

Herausforderungen des Neidgefühls und seine Verarbeitungen

Prof.Dr.med. Ulrich Streeck, Göttingen

Plenarvortrag, 23. April 2007, im Rahmen der
57. Lindauer Psychotherapiewochen 2007 (www.Lptw.de)

Einleitung

Neid ist böse, gefährlich, giftig. Neid ist hässlich und Neid macht hässlich. Mal ist Neid blass, mal gelb, mal grün, mal beides zusammen, wie die Farben der Galle. Wer neidisch ist, diskreditiert sich selbst, stellt sich ins moralische Abseits. „Ich will mit dem Neid nichts zu tun haben, denn er hat nichts gemein mit der Weisheit“, so einst der König Salomo.

Selbst Gefühle wie Verachtung und Hass können mit Verständnis rechnen, aber Neid? Neid muss lange suchen, um Fürsprecher zu finden. Verwandte Gefühle wie Eifersucht haben ihre Verteidiger, Neid aber steht von vornherein im Abseits.

Neid – so konnte man vor einiger Zeit in einer Predigt zum neunten und zehnten Gebot „Du sollst nicht begehren ...“ lesen (Szarek 2002) -

Neid ist „ein furchtbares, das Menschenherz zerfleischendes Ungetüm“, „ein Fäulnisherd in unserem Herzen, der unser ganzes Leben vergiftet“, „Unkraut, das entfernt werden muss“.

Die Fresken von Giotto in der Arenakapelle in Padua, die um etwa 1300 entstanden sind, stellen Neid, Invidia, als verhärmte alte Frau dar (*Folie*), verzehrt von Flammen, die an ihr empor züngeln, aller Leben spendenden Attribute weiblicher Fruchtbarkeit beraubt. Aus dem Mund ragt dem Weib an Stelle der Zunge eine Schlange, die sich gegen die Augen der Alten krümmt und ihr den Blick verstellt. In-vidia, das ist der Un-Blick, Verneinung des Sehens, der scheele Blick.

Und für Platon war eine der wichtigsten Aufgaben des Staatsmannes, den Neid aus der Polis zu verbannen.

Gliederung

Damit sind die drei Dimensionen von Neid benannt, in denen im Folgenden vom Neid die Rede sein soll (*Folie*): eine ethisch-religiöse, eine psychologische, auf der der Schwerpunkt liegen soll, und eine sozialpolitische Dimension. Dabei wird sich auch zeigen, dass es eine Tendenz gibt, Neid zu dämonisieren. Abschließend will ich dann noch einige häufiger empfohlene Heilmittel gegen Neid erwähnen.

Beginnen will ich aber mit strukturellen Aspekten von Neid, mit „Neidbedingungen“.

„Neidbedingungen“

Neid ist ein komplexes Geschehen.

Neid ist unangenehm, ein negatives Gefühl. Neid zersetzt und verzehrt. Die Affektforschung hat zum Thema Neid erstaunlich wenig beigetragen (Krause; pers. Mitteilung). Im „Handbook of Emotions“ (2000) findet sich auf über 700 eng bedruckten Seiten nur eine einzige kurze Erwähnung in einem Nebensatz. In anderen Standardwerken – etwa in der „Psychiatrie der Gegenwart“ oder in den über 1200 Seiten umfassenden „Psychischen Erkrankungen“ von Berger wird Neid nicht ein einziges Mal erwähnt.

Einige verbinden mit Neid ein trauriges Gefühl. Andere beschreiben Neid als Hass. Wieder andere nennen Neid ein komplexes Gemisch aus Schmerz, Wut, Selbstzweifel und Trauer. Melanie Klein spricht von Neid als von einem „ärgerlichen Gefühl“, verbunden mit dem Impuls, der anderen Person ihren Besitz wegzunehmen oder zu verderben. In der Kleinianischen Psychoanalyse ist Neid immer destruktiv.

Aber Neid ist mehr als nur ein Gefühl und ein Handlungsimpuls. Neid ist gegen eine andere Person gerichtet und zieht den Neider selber in Mitleidenschaft. Neid will schädigen und schadet.

„Nid“, so Friedhelm Decher in seinem Buch „Das gelbe Monster“ (*Folie*) bedeutete im Mittelhochdeutschen Anstrengung oder Eifer, bezog sich zwar vornehmlich auf kämpferische Auseinandersetzungen, galt aber auch als Tugend, nicht nur als destruktive Kraft.

Bei Hesiod, der um 700 vor Christus gelebt hat, heißt es: „Der Töpfer grollt dem Töpfer und der Zimmermann dem Zimmermann, es neidet der Bettler den Bettler und der Sänger den Sänger“ (zitiert nach Decher 2005). Und ganz ähnlich schreibt der britische Arzt Bernard Mandeville in der 1714 (2002) erschienenen „Bienenfabel“ (*Folie*): „Wenn einer, der zu Fuß gehen muss, einen großen Mann beneidet, weil er sich einen Wagen mit sechs Pferden hält, so wird dies nie mit der Heftigkeit geschehen oder ihm den Verdruss bereiten wie einem Manne, der selbst einen Wagen hat, aber sich bloß vier Pferde leisten kann“. Hesiod wie Mandeville nehmen nicht nur auf das Gefühl, sondern nehmen auf eine soziale Situation Bezug, auf ein Verhältnis *zwischen* Personen, von Neider und Beneidetem.

Erhellende Differenzierungen findet man bei Aristoteles – auch zum Neid. Aristoteles unterscheidet drei Unlustempfindungen (*Folie*): Neid, Nemesis und Eifer. Nemesis, der gerechte Unwillen, ein begründetes

Gefühl von Kränkung, von Herabsetzung des Selbstwertgefühls, stellt sich gegenüber demjenigen ein, der über Güter oder Vorzüge verfügt, die ihm nicht zustehen oder derer er nicht würdig ist. Neid wird hingegen wachgerufen, *weil* die andere Person im Besitz von bestimmten Gütern oder Vorzügen ist, auch dann, wenn man selber diese Güter gar nicht erlangen kann, die ihr nicht gegönnt werden; andere nennen das Missgunst. Von Nemesis und Neid unterschieden, aber damit verwandt ist für Aristoteles der Wetteifer, der ebenfalls aus der Wahrnehmung von Differenz resultiert, im Unterschied zum Neid sich aber nicht damit begnügt, der anderen Person ihre Vorzüge zu missgönnen, sondern darauf aus ist, selber zu erreichen, was die andere Person schon hat; manche sprechen in diesem Fall von „glühendem Neid“, dem unbändigen Bestreben, selber haben zu wollen, was die andere Person hat. Während sich Missgunst darin verzehrt, der anderen Person etwas nicht zu gönnen, treibt der glühende Neid zu eigener Aktivität an.

So gründet Aristoteles seine Unterscheidung nicht alleine auf Gefühlsqualitäten, sondern auf Besonderheiten des Verhältnisses zu der anderen Personen und auf die Handlungsbereitschaften, die ihr gegenüber geweckt werden.

Wenn wir von Neid sprechen, beziehen wir uns immer auch auf ein Verhältnis zwischen Personen (Streeck 2004, 2007). Man kann sich über sich selbst freuen, man kann von sich enttäuscht sein, man kann sich selbst hassen, aber wir würden nicht sagen, dass wir auf uns selbst neidisch sind. Neidisch nennen wir eine Person, die sich ins Verhältnis setzt zu einer anderen Person, die sich vergleicht und die an der anderen Person Umstände zu erkennen meint, die ihr erstrebenswert erscheinen, an denen es ihr selber aber mangelt.

So sind Neid und Missgunst an mehrere *Bedingungen* geknüpft (**Folie**):

- an die Wahrnehmung einer anderen Person, an ein Verhältnis somit von Selbst und Anderem,
- an den Vergleich mit dieser anderen Person,
- an eine Differenz, die dabei zutage tritt,
- an einen materiellen oder immateriellen Besitz der anderen Person, der potentiell erreichbar erscheint,
- an das schmerzliche Erleben, über diesen Besitz selber nicht zu verfügen und
- an ein damit verbundenes Gefühl von unbilliger, ungerechter Benachteiligung
- und an die unbewusste Fantasie von einem Objekt, das durch ungerechte Verteilung von Gütern benachteiligt (Laverde-Rubio 2004).

Bewegen sich die Attribute der anderen Person weit jenseits jeder Erreichbarkeit, halten sich Neidgefühle in Grenzen. Hat die andere Person aber *erreichbar mehr* als man selber von dem Gleichen hat, sechs und nicht nur vier Pferde, kann der Neid heftig sein. Das Glück, das wir bei anderen erkennen zu meinen, so der Philosoph David Hume im Hinblick auf den mit Neid und Missgunst immer verbundenen *Vergleich*, lässt uns unser eigenes Unglück größer erscheinen; das Unglück der anderen Person steigert unser Gefühl von Glück. Und der französische Moralist LaRochefoucauld meinte, dass wir deshalb „in dem Unglück selbst unserer besten Freunde“ „immer etwas finden, was uns nicht missfällt“.

Neid – eine Hauptsünde. Zur ethischen und religiösen Dimension

Vom Neid ist in allen Religionen die Rede. Die Ethnologen Foster und Mahoney gingen so weit zu behaupten, dass es keine Gesellschaft und keine Kultur gebe, in der nicht Neid ein wichtiges Thema sei. Nicht zuletzt durchzieht das Thema Neid die gesamte Philosophiegeschichte – von den Vorsokratikern bis zur Gegenwart.

Ich beginne also mit der Religion.

Schon in der Bibel gibt es einschlägige Neidgeschichten: der erste Mensch, der außerhalb des Paradieses geboren wurde, Kain, scheitert an seinem Neid: Weil der Herr Kains Opfergabe weniger hoch schätzt als das Lammopfer seines Bruders Abel, erschlägt Kain seinen Bruder. Joseph, der Lieblingssohn Jakobs, wird von seinen Halbbrüdern aus Neid und Eifersucht in eine Zisterne geworfen und an Sklavenhändler verkauft.

Neidisch zu sein gilt als Tribut an den Teufel, oftmals auch die Neigung bei anderen Neid zu erregen. Johannes Chrysostomos, um 400 Erzbischof von Konstantinopel, geißelte Neid als Übel, das die Seele martert, den Körper verdorren lässt, hohläugig macht, blass und dürr, und den Leib zerfrisst wie die Motte ein Kleid.

Seit über 1400 Jahren, seit Papst Gregor dem Großen (**Folie**), zählt Neid zu den sieben *Hauptsünden*, den Lastern, aus denen die *Todsünden* erwachsen, die selbst im Fegefeuer nicht abgebußt werden können.

In allen großen Religionen wird Neid geächtet, nicht nur in der christlichen: „Wenn die Liebe das Herz durchströmt“, heißt es in einem islamischen Text von Sheikh Nazim Al-Qubrusi (1982): „... vertreibt sie daraus den Neid ... Jede wahre Religion muß dem Gläubigen zeigen, wie er dem Neid die Wurzel ausreißen kann, denn der Neid ist eine der schlimmsten Eigenschaften des Egos (Nafs); so schlimm, dass er die „Mutter der Sünden“ genannt wird ... Wenn man, anstatt Wasser, Säure über einen jungen Wurzeltrieb gießt, wird die Pflanze dann gedeihen? Wohl kaum! Das Pflänzlein wird eingehen, vernichtet werden; und noch viel schädlicher als für den jungen Sproß die Säure ist für den Glauben der Neid.“

Schon die Götter der Antike waren neidisch, und die Sterblichen mussten sorgsam darauf bedacht sein, ihren Neid, der als Dämon auftrat, nicht zu erregen, galt doch als furchtbarste Waffe eines neidischen Dämons dessen „böser Blick“ (Ritter, Gründer 1984).

In abergläubischen Teilen der arabischen Welt gibt es unzählige Rituale, die vor diesem bösen Blick, vor Neid schützen sollen.

So wird in dem Rundbild von Hieronymus Bosch, „die Sieben Todsünden“ (*Folie*), „Neid“ als Ensemble von missgünstigen Blicken dargestellt (*Folie*).

Auch die Tiere sind von der Todsünde nicht verschont: Ein Hund, der schon zwei Knochen hat, giert nach einem dritten, und der andere Hund scheint seinem Artgenossen die Beute zu neiden.

In Dantes „Göttlicher Komödie“ sind den Neidischen im Fegefeuer die Augen mit Drähten zugenäht, so dass ihr scheeler Blick niemanden treffen kann.

Andere Strafen für Neid sind nicht minder fürchterlich. In der Darstellung der Hölle von Hieronymus Bosch in dem gerade erwähnten Rundbild (*Folie*) gieren Hunde danach, sich gefräßig über die Neidischen herzumachen.

Zur psychologischen Dimension von Neid

Als die Königin eines Morgens wieder einmal den Spiegel befragt (*Folie*): „Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“, muss sie hören, dass es jemanden gibt, die noch tausendmal schöner ist als sie, Schneewittchen, die inzwischen siebenjährige Tochter der verstorbenen ersten Frau des Königs. „Da erschrak die Königin und ward gelb und grün vor Neid. Von Stund an, wenn sie Schneewittchen erblickte, kehrte sich ihr das Herz im Leibe herum, so haßte sie das Mädchen.“

Die Kränkung, nicht mehr die unbestritten Schönste im Land zu sein, ist so unerträglich, dass sie dem Jäger befiehlt, Schneewittchen zu töten und ihr Lunge und Leber des Mädchens zu bringen: „Der Koch mußte sie in Salz kochen, und das boshafte Weib aß sie auf und meinte, sie hätte Schneewittchens Lunge und Leber gegessen“, nicht wissend, dass der Jäger das Mädchen verschont und ihr die Eingeweide eines Frischlings gebracht hatte.

Als sie aber erfährt, dass ihre schöne Stieftochter lebt, treibt bohrende Missgunst sie umher und drängt sie zu wiederholten Mordversuchen in der Hoffnung, mit der Beseitigung des beneideten Objekts ihr beschädigtes Selbstwertgefühl reparieren zu können. Bekanntlich überlebt Schneewittchen die Anschläge.

Als Schneewittchen heiratet, will die Stiefmutter das Glück der schönen jungen Frau, die sie so neidvoll hasst, eigentlich gar nicht sehen; gegen ihren Willen treibt es sie dennoch zu dem Fest. Die Ambivalenz des Blickes aus den Augenwinkeln, des scheelen Blicks, In-video, will das Neidobjekt nicht sehen müssen, kann sich aber von dessen Anblick nicht losreißen.

Die Strafe für destruktiven Neid ist auch hier grausam: Bei dem Hochzeitsfest „waren schon eiserne Pantoffeln über Kohlenfeuer gestellt und wurden mit Zangen hereingetragen und vor sie hingestellt. Da mußte sie in die rotglühenden Schuhe treten und so lange tanzen, bis sie tot zur Erde fiel.“

Wie bei Schneewittchen nehmen Neid und Missgunst ihren Ausgang häufig in einem Kreis von Menschen, die nahe miteinander verbunden, aber zugleich voneinander getrennt sind. Insbesondere die Familie scheint für Neid eine erste Adresse zu sein. Eltern sagen selten, dass sie ihre Kinder beneiden und auch Kinder sprechen ihren Eltern gegenüber nicht von Neid. Unter Geschwistern allerdings blühen Neid und Eifersucht (*Folie*).

Verena Kast (1998) hat verschiedene interpersonelle Konstellationen von Geschwisterneid anschaulich beschrieben. Auch in den Untersuchungen, die Zander (1977) schon vor 30 Jahren mit Hilfe von Röntgenaufnahmen bei Ulcuskranken gemacht hat, war es unbewusster „Neidärger“, insbesondere im Kontext von Geschwisterneid, der mit deutlichen pathophysiologischen Reaktionen im Magen- und Zwölffingerdarmbereich einhegt.

Kain erschlägt aus Neid seinen Bruder Abel. Josef wurde von seinen Halbbrüdern gehasst. Weil in Schillers „Räubern“ Karl vom Vater scheinbar mehr geliebt wird, hasst Franz seinen älteren Bruder mit unstillbarem Neid. Im Geschwisterneid ist das als ungerecht erlebte Objekt keine Fantasie, sondern es sind die realen Eltern, die erlebt werden, als verteilten sie ungerecht - zum Nachteil des Neiders.

Einer Umfrage zufolge wird Neid unter Geschwistern noch am ehesten eingestanden. Unklar ist, ob Neid unter Geschwistern tatsächlich häufiger ist als anderswo, oder ob unter Geschwistern nur deutlicher zutage tritt, was andernorts im Verborgenen gehalten wird.

Versteht man den Blick der Stiefmutter-Königin in den Spiegel als selbstreflexiven Akt, ist es die momentane, das Selbstwertgefühl herabsetzende Erkenntnis, *im Vergleich* ohnmächtig unterlegen zu sein, die mörderischen Neid nach sich zieht: Wenn sie selber schon nicht oder nicht mehr hat, was sie begehrt, soll das auch niemand anders haben, schon gar niemand, der ihr nahe ist. Solcher verzehrende Neid ist ruhelos, brennt, treibt um und zielt nicht, wie der aristotelische Wettstreit, darauf hin, selber erlangen zu wollen, was die andere Person hat. Vielmehr soll die andere Person das geneidete Gut nicht haben – und sei es, dass die Person zum Verschwinden gebracht werden muss. In einem Aphorismus von Friedrich Nietzsche heißt es : „Diesem gelingt *Etwas* nicht; schließlich ruft er empört aus: so möge doch die ganze Welt zu Grunde gehen ... weil ich *Etwas* nicht haben kann, soll alle Welt *Nichts* haben! Soll alle Welt *Nichts sein!*“

Mit dem Vernichtungswunsch mag sich die unbewusste Fantasie verbinden, sich anzueignen, was sich im Besitz der beneideten Person befindet, so wie die Königin - so darf man vielleicht interpretieren - sich die vitale Verbindung zum Leben und der Liebe einverleiben will, indem sie sich, in einem anthropophagen Akt die Vitalität der jüngeren und schöneren Stieftochter zu inkorporieren versucht.

Wenn in der Kleinianischen Psychoanalyse von Neid die Rede ist, ist in erster Linie solch destruktiver Neid gemeint.

Auch für den Begründer der Psychoanalyse war Neid ein wichtiges Thema. Freud hatte seine Theorie der weiblichen Entwicklung auf die Annahme von Neid gegründet, Penisneid (z.B. 1919). Er war der Auffassung, dass das kleine Mädchen die eigene körperliche Ausstattung als Mangel erlebt, den der beneidete Penis ausgleichen soll. Die vermeintliche körperliche Unvollkommenheit gehe, so hatte Freud gemeint, mit Feindseligkeit sowohl gegenüber denen einher, die über dieses narzisstisch hoch besetzte

Organ verfügten als auch gegenüber der Mutter, die für den eigenen körperlichen Mangel verantwortlich gemacht werde. Dabei konnte Freud allerdings die gesellschaftliche Bedingtheit seiner Beobachtungen und den Umstand nicht sehen, dass weibliche Feindseligkeit nicht eine Folge

von Penislosigkeit als vielmehr der benachteiligten gesellschaftlichen Stellung von Frauen geschuldet war.

Bei Melanie Klein wird Neid zu einem zentralen Konzept. Melanie Klein war eine Schülerin von Karl Abraham, der Neid mit oral-sadistischen, gefräßigen, zersetzenden, bissigen Triebimpulsen in Verbindung gebracht hat – wie der Vampir, der sich aus dem Blut von Lebenden speist. „Neid“, so schreibt Melanie Klein (1957) in ihrer berühmten Arbeit „Neid und Dankbarkeit“ (*Folie*), „... geht auf die früheste ausschließliche Beziehung zur Mutter zurück ... Neid ... strebt auch danach, Böses, vor allem ... böse Teile von sich selbst, in die Mutter, d.h. in erster Linie in ihre Brust hineinzutun, um sie zu verderben und zu zerstören“ (S. 175). Die mütterliche Brust ist – so Melanie Klein - das erste beneidete Objekt; das Kind habe „das Gefühl ..., dass sie – die mütterliche Brust - alles besitzt, was es begehrt, und dass sie über einen unbegrenzten Strom von Milch und Liebe verfügt, den sie für ihre eigene Befriedigung zurückhält“ (S. 175).

Freud hatte in dem Neugeborenen ein Bündel libidinöser und aggressiver Triebimpulse, von Eros und Todestrieb gesehen. Bei Melanie Klein ist an die Stelle des Todestriebs zerstörerischer Neid getreten, der eine konstitutionelle Grundlage haben und soll unter der Erfahrung von Abwesenheit der Mutter bzw. der versorgenden mütterlichen Brust geweckt wird. In der Folge projiziert der Säugling alles Böse in die mütterliche Brust und vernichtet auf diesem Weg in der Fantasie das gute, Leben spendende Objekt, das so zu einem bösen Objekt gemacht wird (Sandell 1993, S. 10). Um diese Kleinianische Auffassung von Neid anschaulich zu machen, zitiert Adrienne Harris (2001) aus einem Gedicht aus dem 14. Jahrhundert von Piers Plowman. Dort wandern ein gieriger und ein neidischer Mann durch den Wald und treffen eine Elfe. Die Elfe verspricht, einem von ihnen einen Wunsch zu erfüllen, allerdings unter der Bedingung, dass der andere das Doppelte bekommt. Der Gierige entscheidet zuerst, nämlich, *der andere* möge seinen Wunsch nennen. Der Neidische überlegt und sagt dann zu der Elfe: „Mach mich auf einem Auge blind“. Neid, so die Botschaft, ist eine maligne Form angeborener Aggression und zielt auf Zerstörung des guten Objekts.

Neid wird hier weitgehend gleichgesetzt mit Aggressivität, genauer: mit Destruktivität, im Zirkelschluss ist Neid immer aggressiv bzw. destruktiv. Weil postuliert wird, dass Neid destruktiv ist, will, wer neidisch ist, einfach deshalb zerstören.

Ist Neid aber *immer* destruktiv?

Im Falle von Schneewittchens Stiefmutter sind es zwei besondere Umstände, die den Neid so zerstörerisch machen: zum einen ist das Selbstwertgefühl der Königin an körperliche Schönheit gebunden, an einen Besitz, der durch eigene Anstrengung nicht erlangt oder wiedererlangt werden kann; schon der Altersdifferenz wegen wird sie nie mehr die unbestritten Schönste im Land sein können. Zum anderen will die Stiefmutter nicht einfach etwas haben, was eine andere besitzt, sondern sie will das als Einzige besitzen. Erst solche narzisstischen Bedingungen machen – wie bei Schneewittchen - Neid destruktiv.

Auch Salieri, Kammerkomponist am Hof Kaiser Josephs II., wird in dem Theaterstück „Amadeus“ von Peter Shaffer und in der Verfilmung von Milos Forman als wenig begabte, destruktiv-neidische Person dargestellt, wie die folgende kurze Sequenz zeigt. Hier tritt zugleich ein interpersoneller Aspekt hervor: nicht nur der Neid Salieris, sondern auch das taktlos Neid weckende Verhalten von Mozart, der den Hofkomponisten öffentlich demütigt.

Salieri hatte zum Empfang Mozarts bei Hofe ein kleines Stück geschrieben. Am Ende der Audienz fordert der Kaiser Mozart auf, das Stück doch einmal zu spielen und will ihm das Notenblatt geben.

(Filmsequenz)

In einer sozialisierten Variante äußert sich destruktiver Neid als Schadenfreude. „Schadenfreude ist die schönste Freude“, weiß der Volksmund. Schön, so darf man annehmen, deshalb, weil der Neid hier nicht schädigen muss, sondern mit ansehen kann, wie der Beneidete sich selber schadet.

Besinnt man sich auf die aristotelische Unterscheidung von Nemesis, Neid und Eifer, von Gerechtigkeitssinn, Missgunst und glühendem Neid, legen sich Zweifel nahe, ob die Engführung, die Neid mit destruktivem Neid gleichsetzt, nützlich ist, selbst wenn sie zur Erklärung mancher psychopathologischer Phänomene – etwa des destruktiven Narzissmus – fruchtbar ist. Die Behauptung, dass Neid immer destruktiv sei und bereits das Seelenleben des Säuglings bestimmt, ist eher geeignet, zur Dämonisierung von Neid beizutragen und die Abwehr von Neid, auf die ich jetzt zu sprechen kommen möchte, umso notwendiger zu machen.

Neidabwehr

Wo man im Alltag Neid eingesteht, ohne dabei Scham zu empfinden, ist meist nicht Neid, sondern Bewunderung gemeint: „Beneidenswert“ gilt als Ausdruck hoher Anerkennung. Wir sorgen gut dafür, uns als nicht-neidische Personen wahrnehmen zu können, während wir den Neid von anderen umso leichter erkennen – oder sollte man sagen: umso leichtfertiger unterstellen? „Neidisch sind immer nur die anderen“, so stellt treffend der Titel eines Buches von Haubl die projektive Abwehr von Neid in den Vordergrund.

Neid und Missgunst zu projizieren, erlaubt mir, mich selbst frei von Neid fühlen zu können, allerdings oftmals um den Preis großer Angst vor dem Neid von anderen. Unter Umständen bedarf es dann vielfältiger Vorsorgemaßnahmen, um den an der eigenen Person nicht wahrgenommenen, Anderen umso nachhaltiger zugeschriebenen Neid nicht zu wecken.

Im Unterschied zu den Deutschen werden die Amerikaner oft für wenig neidisch gehalten, weil sie ihren Besitz angeblich weniger verbergen. Dies als Beleg dafür zu interpretieren, Amerikaner seien nicht neidisch, geht an der Sache vorbei. Es gibt große kulturelle Unterschiede im Hinblick auf display rules (Hochschild 1983) von Neid, die Regeln also, die dessen öffentliche Darstellung vorgeben. Während es bei uns als taktlos gilt, mit seinem Besitz zu prahlen, und mehr oder weniger verpönt ist, Neid zu wecken, gilt es in einigen Teilen der amerikanischen Gesellschaft als verpönt, sich neidisch zu zeigen. Die Verliererin im öffentlichen Wettbewerb strahlt und umarmt scheinbar voller Mitfreude die siegreiche Rivalin. Das ist eine kulturelle Norm, kein Ausdruck von Neidfreiheit, eine kulturelle Norm, die im Übrigen auch in Amerika nur sehr eingeschränkt gilt.

Projektion von Neid ist nicht das einzige Mittel, mit dem wir sicherstellen, uns als nicht-neidische Personen wahrnehmen zu können. Die Abwehr von Neid kann sich auf jede der verschiedenen „Neidbedingungen“ richten: auf die Wahrnehmung der anderen Person, auf die eigene, auf den Vergleich, auf die Feststellung von Unterschieden, auf die begehrten Eigenschaften des Anderen und auf das eigene Gefühl.

Als wir 15 oder 16 waren, gab es zwei oder drei Mädchen in unserem Jahrgang, die wir besonders toll fanden. Als wir mit ansehen mussten, wie die sich mehr für Jungen des Abitursjahrgangs interessierten, waren wir uns schnell einig, dass die „zwar ganz gut aussahen, aber im Grunde ziemlich blöd“ waren. Das machte die Zurückweisung für den Moment erträglicher, zumindest solange es uns gelang, zu glauben, was wir uns da einzureden versuchten. Solche Entwertung und Verachtung des begehrten Objekts oder bestimmter seiner Eigenschaften, auf die sich der Neid richtet, ist ein verbreitetes Mittel, um Neidgefühle nicht aufkommen zu lassen – so wie in der Fabel des griechischen Dichters Äsop der Fuchs, der nicht an die über ihm hängenden Trauben herankommt, diese zurückweist, weil sie sowieso sauer seien.

Um bei den adoleszenten Geschichten zu bleiben: damals war ein Thema mancher Gespräche auf dem Schulhof, warum wohl einige Mädchen, die von den Jungen eher weniger beachtet wurden, Freundinnen hatten, die der Schwarm aller zu sein schienen. Erst viel später ist manchen von uns

verständlich geworden, dass man seinen Neid auch abwehren kann, indem man sich mit dem Objekt identifiziert, dessen begehrte Eigenschaften man selber nicht besitzt. Identifikatorisch bringe ich mich in der Fantasie in den Besitz dessen, was ich nicht habe, auf diese Weise Differenz nivellierend. Neid abwehrend kann ich mich zugleich in Bescheidenheit und Selbstlosigkeit üben, geschätzten Tugenden.

Wie Identifikation, altruistische Abtretung, Bescheidenheit und Selbstlosigkeit verspricht auch das Verschmelzen mit dem Objekt, das fantasierte Einswerden, sich neidfrei fühlen zu können.

Scheinbar in eine entgegengesetzte Richtung weisen Idealisierung und Bewunderung, wird damit doch der Abstand zum beneideten Objekt noch vergrößert. Das ist der Grund, warum Bewunderung, die auf Idealisierung zurückgeht und der Neidabwehr dient, leicht so übertrieben wirkt.

Schwerer sind die Spuren abgewehrten Neides in manchen Formen masochistischer Selbsterniedrigung zu erkennen. Elisabeth Bott-Spillius (2001) spricht von „omnipotenter Hilflosigkeit“: das in Szene gesetzte Leiden eines Patienten besteht trotz aller therapeutischen Bemühungen unverändert fort. Niemand vermag es zu mildern, zumal nicht das beneidete Objekt. Dabei muss der leidvolle Zustand aufrecht erhalten bleiben, weil er dokumentiert, dass der Therapeut als Objekt des abgewehrten Neides, nichts bewirkt, als hilfreiches Objekt offenkundig wertlos. So kann der zu Grunde liegende Neid unentdeckt bleiben.

Ganz ähnlich können die Umstände bei negativen therapeutischen Reaktionen sein. Negative therapeutische Reaktionen - Rückschritte in der Behandlung zu einem Zeitpunkt, wo eigentlich ein Fortschritt zu erwarten ist - können auf eine unerkannte Neidproblematik hinweisen: so konnten wir vor mehreren Jahren, als es noch nicht politisch inkorrekt war, von sozialen Schichten und Klassen bei uns zu sprechen, solche negativen therapeutischen Reaktionen bei manchen sozialen Aufsteigern nachweisen und aufzeigen, dass Krisen, psychische Störungen oder süchtige Verhaltensweisen im Moment des Erfolges, vor allem beruflichen Erfolges einsetzen (Streeck 1981). Denen ähnlich, die Freud (1918) unter dem Stichwort „die am Erfolg scheitern“ beschrieben hat, handelte es sich meist um ein psychisches Geschehen zum Zweck der Neidabwehr, in erster Linie der Angst vor dem befürchteten Neid der Umgebung angesichts von eigenen Erfolgen.

Schließlich dient auch das Vermeiden des Vergleichens und von Konkurrenz oft der Abwehr von Neid und dem Bemühen, den Neid anderer nicht zu wecken. In Behandlungen vermeiden manche Patienten, Erfolge zu berichten, oder sie entwickeln sich nicht so, wie es ihnen möglich wäre, weil sie Angst vor dem auf den Therapeuten projizierten Neid haben.

Sozialpolitische Dimension von Neid

Schließlich möchte ich noch einige Aspekte der sozialpolitischen Dimension von Neid erwähnen.

Der Neidaffekt ist vielleicht der politischste aller Affekte.

Begriffe wie „Sozialneid“, „Neidsteuer“ oder gar „Neidgesellschaft“ (*Folie*) sind verbreitet, vorwiegend allerdings aus dem Mund

jener zu hören, die in einer Gesellschaft gemeinhin zu den Privilegierten gerechnet werden. Der Fernsehmoderator Johannes B. Kerner tat in einem Interview der Wochenzeitung „DIE ZEIT“ die Frage, ob er denn keine Probleme damit habe, seine Tätigkeit als Journalist des öffentlich-rechtlichen Fernsehens mit seinen diversen Werbeverträgen miteinander zu vereinbaren, kürzlich mit der lakonischen Bemerkung ab, dass aus einer solchen Frage doch nur Neid angesichts seiner

Erfolge spreche. Wer neidisch ist, soll hier wohl nahe gelegt werden, ist alleine schon deshalb im Unrecht.

In der Antike war es der Neid der Götter, der wie eine Naturmacht über die Weltordnung wachte und gewährleistete, dass gesellschaftliche Ungleichheit nicht überhand nahm. In der attischen Demokratie wollte man mit dem Ostrazismus, der ehrenvollen Verbannung von Bürgern, die die Gleichheit zu sehr stören könnten, Neid als Mittel institutionalisieren, um über die Gleichheit der Bürger zu wachen, ein Versuch, der bald wieder aufgegeben wurde, als man erkennen musste, dass unter Gleichen Neid besonders heftig sein kann.

Noch ein letztes Mal komme ich auf die aristotelische Nemesis zurück, den gerechten Unwillen und die darin angesprochene Nähe von Neid und Gerechtigkeit. Begriffe wie „Sozialneid“ kennzeichnen weit weniger

bestimmte Phänomene, als dass sie eingesetzt werden, um diejenigen, die Gerechtigkeit für eine Grundlage unseres gesellschaftlichen Zusammenlebens halten, moralisch zu diskreditieren. Wird das Beklagen von Ungerechtigkeit als Ausdruck von Neid, gar von destruktivem Neid herabgewürdigt, liegt die Gefahr nahe, dass auch Vorstellungen von einer gerechten Gesellschaft aufgekündigt werden. Neid wird zu einem Kampfbegriff, missbraucht für die Legitimierung ungerechter gesellschaftlicher Verhältnisse. So begreift der Philosoph John Rawls in seiner „Theorie der Gerechtigkeit“ Neid als Energie, die den Gerechtigkeitssinn antreibt, ohne dass deshalb der Gerechtigkeitssinn in Neid aufginge oder darauf zurückzuführen sei.

In diesem Sinn erkannte Friedrich Schiller am Neid nicht zuerst dessen scheelen Blick, sondern dessen scharfe Augen. Und Helmut Schoeck, der 1966 die erste größere soziologische Untersuchung zum Thema Neid unter dem Titel „Der Neid und die Gesellschaft“ veröffentlicht hat, war der Meinung, dass Neid und die Angst vor dem Neid anderer soziale Konformität zu sichern helfe und damit eine soziale Integrationsfunktion habe.

Hat Neid eine adaptive Funktion?

Immanuel Kant war davon überzeugt, dass Neid zur menschlichen Natur gehört, wie das schon 1700 Jahre zuvor der griechische Schriftsteller und Philosoph Plutarch behauptet hatte.

Wenn es zutrifft, dass es Neid in allen Kulturen gibt, dass alle Weltreligionen es für erforderlich halten, Neid als böse in ihren Bannstrahl zu nehmen, und Neid die Philosophen seit dreitausend Jahren beschäftigt, es somit gute Gründe gibt anzunehmen, dass neidisch zu reagieren in unserer Natur verankert ist, muss man dann nicht annehmen, dass es sich um eine Eigenschaft handelt, mit der ein evolutionärer Vorteil verbunden ist? In unserem Fachgebiet sind die Auffassungen darüber geteilt. Als ein Teilnehmer an einer Paneldiskussion mit dem Titel „To Have and Have Not“ (2001) zum Thema Neid die Frage stellte, ob die von Melanie Klein angenommene Ubiquität von Neid denn nicht darauf hinweise, dass Neid auch einen Anpassungsvorteil haben müsse, waren sich die Teilnehmer weitgehend einig, dass Neid ein Angriff auf die Quelle allen Lebens sei und deshalb keine adaptiven Funktionen haben *könne*: „...envy attacks the source of life itself, it can hardly be adaptive“.

Es scheint so, als verweise Neid, der nicht der der anderen ist, auf eines der wenigen verbliebenen Tabuthemen. Zwar kann man aufgeklärt über Neid reden, aber man *ist* nicht neidisch.

Befällt Neid also nur diejenigen, deren Selbstwertgefühl labil und störanfällig ist? Gibt somit, wer neidisch ist, zugleich eine narzisstische Problematik zu erkennen?

Auch ihrer selbst bewusste Menschen reagieren neidisch. Dass Neid immer auf ein zu Grunde liegendes Selbstwertproblem hinweist, ist ein Mythos. Wenn Wilhelm von Humboldt (*Folie*) von

den Gelehrten sagt: „ ... die Gelehrten – die unbändigste und am schwersten zu befriedigende Menschenklasse – mit ihren ewig sich durchkreuzenden Interessen, ihrer Eifersucht, ihrem Neid, ihrer Lust zu regieren ...“, dann wird man wohl kaum eine durchgängige *Psychopathologie* von Gelehrten behaupten wollen.

Nicht jedes Beklagen von Ungleichheit verweist auf Neid. Es gibt viele Hinweise darauf, dass Ungleichheit durchaus akzeptiert wird, wenn sie als gerecht empfunden wird, wie nicht zuletzt viele experimentelle Spieluntersuchungen von Ökonomen immer wieder gezeigt haben.

Neid gibt es auf verschiedenen psychischen Entwicklungsstufen:

- der rivalisierende Neid, der den Beneideten übertreffen will, Aristoteles' Wetteifer, der glühende Neid, psychoanalytisch der ödipale Neid;
- der verhindernde Neid, der den Beneideten zu behindern und zu blockieren sucht;
- der lähmende Neid, der regressiv mit dem beneideten Gut versorgt zu werden wünscht; man könnte auch vom passiv-oralen Neid sprechen und
- der destruktive – narzisstische - Neid, die Missgunst, die den Beneideten oder mindestens dessen Besitz zu zerstören trachtet (Hering 1999).

Chronische Unzufriedenheit und Selbstunwertgefühle verstärken die Intensität neidischen Erlebens und vor allem destruktiver Handlungsbereitschaften. Wer sein Selbstwertgefühl autonom zu regulieren vermag, wird sich sein neidisches Erleben eingestehen und die momentane schmerzliche Selbsttherabsetzung und die Fantasie ungerechter Benachteiligung, die mit Neidgefühlen verbunden sind, ertragen und verarbeiten können, ohne deshalb zerstören zu müssen. Wer sich dagegen ohnehin unwert fühlt, wird seine Hoffnung auf Gewinn von Selbstansehen leicht an den Besitz dessen knüpfen, was er nicht, wohl aber ein anderer besitzt, und wird sich angesichts der zusätzlichen Kränkung in Neid verzehren und nicht eher zur Ruhe kommen, als bis Gleichheit wieder hergestellt ist – und sei es durch den Versuch, die andere Person oder ihr Vermögen zu zerstören.

Neidisch zu sein ist kein narzisstisches Problem, sondern Menschen mit narzisstischen Problemen neigen in Verbindung mit Neid zu destruktiven Handlungsbereitschaften.

Ist Neid heilbar?

Zum Schluss aber wenigstens kurz doch noch die Frage: Ist Neid heilbar?

Rezepte, wie man sich vor dem Neid anderer schützen kann, gibt es viele. Ratschläge, wie man sich vor eigenem Neid bewahrt, sind seltener.

Der eingangs schon erwähnte Plutarch hielt es für ratsam, das eigene Wohlergehen nicht zu glanzvoll nach außen hin zu präsentieren und dem Selbstlob das Eingeständnis von Unwissenheit oder einer niedrigen Herkunft beizumischen und zu betonen, wie sehr man sich gequält und was alles man habe erdulden müssen, um sein derzeitiges Wohlergehen zu erreichen.

Francis Bacon empfahl, ein eigenes Missgeschick gezielt herbeizuführen, um sich vor dem Neid anderer zu schützen und sich so statt Neid Mitleid einzuhandeln, oder aber sich mit einer noch beneidenswerteren Person zu umgeben. Ganz ähnlich wusste Adam Smith, der Begründer der Volkswirtschaftslehre, den Rat, auf „Einfachheit der Kleidung“ und „Bescheidenheit des Benehmens“ zu achten und sich „unterwürfig, geschäftig und gefällig“ zu verhalten. Und auch Schopenhauer empfahl Bescheidenheit, die – wie er meinte - „auch bloß zur Schutzwehr gegen den Neid erfunden“ wurde.

In abergläubischen Kulturen gibt es unzählige Empfehlungen zur Abwehr von Neid. Im Iran, wo Neid sehr gefürchtet wird, wird vor wichtigen Ereignissen und Geschäften der Wahrsager gefragt, ob der Zeitpunkt dafür günstig oder ob möglicherweise Neid zu befürchten ist.

Wie aber selber nicht neidisch sein?

Viele religiöse Empfehlungen zielen auf Anstrengungen zum Erreichen von Neidfreiheit: Neid in sich bekämpfen, im Keim ersticken, sich nicht vergleichen, da doch jeder Mensch unvergleichlich sei, sich an des Nächsten Glück freuen und erquicken u.ä. Gott selber geht mit Neidern übrigens nicht so streng ins Gericht: er beschützt Kain, er bleibt bei Jakob, und auch Josephs Brüdern tut er nichts zuleide.

Wie aber soll ich mich an des Nächsten Glück erquicken, zumal eines Nächsten, den ich ohnehin nicht besonders gut leiden kann, wo der doch hat, was ich nicht habe, aber auch gerne hätte? Und wie soll ich mich nicht vergleichen? Wie sollte ich dann wissen, wer ich bin, wenn ich mich nicht vergleiche?

Für Descartes war Neid auch ein medizinisches Problem, das wie eine körperliche Krankheit zu behandeln war, nämlich eine Folge der Ausbreitung der „gelben Galle“. Entsprechend finden sich in der von Diderot und d'Alembert herausgegebenen „Französischen Enzyklopädie“ eine ganze Reihe medizinischer Ratschläge als Heilmittel gegen Neid, etwa Bäder oder Milchspeisen. Epiktet, der Stoiker, empfahl als Mittel gegen Neid und Missgunst die Abkehr von der materiellen Welt. Wer erkannt habe, so Epiktet, dass das wahre Gut im Inneren des Menschen liege, in dem könne die Regung des Neides keinen Raum gewinnen. Diese Überzeugung findet sich in der idealistischen Maxime wieder, dass wir unseren wahren Wert nicht an der äußeren Welt festmachen, sondern in uns finden sollten. Solche Selbstgenügsamkeit und Rückbesinnung auf „innere Werte“ läuft allerdings Gefahr, die gesellschaftliche Welt sich selbst zu überlassen und über Ungerechtigkeit und illegitime gesellschaftliche Ungleichheit im Dienst vermeintlicher Neidlosigkeit hinwegzusehen.

Fazit

Neid und Missgunst moralisch zu verdammen trägt zu deren Mystifizierung und Dämonisierung mehr bei als zu deren Bewältigung. Weder ist nur der neidisch, dessen Selbstwertgefühl beeinträchtigt ist, noch weist Neid von vornherein auf irgendeine andere Art von Psychopathologie hin. Neid ist zunächst einmal nicht mehr als ein Signal für Differenz und Ungleichheit, verbunden mit dem Erleben eines schmerzlich empfundenen Mangels, der unbewussten Fantasie eines ungerecht benachteiligenden Objekts und dem Impuls, diese, das Selbstwertgefühl momentan herabsetzende Differenz und die damit verbundene Ohnmacht zu verringern oder zu beseitigen. Destruktiv ist nicht der Gefühlszustand Neid in sich, unter Umständen aber das Handeln, das von Neid und Missgunst beherrscht wird. Neidisches und missgünstiges Handeln aber ist umso eher zu erwarten, desto mehr Neidgefühle zensiert werden müssen. Was uns bei anderen schwierigen Gefühlen und Konflikten vertraut ist, finden wir auch bei Neid und Missgunst wieder: je mehr wir Neid und Missgunst in das eigene Erleben und die eigene Identität integrieren können, desto eher verlieren sie ihren Schrecken. Das setzt aber voraus, Neid den Makel des schlechthin Bösen und Destruktiven zu nehmen und so den Weg freizumachen, dass auch Neid zum Gegenstand von Aufklärung und Selbstaufklärung werden kann.

Literatur

Bott-Spillius, E. (2001): To Have and Have Not. In I. Cairo-Chiarandini (rep.). Journal of the American Psychoanalytic Association, 49:1391-1404

- Cairo-Chiarandini, I. (rep.) (2001): To Have and Have Not. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 49:1391-1404
- Decher, F. (2005): *Das gelbe Monster*. Springer, zu Klampen.
- Freud, S. (1917): Einige Charaktertypen aus der psychoanalytischen Arbeit. *GW X*.
- Freud, S. (1918): *Das Tabu der Virginität*. *GW XII*
- GEO 7 (2003): Neid. Die Macht eines verkannten Gefühls.
- Haubl, R. (2003): *Neidisch sind immer nur die anderen. Über die Unfähigkeit, zufrieden zu sein*. München, Beck.
- Hering, W. (1999): Neid und Psychose. *Psyche* 53, 742-770.
- Hochschild, A. R. (1983): *The Managed Heart: The Commercialization of Human Feeling*, Berkeley, The University of California Press.
- Kast, V. (1998): *Neid und Eifersucht. Die Herausforderung durch unangenehme Gefühle*. München, Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Klein, M. (1957, 1972): *Das Seelenleben des Kleinkindes und andere Beiträge zur Psychoanalyse*. Reinbek, Rowohlt.
- Kursbuch 143, (2001): *Die Neidgesellschaft*.
- Laverde-Rubio, E. (2004): Envy: One or many? *Int. J. Psychoanal.* 85: 401-418.
- Lewis, M.; Haviland-Jones, J. M., eds. (2000): *Handbook of Emotions*. New York, Guilford Press.
- Mandeville, B. (1714, 2002): *The Fable of the Bees / Die Bienenfabel oder Private Laster, öffentliche Vorteile*. Frankfurt/Main, Suhrkamp.
- Mertens, W.; Waldvogel, B. (Hg.) (2000): *Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe*. Stuttgart, Kohlhammer.
- Ritter, J.; Gründer, K. (1984): *Historisches Wörterbuch der Philosophie*. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt.
- Schiller, F. (1781): *Die Räuber*. Stuttgart, Reclam Universalbibliothek Nr. 15
- Schoeck, H. (1966): *Der Neid und die Gesellschaft*
- Sheikh Nazim Al-Qubrusi (1982): *Uferloses Meer der Barmherzigkeit*. Sebat, Konya
- Streeck, U. (1981): Zwischen Drinnen und Draußen: Zur doppelten Orientierung sozialer Aufsteiger. *Psychosom. Med. u. Psychoanalyse* 27: 25-44
- Streeck, U. (2004): *Auf den ersten Blick. Psychotherapeutische Beziehungen unter dem Mikroskop*. Stuttgart, Klett-Cotta.

Streeck, U. (2007): Psychotherapie komplexer Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart, Klett-Cotta.

Zander, W. (1977): Psychosomatische Forschungsergebnisse beim Ulcus duodeni. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht

Kontakt

Prof. Dr. med. Ulrich Streeck, M.A.
Herzberger Landstr. 53
37085 Göttingen

Email ulrich@streeck.net