwar ein Empfinden der gesellschaftlichen Verhaltenskultur und der Verhaltenskontrolle, denn die Angst vor Hohn gilt als eine der stärksten Motivationen, etwas zu unterlassen, um nicht Verachtung statt Anerkennung zu ernten, da Hohn die schärfste Verneinung der Anerkennung ist. Nur bei grundsätzlichen Gewissensfragen darf auch Hohn keine Rolle spielen, weil ich sonst die Anerkennung vor mir selbst verliere.

Anerkennung und Sport

Einen ganz anderen Stellenwert hat die Anerkennung im *Sportbereich*. Hier zählt die Leistung, die in den einzelnen Wettkämpfen erbracht wird, wobei die Siegerin oder der Sieger in der Mannschaft nicht die Führerpersönlichkeit sein muss. Hinzu kommt, dass in der Öffentlichkeit nur die ersten drei Plätze zählen, vor allem aber der erste. Die dabei anfallende Anerkennung wiederum betrifft bei internationalen Wettkämpfen nicht so sehr die Gewinnerin oder den Gewinner als Person, auch nicht die Mannschaft, sondern die Nation. Hier wird internationale Anerkennung zur Krönung eines Landes, die bis zum internationalen Schulterschluss führen kann, weil man im Sieg von der ganzen Welt umarmt sein möchte. Auf dieser Ebene ist Anerkennung das Einzige, was zählt; wenn dabei vielleicht auch Tränen fließen, so erhöht dies in erster Linie die optische bzw. mediale Wirkung, nicht sosehr die Person oder Sache.

Anerkennung und Sieger

Wo der Sieg sich auf eine Einzelperson bezieht, wie beim Schwimmen, bei der Leichtathletik oder bei verschiedenen Disziplinen des Wintersports, kann der Siegerin oder dem Sieger selbst über die Nation hinaus ein Höchstmaß an Anerkennung, ja sogar internationale Anerkennung zuteilwerden, die sich zudem auf die jeweilige Nationalmannschaft und deren Trainer niederschlägt. Ganz anders verhält sich dies bei Gruppensiegen, wo die Nation oder der Verein in das Rampenlicht der Anerkennung geraten, während die

Einzelathleten, mit wenigen Ausnahmen, im Hintergrund bleiben.

Auf alle Fälle ist im Sport Anerkennung alles, wenngleich nur die Leistungen gemessen werden.

Anerkennung und Siegesfeier

Bei den mehr oder weniger rituell gestalteten Siegesfeiern wendet sich allerdings die Medaille hin zur *Geborgenheit*, besonders beim Abspielen der Nationalhymne, durchbrochen nur durch die von Anerkennung strotzende Nationalflagge, die sich allerdings durch die Zeremonie des Hissens in ein Höchstmaß an Geborgenheit verwandelt, sodass just in diesem Augenblick die meisten Tränen fließen.

Anerkennung und Fans

Je nach Beliebtheit der Sportart und der Internationalität der Veranstaltung, Weltmeisterschaft wie Olympiade, versammeln sich weltweit auch Fans zur Feier der je eigenen Nation, getrieben vom Durst nach Anerkennung. Diese wird bei der Siegesfeier, getränkt vom Erlebnis des Herausragens im Weltzusammenhang, in vollen Zügen als eigene Größe genossen.

Das Schöne an solchen Sportereignissen ist, dass die gefeierte Nation in diesen Stunden alle anderen Nationen wohlwollend einschließt, weil die eigene Anerkennung erst durch die Teilnahme der anderen an Bedeutung gewinnt. Abgesehen davon ist es in solchen Momenten leichter, auch den anderen gelten zu lassen, weil man sich selbst in einer Überlegenheitsposition befindet.

Anerkennung, Liebe und Partnerschaft

Ein weiteres Lebenskapitel, in dem Anerkennung zum Tragen kommt, ist die Partnerschaft. Es würde hier zu weit führen, sämtliche Aspekte der Anerkennung herauszufiltern, weil diese im gegebenen Kontext sehr oft in Geborgenheit übergehen. Zudem sind gerade in diesem Bereich die individuellen Unterschiede so groß, dass an dieser Stelle nur auf die grundlegenden Aspekte der Anerkennung in der Partnerschaft eingegangen werden kann.

Anerkennung und Partnerwahl

Wie nicht anders zu erwarten, spielt Anerkennung, wie schon bemerkt, insbesondere bei der Partnerwahl eine entscheidende Rolle, wenngleich hier meist die Geborgenheit die Oberhand hat. Was jedoch die Anerkennung betrifft, so geht es bei der sich anbahnenden Liebe und Partnerwahl um die zunehmende Ausschließlichkeit bis hin zur Aussage: „Ich gehöre Dir und du gehörst mir." Ein nach allen Seiten waches Auge kontrolliert die Einhaltung dieser Vereinbarung, wobei die Frau auf kleinste Abweichungen meist sensibler reagiert als der Mann, der allerdings bei gegebener Verletzung äußerst aggressiv werden kann, während sich die Frau häufig, in Tränen aufgelöst, zurückzieht.

Doch abgesehen von solchen Extremsituationen entfaltet die Partnerschaft eine ungeheure Vielfalt an Anerkennungsformen. Jeder Partner versucht in Haltung, Leistung, äußerem Erscheinungsbild und Kompetenz zu beeindrucken, und zwar nicht nur sein Pendant, sondern auch das Umfeld.

Schließlich gerät ein Paar sehr rasch in die Beurteilungsmaschinerie der näheren bis weiteren Umgebung.

Anerkennung und Schwiegermutter-Problematik

Einen besonderen Stellenwert haben hierbei Eltern und Geschwister bzw. die unmittelbaren Angehörigen, zumal die Anerkennung der fremden Partnerin bzw. des fremden Partners immer auch mit dem Empfinden von Trennung zusammenfällt, die vor allem für die Mütter gedanklich wie gefühlsmäßig oft schwer möglich ist.

Hier muss offen bedacht werden, dass gerade die Mutter durch ihre Schwangerschaft und volle Hingabe bei der Entwicklung des Kindes in eine völlige Symbiose eingetreten ist, sodass das Kind ein Teil von ihr wurde. Eine solche Bindung lässt sich gedanklich, nicht aber gefühlsmäßig lösen. Dementsprechend blutet das Herz der Mutter und sie möchte „ihr Kind" nur zu gerne behalten, wenn schon nicht allein, so zumindest samt dem Partner. Das Gleiche gilt aber auch für dessen Mutter. Hierin liegt der Grund der allseits bekannten und oftmals karikierten Schwiegermutter-Problematik. Da die innere Bindung mit dem Kind,vor allem für die Mutter, nicht zu lösen ist und weiter bestehen soll, ist eine nüchtern-gedankliche Entscheidung erforderlich, nämlich die Anerkennung des Partners und der Freiheit des eigenen Kindes, ohne sich einzumischen. Hier soll der Vorsatz gelten: Nur helfen, wenn man gefragt wird! Das ist von grundlegender Bedeutung für eine freie Partnerschaft, zumal der einzelne Partner gerade seiner leiblichen Mutter gegenüber naturgemäß eine innere Verbundenheit und Verpflichtung verspürt, was seine Partnerin in ihrem Totalan-

spruch verletzen und zu Differenzen zwischen beiden bzw. zu Aggressionen vor allem der Schwiegermutter gegenüber führen kann. In der Partnerschaft wird Anerkennung mit Ausschließlichkeit gefordert.

Anerkennung und Hochzeit

Einen Höhepunkt des Anerkennungsreigens erreicht die Partnerschaft bei Hochzeitsvorbereitungen. Alles wird bis ins Einzelne geplant. An erster Stelle steht natürlich das Brautkleid, soll es doch seine Trägerin in ihrer inneren und äußeren Schönheit und Eleganz zur Geltung bringen und ein Höchstmaß an Anerkennung hervorrufen, die sich in Bewunderung ausdrückt. Der Bräutigam ist hier zwar zweitranging, hat aber an der Seite der Braut den Eindruck der Stärke zu vermitteln, jenes Fundament, auf das sich die Braut stützen kann, jene Sicherheit, ohne die sie die gewünschte und geforderte Selbstdarstellung nicht zur vollen Entfaltung bringen kann.

In diesem Zusammenhang nimmt auch die kirchliche Trauung, die heutzutage aus verschiedenen Gründen oft entfällt, einen nicht zu unterschätzenden Stellenwert ein, da sie den Stempel und das unauflösliche göttliche Siegel ewiger Treue enthält. Darin verbirgt sich jene Höchstform der Anerkennung, die für beide zur lebenslangen Grundlage und Sicherheit wird. Darüber aber mehr im zweiten Teil unter „Ewig und glücklich".

Anerkennung und Partnerschaft

In der *Partnerschaft* ist Anerkennung zwar die Vorausset-

zung für Liebe, die Liebe selbst übersteigt jedoch die Anerkennung im Einheitserleben. Hier ist allein schon die Frage „Liebst du mich?“ ein Zeichen von Misstrauen. Dies habe ich einmal einem Mediziner-Brautpaar, Monika und Egon, mit folgenden Versen zu vermitteln versucht:

Das Große hüllt das Kleine ein,
drum, Weisheit, komm hervor!
Helle diesen dunklen Stein
und sprich uns frei ins Ohr.

Wir kennen wohl die Wissenschaft,
den Mensch aus Fleisch, Gebein,
die Krankheit und die Lebenskraft,
was kann noch größer sein?

Die Frage, die schon Antwort ist,
wenn Großes sich enthüllt.
Wo fragend nicht mehr fragend bist,
weil Antwort dich erfüllt.

Sprich, Monika, in vollem Ton,
und du, sag, Egon, frei heraus,
ist Frage hier nicht Antwort schon?
Denn Großes schließt das Kleine aus.

Drum hüllt euch nicht in Fragen ein,
lasst Wissenschaft gewähren.
Das Große könnt ihr selber sein,
wenn Fragen sich entbehren.

Im alltäglichen partnerschaftlichen Leben wird die Anerkennung zur Grundvoraussetzung der gemeinsamen Lebensbewältigung. Bereits bei der Partnerwahl spielt sie, wie schon erwähnt, in Form von Wertschätzung eine tragende Rolle.

Eine wahre Begebenheit, die mir im Gedächtnis geblieben ist, kann das Gemeinte vielleicht veranschaulichen. Auf einer Reise wurde ich zu mitternächtlicher Stunde von einem Bekannten angerufen, der am bereits angebrochenen Tag heiraten sollte, den aber in letzter Minute Zweifel überkamen. In seiner Not teilte er mir mit, dass er unmöglich heiraten könne. Da ich eine vorschnelle Antwort vermeiden wollte, fragte ich ihn, ob er denn *überhaupt* heiraten wolle, was er eindeutig bejahte. War also die anvisierte Braut vielleicht die falsche? Um hier Klarheit zu gewinnen, sagte ich: „Sollten Sie ihre Braut nicht heiraten wollen, sehen Sie vielleicht eine andere, die mehr wert ist? Reihen Sie in Gedanken, Vorstellung und Empfinden alle Damen auf, die für Sie irgendwie von Bedeutung waren oder sind." Dann fügte ich hinzu: „Und nun schauen Sie alle zugleich an! Welchen Stellenwert nimmt beim Abschätzen aller Vorteile, die die Einzelnen für Sie haben, die gegebene Braut insgesamt ein?" Er erwiderte: „Insgesamt gesehen zweifellos die weitaus erste Stelle!" „Dann heiraten Sie sie!" gab ich zur Antwort. Er heiratete, wie vorgesehen, noch am gleichen Tag. Jahre später besuchte er mich mit Frau und drei Kindern, stolz und glücklich, in gegenseitiger Wertschätzung und Anerkennung.

Gerade in der Partnerschaft ist gegenseitige Anerkennung von unendlicher Wichtigkeit, und zwar jene Anerkennung, die den einzelnen Partner unaustauschbar macht, weil er sich einfach geborgen fühlt und selber Geborgenheit gibt. Darüber dann später mehr!

Anerkennung und Sexualität

Anerkennung spielt vor allem auch in der Sexualität eine große Rolle.

Anerkennung und sexuelles Selbstbewusstsein

Zunächst ist darauf zu verweisen, dass bereits das Heranreifen des Sexualtriebes und der sekundären Sexualmerkmale das Selbstbewusstsein gewaltig beeinflusst. Ich will hier nicht auf Einzelheiten eingehen, die Legion sind, sondern nur die grundsätzlichen Themen der Anerkennung in diesem Zusammenhang nennen.

Sexualität beim Mann

Beim Mann spielt sich das sexuelle Empfinden primär im Geschlechtsbereich ab, weshalb dort auch jede Deformation, Fehlbildung oder physiologische Impotenz als besonders hart empfunden wird. Ich möchte hier jedoch nicht auf solche Normabweichungen eingehen, sondern nur jene Sexualmerkmale hervorheben, die mit Anerkennung zu tun haben.

Anerkennung und Bart

Beim Mann wirkt sich neben den genannten Normabweichungen der Geschlechtsorgane vor allem der Haarwuchs, speziell im Gesichtsbereich, auf das Selbstbewusstsein aus. Der Bart hat in erster Linie nach außen einen besonderen Stellenwert. Dabei spielen lokale, religiöse, stammesgeschichtliche und persönliche Aspekte eine Rolle. Der Bart ist Symbol für Männlichkeit und Kraft, ein langer, insbe-

sondere weißer Bart ist zudem ein Symbol für Weisheit. So wurden Götter, Herrscher und Helden meistens bärtig dargestellt. Man denke hier an Indra, Zeus, Hephaistos, Poseidon, Jahwe, den Gott der Juden, und Christus. Das Abschneiden des Bartes gilt allgemein als Zeichen des Ehrverlustes und der Schande (2 Sam 10,4f), ja sogar der Entmannung, andererseits aber auch als Ausdruck von Einfachheit und Unschuld.

Zur Bedeutung von Macht und Männlichkeit gesellt sich in der Gegenwart auch noch der Aspekt des Andersseins, vor allem wegen der verschiedenartigsten Gestaltungsmöglichkeiten des Bartes.

Was schließlich die persönliche Anerkennung betrifft, so kann man in der freien Wahl des Barttragens nach wie vor eine Betonung von Macht und Männlichkeit und in der Bartentfernung den Ausdruck von Einfachheit und Unauffälligkeit sehen. Nicht selten soll jedoch das Barttragen einen empfundenen Mangel an äußerem Aussehen wettmachen, während sich hinter dem Nicht-Barttragen die willkommene Möglichkeit verbergen kann, spärlichen Bartwuchs zu verschleiern. Wie dem auch sei, sowohl die Pflege des Bartes als auch das tägliche Rasieren sind im Grunde eine lästige Angelegenheit, sofern die Tätigkeit der Bartpflege und der Teilrasur nicht den Hauch des Besonderen erreicht und somit zum erhöhten Anerkennungspegel zumindest vor sich selber wird. Die sich dabei abspielenden Anerkennungserlebnisse nach innen und außen sind selbst für den Spiegel oft eine Herausforderung. In jedem Fall aber geht es um Anerkennung.

Anerkennung und Haupthaar

Ähnlich den Barthaaren sind auch die Kopfhaare ein Zeichen von Kraft und Macht. So kann eine Strafglatze einer Entmannung gleichkommen, während die selbstgewählte Kahlrasur Ausdruck von Mächtigkeit, Einfachheit und Effizienz zugleich sein kann, wie etwa bei Sicherheitspersonal. Hingegen wird eine altersbedingt sich ausbreitende Glatze häufig als Minderung der Anerkennung eingestuft und auch als solche empfunden. Modifikationen der Frisur und Perücken sollen dem entgegenwirken. Im Unterhaltungsbereich werden Dauerperücken eingesetzt, um das Erscheinungsbild und die damit verbundene Anerkennung zu wahren. Persönlich muss man mit der Glatze leben können, um die eigene Anerkennung nicht zu beeinträchtigen.

Sexualität bei der Frau

Bei der Frau wirken sich neben organischen Defekten, Unfruchtbarkeit und Menstruationsstörungen vor allem die sekundären Geschlechtsmerkmale belastend auf den Gesamtbereich der Anerkennung aus. Dabei steht die Oberweite im Vordergrund. Man leidet, wenn sie zu klein ist, und ebenso, wenn sie zu groß ist. Die diesbezüglich an die Schönheitschirurgie herangetragenen Wünsche sind so vielfältig und individuell, dass hier nur auf den damit verbundenen Anerkennungspegel verwiesen werden kann. Dabei geht es, wie überhaupt beim ästhetischen Empfinden, nicht in erster Linie um die äußere Anerkennung, sondern um das Bestehen vor sich selbst. Der Busen gehört nun einmal zu den sensibelsten Körperzonen der Frau. Daher sind abwertende

Bemerkungen in diesen Belangen tief verletzend, weil sie einer Verneinung der betreffenden Person gleichkommen. Männer, aber auch Frauen können durch solche Bemerkungen einen existentiellen Schmerz auslösen.

Der Blick auf Busen, Gesicht und Beine erfolgt völlig spontan. Spontan ist auch die damit verbundene Wertung. Dieses Blickurteil wird noch dazu nicht selten mit einer Verneinung oder Bejahung des Gegenübers gekoppelt, was sowohl für die Frau als auch für den Werber verheerende Folgen haben kann. Ich erinnere mich hier an eine bildhübsche Frau, der in jungen Jahren eine Brust amputiert und künstlich ausgeformt wurde. Sie war weiterhin begehrt, da die Angelegenheit absolut kaschiert werden konnte. Es kam zu einer stolzen Hochzeit. Als der Mann dann beim ersten Kind feststellte, dass die Frau nur mit einer Brust stillte, und misstrauisch wurde, musste sie ihn aufklären. Er akzeptierte die Aussage nicht, sondern verließ Frau und Kind auf der Stelle. Tiefer konnte er die Frau nicht treffen. Zum Glück hatte diese einen inneren Stolz und blieb sich und dem Kind treu.

Neben dem Busen sind für die Frau auch die Haare eine besondere Spielwiese, um Anerkennung zu heischen. Abgesehen von unerwünschten Körperhaaren, die leicht zu entfernen sind, bietet das Kopfhaar ein Experimentier- und Gestaltungsfeld mit unendlichen Möglichkeiten. Der gesellschaftliche Druck kann dabei zum unbewussten Zwang werden. Auch darüber könnte der Spiegel die wohl umfassendste Auskunft erteilen. Uns interessiert hier jedoch nur die Anerkennungsperspektive. Diese zwingt die Frau in ge-

wissen Gesellschaftskreisen oft zum Färben der Haare, da graue Haare bereits als gesellschaftlicher Ausstieg gewertet werden. Dabei steht nicht immer nur die äußere Anerkennung, sondern sogar die berufliche Karriere auf dem Spiel. Der Frau wird hier viel abverlangt, von ihr selbst und von der Umgebung. Wenn das Ganze von der betreffenden Person als gesellschaftliches Spiel und nicht als persönliche Verjüngung verstanden wird, bleibt auch die innere Anerkennung aufrecht. Ansonsten kippt das Ganze nach außen und die Begegnung mit dem Innenraum wird zum Alptraum, weil man die Realität des Alterns nicht wahrhaben will. Dabei ist es aber so wie mit der Glatze bei den Männern. Wer zu seiner Natürlichkeit steht, erntet auf Dauer Achtung vor sich selbst und von den anderen.

Anerkennung im sexuellen Intimbereich

Während sich die erwähnten Ausführungen zu den sexuellen Merkmalen und der damit verbundenen Anerkennung vor allem auf den Außenraum beziehen, spielt die Anerkennung auch im sexuellen Intimbereich eine entscheidende Rolle.

Damit überhaupt eine intime Begegnung stattfinden kann, bedarf es der gegenseitigen körperlichen Anerkennung in Form eines Einfühlens in den anderen, das den körperlichen Reiz beim Mann zur vollen Erektion und bei der Frau zur völligen Entspannung führt, was den Verkehr zum gegenseitigen ungehemmten orgastischen Erlebnis erst ermöglicht. In diesem Moment wird die Anerkennung von der Geborgenheit, wovon später die Rede sein wird,

abgelöst. Das Einheitserlebnis schaltet für Sekunden sogar das Raum- und Zeitempfinden aus. Bei einem solchen Erlebnis muss die Anerkennung bis zur Selbstaufgabe gehen. Dies ist nur selten der Fall, denn die leiseste negative Bemerkung kann die ersehnte Einheit schon in Frage stellen. Es grenzt fast an Tugendhaftigkeit, wenn hier die Partner die gegenseitigen Reaktions- und Stimmungsformen auszuloten und anzuerkennen wissen, jenseits des geringsten Vorwurfs, denn sonst kann das Spiel abrupt beendet sein. Ohne auf die unzähligen zwischenpartnerlichen Probleme einzugehen, möchte ich an dieser Stelle nur zwei charakteristische Fälle anführen.

Bekanntlich ist der Mann nach dem Orgasmus, je nach Alter, für Minuten bis zu Tagen sexuellen Reizen gegenüber unempfindlich, während die Frau in kurzer Abfolge, sogar während eines Geschlechtsverkehrs, mehrere Orgasmen erleben kann. Ohne dies zu wissen oder zu bedenken, reagierte eine Frau auf das Absacken des Mannes mit der Bemerkung „Schlappschwanz". Das traf den Mann so hart, dass er zwei Jahre lang psychisch impotent war und den Weg zur Frau nur mehr über eine Psychotherapie fand.

Wenngleich die Frau mehrere Orgasmen hintereinander haben kann, so sind doch 30–35% der Frauen von Frigidität, d.h. sexueller Unlust, betroffen, die verschiedene Ursachen haben und nicht zuletzt auch in partnerschaftlichen Missverständnissen liegen kann. So beklagte sich ein Mann, dass seine Frau sexuell „taub" sei. Im Gespräch mit ihr stellte sich heraus, dass der Mann sie gefühlsmäßig sexuell anwiderte, sie ihn aber dennoch liebte. Er hatte nicht bedacht, dass seine Frau bei ihm in erster Linie Zärtlich-

keit suchte und sie sein direktes und ungestümes sexuelles Verhalten völlig verkrampfte. Durch ein Gespräch mit dem Mann, der sehr verständnisvoll war, sowie eine hypnotische Rückführung der Frau in die Zeit der positivsten sexuellen Begegnungen mit ihrem Mann, gelang es, die Frau über posthypnotische Verstärkung so zu entspannen, dass sie eine volle Begegnung erlebte und dank der Einfühlung des Mannes die Verkrampfung damit schlagartig verschwand. Hier führte einzig und allein die partnerliche Anerkennung zu einer neuen intimen Begegnung.

Anerkennung und trockener Orgasmus

Der Begriff *trockener Orgasmus* bezeichnet umgangssprachlich den Orgasmus ohne Samenerguss eines noch nicht geschlechtsreifen Knaben. Der Begriff kann aber auch den Orgasmus eines Mädchens vor oder während der Pubertät sowie einer geschlechtsreifen Frau bezeichnen, bei dem es, unabhängig vom Auftreten einer Scheidenfeuchte, nicht zu einer stoßweisen Freisetzung eines Drüsensekrets (weibliche Ejakulation) kommt. Beim gesunden Mann ist der Orgasmus immer mit einer Ejakulation verbunden.

Bei aller biologischen Gegebenheit möchte ich hier auf jenen Orgasmus bei der Frau verweisen, der sich vornehmlich im Herzbereich abspielt und völlig ohne sexuelle Erregung bis zum vollen Umkippen in eine punkthafte Bewusstlosigkeit führt, ähnlich dem normalen Orgasmus. Dabei wird im Herzbereich die seelische Einheit sogar so tief erlebt, dass das Sexuelle geradezu als störend empfunden wird, wie Frauen berichten. Es geht dabei um eine seeli-

sche Vermählung jenseits der Körperlichkeit, wenngleich diese mitschwingt, in der Höchstform des Erlebens aber nicht mehr wahrgenommen wird. Zur Auslösung einer solchen Erlebnisform ist allerdings meist eine tiefe gefühlsmäßige Umarmung mit Körperkontakt erforderlich, in der sich die seelische und körperliche Ausstrahlung der Partner so vermengen, dass es im Herzbereich der Frau zu einem Einheitserlebnis jenseits einer sexuellen Begegnung ohne sexuellen Orgasmus der Frau kommt. Man kann daher von einem trockenen Orgasmus sprechen, der an mystische Begegnungen erinnert, wenngleich noch körpergebunden und diesseitsbezogen. Dies verlangt vom Partner allerdings ein Höchstmaß an Einfühlungs- und Zärtlichkeitsvermögen unter Verzicht auf den Orgasmus, weil er nur so dieses Zärtlichkeits- und Einfühlungsvermögen entfalten kann. In dem Moment, wo beim Mann der Orgasmus ins Spiel kommt, überlagert dieser das Einfühlungsvermögen und hebt es schließlich auf, womit auch die Stärkung des Einheitsgefühls mit der Partnerin unterbrochen wird und diese enttäuscht auf der Strecke bleibt. Zudem ist der Mann nach dem Orgasmus für eine bestimmte Zeit in Reiz und Fühlung geschwächt. Bleibt er jedoch im vollen Einheitsgefühl, kann er den Höhepunkt der Partnerin als innere Erfüllung eines echten Liebesbeitrages erleben. Zudem sackt er nicht ab und die Frau fühlt sich geborgener denn je. Die Begegnung kann jederzeit wiederholt werden, wenngleich der Energieaufwand entsprechend ist. Hier erreichen Anerkennung und Einheitsgefühl ihren Höhepunkt.

Anerkennung und Gesellschaft

Sosehr wir selbst Anerkennung brauchen, sosehr fällt es uns schwer, den anderen anzuerkennen, besonders wenn es um Leistungen auf dem eigenen Gebiet geht. So gibt es sogar Vereinsgruppen, in die nur Personen derselben Zunft aufgenommen werden oder aber nur ein Vertreter eines Faches. Dies spielt auch beim Karrieredenken eine nicht unwesentliche Rolle. Nicht selten wird für einen Job jemand gewählt, den man zwar nicht für den Besten hält, dem man aber die persönliche Anerkennung abverlangen kann und so bereit ist, diese auch ihm zu gewähren.

Anerkennung und Dorftratsch

Wie sehr sich die Anerkennung der näheren Umgebung gegenüber spießt, lässt sich allein schon dem biederen Dorftratsch entnehmen. „Hast du die mit dem neuen Mantel gesehen? Die mit dem Nerz! Ein schöner Mantel! Der würde mir gut stehen, aber bei ihrer Figur ... Und doch, alle schauen auf sie! Man könnte fast neidisch werden!“ Damit würde man sich allerdings bloßstellen, was im gegebenen Moment einen enormen Anerkennungsverlust von außen zur Folge hätte. Hier hilft nur die innere Gegenwehr, indem man sich sagt: Lieber eine tadellose Figur als einen Nerz, den ich wieder ablegen muss, während mich meine Figur auch in der Nacht begleitet.

Anerkennung und Rampenlicht

Mit der schönen Figur als Gegenpol zum teuren Nerz kann sich die Frau für den Augenblick vielleicht aufrichten, doch

wird sich auch ihre Figur mit der Zeit verändern. Wie sehr dies greift, erfuhr ich bei der Begegnung mit einer gealterten Filmdiva, als diese in ihrer vornehmsten Aufmachung zur Oper abgeholt wurde. Der Kavalier klopfte an ihre Tür. Sie stand da, völlig in Tränen aufgelöst, und sagte nur: „Alles, was man an mir bewundert, ist nur die äußere Aufmachung. Ich selbst bin nicht mehr gefragt."

Solche Erfahrungen sind im Unterhaltungsbereich das tägliche Brot, nicht nur des Alters wegen. Eine ungünstige Tagesverfassung, verbunden mit einer nachlassenden Darstellungs- und Leistungskurve, kann unverzüglich in Hohn umschlagen und die Karriere beeinträchtigen, wenn nicht gar beenden. Wer in solchen Momenten nicht auf innere Werte zurückgreifen kann, die weder Rost noch Motten verzehren, und sich von da aus durch Steigerung der Leistung bzw. durch Stärkung des inneren Selbstwertgefühls selber neu positioniert, dem fehlt die Kraft, das augenscheinliche Schwinden des äußeren Applauses in Würde zu tragen. Dieses innere Selbstwertgefühl ist jedoch nur dann tragfähig, wenn man, mit Bildung, Selbstkontrolle und Ehrlichkeit ausgestattet, allen Unbilden zum Trotz durchzuhalten vermag. Wer durchhält und sich nicht anbiedert, weckt letztlich immer Anerkennung.

Anerkennung und Beruf

Eine besondere Rolle spielt die Anerkennung, wie erwähnt, im konkreten Berufsleben. Einen Beruf, eine Arbeit zu haben, steigert das Selbstwertgefühl, sofern finanzielle Vergütung oder andere Annehmlichkeiten nicht höher eingestuft

werden. Ganz allgemein entwickelt sich eine durch Untätigkeit bedingte Langeweile zu einer fast unerträglichen Last, die zudem noch am gesellschaftlichen Wertgefühl nagt.

In diesem Zusammenhang spielt auch die berufliche Wertigkeit eine je eigene Rolle. So blickt zum Beispiel der Chirurg auf den Internisten und der Physiker auf den Psychologen herab. In anderen Berufen gibt es ähnliche Gradienten. Diese können regional verschieden sein und sogar zu besonderen Blüten auswachsen. So sagte in einer kleinen ländlichen Gemeinde ein Amtsträger zu einem Mitbürger, der auswärts wohnte, dass er, wenn er nicht in einem Mercedes in sein Heimatdorf komme, mit Anerkennung nicht zu rechnen habe. Auch der Urlaub im Heimatdorf sei ein Armutszeugnis schlechthin. Wer sich von solchen Einstufungen beeindrucken lässt, ist in seinem Selbstwertgefühl brüchig und in seiner Unabhängigkeit mehr als angeschlagen. Zudem nimmt das Berufsleben solche Befindlichkeiten nicht zur Kenntnis. Hier gilt immer mehr nur die Selbstverständlichkeit der Leistung ohne Anerkennung. Der Forderungskatalog für Arbeitgeber wie Arbeitnehmer ist wohlbekannt und wird eingefordert. Zusätzliche Anerkennung ist Zeitverlust und könnte zudem Eifersucht auslösen!

Anerkennung und Manipulationstrieb

Wo immer sich Anerkennung im gesellschaftlichen Raum nicht von selbst einstellt, meldet sich völlig spontan der Grundtrieb der *Manipulation*. Man versucht das Umfeld mit allen Mitteln dahingehend zu beeinflussen, dass die gewünschte Anerkennung nicht auf sich warten lässt. Dafür

ist man nicht nur in Wirtschaft, Politik und Werbung bereit, Unsummen auszugeben, sondern scheut oft auch im persönlichen Bereich vor keiner Anstrengung zurück: durch das Pflegen von Kontakten, äußeren Aufputz und gezieltes Ausschalten möglicher Konkurrenten. Der Drang nach Anerkennung nimmt dabei nicht selten Formen an, die an das Pathologisch-Perverse rühren. Das diesbezügliche Spektrum reicht vom leisen Lob über das kleine Präsent bis hin zum Auftragsmord. Bleibt die ersehnte Anerkennung aus, kommt auch ein Suizid in Frage. Die Beispiele sind hier so zahlreich, dass ich nur den Anerkennungsdruck als Quotenfang bei Unterhaltungssendungen nennen möchte, wo sich ein Moderator zur Belustigung der Zuschauer unter allgemeinem Applaus eine Torte ins Gesicht werfen ließ. Hier gerät Anerkennung allerdings zur Perversion, zumal dem Erhabenen Anerkennung verwehrt wird.

Anerkennung und Streben nach Einmaligkeit

Freilich ist auch wahr, dass wir seelisch nur bestehen können, wenn wir gesellschaftlich etwas gelten, zumindest in der eigenen Vorstellung, wie folgende Beispiele veranschaulichen mögen:

Die zwei ältesten Frauen eines Dorfes erfreuten sich innerlich einer besonderen gesellschaftlichen Bedeutsamkeit. Die eine hatte noch einen eigenen Zahn, die andere nicht. Die eine fühlte sich als älteste Dorfbewohnerin mit eigenem Zahn allen anderen überlegen, die nicht so alt waren und über keinen natürlichen Zahn mehr verfügten. Die andere hingegen freute sich darüber, dass sie die älteste Frau des Dorfes

war, die nicht mehr unter Zahnschmerzen zu leiden hatte. Oder ein weiteres Beispiel: Zwei ebenfalls hochbetagte Damen, die einander nicht kannten, trafen sich zufällig am Straßenrand. Die eine fragte die andere, ob sie ihr vielleicht beim Überqueren der Straße behilflich sein könne. Gesagt, getan! Glücklich auf der anderen Seite angekommen, meinte sie keineswegs unbescheiden: „Wissen Sie, ich bin nämlich schon 89!“ Worauf die andere, die ihr geholfen hatte, sichtlich stolz zu Protokoll gab: „Und ich bin 98!“

Hier kommt jenes Grundempfinden zum Tragen, dass, gesellschaftlich gesehen, jeder von uns in irgendeinem Bereich Spitze sein muss. Wie nämlich ein jeder in seiner Individualität unaustauschbar ist, so braucht der Mensch auch in seiner Wertigkeit das Gefühl, einmalig zu sein. Diese Einmaligkeit wird zwar auch von der Umgebung zugewiesen, im inneren Selbstwertempfinden muss sie jedoch je eigens geschaffen werden. Dabei entfalten sich die ausgefallensten Blüten, die oft noch zu kuriosen Wettbewerben führen, so um den gepflegtesten Bart, die ausdruckvollste Glatze, die längsten Beine, die meisten Bierdeckel, das älteste Auto, die schönsten Blumen, die größte Verschwiegenheit, das speziellste lokale Wissen usw. Obwohl dabei unweigerlich ein gewisser Konkurrenzkampf mitschwingt, soll dieser den anderen nicht drücken, sondern nur die eigene Einmaligkeit unterstreichen, die unter Umständen sogar zur gesellschaftlichen Belustigung beiträgt.

Filtern wir daher bei uns jene Qualitäten heraus, wo wir sagen können, dass zumindest in diesem einen Punkt unsere Einmaligkeit unverwechselbar ist! Im Letzten findet die-

ses Bedürfnis nach Einmaligkeit jedoch nur im religiösen Raum eine dauerhafte Prägung, wie noch dargelegt wird.

Anerkennung und Alter

Neben all den genannten Formen von Anerkennung stellt sich im Lauf der Jahre unweigerlich die Frage nach der Alterswertigkeit, insbesondere zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr. Mag hier die Frau durch die Umstellung ihres Organismus auch auf größere Schwankungen stoßen, so geht die Altersfrage auch am Mann nicht spurlos vorüber. Es drängt sich insbesondere die Frage auf: Was kann ich noch erreichen? Und: Wozu noch all die Mühe?

Anerkennung und Midlife-Crisis

Als Psychologe habe ich mich hinsichtlich der sogenannten *Midlife-Crisis* sehr genau analysiert. Zwischen dem 45. und 47. Lebensjahr überkam mich schlagartig die gefühlsbetonte Frage: Wozu sich abrackern? Häng doch einfach alles an den Nagel, Verlag, Zeitschriften, Bücher und Institut! Zieh dich in die Stille der Klosterzelle zurück und meditiere dort in Ruhe über das Leben und die Nichtigkeit jeglichen Bemühens und lass alles Irdische sein! „Was nützt es einem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, dabei aber sich selbst verliert und Schaden leidet“ (Lk 9,25), wurde auf einmal zur möglichen Maxime. Da erinnerte ich mich plötzlich an die Geschichte von dem Hund, der mit einem großen Bissen im Maul dahinschwamm und beim Blick ins Wasser im Spiegelbild einen anderen Hund mit einem (ver-

meintlich) noch größeren Happen im Maul sah. Er schnappte danach, doch in dem Moment, als sein Bissen ins Wasser fiel, fiel auch der anvisierte Happen ins Wasser und alles war unwiderruflich weg. So sagte ich mir: Bleib im Zug, denn aussteigen kannst du immer! Nach drei Jahren kam der Unternehmungsgeist in einem neuen, gereifteren Gewand zurück und ich war froh, nicht abgesprungen zu sein. Um einen Erfahrungswert reicher hörte ich auf, Jahre und graue Haare zu zählen, und machte mir von da an wieder den gegebenen Augenblick zum Inhalt. Sturm und Drang waren vorbei, fortan gestaltete Weitblick die Arbeit.

Anerkennung und Gesundheit

Mit zunehmendem Alter wird die persönliche Wertigkeit immer öfter auch an der Gesundheit gemessen, die zusehends zum größten irdischen Wert aufsteigt. Lässt man sich diesbezüglich auf ältere Menschen ein, wird man schon bald zum fachkundigen Pillen-, Tee-, Kräuter- und Bewegungsspezialisten. Dabei kommt eine Vielzahl von Anerkennungsspielchen zum Tragen: Ich nehme die Tabletten abends; nein, mein Arzt verschreibt sie mir morgens; der meine nimmt das Ganze in den Blick und verschreibt eine halbe für den Morgen und eine halbe für den Abend. Dieses chemische Zeug lehne ich generell ab, bemerkt eine andere souverän. Ich schwöre auf die Naturheilkunde, pflücke die Kräuter selbst und braue mir täglich meinen eigenen Tee. Dann noch Morgengymnastik dazu und ein Stündchen Nordic Walking!

Anerkennung und Lokalstolz

Der individuelle Bereich der Anerkennung ist auch mit lokaler und nationaler Identifikation verbunden. Den engsten Bereich bildet die Familie. Hier kann sich die Anerkennung bis zum Familienstolz mit entsprechenden Ansprüchen anderen Familien gegenüber, der Stolz eines Dorfes in Abgrenzung zum Nachbardorf bis zum nationalen Stolz auf Landesebene aufbauen. Solche Anerkennungsformen stärken die jeweilige Gemeinschaft als Hort der Sicherheit und der Geborgenheit, mobilisieren gruppendynamische Kräfte und führen zuweilen zu höchsten Leistungsformen, insbesondere im Bereich des Sports, aber auch der Kunst und Kultur. Ohne Ehrgeiz und Anerkennung gibt es keine Höchstleistungen – wobei heute immer mehr das Geld zum Anerkennungsmonopol wird, das den Jubel der Fans sogar zur lästigen Begleiterscheinung werden lässt.

Anerkennung und Tod

Wenn ich das Leben voll bewältigen will, muss ich zu guter Letzt auch mein Leben jenseits des Grabes einbeziehen. Wer nicht zumindest im fortgeschrittenen Alter so lebt, als ob er schon gestorben sei, kann die volle Dynamik des Lebens nicht mehr aufrechterhalten. Je älter ich nämlich werde, umso mehr schwindet meine Wertigkeit im Diesseits. Bei aller Achtung vor mir selbst muss ich mir offen sagen, vor allem wenn ich der Pflege bedarf, dass ich der Gesellschaft einen Dienst erweise, wenn ich sterbe. Aber auch in solchen Momenten bedarf ich der Anerkennung, wenn schon nicht mehr von außen, so doch mir selbst gegenüber.

Hier hilft mir nur der Glaube an ein Jenseits, wo bereits ein Großteil derer ist, denen ich im Leben begegnet bin und mit denen ich mein Leben besprechen kann, zumal die nachfolgende Generation andere Lebenserfahrungen hat.

Das Bewusstsein meines ewigen Wertes und der Verbundenheit mit dem Jenseits vermag in mir jene Kraft zu entfalten, um auch dann noch seelischen Frohsinn auszustrahlen, wenn ich körperlich bereits zur Last falle. Das Bewusstsein meiner Unvergänglichkeit ist nämlich das größte Unterpfand meiner persönlichen Anerkennung. Dieses Bewusstsein muss zur inneren Tragfläche werden, sowohl im Blick auf den eigenen Tod als auch auf die Schleifung des eigenen Grabes, das in 30 Jahren vielleicht nicht mehr besteht – so wie das Andenken an mich selbst.

Anerkennung und Gott

Das Bewusstsein ewiger Wertigkeit verlangt allerdings einen religiösen Grund, die Anerkennung meines ewigen Wertes in Gott. Nur in diesem Bewusstsein kann ich notfalls auch befreiend sagen: „Mein Reich ist nicht von dieser Welt." In der Geborgenheit Gottes bin ich nämlich ganz selbst und bleibe als Ebenbild Gottes unantastbar, sofern ich mich als solches empfinde und gestalte, wovon noch die Rede sein wird.

GEBORGENHEIT

Geborgenheit meint das sorgen- und gedankenfreie Wohlempfinden des Menschen. Es handelt sich dabei um ein ganzheitliches Erlebnis des Wohlergehens ohne Denken und ohne Worte.

Geborgenheit ist im Grunde nur fühlend erfahrbar und kann daher mit Worten nur andeutend beschrieben werden in dem Sinne, dass bereits Erlebtes wachgerufen wird. Wer nämlich Geborgenheit nicht als umfassendes Wohlempfinden erlebt hat, weiß mit dem Wort selbst nichts anzufangen.

Es überrascht zwar, dass die Bezeichnung dieses umfassenden Erlebens von Wohlempfinden nur in der deutschen Sprache mit einem Wort, eben dem Begriff „Geborgenheit", eingefangen wird. In allen anderen Sprachen verwendet man mehrere Worte, um dieses Grundempfinden des Menschen zu beschreiben, was zudem besagt, dass Geborgenheit nur einheitlich gefühlt, aber nicht einheitlich gedacht werden kann, weil es außer diesem Wort keinen Ausdruck gibt, der diese Grundstimmung zu bezeichnen vermag. Man bedient sich daher Beschreibungen wie „sich zu Hause fühlen", „angenommen sein" und dgl., doch erfassen diese nicht die umfassende Dimension des Empfindens von Geborgenheit.

Das vorgeburtliche Leben

Die Quelle dieses Urempfindens ist die erlebte Geborgenheit im Mutterschoß, die im nachgeburtlichen Leben vom Schlaf übernommen wird. Diese Ruhe ist durch die Einheitsresonanz von Mutter und Kind gekennzeichnet. Diese Resonanz wird zwar auch durch all das beeinflusst, was über die Rolle der Anerkennung im vorgeburtlichen Leben

gesagt wurde, doch hat die Geborgenheit in sich ihr ureigenes Leben.

Geborgenheit im Mutterschoß

Die Geborgenheit im Mutterschoß ist gekennzeichnet durch den rhythmischen Pulsschlag des Herzens der Mutter, verbunden mit der rhythmischen Resonanz des keimenden Lebens bis zum Mitschwingen des sich bildenden Herzens. Wenngleich der Herzschlag mit dem Fortschreiten der vorgeburtlichen Reifung eine biologische Grundkonstante erreicht, bleibt er doch individuell geprägt, vor allem was die psychosomatischen Reaktionen betrifft, und zwar das ganze Leben hindurch.

Hier ist die Geborgenheit der Mutter von grundlegender Bedeutung. Ihre Zerrissenheit durch Pulsstörungen kann bei entsprechender Dauer zur Beeinträchtigung der harmonischen Resonanz des Organismus und des Herzens führen, während Gelassenheit der Geborgenheit Raum lässt. Verbindet die Mutter diese Gelassenheit ohne Denken und Reden mit einem fühlenden Einheitsbezug zum Kind, dann verstärkt dies die schwingende Geborgenheit. Erfährt die Mutter dabei eine ganzheitlich gestaltende Wärme ihrer Körpers, verbunden mit dem Glücksempfinden in der Einheit mit dem Kind, so stimuliert dies, was man als Liebe zum Kind bezeichnen kann, das harmonische Wachsen des werdenden Lebens.

Eine solche Geborgenheit kann die Mutter nur geben, wenn sie die innere Balance im Alltagsleben zu wahren vermag oder zumindest dem Kind gegenüber in ständiger see-

lischer Einheit bleibt. Bei aller Tätigkeit nach außen muss das Kind in der inneren Fühlung anwesend sein. Ist das gegeben, lernt die schwangere Frau sehr rasch das Leben mit dem Kind und die äußeren Tätigkeiten so in Einklang zu bringen, dass sich nach außen alles wie gewohnt abspielt, obwohl das Kind im Fühlen und Denken stets anwesend ist. Es ist ein Leben auf zwei Ebenen, deren die Mutter nur dann voll gewahr wird, wenn dieses Leben auf zwei Ebenen von außen oder von innen gestört wird.

Beeinträchtigung der vorgeburtlichen Geborgenheit durch die Außenwelt

Von außen kann die nächste Umgebung durch Rücksichtslosigkeit, aber auch durch Erniedrigung das Einheitsempfinden der Mutter mit dem Kind nachhaltig belasten. Es gibt Männer, die nicht nur keine Rücksicht auf die schwangere Frau nehmen, sondern die Schwangerschaft als Privatvergnügen der Frau hinstellen. Ich erinnere mich hier an eine junge Bäuerin, die bis zur Geburt ihres Kindes auf dem Feld arbeiten musste. Als die Wehen einsetzten, entließ sie der Mann von der Arbeit mit der Bemerkung: „Mach schnell und komm dann gleich wieder, denn jetzt ist Heuernte und nicht Wochenbett!“ Wenige Tage nach der Geburt war sie wieder mit mir bei der Feldarbeit. Trotz dieser unmenschlichen Behandlung blieb die Frau dem Kind treu, auch auf dem Feld. Sie barg nicht nur das Kind, sondern fühlte sich auch selbst im Kind geborgen, und zwar so sehr, dass sie die äußere Härte mit Würde zu tragen wusste, sodass sich das Kind zu jeder Zeit geborgen fühlte.

Wenn hingegen die werdende Mutter die äußere Last nicht aufzufangen vermag, sondern einknickt, stört dies unweigerlich auch die Geborgenheit des Kindes, weil Angst und Verdruss die bioenergetische Harmonie und die Zuwendung der Mutter zum Kind beeinträchtigen. Das Kleine reagiert mit Unruhe und zieht sich bei längerer Unterbrechung der Geborgenheit mit der Mutter in die sichere Einsamkeit des Selbst zurück.

Beeinträchtigung der vorgeburtlichen Geborgenheit durch die Mutter

Noch schlimmer wirken sich auf das Kind innere Störungen der Mutter aus. Neben Verzagtheit und Selbstzweifeln sind es vor allem Angst und Depression, die auf die Lebensdynamik des Kindes durchschlagen, den Energiefluss vermindern und die Geborgenheit beeinträchtigen. Dies kommt besonders dann voll zum Tragen, wenn die Mutter das Kind abschreibt oder gar versucht, sein Leben zu beenden, dies letztlich aber widerwillig unterlässt. Das ist beispielsweise der Fall, wenn der Mann das Kind will, die Mutter es aber ablehnt, weil es für sie eine Lebensbeeinträchtigung darstellt.

In der Tat ist ein Kind eine Dauerprägung für das Leben der Mutter, die durch nichts ausgeschaltet werden kann. Hier gibt es nur das eine, entweder steht die Frau zum Kind und zum Muttersein, oder sie muss lebenslänglich daran tragen. Das trifft auch zu, wenn das Kind abgetrieben wird, und zwar nicht nur für die Mutter, sondern auch für den Vater.

Intrauterine Geborgenheit und Umgebung

Während der Schwangerschaft können der Vater und die nächste Umgebung die Geborgenheit des Kindes zwar nicht direkt fördern, wohl aber indirekt über die Mutter, und dies nicht nur dadurch, dass man ihr gegenüber Rücksicht und Wohlwollen walten lässt, sondern auch durch die Schaffung einer harmonischen Atmosphäre zu Hause und am Arbeitsplatz.

Intrauterine Geborgenheit und Wertschätzung

Nicht zuletzt kann auch die *Wertschätzung* der schwangeren Frau in der Gesellschaft die Geborgenheit des werdenden Kindes positiv beeinflussen. Diese Wertschätzung lässt nicht selten zu wünschen übrig, und zwar aus verschiedenen Gründen: Zunächst ist die schwangere Frau nach außen körperlich in einer Form gekennzeichnet, die vom modischen Ideal abweicht. Während die einen eine solche Abweichung als störend empfinden, kann dies für manche Frauen, aber auch Männer, die gerne ein Kind hätten, Anlass zu Eifersucht und Neid sein.

Das ersehnte Kind

Die Sehnsucht nach einem Kind kann sich dermaßen steigern, dass es sogar zu Entführungen und kriminellen Handlungen kommt. Man entführt das Kind oder verletzt die Mutter körperlich in einer Weise, dass das Kleine dabei Schaden erleidet oder gar getötet wird. Hier meldet sich dann die Schadenfreude, die sich am Verlust der Gebor-

genheit des werdenden Kindes mehr als ergötzen kann. In solchen Fällen setzt jede Bewusstseinskontrolle aus, man handelt wie im Wahn.

Geborgenheit und unstillbare Sehnsucht nach dem Kind

Dabei ist nicht so sehr Bosheit am Werk, als vielmehr der innere, oft bis zum Zwang ausufernde Drang nach der Inbesitznahme eines Kindes, um die bis zur Unerträglichkeit anwachsende Sehnsucht nach persönlicher Geborgenheit im Kind zu stillen. Was Frauen hier an inneren Erwägungen und Schmerzen auf sich nehmen, ist oft kaum noch nachvollziehbar. In solchen Situationen, so erzählten mir betroffene Frauen, löscht die Sehnsucht nach einem Kind den Verstand völlig aus, sodass man jede Handlungskontrolle verlieren kann. Kein Opfer ist zu groß.

Geborgenheit und unerfüllter Kinderwunsch

Bleibt die ersehnte Geborgenheit im Kind aus, sackt die betroffene Person nur allzu oft in sich zusammen und läuft Gefahr, sich auf die eine oder andere Art zu betäuben, angefangen von exzessivem Rauchen bis hin zu verschiedensten Formen der Berauschung, um nicht nur den Schmerz der Kinderlosigkeit, sondern auch der Hoffnungslosigkeit zu unterdrücken. Allerdings währt diese Form der Verdrängung nur so lange, als das Betäubungsmittel wirkt. Unmittelbar darauf gesellt sich zum unterdrückten Schmerz noch das bedrückende Gefühl, sich aufgegeben zu haben. Man betäubt sich bei nächster Gelegenheit von neuem, was schließlich zur Sucht führen kann, und das ist im Grunde nichts anderes als ein Selbstmord auf Raten.

Hier hilft dann nur der Griff nach persönlichen Werten, die weder Rost noch Motten verzehren. Solche Werte gibt es nur im Glauben an ein Fortleben nach dem Tode, an eine ausgleichende Gerechtigkeit und die innere Erfüllung der im Diesseits unstillbaren Sehnsüchte. Nur in der Geborgenheit meiner ewigen Wertigkeit jenseits aller Zeitlichkeit kann ich jenes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl finden, das notwendig ist, um auf jegliche Art von Betäubung verzichten zu können.

Das Gleiche gilt für den Mann. Bei ihm kommt es zwar nicht so sehr zu einer zwanghaften Sehnsucht nach einem Kind als Hort der Geborgenheit, sondern vielmehr als Verstärkung seines gesellschaftlichen Wertes und seines künftigen Andenkens aufgrund der Nachkommenschaft.

Galt Kinderlosigkeit früher gesellschaftlich vielfach als Schande und sozialer Verlust, so ist eine solche durch die Verschiebung von Grund, Boden und Familie hin zum dominierenden Wert des Geldes als Verdienst oder Gewinn geradezu zu einem Freiheitssymbol geworden, zumal die Altersversorgung heutzutage überwiegend von den Versicherungen übernommen wird. Doch wenngleich in unseren Breitengraden das Kind den Versorgungswert eingebüßt hat, bleibt der Wert der Nachkommenschaft als symbolische Verlängerung der eigenen Existenz bestehen. Man will Spuren hinterlassen, die auch als Geborgenheitskissen dienen.

Die ersten Lebensjahre

Mit den Geburtswehen endet für das Kind die Geborgenheit im Mutterschoß und mit der Durchtrennung der Na-

belschnur ist es völlig auf sich gestellt, ohne selbst schon „stehen“ zu können. Es bedarf der wohlwollenden Sorge der Umgebung, in Sonderheit der Mutter. Mit ihr ist das Kind in körperlicher und seelischer Resonanz verbunden wie mit niemandem sonst.

Rückgewinnung der vorgeburtlichen Geborgenheit

Wie bereits im Kapitel „Anerkennung“ erwähnt, muss die durch den Stress der Geburt und die Entlassung in die Selbstständigkeit aufgrund der Durchtrennung der Nabelschnur unterbrochene Geborgenheit wiederhergestellt werden. Dies kann nur in den Armen der Mutter voll gelingen. Die verschiedenen Gepflogenheiten der Betreuung des Kindes nach der Geburt bis dahin, dass man dieses der Mutter lediglich zum Stillen überlässt, gehen am Geborgenheitsbedürfnis des Kindes völlig vorbei. Ganz zu schweigen von jenen geschichtlichen Traditionen, wo man in vornehmen Familien das Kind sogar einer Amme übergab. Dies ist in zweierlei Hinsicht abzulehnen. Zum einen raubt man dem Kind damit die körperliche Resonanzebene der Mutter und zum anderen verliert die Mutter die Möglichkeit, dem Kind in der von der Natur geforderten körperlich-seelischen Einheit zu begegnen. Dies wirkt sich beim Kind in einer Minderung und bei der Mutter in einer Verengung bis Stauung der körperlichen und seelischen Resonanzbreite aus. Wird das Kind von der eigenen Mutter gestillt, kann dies bis zu einem gewissen Grad wettgemacht werden, ist aber jedes Mal mit einer Umstellung verbunden, sofern in der Zwischenzeit eine andere körperliche Resonanzebene erlebt

wird. Hier stellt sich die Frage, ob die Krankenschwester oder wer immer das Kind nach der Geburt betreut, überhaupt eine Resonanz aufbaut bzw. zum Aufbau einer solchen fähig ist, oder ob sie nur Handlungen setzt, die einem „Dienst nach Vorschrift" gleichkommen. In letzterem Fall ist das Kind alleingelassen. Werden diese Handlungen zudem noch von Unmut und Abneigung begleitet, kann die kindliche Einsamkeit mit Angstempfindungen durchtränkt werden.

Geborgenheit in der Einheit von Mutter und Kind

Für die harmonische Entwicklung des Säuglings ist das Empfinden der Geborgenheit im Wachzustand wie im Schlaf unabdingbare Voraussetzung. Diese Geborgenheit kann in besonderer Weise durch Körperkontakt verstärkt werden. Dabei ist allerdings eine Fühlungseinheit mit dem Kind erforderlich, bei der die Körperenergien ineinanderfließen. Die höchste Einheit ist hier dann gegeben, wenn bei der Körperfühlung das Denken schwindet und die Mutter zu jenem Erlebnis gelangt, wo in ihr Mutter und Kind so sehr verschmelzen, dass sich für einen Augenblick ein alles überstrahlendes Glücksempfinden einstellt, von dem man möchte, dass es ewig währt. Diese Glücksmomente soll die Mutter voll genießen, denn sie wirken prägend für das Leben des Kindes, aber auch für ihr eigenes Leben. Sie verleihen ihr die Kraft, Mutter zu sein, weil ihnen gegenüber alles andere einem Schattengewächs gleicht. Ein solches Glück ist im Grunde nur der leiblichen Mutter zugänglich, die bereits in der Schwangerschaft für derlei Einheitserlebnisse offen war.

Geborgenheit in der Einheit von Vater, Kind und Umgebung

Der Vater und die Umgebung können solche Momente nur von außen betrachten; selbst empfinden kann sie eventuell eine Mutter durch Rückversetzen in ähnliche Erlebnisse, ansonsten bleibt es beim Erlebnis der auf das Kind projizierten seelischen Einheit durch persönliche Bergung in die Ureigenheit des Kindes. Männer erfreuen sich hier meist nur in der Beobachtung, weil sie die ganzheitliche Fühlung, ohne zu denken, selten erleben.

Geborgenheit und Selbstbeschäftigung

Doch schon im nächsten Augenblick wird sich die Mutter der Zweiheit bewusst, vor allem wenn das Kind zu weinen beginnt, weil es Hunger hat. Zudem muss die Mutter das Kind zusehends in die Selbsterfahrung überführen, indem sie es immer länger allein lässt, damit es lernt, sich mit sich selbst zu befassen, unter Umständen auch durch Nichtberücksichtigung des kindlichen Weinens, um nicht in Abhängigkeit zu geraten. Sie sollte aber erreichbar sein, weil sich sonst beim Kind panische Angst ausbreiten kann. Hier geht es darum, dass das Kind Grenzen und die Freude an der Selbstunterhaltung lernt. Das ist dann gegeben, wenn es allein im Bettchen liegt und selig vor sich hinlächelt, aus welchen Gründen auch immer. Bekanntlich hat die Mutter eine weitreichende Fühligkeit, mit der sie Verhaltensänderungen des Kindes auf bestimmte Entfernungen hin spüren kann.

Geborgenheit und Bezugsobjekt

Hier können verschiedene Bezugsgegenstände, vor allem

Kuscheltiere, die Selbständigkeit unterstützen. So fühlt sich das Kind etwa mit einem Teddybär sicher und geborgen. Dabei ist jedoch darauf zu achten, dass es zu keiner unzertrennlichen Fixierung kommt, die über die Kindheit hinaus aufrechtbleibt. Ich erinnere mich da an eine 25-jährige Frau, die im Schlafwagen ein verhältnismäßig großes Plüschtier mit ins Bett nahm, um den ersehnten Schlaf zu finden.

Geborgenheit und das Lächeln des Kindes

Nicht selten wird das Lächeln eines Kindes von der Umgebung als Konkurrenzmittel verwendet. „Bei mir hat es gelacht", so die stolze Kundgabe. Hierbei kann es im näheren Umfeld zu unzähligen Formen von Anerkennungs- und Geborgenheitsspielchen kommen, die das Kind ab einem gewissen Alter sehr geschickt auszunützen weiß, um zu kriegen, was es will.

Bei diesem ganzen Liebeswerben kommt es nicht selten vor, dass sich alles um das Kind dreht, wobei sich auch der Vater voll einbringen kann, zumal das Lächeln des Kindes auch ihn beeindruckt, vor allem, wenn es seine Wertigkeit unterstreicht. Das ist besonders dann der Fall, wenn das Kind auf sein Wort und seine Gesten hin lächelt und dabei vielleicht noch zu verstehen gibt, dass es von ihm in die Arme genommen werden will. Wo immer dieses Geborgenheitsspiel von Kind, Vater und Familie der Weitung des Einheitsgefühls des Kindes zur näheren Umgebung hin dient, ist dies eine wertvolle Unterstützung der Selbstwerdung des Kindes. Dieses darf dabei jedoch nie zum Spielball familiären Geltungsdranges werden.

Geborgenheit unter Ausschluss des Vaters

In solchen Fällen hat der Mann im Hinblick auf das Kind notgedrungen die schlechteren Karten, was oft auch voll ausgenützt wird. Der Mann wird oder empfindet sich zumindest als überflüssig, was in Selbstverteidigung zu verschiedenen Reaktionen führen kann: längere Abwesenheit, intensivere Sport- und Vereinstätigkeit bis hin zu erhöhtem Alkohol- und Drogenkonsum. Zeigt die Frau in diesem Zeitraum auch kein sexuelles Interesse mehr, kann dies den Mann zum Fremdgehen verleiten, und die familiäre Geborgenheit geht auch für Mutter und Kind zugrunde. Hier wird von der Frau ein Höchstmaß an psychischer Balance verlangt, es sei denn, sie hat es darauf angelegt, den Mann als Teilhaber am erlebten Glück loszuwerden.

Geborgenheit und Harmonie der Eltern

Wie auch immer alles verläuft, im Letzten geht es um Anerkennung und Geborgenheit. Diese beiden Grundbedürfnisse dürfen nicht einseitig verteilt werden, weil sonst der familiäre Friede beeinträchtigt wird und sich Eifersucht, Neid und Schadenfreude breitmachen.

Die Harmonie der Eltern ist Grundvoraussetzung für ein harmonisches Zuhause. Selbst wenn Unstimmigkeiten auftauchen, sind die Eltern gut beraten, diese nicht vor den Kindern auszutragen, denn sie können dabei nur verlieren. Vertrauen und Sicherheit werden erschüttert, die Anerkennung relativiert sich und die Geborgenheit bleibt unter Umständen gänzlich auf der Strecke. Ist dies der Fall, vegetieren die Kinder dahin und suchen sich ihr Zuhause anderswo.

Nicht zu unterschätzen ist in diesem Zusammenhang die Kultur der Sprache und des Verhaltens. Verletzende Worte und ein derber Umgang trüben die Stimmung. Der Stärkere gewinnt zwar die Oberhand, doch ziehen sich die Schwächeren zurück. Was bleibt, ist Isolation. Geborgenheit gibt es nur, wo gegenseitige Achtung und Vornehmheit herrschen.

Ich möchte hier allerdings nicht auf Extremsituationen im familiären Umfeld des Kindes eingehen, wie Scheidung, Selbstmord, Alkoholismus und Drogenabhängigkeit, denn das würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, die in erster Linie die positiven Seiten hervorzuheben versucht.

Geborgenheit im familiären Verband ohne Trauschein

Was die zunehmende Form der Familiengründung ohne Trauschein betrifft, so ist dies im Kindesalter dann von seelischer Relevanz, wenn das Kind das Empfinden bekommt, nur Eltern auf Abruf zu haben, was durch das Fehlen eines einheitlichen Namens noch verstärkt wird. Wem gehören sie denn nun eigentlich? In dieser Unsicherheit wird auch die notwendige Geborgenheit beeinträchtigt. Hier stoßen persönliche Freiheit und verantwortungsbewusste Elternschaft aufeinander. Wie immer sich die Eltern entscheiden, die Kinder bleiben ihr ganzes Leben ihre Kinder mit Auswirkung auf all ihre Erinnerungen an das Leben der Eltern. Von Geborgenheit ist dabei nur dort zu sprechen, wo die Eltern als Einheit empfunden werden. Dies gilt auch für alle Formen der Scheidung wie der ewigen Zwietracht.

Jugendzeit

Die *Jugendzeit* ist vor allem dadurch gekennzeichnet, dass sie sich mit der Umgebung befasst, ohne jedoch das Band mit der Familie, insbesondere den Eltern, völlig aufzugeben, im Gegenteil: beim Scheitern nach Außen sucht man häufig Trost bei den Eltern. Hier muss der Jugendliche die erwartete Geborgenheit finden, um sich entsprechend fangen zu können. Daher ist zunächst ein kommentarloses Anhören gefordert, um jenen Raum der Geborgenheit zu bieten, den der junge Mensch braucht, um sich überhaupt öffnen zu können. Nur in der vertrauten und verschwiegenen Geborgenheit des Elternbezugs können notwendige Hilfen angeboten werden. Es geht hier um die Balance zwischen familiärer Freiheit und Sicherheit.

Geborgenheit und Gruppenzugehörigkeit

Die Bewährung nach außen erfolgt bei Jugendlichen vor allem in der Gruppendynamik mit Gleichaltrigen als neuem Hort der Geborgenheit, wobei die Geborgenheit in der Stärke der Gruppe, der Untergruppen oder von Einzelpersonen in Form von Freundschaft gesucht wird. Diese gruppendynamische Geborgenheit kann aber auch von der Gruppe selbst oder von Einzelpersonen beeinträchtigt werden.

Die Körpergestalt, das Wissen, die Schlagkraft, die Abstammung, das Einfühlungsvermögen gehen in die Bewertung ein und können unter Umständen sogar zu repressiven Verhaltensformen von Seiten der Gruppe führen, was nur zu leicht aggressive oder regressive Reaktionen hervorrufen kann. Wehrt man sich, ist aber nicht stark genug, so ern-

tet man Hohn und Schadenfreude. Schweigt man, wird man rasch zum Abstreifer. Die erhoffte Geborgenheit schlägt in Angst und Depression um. Hilfe darf man sich hier kaum erwarten, weil ein jeder um seinen Anerkennungspegel fürchtet. Man ist daher gut beraten, sich in solchen Momenten beobachtend zurückzunehmen, die eigenen Fähigkeiten auszuloten und diese dort einzusetzen, wo die entsprechenden Freiräume sind.

Geborgenheit und Selbstwertgefühl

Dabei fällt dem *Selbstwertgefühl* eine besondere Bedeutung zu. Wenn man schon im materiellen, quantitativen Bereich nicht beeindruckt, so auf Dauer sicher im qualitativen Bereich. Hier ist die persönliche Ausstattung mit unvergänglichen Werten von besonderer Schlagkraft. Diese Werte, die nur im religiösen Kontext zu haben sind, stärken das Selbstbewusstsein in Form einer inneren Geborgenheit. Sie mindern die Verletzbarkeit, was einem Ruhe und Abgeklärtheit verschafft und über kurz oder lang die Wertschätzung der Umgebung einbringt. Ein Rückzug würde diese Möglichkeiten ausschließen. Damit ist nicht gesagt, dass man vor der eigenen Entwürdigung das Feld nicht verlassen soll.

Geborgenheit und Körperlichkeit

Wie schon unter Anerkennung bemerkt, kommt gerade im Jugendalter der körperlichen Schönheit besonderes Gewicht zu, bei Frauen wie bei Männern. Um schöne Frauen und Männer sammeln sich die Leute; selbst bei Vorstellungsgesprächen werden die solcherart Begnadeten bevor-

zugt, insbesondere im Medienbereich, allerdings nur als Mittel zum Zweck. Die Schönen können sich in der Masse geborgen fühlen, obwohl im Letzten das Wohlempfinden die Zuschauer für sich genießen, ganz nach Art der Vampire. Wer sich zur Schau stellt, liefert sich dem Publikum aus, das so lange applaudiert, als es sich bereichert, anerkannt und geborgen fühlt.

So angenehm also die Reaktion der Umgebung auch sein mag, sie ist leider zeitlich begrenzt und bietet daher keine Grundlage für eine dauernde Geborgenheit. Diese wird bei gegebenem Charme oft übertönt und kann zu Lebensverträgen führen. Im Glauben, die bezaubernde Schönheit sei unvergänglich, schwört man ewige Treue, zumal echte Geborgenheit auf ewig angelegt ist. Geborgenheit verlangt jedoch nach einem persönlichen Bezug, der jenseits aller Schönheit liegt und sich nicht täglich durch eine besondere Aufmachung bestätigen muss. In der Unterhaltungsindustrie wird man abgehalftert, sobald sich die Schönheit nicht mehr rechnet. Hier ist Geborgenheit nur Mittel zum Zweck, um die Zuschauer an der Stange zu halten. Persönliche Geborgenheit aber duldet weder Zweck noch Zweifel, sondern nur persönliche Bejahung auf Dauer.

Geborgenheit durch die Begegnung im Selbst

Gleichgültigkeit bis zur Ausgrenzung aufgrund des Aussehens bedeutet zwar eine direkte Verneinung der Geborgenheit, eröffnet aber gleichzeitig Freiräume für den eigenen gesellschaftlichen Stellenwert durch die Bergung im eigenen Selbst. Zum einen muss ich mich, wie schon des

Öfteren erwähnt, mit Schätzen ausstatten, die konkurrenzlos sind, zum anderen in Bildung und Verhalten Aufbauarbeit leisten, um zumindest hier durch eine höhere Leistung punkten zu können. So kommt es nicht selten vor, dass sich unter hochqualifizierten Personen nicht zuletzt auch Frauen von eher bescheidenem Aussehen finden. Ich erinnere mich hier gerne an eine Verkäuferin, die mir beim ersten Anblick unansehnlich vorkam. Im Verlauf des Gesprächs entdeckte ich jedoch die Größe und den Charme einer Persönlichkeit, die mich mehr als beeindruckte.

Geborgenheit und zwanglose Feste

Auch die von der Jugend vielfach gestalteten Partys sind im Grunde ein Suchen nach Geborgenheit, insbesondere das Tanzen in den Diskos. Durch die rhythmischen Bewegungen kommt es häufig zu einem völligen Ausschalten des Denkens, indem man unter Umständen so tief in die Gruppendynamik eintaucht, dass man wie in einem Trancezustand im Geborgenheitsgefühl aufgeht, jenseits von Denken und Reden. Folgt diesem Eintauchen ein harmonischer Ausstieg, dann kann das Eintauchen ein befreiendes Abschalten von der Hektik des Alltags sein und einen beflügelten Einstieg in das konkrete Leben bewirken. Ein erholsamer Ausstieg gelingt aber nur, wenn der Einstieg vom Grundsatz getragen ist: *Man soll nur so weit hineingehen, als man selbst wieder herauskommt.*

Geborgenheit und Suchtverhalten

Bei Verwendung von Drogen und ähnlichen Betäubungs-

mitteln zum Einstieg ist der freie Ausstieg allerdings nicht mehr gewährleistet, weil man das Ende der Drogenwirkung abwarten muss. Zudem hat ein solcher Ausstieg immer auch den Nachgeschmack einer körperlichen Reorganisation, verbunden mit kürzeren oder längeren bioenergetischen Einbußen. Wo immer der Organismus fremdgesteuert wird, bedarf er einer Zeit der Regeneration. Hinzu kommt, dass die ersehnte Geborgenheit in einem künstlich hervorgerufenen Bewusstseinszustand erlebt wird, der aufgrund der Fremdverursachung nicht als Eigenerlebnis in das Wachbewusstsein übergeführt werden kann, was sich in Frustration bemerkbar macht. Man fühlt sich schlechter als zuvor.

Kann jemand auf die nur so erlebte und ersehnte Geborgenheit nicht verzichten, läuft er Gefahr, der Sucht anheimzufallen. Süchtig kann man in diesem Zusammenhang aber auch durch die vor allem in der Vorstellung heraufbeschworene Geborgenheit mittels Versenkung in Computerspiele und Internetkommunitäten werden. In Wirklichkeit handelt es sich dabei nämlich nur um vorgefertigte Daten, die in der Vorstellung zu Geborgenheitsbildern zusammengefügt werden.

Geborgenheit und Partnersuche

Wie immer sich die Lebenssituation der Jugendlichen auch abspielt, eines bleibt ungebrochen: die Sehnsucht nach Geborgenheit. Dies kommt besonders bei der Partnersuche zum Ausdruck. Mag vordergründig auch oft der Aspekt der Vitalität und Schönheit dominieren, im Letzten zählt auch hier die Geborgenheit. Sonderbarerweise ist es gerade der

Mann, der bei der Partnerwahl vor allem vom Gedanken der Geborgenheit in Form des liebenden Umsorgtseins getragen ist, während die Frau die Geborgenheit vor allem in der Sicherheit sucht, die ihr Hingabe und Freiheit gleichermaßen gestattet. So gestaltet sie mit Bedacht den äußeren Rahmen, vom Brautkleid bis zur Wohnung, um Harmonie und Schönheit zum Hort der Geborgenheit zu machen, in dem der Auserwählte sich wohlfühlen soll – er, der gleichsam als Schutzgeist über allem schwebt und Sicherheit vermittelt.

So habe ich bei den zahlreichen Trauungen, denen ich vorgestanden bin, in der völligen Hingabe der Braut an die Feier den Bräutigam als sicheren Halt dieses vollen Einstiegs in das festliche „Geschehen" wahrgenommen. Diese Verlorenheit in sich und in die Feier lenkt die volle Aufmerksamkeit der Umgebung auf die Braut, während der Bräutigam im Glanz der Braut ein erhöhtes Selbstwertgefühl verspüren darf. Es ist Geborgenheit, was die Braut bei ihrer Hochzeit ausstrahlt und was die Teilnehmer suchen. Je weniger sie spricht, umso geheimnisvoller bleibt sie. Letztlich ist die Liebe als *Duung des Ichs* die höchste Form der Geborgenheit. Dies besagt, dass die Liebe, wie schon unter Anerkennung dargelegt, jede Form von Fragen ausschließt. Allein schon die Nennung des Namens der oder des Geliebten muss so mächtig sein, dass das Ich von ihr oder ihm voll ausgefüllt wird, sodass selbst die Frage „Liebst Du mich?" keinen Platz mehr findet. Und solange die Geborgenheit die Partnerschaft kennzeichnet, ist das gemeinsame Zuhause gegeben.

Geborgenheit und Sexualität

Die Geborgenheit spielt vor allem in der Sexualität eine grundsätzliche Rolle, ist doch der Orgasmus jene körperliche und seelische Erlebnisform, bei der sich das Ich-Bewusstsein für Sekunden auflöst und im Ausstieg aus Raum und Zeit eine Entgrenzung im Selbst erfährt.

Bekanntlich gehört die Selbstentgrenzung zu den tiefsten Strebungen des Menschen. Während sich dieses Streben im persönlichen Bereich als Streben des Über-sich-hinaus-Seins kundtut, sucht es im sexuellen Bereich nach partnerlicher Einheit. Diese Einheit wird jedoch nur dann als Selbstentgrenzung erfahren, wenn Ich und Du sich gegenseitig auflösen und wiederfinden.

Geborgenheit und Orgasmus

Im Gegensatz zur Duung des Ichs im tiefsten Empfinden der Liebeseinheit überdeckt im Orgasmus die körperliche Reaktion punkthaft das Bewusstsein. Dieser Bewusstseinsverlust beinhaltet wohl eine Befreiung von Raum und Zeit, nicht aber eine Erfahrung tiefer Geborgenheit, denn Geborgenheit verlangt Bewusstsein. Das Empfinden von Geborgenheit ist aber Grundvoraussetzung für eine partnerliche Intimbegegnung. Wo ein solches Empfinden nicht vorhanden ist, kann sich die Frau nicht öffnen, und der Mann läuft Gefahr, sich nur selbst zu befriedigen, was für die Frau eine tiefe persönliche Erniedrigung darstellt, des Friedens wegen aber oft geduldet wird. So erzählte mir eine 80-Jährige, dass ihr noch älterer Mann immer wieder den Höhepunkt zu erreichen versuche, ohne je von Erfolg gekrönt zu werden.

Sie wolle ihm den Wunsch aber nicht ausschlagen, wenngleich sie schon seit Jahrzehnten nichts mehr empfinde und ihr das Ganze mehr als lästig sei. Damit er seine Versuche entsprechend durchführen könne, sei sie eben mit dabei und bete indes zur persönlichen Bergung den Rosenkranz. Während hier der Mann zumindest vor sich seine Männlichkeit unter Beweis zu stellen sucht, ohne Rücksicht auf das Empfindungsgefüge der Frau, vermag diese ihm in diesem Punkt nicht mehr zu folgen, und zieht sich auf sich selbst zurück, um zumindest vornehm agieren zu können.

Geborgenheit und Sexualität des Mannes

Das Geborgenheitsempfinden des Mannes im sexuellen Bereich ist äußerst ambivalent. Sosehr er sich in der Zärtlichkeit und im Liebespiel auch geborgen fühlen mag, sosehr drängt ihn die sexuelle Reizung zu einer möglichst raschen Entspannung, sodass er sich bei der intimen Begegnung zwar mit der Frau verbunden fühlt, im Orgasmus aber durch die körperliche Reizüberflutung beinahe nur mehr sich selbst erlebt. Das ist vor allem dann der Fall, wenn die Frau seinem Rhythmus nicht folgen kann. Nach dem Orgasmus ist der Mann, wie schon erwähnt, je nach Alter für Minuten bis Tage sexuellen Reizen gegenüber unempfindlich oder sogar abweisend. Es kommt daher nicht selten zu Missverständnissen, weil sich die Frau vernachlässigt fühlt bzw. den Mann durch ihr Drängen zu weiteren Begegnungen überfordert, vor allem wenn sie ihn ihre Überlegenheit spüren lässt. Da der Mann in seiner Regenerationsphase auf sexuelle Herausforderungen äußerst sensibel reagiert, ist

die Frau gut beraten, in dieser Zeit die Geborgenheit im außersexuellen Bereich zu suchen, zumal ein zu starkes Drängen im sexuellen Bereich im Mann Zweifel an der Weite ihrer Persönlichkeit aufkommen lässt, ist doch der sexuelle Drang immer auch ein Gradmesser der Selbstkontrolle.

Hier ist hohes Einfühlungsvermögen gefragt, und zwar von beiden Seiten. Dies nicht zuletzt deshalb, weil auch die Frau, wie wir gleich sehen werden, sehr oft eine sexuelle Sperre hat. Dies hängt auch damit zusammen, dass alle körperliche Geborgenheit zeitlich begrenzt ist und somit den Beigeschmack des Vergänglichen hat, weshalb wahre Liebe und Geborgenheit jenseits der Bettkante zu suchen sind.

Geborgenheit und Sexualität der Frau

Die Frau empfindet die Sexualität im Gegensatz zum Mann nicht nur im Genitalbereich, sondern am ganzen Körper. So erzeugt Zärtlichkeit ein hohes Maß an Geborgenheit und ist letztlich Grundvoraussetzung für eine harmonische intime Begegnung. Findet eine solche statt, dann wünscht sich die Frau oft spontan weitere Begegnungen, wozu der Mann, wie schon angeführt, nicht in der Lage ist. Er kann wohl versuchen, das Ganze durch Zärtlichkeiten wettzumachen, doch fehlen ihm in der Zeit der Rückbildungsphase das entsprechende Einfühlungsvermögen und die nötige Ausstrahlung. Im Gegensatz dazu ist bei der Frau das Einfühlungsvermögen zuweilen in einem solchen Maß gegeben, dass sie allein durch die Vorstellung den Höhepunkt der Begegnung zu erreichen und dabei eine volle Geborgenheit zu erfahren vermag, nicht selten sogar bis ins hohe Alter.

Andererseits berichten 30–35% der Frauen, dass sie für eine gewisse Zeit kein sexuelles Verlangen haben und 24% geben an, überhaupt nie zum Orgasmus zu kommen. Hier läuft die Frau Gefahr, Objekt und nicht Partnerin der Begegnung zu werden, und von sexueller Geborgenheit kann keine Rede sein.

In solchen Fällen bietet sich der oben besprochene trockene Orgasmus als echte Alternative an. Allerdings würde das vom Mann ein solches Maß an Einfühlung verlangen, dass sich auch sein Einheitsempfinden im Brustbereich abspielt. Dazu bedarf es einer großen Harmonie und bioenergetischen Entsprechung. Den eigentlichen Höhepunkt, also das Umkippen in eine Entspannung mit punkthafter Bewusstseinsunterbrechung, erreicht dabei meist nur die Frau, was aber vom Mann als positive Antwort auf seine Hingabe empfunden wird.

Schließlich muss noch erwähnt werden, dass die viel gepriesene sexuelle Geborgenheit in allen Bereichen meist eine reine Wunschvorstellung bleibt, die durch tausend Faktoren gestört wird und letztlich aufgrund ihrer körperlichen Gebundenheit nie von jener Dauer ist, nach der sich Geborgenheit grundsätzlich sehnt.

Geborgenheit im Alltag

Es mag etwas sonderbar klingen, dass Geborgenheit auch im Alltag eine entscheidende Rolle spielt. Bei aller Aktivität muss sich der Mensch aber irgendwo zugehörig fühlen können. Eine solche Zugehörigkeit kann heute durch die elektronische Kommunikation weltumspannend sein, doch

bleiben die Grundstrukturen der Geborgenheit weiterhin aufrecht. Zumindest braucht jeder einen Schlafplatz, der ortsmäßig begrenzt ist, selbst wenn er täglich gewechselt wird. Der Schlafplatz an sich wird allerdings zum Hort der Einsamkeit, ja geradezu der Unerträglichkeit, wenn er nicht in menschliche oder Umgebungsbezüge eingebettet ist.

Geborgenheit in der Familie

Die umfassendste Geborgenheit bietet nach wie vor die Familie. Sie ist jener Raum, wo ich meine Ureigenheit leben kann. Diese Ureigenheit brauche ich, um mein Selbst in Freiheit zu erfahren. Ich kann mich frei ausstrecken, ohne negativ bewertet zu werden. Dazu gehört aber auch, dass die anderen sich gleichfalls ausstrecken können, sonst zerstöre ich durch mein Verhalten die Geborgenheit der Familie und damit meine eigene.

Im familiären Raum nimmt insbesondere die partnerschaftliche Geborgenheit einen besonderen Platz ein. Da die einst bei der Partnerwahl lodernde Liebesflamme im Laufe des Zusammenlebens meistens schwächer wird und nicht selten auf ein bloßes Maß der Erträglichkeit absinkt, müssen andere Wege beschritten werden, um nicht in einem Bruch zu enden.

Wie dem auch immer sein mag, das Verlangen nach Anerkennung und Geborgenheit bleibt bestehen. Daran kommt niemand vorbei. Dies erfordert ein gegenseitiges Ausloten des Geborgenheitspegels, um den Rahmen abzustecken, wo der andere zu leiden beginnt und wo er aufstrahlt. Ich muss ihn so weit aufstrahlen lassen, als meine persönliche

Integrität gewahrt bleibt. Hier gilt es Wege zu finden, die Anerkennung und Geborgenheit mit persönlicher Freiheit verbinden. Dabei ist noch zu bedenken, dass das Geborgenheitsbedürfnis sehr verschieden sein kann. So mag für die Frau ein gemeinsamer Spaziergang Anlass zu besonderer Freude sein, für den Mann aber, der lieber am Stammtisch oder am Computer sitzt, eine Qual bedeuten. Der gemeinsame Nenner reduziert sich hier oft auf die Tischgemeinschaft, vor allem wenn sich im Zusammenleben ein Sättigungseffekt eingestellt hat. Damit hat sich aber nicht auch schon das Geborgenheitsbedürfnis aufgelöst, sondern nur verlagert. Solche Verlagerungen müssen nicht gleich eine Kündigung oder Unterbindung der Partnerschaft bedeuten, sondern einfach eine Abwechslung in der Gruppendynamik, durch Teilnahme an Gruppenarbeit in Vereinen, Sport- und Freizeitaktivitäten, Musik oder eben am Stammtisch. Hier läuft vor allem die Frau Gefahr, zu vereinsamen, wenn sie nicht die Eigeninitiative ergreift und sich selbst, z. B. in Vereinen, ein Betätigungs- und Begegnungsfeld sucht oder sich sonstwie engagiert. Die Pflege solcher Aktivitäten fördert das persönliche Freiheits- und Geborgenheitsempfinden und als Nebeneffekt das partnerschaftliche Gespräch, sofern die partnerschaftliche Treue gewahrt bleibt.

Geborgenheit und Altersunterschiede

Mit dem Fortschreiten der Jahre muss man nüchtern zur Kenntnis nehmen, dass Geborgenheit auch mit dem Altersabstand zu tun hat. Nicht nur weil die Interessen und Erfahrungen verschieden sind, sondern vor allem auch, weil die

Lebensresonanz anders schwingt. Dieser Unterschied kann sich bei Jugendlichen sogar bereits im Bereich von ein bis zwei Jahren auswirken.

Bei älteren Menschen sind zudem oft noch Energiefluss und Energiestärke unterkühlt, sodass der Energiefluss der Kinder und Jugendlichen vampirartig aufgesogen wird, was zu Ermüdung bis Erschöpfung führen kann. Das Kind erblasst bei längeren Umarmungen durch ältere Menschen oder wird unruhig, weil der Energierhythmus ein anderer ist. Das gilt es zu bedenken, weil es sonst, insbesondere beim Kleinkind, zu Resonanzminderungen und Resonanzblockierungen kommen kann.

Das Problem liegt vor allem darin, dass die ältere Person sich gleichsam auf Kosten des Kindes energetisch auflädt, dabei erblüht und nicht bemerkt, dass das Kind gleichzeitig „dahinwelkt". Wo hingegen die Schwelle des „Vampirismus" gewahrt bleibt, vermag das Kind bei älteren Menschen, wie Groß- oder Urgroßeltern, sogar mehr Geborgenheit zu verspüren als bei den leiblichen Eltern, die unter Umständen vor lauter Aktivität selbst nicht zur Ruhe kommen. Dies ist allerdings nur dann der Fall, wenn das Kind die Ruhe sucht.

Geborgenheit und Großeltern

Wo immer nämlich ältere Menschen die Lebensdynamik des Kindes der eigenen anzupassen versuchen, fühlt sich das Kind eingeengt und ergreift, soweit möglich, die Flucht. Hier ist ein Gespür erforderlich, das auf den Sättigungseffekt des Kindes reagiert, d. h. loslässt, sobald das Kind da-

nach verlangt. Setzt dieses Verlangen nicht ein, scheint das Kind keinen Ausweg zu finden und fühlt sich daher in der Geborgenheit von Oma und Opa am besten aufgehoben. So schön das sein mag, so ist doch zu bedenken, dass der junge Mensch auf diese Weise die eigene Dynamik nicht entfaltet und vielleicht Angst vor seinen Eltern hat. Großeltern laufen hier leicht Gefahr, die Rolle der Eltern zu übernehmen und in Schadenfreude abzugleiten, weil Letztere es einfach nicht richtig machen. Ein solches Denken ist nur in Extremfällen angebracht, wo Kinder sonst verwahrlosen würden.

Geborgenheit und Eltern

Eltern haben sich hier die Frage zu stellen, warum es ihnen nicht gelingt, die nötige Geborgenheit zu vermitteln. Sie können zwar ihre Autorität einsetzen und den Kindern unter Umständen sogar verbieten, die Großeltern oder sonstige Vertrauenspersonen aufzusuchen. Die erforderliche Geborgenheit können sie damit aber nicht wettmachen, diese muss zuerst bei ihnen Platz greifen.

Allerdings kann Geborgenheit nicht gelehrt oder erworben, sondern nur gelebt werden. Oft sind es aber die Jugendlichen selbst, welche die Geborgenheit der Eltern gar nicht suchen, weil sie Angst haben, in Abhängigkeit zu geraten. Hier bedarf es einer großen Sensibilität. Wenn Eltern ihren hilfsbedürftigen Kindern gegenüber, wie alt diese auch sein mögen, den leisesten Verdacht erwecken, auch nur ansatzweise frühere Überlegenheitsstrukturen anzunehmen, ist das Vertrauen schon gebrochen. Ganz anders wirkt hier die selbstlose Sorge, wie folgende Begebenheit zeigt, die mir ein Mann im blühenden Alter mitteilte:

„Der 5.08.1978 war einer meiner dunkelsten Tage. Ich ging über die Stiege zum Dachboden, hatte Rasierklinge und Rosenkranz bei mir. Ich machte den zweiten Selbstmordversuch. Verfolgungswahn, Besessenheit usw. kamen dazu. Zufällig kam mein werter Vater in den Dachboden. Ich schrieb in mein Tagebuch: „Noch nie liebte ich meinen Vater so, als er mich für tot vom Boden aufhob!!!"

Der Vater hielt den Sohn schon für tot, hob ihn aber dennoch mit Bedacht vom Boden auf. Dieser war aufgrund des Blutverlustes schon völlig regungslos, konnte den Vater aber noch in seiner vollen Sorge spüren und sich beim Aufheben in die tiefste Geborgenheit fallen lassen. In diesem Augenblick war der Vater alles, was noch Leben geben konnte.

Für den Vater war die Begegnung sicher mehr als ein Schock, doch weckte der Anblick seines Sohnes, den er für tot hielt, ein Einheitsgefühl, das Leben zu schenken vermochte. Er nahm ihn in seine Arme und hob ihn vom Boden gleichsam zum Leben. In diesem Augenblick wird er bemerkt haben, dass der Sohn noch lebte, womit sich die Trauer in Hoffnung verwandelte, was ihn neue Kraft ausstrahlen ließ, die den Sohn durchdrang und mit dem Lebensodem des Vaters erfüllte. Im gegenseitigen Sich-Bergen verspürte der Vater, was „Sohn", und der Sohn, was „Vater" bedeutete: geschenktes Leben und liebende Dankbarkeit. „Noch nie liebte ich meinen Vater so... !"

Ähnliche Beispiele könnte man auch von Müttern berichten. Diese sind aber so zahlreich, dass ich keinen Einzelfall herausgreifen möchte.

Geborgenheit und Alter

Wie alles im Leben, so erfährt auch die Geborgenheit im Lauf der Jahre die verschiedensten Ausformungen, doch bleibt sie im Grunde tief in der Einzelperson verwurzelt, mag sich die Verwirklichung auch ändern.

Wo die Geborgenheit das Leben hindurch gelebt wurde, kann sie gerade im Alter eine besondere Blüte erfahren, insbesondere in der Partnerschaft. Die äußeren Herausforderungen fallen weg, man hat Zeit füreinander, für gemeinsame Unternehmungen und für ein gemeinsames Ausruhen. Die völlig spontane Reaktion auf die Wünsche des Partners, ob nun ausgesprochen oder unausgesprochen, machen die Geborgenheit zum Dauererlebnis, wie ich in zahlreichen Fällen erfahren konnte. Man schützt sich, man ehrt sich, man pflegt sich und man unterhält sich. Vor allem im Krankheitsfall kann dies zu Buche schlagen. Hier bleibt mir folgende Begebenheit unvergesslich in Erinnerung:

Bei einem Krankenbesuch kam zum Abschied die Frage des nächsten Besuches zur Sprache. Die Frau des Schwerkranken, die ihn täglich aus einer fernen Ortschaft im Krankenhaus besuchte, ließ durchblicken, dass sie ihn am nächsten Tag vielleicht nicht besuchen könne. Darauf antwortete der Kranke: „Du kommst mich besuchen, denn wozu habe ich Dich geheiratet?!“ Diese fordernde Äußerung mag vielleicht auf den ersten Blick etwas grob anmuten, sollte aber nichts anderes zum Ausdruck bringen als: „Wenn ich bei dir nicht geborgen sein kann, wo dann?“ Die Frau nickte lächelnd, denn in diesem Moment erfuhr sie, wie sehr sie selbst im Mann geborgen war. Gerade die Partnerschaft

als Schutz-und Trutzbündnis ist ein lebendiger Brunnen der Geborgenheit, insbesondere im Alter und in Krankheit. Hier bewahrheitet sich einmal mehr mein aus der Erfahrung gewonnener Spruch: „Eine Liebe ist nur so groß, als sie imstande ist, Opfer zu bringen." Allerdings ist diese Liebe nur dort zu finden, wo Geborgenheit zu Hause ist.

Schwinden der Geborgenheit

Wo die Geborgenheit schwindet, verstummt das gemeinsame Gespräch, da sich mit dem Abschied von ihr das Zuhause auflöst. Man spricht fortan von Koexistenz, sofern nur mehr wirtschaftliche oder gesellschaftliche Gründe eine Trennung als die noch schlechtere Variante erscheinen lassen. In der Tat führen Ehescheidungen zu einem hohen Prozentsatz zum familiären und nicht selten auch zum wirtschaftlichen Ruin eines Partners. Es kann für den einzelnen Partner aber auch den Befreiungsschlag aus der Ungeborgenheit bedeuten, was nicht selten durch den Tod eines Partners offenkundig wird. Ich erinnere mich hier an eine 80-jährige Frau, die mir die Frage stellte, ob sie denn ihren Mann im Jenseits wiedersehen werde. Bei der Frage klang ein Unterton mit, der mich stutzig machte, und so sagte ich einfach: „Ja, wenn es Ihnen zur Freude gereicht." Die noch rüstige Frau umarmte mich in spontaner Freude und sagte: „Ich will meinen Mann nie wiedersehen!" Er hatte nämlich im Lauf der Jahre jede Form der Anerkennung und Geborgenheit seiner Frau gegenüber mit Füßen getreten.

Geborgenheit und körperliche Beeinträchtigung

Zu einem besonderen Thema wird die Geborgenheit im Al-

ter, wenn man sich aus körperlichen Gründen nicht mehr frei bewegen kann und auf Hilfe angewiesen ist. Hier kann die Partnerschaft auf eine harte Probe gestellt werden, aber auch ihre volle Entfaltung erreichen, wenn etwa der vorhin angeführte Spruch zum Tragen kommt: „Eine Liebe ist nur so groß, als sie imstande ist, Opfer zu bringen."

Geborgenheit und Einsamkeit

Neben körperlicher Beeinträchtigung ist im Alter vor allem die Einsamkeit weit verbreitet. Insbesondere Frauen, die im Schnitt bedeutend älter werden als Männer, sind davon betroffen, weil sie sich allein häufig nicht mehr ins Freie wagen. Ich denke hier an eine pensionierte Lehrerin, die ich monatlich besuchte. Vom ersten Gruß an bis zur Verabschiedung nach einer Stunde sprach sie ohne Unterbrechung, hatte sie doch in der Zwischenzeit Wochen hindurch keinerlei Aussprache. Diese Tatsache machte einen nachhaltigen Eindruck auf mich, sodass ich nahe daran war, mich gänzlich dem Besuch einsamer Personen zu widmen, doch wurde ich schließlich anderweitig eingesetzt. Auf der anderen Seite weiß eine alleinstehende Frau ihre Zeit meist vielfältiger zu gestalten als ein Mann. Hier muss man sagen, dass Rundfunk, Fernsehen und digitale Kommunikation große Veränderungen in der Gestaltung des Alleinseins gebracht haben. Allerdings auch so manchen zusätzlichen Schmerz, wie mir eine betagte Frau erzählte, deren Neffe sie ersucht hatte, ihm ein Handy zu kaufen, damit er sie anrufen könne. Sie kaufte ihm das Handy, Anruf kam aber keiner. So warten bei den gegebenen Möglichkeiten viele

auf einen Anruf, können aber andererseits durch ständiges Anrufen auch selbst zur Last werden.

Beruf

Auch im Berufsleben bildet die Geborgenheit eine entscheidende Motivation. In einem Betrieb, in dem sich der Einzelne wohlfühlt, erhöht sich seine Effizienz, sofern diese auch die Anerkennung steigert, denn wohlfühlen kann sich jemand auch durch Nichtstun. Es ist die Kunst der Führung eines Betriebes, Geborgenheit mit Leistung zu verknüpfen. Dabei ist festzustellen, dass „keinen Beruf haben" häufig Ursache eines sozialen Minderwertigkeitsgefühls ist und somit keine Grundlage für Geborgenheit, es sei denn, dass jemand die Berufslosigkeit zu seinem Markenzeichen macht, indem er alles das macht, was sich eben ergibt und geradezu stolz darauf ist, keiner Berufsgruppe zugerechnet zu werden. Ja, ich habe sogar Menschen getroffen, deren Glück in der berufslosen Freiheit des täglichen Lebens bestand. Zu gerne erinnere mich hier an einen Akademiker mit Doktorat, bewandert in zahlreichen Fächern, insbesondere in alten Sprachen. Er ernährte sich von Abfällen und strahlte über die Freiheit des Lebens. Wenn es kalt war, besuchte er Vorlesungen an der Universität. Als er einmal den Wunsch nach einem Neuen Testament auf Griechisch äußerte, besorge ich ihm eines. Bei dieser Gelegenheit fragte ich ihn, wo er sich denn eigentlich geborgen fühle. Seine Antwort war: In Gott und in der Freiheit von allem! Allein schon die Notwendigkeit der Körperpflege störte ihn,

sodass er darauf, soweit möglich, verzichtete. Im Grunde kommt es tatsächlich nur darauf an, glücklich zu sein!

Im normalen Leben ist der Beruf jedoch eine grundsätzliche Auszeichnung des Lebens. Über die Einstufungen der Berufe und die damit verbundenen Anerkennungsspielchen haben wir schon gesprochen. Hier soll uns nur die Frage der Geborgenheit interessieren. Dabei ist ganz allgemein zu sagen, dass vor allem ein sicherer Beruf als solcher schon Geborgenheit vermittelt. Ein unsicherer Beruf mindert dieselbe und ein Zwangsberuf schließt sie vollends aus. Doch auch wer die berufliche Arbeit widerwillig oder nur des Geldes wegen verrichtet, erfährt keine Geborgenheit. Seine Leistung ist entsprechend, sowohl in Quantität als auch in Qualität. Die Zeit dehnt sich beim steten Warten auf das Arbeitsende ins Unermessliche. Beim Warten dehnt sie sich am meisten.

Hat jemand hingegen Freude am Beruf, so kann die Zeit bei der Arbeit sogar stillstehen. Ich erinnere mich hier an einen Professor, der ganz in seinem Fach aufging. Als er eines Morgens zur gewohnten Zeit nicht erschien, machte man sich auf die Suche nach ihm und fand ihn schließlich in der Bibliothek, auf einer Leiter stehend und in ein Buch vertieft. Auf die empfundene Störung hin fragte er nur, ob es bereits Zeit sei, ins Bett zu gehen. Als man ihm mitteilte, dass es schon Morgen sei, konnte er das nicht glauben, da er doch erst zu lesen begonnen habe. In Wirklichkeit hatte er die ganze Nacht auf der Leiter gestanden, ohne Müdigkeit zu verspüren. Ähnliche Situationen habe ich selbst erlebt, allerdings nur im Ausmaß von Stunden. In solchen Mo-

menten ist man arbeitend dermaßen in sich geborgen, dass Raum und Zeit sich auflösen.

Geborgenheit und Zusammenarbeit

Der berufliche Alltag spielt sich heute sehr oft im Teamwork ab. Auch hier ist Geborgenheit gefragt. Ein positives Arbeitsklima bildet die beste Grundlage. Dies ist bei der heutigen Zeit- und Leistungsbemessung jedoch kaum noch gegeben. Der Einzelne ist in die Konkurrenz zu den Kollegen hin eingebunden und versucht daher, den Abstand zu wahren. Alles ist auf Anerkennung aufgebaut. Die Geborgenheit hängt völlig vom Grad der Anerkennung ab, sei es als Gruppe oder als Einzelperson. Bezieht sich die Anerkennung nur auf die Einzelperson, sondert sich diese gewollt oder ungewollt von der Gruppe ab. Die Gruppe nämlich duldet unter ihresgleichen keine Sonderauszeichnungen, sofern sie nicht auch auf die Gruppe als Ganzes abfärben und die Geborgenheit eines jeden Mitglieds in der Gruppe verstärken. Eine Geborgenheit solcherart schafft Atmosphäre und wo die Atmosphäre stimmt, stimmt auch die Leistung.

Geborgenheit und negative Ausstrahlung

Eines darf hier nicht übersehen werden. Die Zusammenarbeit erfolgt häufig nicht mit der Person der Wahl. Dies erfordert ein gegenseitiges Abstimmen der Fühlung und die gegenseitige Bejahung. Doch selbst wenn die Bejahung erfolgt, kann die Fühlung negativ sein, weil die bioenergetische Resonanz sich spießt. Dagegen ist oft kein Kraut

gewachsen, so sehr die Betreffenden sich gedanklich bemühen. Gefühle haben wir nicht in der Hand, sie melden sich von selbst. So kann es sein, dass bei gewissen Personen jegliche Geborgenheit ausfällt und die Zusammenarbeit zur Dauerbelastung wird. Dies muss man ehrlich zur Kenntnis nehmen und notfalls durch Platzwechsel zu beheben suchen. Es gibt nämlich nicht nur Menschen, die sich bei bestem Willen nicht ausstehen können, sondern auch einzelne Personen, die, wo immer sie auftauchen, beengend wirken und zum Dauerstress werden. Ein solcher Dauerstress in Form von „negativer Ausstrahlung" kann sogar zu psychosomatischen Reaktionen verschiedenster Art führen. Dabei kommt es besonders auch darauf an, wie es in der gegebenen geborgenheitsleeren Situation gelingt, selbst während der Arbeit Vorstellungen von Geborgenheit zu entfalten und zu erleben. Mögen diese auch nur sekundenweise aufblitzen und eine leichte seelische Abwesenheit hervorrufen, so fördern sie doch die innere Ruhe, Freiheit, Selbständigkeit und Arbeitseffizienz, sofern man die vorgestellte Geborgenheit als Antrieb zu nutzen weiß und nicht in Träumereien abdriftet und die eigentliche Arbeit vernachlässigt. Freilich reduziert sich hier die Begegnung mit der Arbeitsumgebung auf den Satz: „Wasch mich, aber macht mich nicht nass!"

Freundschaft

Eine weitere Form von Geborgenheit bildet sich in der Freundschaft. Hier geht es um eine spontane Wahl der Zusammengehörigkeit. Diese Wahl ist meistens bedingt durch Alter, Bildung, Beruf, Geschlecht und Freizeitgestaltung.

Immer aber muss die Bioresonanz stimmen, die zudem die Freiheit der Geborgenheit vermittelt. Neben dem Empfinden der Geborgenheit ist bei der Freundschaft das Empfinden der Freiheit unumgänglich. Daher fallen Partnerschaften nur selten in den Bereich der Freundschaft, weil die gegenseitige Verpflichtung die Freiheit einschränkt. Diese Offenheit der Freundschaft beinhaltet andererseits aber auch die Unverbindlichkeit, sodass Freundschaft keine letzte Sicherheit darstellt, weshalb man auch sagt: „Beim Geld hört jede Freundschaft auf!" Das ist allerdings nicht immer der Fall.

Geborgenheit und Freundschaft zur Heimat

Die Geborgenheit ist auch mit Räumen und Gegenden in Freundschaft verbunden, die einem ans Herz gewachsen sind, wo man sich also zu Hause gefühlt hat oder fühlt. Dabei bleibt einem besonders der äußere Eindruck in Erinnerung. Kehrt man nach Jahren wieder zurück, lässt man den zuletzt gemachten Blick in die Gegend schweifen und ist erstaunt, wenn vielleicht das eine oder andere Haus nicht mehr steht und sich vieles verändert hat. Ein Stück Geborgenheit hat sich aufgelöst und man muss sich neu orientieren, nicht selten, ohne die Heimat wiederzufinden, weil die neue Umgebung nicht mehr mit den eigenen Gefühlen durchtränkt ist. Besonders spürbar wird das, wenn auch die vertrauten Personen nicht mehr da sind. Heimat ist in Kindheit und Jugend gewachsene Geborgenheit in Verbindung von Ortschaft und Umgebung. Heimat kann aber auch dort sein, wo sich jemand längere Zeit seines Lebens wohlge-

fühlt und Freundschaften geschlossen hat. Freundschaft fördert die positiven Gefühle und überwindet die negativen. Sie ist wie eine zweite Heimat.

Geborgenheit und Vereinsfreundschaft

Während bei Freundschaften die Geborgenheit im gegenseitigen Wohlwollen zum Ausdruck kommt, bilden Vereine einen Lebensraum, in dem von vielen ein gemeinsames Ziel verfolgt wird. Die Verfolgung dieses Zieles gestaltet sich umso lebendiger, je stärker sich das einzelne Mitglied mit dem Verein identifiziert, in ihm also zu Hause ist. Oft ist diese Bindung so stark, dass das Mitglied sich mit dem Verein freut und auch mit ihm leidet, wie etwa bei einem Fußballverein, wo der Jubel bei Siegen keine Grenzen kennt und bei Niederlagen nicht selten die Schmerzgrenze erreicht wird. Gerade in solchen Situationen zeigt sich die wahre Verbundenheit mit dem Verein, die besonders in den Worten zum Ausdruck kommt: „Jetzt müssen wir zusammenstehen!“ Es können zwar auch einzelne Mitglieder unter sich in Freundschaft stehen, die alle Mitglieder verbindende Freundschaft liegt jedoch im Verein selbst, der damit zum Hort der Geborgenheit wird. Diese zu pflegen, ist die sicherste Investition in den Vereinsbestand.

Geborgenheit und Freundschaft über den Tod hinaus

Tiefe Freundschaft wird von einer Geborgenheit getragen, die Jahre und auch Entfernungen, ja sogar den Tod überdauern kann. Ich erinnere mich hier an ein Mädchen, das ich mit acht Jahren als Hirte des Öfteren an einem kleinen

Weiher traf. Da ich nicht schwimmen konnte, brachte sie mir mit ihrer Schwester das Schwimmen bei. Ich spielte mit den beiden Mädchen und freute mich jedes Mal über die Begegnung. Mit einem der Mädchen entstand eine besondere Freundschaft. Doch nach einigen Monaten trennten sich unsere Wege. Fünfzig Jahre später erfuhr ich, dass die genannte Person schwer krank in der Klinik lag. Ihr Name hatte sich inzwischen durch Heirat geändert. Ich hatte lediglich die Erinnerung an unsere Freundschaft als Kinder, die nun wieder lebendig aufflammte. So wollte ich sie in der Klinik besuchen, wo sich gerade einige Patientinnen auf dem Gang aufhielten. Ich ging den Gang entlang und begrüßte die Einzelnen im Vorbeigehen. Auf einmal spürte ich etwas mir Vertrautes, mein Blick wandte sich spontan der betreffenden Patientin zu, die im Rollstuhl saß. Ich nahm ihre frühere Ausstrahlung wahr, erkannte sie an der Mundpartie, sprach sie spontan mit ihrem Vornamen an und im gleichen Augenblick erlebten wir uns beide wie vor fünfzig Jahren, in einer ungebrochenen Freundschaft und Geborgenheit, die Raum und Zeit überdauert hatten. Bald darauf starb sie, die Freundschaft aber ist geblieben.

Hier zeigt sich, dass Freundschaft als Geborgenheitserlebnis eine positive Resonanzspur hinterlässt, die bei entsprechender Erinnerung in vollem Ursprung wieder aufleben und über den Tod hinausreichen kann.

Gesellschaft

Im Gegensatz zum Vereinsleben ist die Geborgenheit in der Gesellschaft nicht durch ein Ziel, sondern einfach durch das

Erlebnis des Dabeiseins geprägt. Eine Ansammlung von gewaltlosen Menschen verscheucht die Einsamkeit, vermittelt Schutz und ein Bad im bioenergetischen Feld bei freier Wahl der individuellen Entsprechung. Zudem bietet die Gesellschaft die Möglichkeit, durch ständigen Kontaktwechsel dem Sättigungseffekt der einzelnen Begegnung zu entfliehen. Man schlängelt sich durch wie ein Aal, mit leichter Tuchfühlung, ohne haften zu bleiben, man birgt sich selbst, ohne sich bergen zu lassen. Hier kommt das Freiheitbedürfnis der Geborgenheit voll zur Geltung.

Geborgenheit und Gesellschaftsflucht

Es gibt aber auch Menschen, die das sich bei solchen gesellschaftlichen Begegnungen aufbauende Bioresonanzfeld nicht ertragen und daher Gesellschaften überhaupt meiden, gleichzeitig aber unglücklich sind, nicht dabei sein zu können. Andere schreiten behänden Fußes durch die Massen hindurch, um nur streifend zu spüren, ohne in irgendeine Fühlung verwickelt zu werden – ganz nach dem Motto „Seid umschlungen ihr Millionen, einen Kuss der ganzen Welt!“, nicht aber einer einzelnen Person, was als unerträgliche Einengung empfunden wird. Wir nähern uns hier bereits der Grenze zum Pathologischen, bleiben aber noch im Normalbereich. Es gehört nämlich zu den tiefsten Strebungen des Menschen, in einer, wie erwähnt, völligen Selbstentgrenzung über sich hinauszugehen. Geht diese Selbstentgrenzung jedoch so weit, dass das Selbst sich gänzlich aufzulösen droht, setzt Angst als Retter ein. Wenn nicht, ist es um das Selbst geschehen. Es kehrt nicht mehr zum

Ich zurück, sondern wird von psychotischen, also unkontrollierten Vorstellungen festgehalten, da die Schwelle zur Pathologie überschritten wurde.

Geborgenheit und Gesellschaftssucht

Im Kontrast dazu stehen jene, die sich voll in die Dynamik der Gesellschaft einklinken und das ganze Energiefeld der Geborgenheit aufsaugen, um die ersehnte Heimat zu erleben, frei von äußerer Verpflichtung und innerem Zwang. Hierin haben große Zusammenkünfte eine eminent persönliche Wirkung, indem sie den ungestillten Hunger nach Geborgenheit in Freiheit stillen.

Nicht selten ruft dieses Eintauchen in das Volle Geltungs- bis Aggressionsgefühle wach, welche die eigene Kontrolle übersteigen und ein kontrolliertes Ausflippen mit sich bringen, was meist in einen unkontrollierten Ausbruch von Eifersucht, Neid und Schadenfreude mündet. Dabei können Gefühlsverwandtschaften eine Gruppendynamik auslösen, die alle Beteiligten jeder Kontrolle entreißt und zu Vandalen werden lässt, worüber sie sich erst später bewusst werden. Diese Anfälligkeit wird nicht selten von bestimmten Seilschaften ausgenützt. Es wird ein Feindbild konstruiert, das es zu eliminieren gilt, um endlich die ersehnte Anerkennung und Geborgenheit zu erlangen.

Heute können solche Gefühlseruptionen durch Kommunikationsmittel ferngesteuert, verstärkt oder vor Ort manipuliert werden. Die Einzelperson verliert in der Gruppendynamik ihre Identität und schämt sich dessen nach Rückkehr in den normalen Bewusstseinszustand.

Geborgenheit und Narkotika

Wer hingegen Betäubungsmittel nimmt, ob nun Alkohol oder Drogen, um die ersehnte Geborgenheit einzufangen, erlebt diese aufgrund der Schwächung seines Bewusstseinszustandes, wenn überhaupt, nur bedingt und muss, selbst wenn er enttäuscht gleich wieder in den Normalzustand zurückkehren möchte, warten, bis die Wirkung der Droge nachlässt. Das hängt auch damit zusammen, dass jeder Versuch, die Geborgenheit auf körperlichem Weg zur erreichen, stets zeitlich begrenzt und niemals von Dauer ist. Von Dauer kann Geborgenheit nur im seelischen Bereich sein.

Geborgenheit und negative Erlebnisse in Raum und Zeit

Genauso wie eine positive Geborgenheitserinnerung Raum und Zeit überdauert, können dies auch negative Erlebnisse. In solchen Fällen will man die ehemalige Heimstätte nicht mehr besuchen und ist heilfroh, wenn man belastenden Personen nicht begegnet. Das besagt aber, dass die Wirkung nach wie vor vorhanden ist und das persönliche Wohlbefinden zumindest unterschwellig berührt. Gefühle können wir leider nicht direkt beherrschen, sondern nur indirekt, und zwar mittels positiver und negativer Assoziationen.

Im Allgemeinen werden negative Gefühle durch negative Gefühle verstärkt, indem man sich in Anschuldigungen oder in negativem Tratsch ergeht. Der Leidtragende ist man dabei letztlich selbst, weil man im eigenen psychischen Raum, der nun einmal individuell begrenzt ist, die negativen Empfindungen vertieft und weiter ausbaut. Man ist

daher gut beraten, sich diesem abgründigen Sog, der zwar mit dem Satz „Schlechte Nachrichten sind gute Nachrichten“ zur zentralen Devise der Medien gehört, zu entziehen, zumal jede Wiederholung verstärkend wirkt.

Geborgenheit und Psychotherapie

Dies war mit ein Grund, warum ich in meiner psychotherapeutischen Tätigkeit das ewige Bohren in den Fettnäpfen der Vergangenheit, wie dies verschiedene Therapieformen vorsehen, aufgegeben habe. Stattdessen konzentrierte ich mich auf die Stärkung der positiven Geborgenheitsansätze, um mit ihnen das psychische Potential des Klienten zu stärken und auszubauen. Dadurch verringerten sich die negativen Bereiche und die positiven Geborgenheitsempfindungen gewannen an Substanz. Der Mensch leidet an Gefühlen, die von bestimmten Gedanken begleitet werden, und nicht so sehr an den Gedanken selbst. Ist das Gefühl positiv, schwenken auch die Gedanken in das positive Feld über. Ohne Gefühlsbereinigung können daher auch keine positiven Gedanken aufgebaut werden.

Heimat und Welt

Während sich die Geborgenheit in der Gesellschaft auf Ansammlungen von Menschen bezieht, schließt die Geborgenheit als Heimat Menschen, Tiere, Pflanzen und einen abgegrenzten Lebensraum ein. Dieser Lebensraum bezieht sich zunächst auf das Elternhaus und seine unmittelbare Umgebung, auf die eigene Provinz und schließlich auf das

betreffende Land. Ein besonderes Element bilden dabei Sprache, familiäre und freundschaftliche Bindungen sowie Bräuche und Lebensgewohnheiten.

Wenngleich die Heimat heute durch die vielfältigen Kommunikationsmittel, die Migration und die Reisemöglichkeiten ein offenes Feld geworden ist, so hat sie doch immer noch prägende Bedeutung und ist weiterhin ein Hort der Geborgenheit, zumindest für all jene, die in einer bestimmten Gegend aufgewachsen sind. Das scheint nicht zuletzt damit zusammenzuhängen, dass neben Sprache und Gewohnheiten auch die Gegend selbst durch das Klima, besonders aber auch durch die Ausstrahlung des Bodens und des Umfelds eine prägende Wirkung hat. Diese Wirkung scheint individuell verschieden zu sein, ist aber existent und kommt in der Formulierung „Heimaterde" zum Ausdruck.

Wie sehr die Heimat ein Hort der Geborgenheit sein kann, zeigen allein schon die vielfältigen Formen von Heimweh, die bis zur völligen Apathie und zu somatischen Störungen führen können. Meistens klingt das Heimweh nach einer gewissen Zeit ab, kann aber unterschwellig ein Leben lang nachklingen, vor allem, wenn jemand die Heimat zwangsweise verlassen musste. Hier sind die zahlreichen Heimatvertriebenen zu nennen.

Geborgen und doch fremd in der Heimat

Ich erinnere mich dabei an eine Bauernfamilie in Südtirol, die 1939 die Heimat verlassen musste. Der betagte Vater hielt es in der Fremde jenseits des Brenners nicht aus und kehrte nach zwei Wochen über die Berge in die Heimat zu-

rück. Sein Hof war aber schon vergeben. Man gestattete ihm jedoch, auf dem Grund des Hofes eine kleine Bleibe zu errichten. Als ich das kleine Häuschen aufsuchte, lebte nur mehr seine Frau. Der Mann war kurze Zeit nach Bezug der neuen Unterkunft vor Gram gestorben. Der tägliche Blick vom neuen Häuschen aus zum Hof hin brach ihm das Herz, wie mir die Frau mit Tränen in den Augen gestand. Sie selbst, einst Großbäuerin auf dem Hof, konnte sich damit ebenfalls nicht abfinden.

Solche Beispiele gibt es wie Sand am Meer. Das Schlimme dabei ist, dass bei einer möglichen Rückkehr oft selbst die engsten Verwandten nichts davon wissen wollen. Das besagt, dass Heimat nur dort ist, wo man sicher zu Hause sein kann, bei sich selbst und bei Menschen, die bereit sind, das Leben mit einem zu teilen. Jedenfalls sind Heimat und Geborgenheit untrennbar miteinander verbunden.

Geborgen in der Welt

Schließlich ist die ganze Welt als ein Hort der Geborgenheit zu betrachten. Bei den heutigen Kommunikationsmöglichkeiten wird ununterbrochen über das Weltgeschehen berichtet. War man vor kurzem noch in der Länderbeurteilung von Eifersucht, Neid und Schadenfreude erfüllt, so hat sich in letzter Zeit durch Unglücksfälle und weltweite Naturkatastrophen ein globales Denken durchgesetzt, da selbst die fernste Bedrohung, vor allem im Wirtschaftsbereich, persönliche Auswirkungen zeitigt, womit das eigene Wohlergehen weltabhängig geworden ist. Die ersehnte weltweite Geborgenheit hat jedoch einen Riss bekommen. Man fühlt

sich ausgeliefert, möchte aber in einer heilen Welt leben. Da auch die Weltnachrichten durch die Kriterien von Eifersucht, Neid und Schadenfreude gefiltert werden, verschwindet das Erhabene und Bergende zusehends. Die Eingriffe in Kommunikation und Freiheit untergraben den Rückzug auf sicheren Boden, zumal Sicherheit selbst in den eigenen vier Wänden kaum noch zu finden ist.

Somit bietet die offene Welt weder die gewünschte Geborgenheit und Freiheit noch die geforderte Sicherheit. Das führt bei vielen zu einer Art Weltschmerz und fördert den Rückzug in überschaubare Räume, womit die oben geschilderte engste Heimat gemeint ist, nämlich die Heimat im persönlichen Selbst und in Menschen, die bereit sind, das Leben mit einem zu teilen.

Geborgenheit in Gott

Wenn schließlich auch die Menschen schwinden, die mit einem das Leben teilen, bleibt nur noch die Geborgenheit in Gott, für die sich allerdings jeder frei entscheiden muss. Keine freie Entscheidung gibt es, was den Tod betrifft. Er stellt sich für jeden zur gegebenen Zeit ein. Mit dem Tod hört die Geborgenheit in der Welt auf, nicht aber die schon in der Welt gelebte Geborgenheit in Gott. So wird die Geborgenheit in Gott sowohl im Leben als auch im Sterben und nach dem Tod zur alles überdauernden Heimat.

Wer auf diese Geborgenheit verzichtet, schwächt nicht nur die Lebensdynamik, sondern auch die Lebenshoffnung über den Tod hinaus und damit die Geborgenheit im Leben selbst, weil ihr die Dauerhaftigkeit abgesprochen wird.

Eine begrenzte Geborgenheit hat den Beigeschmack der Vergänglichkeit, Hoffnungslosigkeit und Einsamkeit. Hier wird der Gedanke an den Tod zum Schlussstrich für Leben und Liebe, zum Ende der Geborgenheit.

Dagegen vermag die alles überdauernde Geborgenheit in Gott mir jene Kraft zu geben, auch dann noch seelischen Frohsinn auszustrahlen, wenn sich jede Form der mitmenschlichen Geborgenheit auflöst und ich durch den Tod dieser Welt entrissen werde. Dieses Bewusstsein der ewigen Geborgenheit lässt mich nicht nur im Diesseits freier leben, sondern schon im Diesseits mit dem Jenseits in Kontakt stehen, wo sich im Laufe der Jahre immer mehr Menschen finden, bei denen man sich geborgener fühlt als in der konkreten Umgebung, wo einen kaum noch jemand kennt. So wird das Bewusstsein meiner Unvergänglichkeit auch zum größten Unterpfand meiner persönlichen Geborgenheit.

EWIG

Das Ewige ist so tief im Menschen eingegossen, dass seine ganze Dynamik und Freude davon getragen wird, mag dies im Alltag auch oft nicht wahrgenommen werden. Ich bezeichne diese Sehnsucht nach dem Ewigen daher als *Ewigkeitsemotion* oder *Ewigkeitsempfinden*. Sie ist das Grundempfinden des Menschen. Daher lässt Goethe *Faust* zu Mephisto sprechen: „Werd' ich zum Augenblicke sagen: Verweile doch! Du bist so schön!"

Nichts ist beglückender als die Erfahrung des Ewigen im persönlichen Lebensvollzug, denn wo immer das Ewige aufstrahlt, fühlt man sich erhaben und der Vergänglichkeit entrissen. Lebensfreude stellt sich ein, Hoffnung keimt auf und jegliches Tun gewinnt an Dynamik.

Vorgeburtliches Leben

Es ist vielleicht wenig bekannt, dass das Ewigkeitsempfinden auch für das vorgeburtliche Leben des Menschen von Bedeutung ist. Eine Mutter, die sich in der Liebe auch im Ewigen geborgen weiß, hat grundsätzlich einen viel größeren seelischen Lebensraum und eine viel größere Tragfläche in der Bewältigung des Alltags. Im Mutterschoß erlebt sie das Kind nicht nur als heranwachsendes Leben, sondern vor allem auch als ein Geschenk Gottes. Damit erhält nicht nur das Kind eine innere Weihe, sondern die Mutter selbst wird als Trägerin eines göttlichen Schatzes über den Alltag hinausgehoben und durch das Ewigkeitsempfinden, das sie und das Kind einschließt, mit einer tiefen Freude und einer unverbrüchlichen Verantwortung erfüllt.

Ewigkeitsempfinden und familiäres Umfeld

Auch das Umfeld hat hier, wie im Fall von Anerkennung und Geborgenheit, einen nicht geringen Einfluss auf das Ewigkeitsempfinden der werdenden Mutter. Wenn ihr auch der Partner in diesem Empfinden folgen kann, verstärkt das nicht nur die Versenkung in das Ewige, sondern ebenso die persönliche Sicherheit, weil neben dem Band der Anerkennung und Geborgenheit das umgreifende Band der ewigen Verankerung die partnerliche Sicherheit und das familiäre Zuhause verstärkt. Es kommt eine über alles Zeitliche hinausgehende Verantwortung zum Tragen.

Ewigkeitsempfinden und negative Umwelt

Heute kommt es sehr oft vor, dass die werdende Mutter mit ihrem Ewigkeitsempfinden, wenn schon nicht belächelt, so doch alleingelassen wird. Dies schmälert zwar ihre Öffnung nach außen, aber nicht automatisch auch ihr Empfinden, zumal das Ewigkeitsempfinden eine urpersönliche innere Verbundenheit mit Gott darstellt, die jedem zeitlichen Zugriff entzogen ist. Allerdings wird in solchen Fällen die Frau mit diesem Empfinden in die persönliche Einsamkeit gedrängt, will sie nicht Unfrieden schaffen. Hier macht sich jene gesellschaftliche Haltung bemerkbar, wo man auf verschiedenen Ebenen zusammenlebt, über den tiefsten und persönlichsten Innenbereich dem Frieden zuliebe aber schweigt. Dieses Schweigen bedeutet zwar eine Begrenzung der persönlichen Offenheit, jedoch nicht gleichzeitig die Aufgabe des persönlichen Innenraumes. Allerdings muss die Frau der Umwelt ihre Freiheit zugestehen, wenngleich sie ihr in

diesem Punkt nicht folgen kann. Freilich ist dies nicht die ersehnte offene Welt, im gegebenen Fall aber vielleicht die einzig lebbare.

Verneinung des Ewigkeitsempfindens

Eine völlig andere Situation ist gegeben, wenn auch die Mutter ihr Ewigkeitsempfinden unterdrückt. Es geht hier, wie schon erwähnt, nicht darum, kein Ewigkeitsempfinden zu haben. Dieses gehört zur Natur des Menschen und erweist sich als seine tiefste natürliche Emotion, die nur entfaltet oder unterdrückt, nicht aber ausgeschaltet bzw. zum Stillschweigen gebracht werden kann. Sie meldet sich in jedem Bestreben, vornehmlich im Anerkennungs- und Geborgenheitsbereich, nicht selten sogar in ungestümen Reaktionen, wenn man sie niederzuhalten versucht und darauf angesprochen wird. Sie ist immer da.

Hier soll uns aber nur die Auswirkung der Verneinung des Ewigkeitsempfindens auf das werdende Kind interessieren. Eine solche ist dadurch gekennzeichnet, dass sich die Mutter durch das Ausschalten des Ewigen jener Lebensdimension beraubt, die nicht nur die volle Entfaltung ihrer Persönlichkeit fördert, sondern auch ihr Gefühlsvolumen, das auf Selbstentgrenzung drängt. Diese zusätzliche Weitung der Person und des Gefühlsumfangs wird durch die Unterbindung des Ewigkeitsempfindens verhindert. Den dadurch begrenzten „Atem“ bekommt das werdende Kind unweigerlich als Begrenzung zu spüren. Die Frage, ob ich religiös oder nicht religiös bin, ist nämlich keine Frage der Veranlagung des Menschen, sondern der persönlichen Le-

benseinstellung, denn der Mensch ist von Natur aus religiös, will er doch ewig sein.

Die ersten Lebensjahre

Mit der Geburt wird das Kind zum selbständigen Weltbürger. Bei aller Sorge um die Anerkennung und Geborgenheit des Kindes sucht dieses darüber hinaus die Heimat im Konturlosen und Unendlichen. Dies kommt schon darin zum Ausdruck, dass es dem Spielzeug Leben einhaucht und bei besonderen Härten der Umwelt dem Kuscheltier eine Träne weint, um bei ihm als vermeintlichem Boten des Ewigen Verständnis zu suchen. Auch das Aufleuchten der Kinderaugen bei Märchenerzählungen und insbesondere vor der Weihnachtskrippe und dem Christbaum bekunden die Sehnsucht nach dem Raum- und Zeitlosen, nach dem Ewigen, dem Himmlischen.

Ewigkeitsempfinden und Selbstwertgefühl

Auch bei der Entwicklung des Kindes zur persönlichen Selbständigkeit hat das Ewigkeitsempfinden eine besondere Bedeutung. Diese Sehnsucht kann im Tiefsten jedoch nur mit Inhalten gestillt werden, die durch nichts und niemanden angreifbar sind. Solche Inhalte liegen letztlich im Göttlichen, so dass hier die religiöse Unterweisung in den Grundaussagen des Ewigen erforderlich ist. Dazu gehören vor allem die Botschaft vom ewigen Leben, von der Liebe Gottes und von der Verantwortung vor Gott. Ohne Kenntnis dieser Grundwahrheiten bleibt das Ewigkeitsempfinden

ohne Antwort und das Kind kann keine innerlich verbindlichen Wertorientierungen aufbauen, die auch unabhängig von äußeren Normen Bestand haben. Dabei geht es in erster Linie nicht so sehr um das Lernen, sondern um ein inneres Suchen nach Orientierungspunkten, an denen man sich notfalls losgelöst von Familie und Umwelt ausrichten kann.

Sonderbarerweise ist das Kind gerade in seinen ersten Lebensjahren für solche Orientierungsformen empfänglich. Sie bieten ihm innerlich nicht nur die volle Freiheit, sondern durch die innere Verantwortung auch die persönliche Selbständigkeit. Auf dieser Ebene fußen nicht zuletzt die oft überraschenden Ermahnungen an die Erwachsenden, wenn diese die Grundelemente des familiären oder gesellschaftlichen Lebens zu verlassen drohen. Vor allem notieren die Kinder mit Sorge Zwistigkeiten unter den Eltern und Geschwistern. Das so innerlich geformte Kind ist sogar in der Lage, sich bei Bedarf allein im Leben durchzusetzen, wie zahlreiche Beispiele zeigen.

Ausschalten des Ewigkeitsempfindens und Orientierungslosigkeit

Wo und wie immer das Ewigkeitsempfinden im Kindesalter unterdrückt oder ausgeschaltet wird, sammeln sich keine Schätze, die weder Rost noch Motten verzehren. Die Orientierung richtet sich nach den äußeren Vorgaben, die je nach Umgebung sehr wechselhaft sein können.

Ohne die Kenntnis von Grundwahrheiten bleibt das Ewigkeitsempfinden, wie erwähnt, ohne Antwort und das Kind ohne innerlich verbindliche Wertorientierungen, die

auch unabhängig von äußeren Normen Bestand haben. Die reine Befolgung äußerer Normen ist immer von der Absicht begleitet, diese nach Möglichkeit zu übertreten, besonders dann, wenn sie der eigenen Neigung entgegenstehen und das Nicht-Beachten als Zeichen von Mut und Intelligenz gewertet wird, wenn auch nur vom Betreffenden selbst. Hierin liegen die Wurzeln des kriminellen Verhaltens in all seinen Ausprägungen.

Die Nichtbeachtung des Ewigkeitsempfindens besagt aber nicht gleichzeitig, dass dieses Empfinden brach liegt, im Gegenteil. Die Sehnsucht, ewig und wertvoll zu sein, macht sich sogar verstärkt bemerkbar, was im Kindesalter bis hin zu unkontrollierten Tätigkeiten und Aggressionen führen kann, wenn nicht gar zu Versuchen, sich mit Alkohol und Drogen zu betäuben.

Jugendzeit

In der Jugend, wo die Selbstorientierung wesentlich von der Gruppenzugehörigkeit bestimmt wird, kommen die in der Kindheit geprägten Verhaltensformen voll zum Tragen.

Ewigkeitsempfinden und Selbstbestätigung

Wo immer das Ewigkeitsempfinden des Jugendlichen auch schon mit Schätzen von Ewigkeitswert ausgestattet ist, werden diese Schätze in der Jugendzeit einer harten Bewährungsprobe ausgesetzt. Da der junge Mensch in seiner Entwicklung vor allem von der Anerkennung nach außen gefordert und Wertigkeit auf allen Ebenen nach dem äuße-

ren Erfolg bemessen wird, bleibt das Ewigkeitsempfinden im Hintergrund. Latent ist es jedoch stets vorhanden und wird in verschiedenen Momenten sogar zur sicheren Tragfläche.

Ob in Beruf, Sport, Unterhaltung, bei Schönheits- oder Bildungswettbewerben – das Bewusstsein eines persönlichen Wertes jenseits vom Diesseits kann nicht nur die Leistung, das Auftreten und das äußere Erscheinungsbild verstärken, sondern als sicheres Fundament in allen Lebenslagen dienen.

Gerade bei einer Niederlage im extremen Leistungswettkampf ist, bildlich gesprochen, eine Schlachtung durch die Medien nahezu vorprogrammiert. Hier bietet das im Ewigkeitsempfinden verankerte persönliche Wertesystem eine unantastbare Stütze und Stärke. Ich weiß, dass mein Reich nicht von dieser Welt ist. Ich vermag den Hohn zu verkraften und mit neuer Überlegung in die Arena zu gehen, sofern der Misserfolg durch Umstände bedingt ist. Sollte er sachbedingt sein, werde ich aus einer Realitätskontrolle heraus neue Perspektiven entwickeln, mich selbst aber in keinem Fall aufgeben.

Diese Kraft der inneren Werte kommt insbesondere auch bei Schönheitskonkurrenzen zum Tragen. Hier kann der Ewigkeitswert oft sogar zur einzig tragenden Kraft werden, vor allem dann, wenn ich nach außen keine Trümpfe habe. Soll ich mich deshalb aufgeben? Nie im Leben! Im Letzten zählt nämlich, wie schon dargelegt, allein die innere ewige Wertigkeit, und diese kann unter Umständen viel größer sein als jene der an Schönheit, Bildung, Leistung und Geld Begnadeten und von der Masse Bejubelten.

Ausschalten des Ewigkeitsempfindens

Ist das Ewigkeitsempfinden ausgeschaltet, weil es niemals eingeschaltet oder aber im Verlauf der Jugend weggeblendet wurde, konzentriert sich die ganze Werthaftigkeit auf die Anerkennung von außen. Der Blick nach innen wird durch die Verlagerung der Aufmerksamkeit nach außen völlig verstellt. Solange die äußere Anerkennung anhält, kann man auf die Innenschau sogar verzichten und den Augenblick so erleben, als würde er ewig währen. Wie dem auch immer sei, das Ewigkeitsempfinden ruht nicht. Es lässt sich sogar in den Erfolg des Augenblicks einbauen. Die Rechnung geht jedoch nicht auf, weil alles Zeitliche ein Ende hat. Es kommt der Punkt, wo sich unweigerlich die Frage nach meiner Wertigkeit stellt. Greife ich nicht zumindest in diesem Augenblick auf das Ewigkeitsempfinden zurück, fordert dies seinen Preis. Die Leistung nimmt ab, das Selbstbewusstsein verliert seinen Grund, Aggression und Regression nehmen zu, die Zukunftsperspektive schwindet und das ins Bewusstsein rückende Ewigkeitsempfinden wird als unerträglich wahrgenommen. Ich kann ihm gehorchen und den Pfad des Ewigen einschlagen oder ich bringe es durch Betäubungen verschiedenster Art zum Schweigen. Hier liegt auch der Grund für die unkontrollierten Aggressionen bei der Jugend, für Drogenabhängigkeit, Alkoholsucht und Selbstmordrate. Ohne inneres Zuhause im Ewigen hat das Leben des Menschen keinen Sinn.

Ich erinnere mich hier an einen sehr intelligenten Jungen von 12 Jahren, der vor seinem Selbstmord dem Herrgott einen Brief schrieb und darin folgende Aussage machte: „Ich

weiß, dass Du mir das Leben gegeben hast und ich es zu schützen und zu pflegen habe. Ich weiß aber auch, dass Du der Einzige bist, der mich verstehen kann. In diesem Leben kann ich trotz aller Anerkennung und Geborgenheit, die mir geboten wird, nicht länger bleiben. Ich fühle mich hier schon lange nicht mehr zu Hause. Nimm Du mich in Deine Heimat auf, wo das Ewige mich umgibt und das Glück mein Herz erfüllt." Nach diesen Zeilen legte er sich den Strick um den Hals und schwang sich über die Bettkante. In der Klinik, wo ich gerade famulierte, konnte nur mehr der Tod festgestellt werden. Sein Gesichtsausdruck voller Frieden und Glück ist mir heute noch in Erinnerung.

Ewigkeitsempfinden im Alltag

Wie schon in Kindheit und Jugend spielt das Ewigkeitsempfinden auch im alltäglichen Leben des Menschen eine entscheidende Rolle.

Ewigkeitsempfinden und Liebe

Der tiefste Ausdruck des Ewigen ist die *Liebe* in der Gestalt des Einheitserlebens, im Empfinden des Annehmens und Angenommenseins jenseits von Raum und Zeit. Diese Liebe kann auch in der Partnerschaft Gestalt annehmen, wenn das Du-Empfinden der Partner in das Einheitsempfinden aufgeht, wenngleich auch nur für wenige Augenblicke. Damit ist auch gesagt, dass eine Liebe, die sich nur an Äußerlichkeiten orientiert, als zeitliches Interesse zu bezeichnen ist. Wahre Liebe verbindet sich mit dem Seelengrund des

Partners und der Seelengrund ist der Hort des Ewigen im Menschen.

Damit ist auch gesagt, dass die Liebe, die ich als „Duung des Ichs“ bezeichne, nur in der Begegnung des ewigen Seelengrundes der beiden Partner zur Vollentfaltung kommt. Für jene, die der Ansicht sind, dass der Mensch nur Körperlichkeit sei und keine Geistseele besitze, ist das Ewigkeitsempfinden ein reines Produkt physiologischer Prozesse. Für sie ist das Ewige nichts als Erlebnisstruktur ohne Ewigkeitsgehalt, womit auch eine volle Liebesentfaltung ausgeschlossen ist. Sie verlieben sich aber dennoch und suchen dabei im Partner einen ewigen Grund, zumal echte Geborgenheit, wie erwähnt, Dauerhaftigkeit verlangt.

Ohne die Aura des Ewigen verliert der Mensch an Bedeutung und wirkt belastend, weil er zum Abbild der Endlichkeit wird. Dies hat auch tiefe Auswirkungen auf die Liebe. Wo diese nur äußeren Vorzügen folgt, nimmt sie mit dem Schwinden derselben ab. Andernfalls wächst sie, je tiefer sie in den ewigen Grund der geliebten Person eindringt. Hier kann es sogar zu jener Verbundenheit kommen, die selbst bei Krankheit und den größten Gebrechen des Partners erfüllend wirkt. Wer den Menschen allein auf den Körper reduziert – wozu er übrigens wissenschaftlich keine Begründung findet, ist doch die ganze Welt ohne nichtmaterielle Hintergrundinformation nicht zu deuten –, der verkümmert und nimmt der Liebe die Tiefe des Ewigen, ohne die sie sich nicht entfalten kann.

Ewigkeitsempfinden und Verewigung im Erhabenen

Ich denke hier an die zahlreichen Pioniere auf allen Gebie-

ten, die bis zu ihrem vollen Einsatz des Lebens gingen, weil sie durch ihr Handeln der Welt zumindest einen Stempel aufzudrücken hofften, wenn nicht schon ewige Spuren in ihr zu hinterlassen. Das beste Beispiel dafür ist der Künstler. Er versucht nicht nur sich selbst zu verewigen, sondern das Ewige auch in sein Kunstwerk einfließen zu lassen. Und fürwahr, ein Kunstwerk, das nicht den Hauch des Ewigen ausstrahlt, zieht niemanden in seinen Bann. In den Bann zieht nur ein Kunstwerk, das über sich hinausweist und einen Horizont eröffnet, der alle Zeitlichkeit sprengt und das Zeitlose in den verschiedensten Formen der Darstellung zum Ausdruck bringt.

Daher ist das Ewige vor allem auch mit dem Schönen verbunden. Das Schöne erstrahlt nur dann, wenn es einen Widerschein des Ewigen birgt. Das geht so weit, dass die bildhübscheste Person an Strahlkraft verliert, wenn sie durch ihre Schönheit nicht auch den Eindruck des Ewigen vermittelt. Und dazu bedarf es eines ewigen Grundes. Der äußere Charme erfährt erst durch das innere Empfinden des Ewigen seinen vollen Glanz. Das geübte Lächeln ohne den Hintergrund des Ewigen hat den Anstrich des Gemachten und Vergänglichen und bleibt ohne tiefere Wirkung. Das trifft in besonderer Weise auch auf die Schauspielkunst zu. Dabei geht es nicht nur darum, sich ganz mit seiner Rolle zu identifizieren, sondern diese mit Leben zu füllen, das über die Zeitlichkeit hinausweist. Bei aller Abgründigkeit des Inhalts muss das Erhabene und Ewige spürbar werden. So ist eine rein zeitgebundene Kunst nur von begrenzter Dauer. Kunst muss immer auch das Übergreifende und Ewige einbeziehen.

Ewigkeitsempfinden und Gesellschaft

Das Ewige beflügelt nicht nur die Kunst, sondern auch das gesellschaftliche Leben. Großen Festen fehlt ohne religiöse Feierlichkeiten die erforderliche Weihe. So sucht man dieses Flair bei der Eröffnung großer Veranstaltungen zumindest mit einem Kunterbunt von magischen Ritualen und dem emotionsgeladenen Abspielen der Landeshymnen zu vermitteln. Das hängt damit zusammen, dass der Mensch allem, was er unternimmt, den Stempel des Ewigen aufzudrücken versucht, um über das Ereignis hinaus zumindest in Erinnerung zu bleiben. Das Ewigkeitsempfinden wird nämlich von der Hoffnung einer dauerhaften und ewigen Glückseligkeit getragen, was Friedrich Nietzsche in die Worte fasste: „Doch alle Lust will Ewigkeit, will tiefe, tiefe Ewigkeit."

Aus dem Verbund mit dem Ewigen erwächst nicht nur Hoffnung, sondern auch die Kraft, den Nächsten leben zu lassen. Wo diese Grundstimmung fehlt, wird das Gemeinschaftsleben zum Spießrutenlauf. Man eckt überall an und versucht selbst, dem steten Anecken zu entkommen. Die Sehnsucht nach dem Erhabenen und Ewigen aber bleibt.

Ewigkeitsempfinden und ewige Jugend

Dieser Sehnsucht steht allerdings von Kindesbeinen an die Erfahrung der Begrenztheit des Lebensglücks entgegen. Man kann dabei nach außen alles unternehmen, um dieses Unbehagen zu beheben, wie dies seit Jahren insbesondere von der Wirtschaft versucht wird, indem man den Menschen zu einem rein wirtschaftlichen Gegenstand macht,

der in Fitness und Konsum sein Ewigkeitsempfinden und sein Glück erfahren soll. Von Alter, Leid, Sterben und Tod spricht man nicht. Jugendlichkeit ist Trumpf, und zwar bis ins fortgeschrittene Alter – wenn schon nicht anders, so zumindest durch das Tragen von Bluejeans und sportlichen Einsatz. Die tägliche Meile, ein bis zwei Stunden schweißtreibendes Fitnesstraining, Joggen, Schwimmen oder Extrembergsteigen stehen auf dem Programm. In Schönheitssalons werden die Falten und Fältchen geglättet, in Wellness-Clubs, an Heilquellen und Orten der Kraft die angeblich verjüngenden Energien getankt. Den wohlverdienten Abschluss solcher Verewigungskuren bildet das „im Einklang mit den letzten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen" zusammengestellte Menü nach Art des Hauses unter der Devise: Fühl dich jung, schön und gesund, dann bist du es auch!

Wo das körperliche Sich-Verewigen keine Erfolge mehr zeitigt, ist spirituelle Erneuerung angesagt. Bewusstseinstraining und mediale Lebensberatung zur Auffindung der nötigen Übungen und Therapien, die eine seelische und auch körperliche Verjüngung versprechen, treten auf den Plan. Dazu werden Energiespiralen, Feng-Shui-Produkte, Klangschalen, Lichtarbeit, Meditation, Engelssymbole, Heilmandalas, Mantras, Runen-Orakel und selbst Kontakte mit dem Jenseits angeboten. Mag dabei vieles auch nur Wunsch bleiben, es ist das stete Bemühen, die Vergänglichkeit aufzuhalten.

Ewigkeitsempfinden und Wissenschaft

Wer all das verachtet, sich dafür aber dem Fortschritt und

der wissenschaftlichen Forschung verschrieben hat, wird sich selbst oder zumindest seine Nachkommenschaft in Gefrierbanken verewigen, Bauten oder Kunstwerke schaffen, die noch nach Jahrzehnten, wenn nicht Jahrhunderten, die Städte oder Museen prägen, oder bedeutende Werke schreiben, welche die Bibliotheken, wenn schon nicht bereichern, so doch zumindest füllen, ja vielleicht erst von der Nachwelt so richtig verstanden werden, weil in der Jetztzeit „alles noch zu begrenzt" ist, wie *Arthur Schopenhauer* im Vorwort zur zweiten Auflage seines Hauptwerkes *Die Welt als Wille und Vorstellung* schreibt.:

> „Nicht den Zeitgenossen, nicht den Landsgenossen, – der Menschheit übergebe ich mein nunmehr vollendetes Werk, in der Zuversicht, dass es nicht ohne Werth für sie seyn wird; sollte auch dieser, wie es das Loos des Guten in jeder Art mit sich bringt, erst spät erkannt werden. Denn nur für sie, nicht für das vorübereilende, mit seinem einstweiligen Wahn beschäftigte Geschlecht, kann es gewesen seyn, dass mein Kopf, fast wider meinen Willen, ein langes Leben hindurch, seiner Arbeit unausgesetzt obgelegen hat. An dem Werth derselben hat, während der Zeit, auch der Mangel an Theilnahme mich nicht irre machen können; weil ich fortwährend das Falsche, das Schlechte, zuletzt das Absurde und Unsinnige in allgemeiner Bewunderung und Verehrung stehen sah und bedachte, dass wenn Diejenigen, welche das Aechte und Rechte zu erkennen fähig sind, nicht so selten wären, dass man einige zwanzig Jahre hindurch vergeblich nach ihnen sich umsehen kann, Derer, die es hervorzubringen vermögen, nicht so wenige seyn könnten, dass ihre Werke nachmals eine Ausnahme machen von der Vergänglichkeit irdischer Dinge; wodurch dann die erquickende Aussicht auf die Nachwelt verloren

gienge, deren Jeder, der sich ein hohes Ziel gesteckt hat, zu seiner Stärkung bedarf."

(*Die Welt als Wille und Vorstellung, 1. Bd., 1912, S. XV*)

Damit bringt selbst einer der kritischsten Philosophen offen zum Audruck, dass der Mensch bei aller zeitlichen Auseinandersetzung ein Ewigkeitsempfinden hat.

Ewigkeitsempfinden und Selbstwertgefühl

Dieses Ewigkeitsempfinden ist auch die Grundlage des Selbstwertgefühls. Hier kann jemand sagen, was er will, im Tiefsten will jeder Mensch ewig und glücklich sein, und das muss beachtet werden. Wer diese innere Stimme zum Schweigen bringt, verengt nicht nur seine Persönlichkeitsentfaltung, sondern versperrt sich die Hoffnung und verabschiedet sich vom Sinn des Lebens. Seine innere psychische Gestimmtheit ist gänzlich vom Außen abhängig, was sich auch auf seine Toleranzschwelle auswirkt. Er muss nach außen siegen, denn im Innern gibt es nichts, so sehr er sich danach auch sehnen mag, wie dies *Sigmund Freud* unmittelbar vor seinem Tod unverblümt sagte:

„Wie beneidenswert erscheinen uns, den Armen im Glauben, jene Forscher, die von der Existenz eines höchsten Wesens überzeugt sind! Für diesen großen Geist hat die Welt keine Probleme, weil er selbst alle ihre Einrichtungen geschaffen hat. Wie umfassend, erschöpfend und endgültig sind die Lehren der Gläubigen im Vergleich mit den mühseligen, armseligen und stückhaften Erklärungsversuchen, die das Äußerste sind, was wir zustandebringen! Der göttliche Geist, der selbst das Ideal ethischer Vollkommenheit ist, hat den Menschen die Kenntnis dieses Ideals eingepflanzt und gleichzeitig den

Drang, ihr Wesen dem Ideal anzugleichen. Sie verspüren unmittelbar was höher und edler, und was niedriger und gemeiner ist. Es bringt ihnen hohe Befriedigung, wenn sie, im Perihel gleichsam, ihm näher kommen, es straft sich durch schwere Unlust, wenn sie, im Aphel, sich von ihm entfernt haben. Das ist alles so einfach und so unerschütterlich festgelegt. Wir können nur bedauern, wenn gewisse Lebenserfahrungen und Weltbeobachtungen es uns unmöglich machen, die Voraussetzung eines solchen höchsten Wesens anzunehmen."

(*Gesammelte Werke Bd. 16 (1968), S. 230–231*)

Mit diesen Aussagen beschreibt Freud nicht nur in einmaliger Offenheit die Bedeutung des Ewigkeitsempfindens, sondern macht zudem deutlich, dass dies nur im Glauben an Gott eine letzte Antwort findet.

Ewigkeitsempfinden und Gott

Ein Mensch ohne Glauben an Gott und ein Jenseits kann auch in harten bis hoffnungslosen Stunden nicht sagen: „Mein Reich ist nicht von dieser Welt" (Joh 18,36), um sich zumindest innerlich aus der Bedrängnis zu befreien.

Ewigkeitsempfinden und Tod

Die Frage des Ewigen stellt sich unweigerlich beim Gedanken an den Tod. Man kann diesen Gedanken zwar lange ausklammern, die Realität aber niemals verneinen. Schließlich ist jeder Mensch bereits ab seiner Geburt alt genug, um zu sterben! Dabei erreicht die Sehnsucht nach dem Ewigen gerade in der Gewissheit des Todes ihre höchste Entfaltung. Gibt es kein Fortleben nach dem Tode, verliert

die Sehnsucht nach dem Ewigen jedwede Grundlage und das Leben schrumpft auf den zeitlichen Wert in Leistung, Schönheit und Besitz zusammen. Der kreative Impuls, die unbegrenzte Liebe und die gegenseitige Wertschätzung verlieren die Dimension des Ewigen und landen auf dem Boden des Kalkulationswertes. Der Mensch aber ist von seinem Wesen her nicht in der Lage, sich vorzustellen, nicht mehr zu sein. Wenn wir auch den Fortbestand nach dem Tode empirisch nicht beweisen können, weil sich dieser Fortbestand nur außerhalb von Raum und Zeit ereignen kann, so können wir doch auch nicht beweisen, dass es kein Fortleben gibt. Dabei ist heute bereits jedem Physiker klar, dass alles zeitliche Geschehen von einem nicht-materiellen Informationshintergrund gesteuert wird. Man spricht daher von einem Weltgeist, einer *anima mundi*, was immer darunter auch zu verstehen sein mag. Zudem haben zahlreiche außergewöhnliche Ereignisse und Wunder das Einwirken intelligenter außerkörperlicher Steuerungen zur Genüge kundgetan. Mögen sie auch nicht direkt messbar sein, weil sie materiellen Messgeräten nun einmal nicht zugänglich sind, so lässt ihre phänomenale Wirkung doch keine andere Erklärung zu als das Wirksam-Werden nicht-materieller Strukturen. Rein immanente Erklärungen greifen hier zu kurz. Dies zu verneinen, heißt, die Vielfalt der Realität des Geschehens in Raum und Zeit zu verkennen.

Somit ist schon rein aus dem Hinterfragen des Außergewöhnlichen die Vorstellung nicht-materieller Seiten der materiellen Strukturen geboten; dies vor allem auch für den Menschen, der in seinem Personkern nicht-materieller Natur ist. Diese Natur, auch Geistseele genannt, überdauert den

physischen Tod als Individualität in einer nicht-materiellen Welt und bildet somit die Grundlage der Sehnsucht nach dem Ewigen über den Tod hinaus. Das kann so verstanden werden, dass jeder einzelne Mensch, ja, jedes Wesen in der universalen geistigen Welt, die hinter allen Gebilden der Raum-Zeit steht, ein bestimmtes Strukturmerkmal besitzt, das die jeweilige Individualität in der Raum-Zeit bedingt und in der nicht-materiellen Welt auszeichnet.

Die Sehnsucht nach dem Ewigen im Blick auf den Tod verlangt aber nicht nur nach persönlichem Fortbestand, sondern auch nach einem erfüllten Leben. Darauf kann selbst die bildhafteste Deutung des Außergewöhnlichen keine stichhaltige Antwort geben. Hier steht man vor der Alternative, entweder in der Hoffnung zu bleiben, dass sich in der nicht-materiellen Welt des personalen Selbst Erfüllung einstellt, oder aber den Schritt zum Glauben hin zu wagen und Ausschau nach religiösen Botschaften zu halten.

Ewigkeitsempfinden und Hoffnung auf das Paradies

Von einem Leben nach dem Tode sprechen alle Religionen – die einen in Form der Wiedergeburt mit dem schlussendlichen Eintritt ins Absolute, die anderen in Form eines dauernden Kreislaufs oder einer Auferweckung am Jüngsten Tag. Im Christentum ist das Fortleben mit der Auferstehung Christi verbunden. Da ich die diesbezüglichen Aussagen der einzelnen Religionen in meinem Buch *Fortleben* ausführlich dargestellt habe, möchte ich an dieser Stelle nur auf jene Äußerungen eingehen, in denen die Sehnsucht nach dem Ewigen voll aufgegriffen wird.

Hier steht an erster Stelle die Aussage Christi zum rechten Schächer am Kreuz: „Heute noch wirst Du bei mir im Paradiese sein“ (Lk. 23,43). Jesus wusste, dass er und der Schächer nur noch wenige Stunden zu leben haben und ihr Körper begraben wird, allerdings nur der Körper. Der Schächer, der sich an Christus gewandt hatte, ging in den Himmel ein. Das besagt zweierlei: Um meine Sehnsucht nach dem Ewigen zu stillen, muss ich mich Christus anvertrauen. Selbst kann ich mich nicht erlösen. Vertraue ich mich Christus an, dann gehe ich im Tod in einem kontinuierlichen Bewusstsein in den Himmel ein. Der Mensch stirbt also nur dem Leibe nach. In seinem Personkern, seiner Geistseele, lebt er fort und erfährt die Erfüllung seiner Sehnsucht nach dem Ewigen in seiner ureigenen Individualität, die am Ende der Tage der materiellen Welt noch durch die Verklärung seines Leibes ausgezeichnet wird. So steht in der Präfation der Messe für die Verstorbenen: „Denn Deinen Gläubigen wird das Leben nicht genommen, sondern nur gewandelt, und wenn diese irdische Pilgerschaft zerfällt, wird ihnen im Himmel eine ewige Wohnung bereitet.“

Ewigkeitsempfinden und Lebensfreude

Diese Sicherheit des Ewigen im Selbst erfüllt den Menschen mit einer Lebensfreude und -dynamik bis ins hohe Alter. Wer dies in sich trägt, verfügt nicht nur über ein hohes Maß an Ausgeglichenheit, sondern sieht selbst beim Verlust einer geliebten Person über das Grab hinaus deren Weiterleben und kann das Liebesband damit verknüpfen. So endet mit dem Tod die Freundschaft nicht, sie reicht vielmehr in

das Ewige hinein und erweitert damit das eigene Bewusstsein um eine neue Dimension.

Die Freude des Ewigen über den Tod hinaus, muss allerdings durch die Hinwendung des Lebens auf Christus erworben werden: „Ich bin die Auferstehung und das Leben; wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er stirbt, und jeder, der lebt und an mich glaubt, wird in Ewigkeit nicht sterben.“ (Joh 11,25-26)

Dieser Glaube impliziert auch das Einhalten der göttlichen Gebote: „Wer mich liebt, wird mein Wort festhalten; mein Vater wird ihn lieben und wir werden zu ihm kommen, und bei ihm wohnen.“ (Joh 14,23)

Damit wird der Mensch schon im Jetzt verewigt, was ihm das Empfinden der Geborgenheit in Gott und somit der persönlichen Ewigkeit verleiht. Das führt zu einer Lebenshaltung, die von Weisheit gekrönt ist. Steht doch in Psalm 90: „Unsere Tage zu zählen lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz“. (Ps 90,12)

Dieses weise Herz erfüllt nicht nur das Innere, sondern bereichert auch die Umgebung. Damit ist allerdings der Wunsch, ewig zu sein, nicht schon erfüllt. Dazu bedarf es des Einstiegs in die Wohnungen des Jenseits: „Im Haus meines Vaters sind viele Wohnungen. Wenn es nicht so wäre, hätte ich euch dann gesagt: Ich gehe, um einen Platz für euch vorzubereiten?“ (Joh 14,2)

Diese Worte der Schrift sind letztlich deshalb von besonderer Bedeutung, weil damit die Auferstehung Christi angesprochen ist, an deren historischer Tatsache niemand

vorbeikommt. Sie untermauert in unübertroffener Weise die Verheißung Christi: „Wer glaubt, hat das ewige Leben." (Joh 6,47).

GLÜCKLICH

Das Leben in Ewigkeit ist jedoch nur dann erstrebenswert, wenn es mit *Glück* erfüllt ist. Bekanntlich wird Glück gekennzeichnet durch Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein sowie das Empfinden, geliebt zu werden und liebenswert zu sein. Wie sehr dies auch für den Augenblick zutrifft, das wahre Glück braucht den ewigen Lebenswert und die ewige Liebe. So sagt der Philosoph *Gabriel Marcel*: „Den Nächsten wahrhaft lieben, heißt, zu ihm sagen: Du wirst niemals sterben!" Dem füge ich noch hinzu: „In Dir nicht und in mir nicht", womit die Liebe und der persönliche Wert in das Ewige gehoben werden.

Glück und Liebe

Im Jenseits soll dieses Empfinden von Eigenwert und Liebe nach den Aussagen der Schrift noch um alles übertroffen werden: „Was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat, was keinem Menschen in den Sinn gekommen ist: Das Große, das Gott denen bereitet hat, die ihn lieben." (1 Kor 2,9)

Glück und beseligende Schau

Der Mensch ist nur dann mit Glück erfüllt, wenn keine Wünsche offen bleiben und er sich in Gott geborgen fühlt. Dieses Glück kann der Mensch nur ersehnen, nicht aber selbst verwirklichen, da es jenseits seiner Vorstellungen liegt und sich in einer beseligenden Schau (*visio beatifica*) verwirklicht, von der es nur Hinweise aus mystischen Erfahrungen gibt. So schreibt die heilige *Theresia von Avila*:

> „Da will unser guter Gott der Seele die Schuppen von den Augen wegnehmen, damit sie in bisher ungewohnter Weise

Einblick in die ihr erwiesene Gnade und Verständnis für sie bekommt. Während er sie durch eine Verstandesschauung in diese Wohnung einführt, treten vor sie ganz wahrheitsgetreu die drei Personen der Allerheiligsten Dreifaltigkeit in einer Liebensentflammung, die sich zuerst wie eine Wolke von überaus großer Klarheit im Verein mit diesen drei verschiedenen Personen auf ihren Geist niederlässt. Durch eine ihr zuteilgewordene wunderbare Erkenntnis sieht die Seele alsdann mit großer Gewissheit, wie alle drei Personen nur eine Wesenheit, eine Macht, ein Wissen und ein Gott sind. Sie sieht dies in einer Weise, dass man sagen kann, sie erkenne das, was wir sonst durch den Glauben festhalten, durch Schauen, obwohl sie weder mit den Augen des Leibes noch auch, da die Schauung keine bildhafte ist, mit den Augen der Seele etwas sieht. Alle drei Personen teilen sich ihr hier mit, sprechen zu ihr und erschließen ihr das Verständnis jener Worte des Evangeliums, die der Herr gesprochen: ‚Er und der Vater und der Heilige Geist werden kommen und Wohnung nehmen in der Seele, die ihn liebt und seine Gebote hält'."

(*Seelenburg, 1952, S. 202–203*)

Glück und Liebeseinheit mit dem Dreifaltigen Gott

So kann die Sehnsucht, ewig und glücklich zu sein, nur als ein von Gott in die Seele des Menschen eingegossenes Verlangen nach dem Ewigen verstanden werden. Eine Vorahnung davon kann der Mensch schon im Jetzt erfahren, wenn er sich einbezogen fühlt in die Liebe des Dreifaltigen Gottes und darin seinen ewigen Wert erfährt. Diese Vereinigung mit Gott hat *Johannes vom Kreuz* im Kommentar zu seinem *Gesang der Seele* in anschaulichen Bildern beschrieben:

„Wenn die Seele sich ganz entflammt fühlt in der Vereinigung mit Gott, wenn ihr Geschmacksinn ganz durchflossen ist

von seliger Liebe, ja bis ins Innerste ihres Wesens mit einem Übermaß von Wonne ganze Ströme von Seligkeit fluten, wenn sie fühlt, wie aus ihrem Innern Ströme lebendigen Wassers hervorbrechen, die nach den Worten des Sohnes Gottes von solchen Seelen ausgehen, so kommt es ihr vor, sie sei schon so wirksam in Gott umgewandelt, so mächtig von ihm ergriffen und so überreich mit Gaben und Vorzügen ausgestattet, dass nur mehr ein leichtes und dünnes Gewebe sie von der ewigen Seligkeit trennt. Und weil sie sieht, dass diese zarte, in ihr brennende Liebesflamme jedes Mal, wenn sie von ihr ergriffen wird, sie gleichsam verklärt in süßer und innig beglückender Seligkeit, so ist sie bei jedem Einwirken dieser verzehrenden Flamme der Meinung, es werde das Gewebe des irdischen Lebens zerrissen und sie gelange in den Besitz der ewigen Seligkeit und des ewigen Lebens. Und weil nur so wenig fehlt und die Seele durch dieses Hindernis vom wirklichen Besitz der Seligkeit getrennt ist, so spricht sie in heftigem Sehnsuchtsdrang zur Flamme, d.h. zum Heiligen Geiste, er möge doch ihr sterbliches Leben bei dieser süßen Begegnung beendigen und ihr wirklich einmal die volle und ganze Beseligung verleihen, die er ihr bei seiner Begegnung nur scheinbar gewähren und verleihen will."

(*Lebendige Liebesflamme, 1952, S. 6–7*)

Unio mystica

Damit ist das Ewigkeitsempfinden angesprochen, das die Vollendung für immer vollendet wünscht. Die *Unio mystica* bleibt daher nur ein Vorgeschmack der endgültigen Glückseligkeit. Wer diesen Vorgeschmack erfährt, lebt selbst im Diesseits schon im Jenseits der persönlichen Lebensfreude.

Glück und Einheit aller

Die zu erwartende Einheit im Jenseits beschreibt Jesus im Hohepriesterlichen Gebet: „Dass alle eins seien, wie du, Vater, in mir und ich in dir. Ja, dass auch sie in uns seien." (Joh 17,21)

Bis dahin harrt der Mensch auf seine letzte Erfüllung, wie *Augustinus* sagt: „Unruhig ist des Menschen Herz, bis es Ruhe findet in Dir!" (Conf. I,1)

Geborgenheit in Gott

Fürwahr, die eigentliche Vollendung und Glückseligkeit erfährt der Mensch nur in der Geborgenheit in Gott. Nur dort kann das Selbst sich in voller Freiheit zu jenem Abbild entfalten, das Gott von Anbeginn der Schöpfung als Ureigenheit des einzelnen Menschen entworfen hat. Diese Vollendung beschreibt *Theresia von Avila* mit folgenden Worten:

> „Der Herr will, wie mir scheint, das Gold verzieren, das er durch seine Gaben schon zubereitet und geprüft hat, um zu sehen, welchen Wert die Liebe der Braut besitzt. Auf die mannigfachste Weise arbeitet er daran, wie die bis zu diesem Stande erhobene Seele selbst darüber Aufschluss geben kann. Die dem Golde ähnliche Seele ist in dieser Zeit (gleichsam) ohne Leben und untätig für sich selbst wie das natürliche Gold; sie lässt sich so gestalten, wie es der Goldarbeiterin, der göttlichen Weisheit, gefällt. Diese freut sich, die Seele in dieser Gestaltung zu sehen, weil es so wenige gibt, die mit solcher Kraft Gott lieben... Die Liebe der Seele und die Liebe Gottes werden hier eins." (*Seelenburg, 1952, S. 285*)

In dieser Geborgenheit in Gott gelangt das Selbst somit zu seiner höchsten Vollendung. Denken und Wollen erübrigen

sich, denn das irdische Messen hat ein Ende, da die Liebe alles umfasst.

In meinem gesamten Leben, sei es als Kind, beim Studium, in der Wissenschaft, in meiner psychotherapeutischen Praxis wie in meiner weltweiten Begegnung mit Studenten und Menschen aller Schichten und Berufe, machte ich stets die Feststellung, dass alles Streben des Menschen in zwei Sätze zusammengefasst werden kann:

Nach außen sucht der Mensch in all seinem Fühlen, Denken und Handeln
Anerkennung und Geborgenheit.

In seinem Innern wünscht er nichts sehnlicher, als
ewig und glücklich zu sein.

Wo immer ich nämlich nach außen in Erscheinung trete, setze ich mich dem positiven und negativen Urteil der Umgebung aus. Finde ich dabei Anerkennung, erhöht sich mein Selbstbewusstsein. Ist die Anerkennung auch noch mit Wohlwollen verbunden, gesellt sich Geborgenheit dazu, die für ein gesellschaftliches Zuhause unabdingbar ist, ist doch Geborgenheit das sorgen- und gedankenfreie Wohlempfinden des Menschen.

Während wir in unserem Bezug zu Welt und Mensch stets nach Anerkennung und Geborgenheit streben, brennt in unserem Innern die Sehnsucht nach Ewigkeit und Glück. Diese Sehnsucht ist das tiefste und universalste Streben des Menschen. So habe ich in meinem ganzen Leben keinen Menschen getroffen, der nicht ewig und glücklich sein wollte. Selbst Atheisten und Selbstmörder bilden hier keine Ausnahme, wie ich in meiner psychotherapeutischen Praxis zur Neige erfahren habe.

In diesem Buch wird erstmals die Grunddynamik von Anerkennung und Geborgenheit, verbunden mit der Sehnsucht, ewig und glücklich zu sein, aus den Lebenserfahrungen aufgezeigt, die allgemein gültig sind und das konkrete Leben des Menschen kennzeichnen.

Dr. Dr. P. Andreas Resch, Prof. em. der Accademia Alfonsiana, Päpstliche Lateran-Universität, Rom, ist Mitglied des Redemptoristenordens (CSsR), Leiter des Instituts für Grenzgebiete der Wissenschaft (IGW) in Innsbruck, Inhaber des Resch Verlages, Autor mehrerer Bücher, Herausgeber der Zeitschriften *Grenzgebiete der Wissenschaft* und *ETHICA* sowie mehrerer Schriftenreihen.

Titelbild: „Geborgenheit" von Johanna Herrmann

ISBN 978-3-85382-092-6

RESCH VERLAG, A-6010 INNSBRUCK, MAXIMILIANSTR. 8, PF. 8
Tel. (0512) 574772, Fax (0512) 574772-16
E-Mail: info@igw-resch-verlag.at http://www.igw-resch-verlag.at/