

Zur Polarität von Schicksalsglaube und Machbarkeitswahn

Dr. phil. Alice Holzhey-Kunz

Vortrag am 18. April 2014 im Rahmen der
64. Lindauer Psychotherapiewochen 2014 (www.Lptw.de)

Kontakt

Dr. phil. Alice Holzhey-Kunz
Psychother. Praxis
Sonneggstr. 82
CH - 8006 Zürich

Ich möchte die Polarität von Schicksalsglaube und Machbarkeitswahn zuerst von einem philosophischen Gesichtspunkt aus erläutern und dann nach der Rolle fragen, die diese Thematik im seelischen Leiden einerseits, in der Psychotherapie andererseits spielt. Mein Vortrag hat also drei Teile: einen philosophischen, einen psychopathologischen und einen psychotherapeutischen.

1. Philosophische Überlegungen zu Schicksalsglauben und Machbarkeitswahn

Es handelt sich dabei genauer um existenzphilosophische Überlegungen zur *conditio humana*, wie sie vor allem *Sören Kierkegaard* und auf ihm aufbauend *Martin Heidegger* in seinem frühen Hauptwerk „*Sein und Zeit*“ und *Jean-Paul Sartre* in seinem frühen Hauptwerk „*Das Sein und das Nichts*“ vorgelegt haben. Es ist zuerst einmal wichtig, Schicksal und Schicksalsglaube und ebenso Machbarkeit und Machbarkeitswahn voneinander zu trennen. Es liegt weder im Wesen des Menschen, ans Schicksal zu glauben noch einem Machbarkeitswahn zu verfallen. Was hingegen zum Menschen gehört, sind zwei konträre Erfahrungen: zum einen die Erfahrung, dass dem eigenen Leben vieles schicksalhaft vorgegeben ist und man auch während des Lebens von vielem schicksalhaft bestimmt wird, zum anderen die Erfahrung, dass sich das eigene Leben trotzdem nicht von selber lebt, sondern dass man es selber übernehmen und führen muss, was auch dann gilt, wenn der Spielraum für ein selbstbestimmtes Machen klein ist.

Heidegger bezeichnet in „*Sein und Zeit*“ das menschliche Existieren als einen „geworfenen Entwurf“ (vgl. *Sein und Zeit*, S. 148; 285). Damit will er zum Ausdruck bringen, dass zu jedem Menschen beides gehört; sowohl in Bedingungen geworfen zu sein, die er nicht gewählt und doch zu übernehmen hat, als auch selber entwerfend zu sein, das heisst das Leben innerhalb eines grösseren oder auch kleineren Spielraumes selber zu bestimmen. „Geworfenheit“ steht hier für das, was man umgangssprachlich „Zufall“ oder auch „Schicksal“ nennt, „Entwurf“ für all das, was man selber durch eigenes Handeln bewirkt. Wenn Heidegger von „geworfenem Entwurf“ spricht, dann betont er den inneren Zusammenhang von beidem. Es gibt nicht hier den Bereich des uns schicksalhaft Aufgezwungenen, und dort den Bereich des eigenen freien Machens, vielmehr muss jedes Machen an schicksalhaft Vorgegebenes anknüpfen, und auch das, was jemand macht, hat Folgen, über die er dann nicht mehr verfügen kann und die nicht nur anderen, sondern auch ihm selber zum Schicksal werden können.

Es ist typisch für die existenzphilosophische Auffassung vom Menschen, dass sie gegen jeglichen Monismus das Sowohl-als-auch von Schicksal und eigener Verfügungsmacht betont.

Weder ist das Leben eines Menschen nur vom Schicksal bestimmt noch ist es nur selbstbestimmt, mag auch das eine im einzelnen Fall über das andere dominieren. Darum ist es im einzelnen Fall oft schwer auszumachen, wie weit ein Schicksal in Wahrheit „selbstbereitet“ ist und umgekehrt, wie weit sich das, was als eigene Leistung erscheint, dem blossen Zufall verdankt. Dem scheint Sartre mit seinem immer wieder zitierten Satz zu widersprechen, wonach der Mensch „zur Freiheit verurteilt“ sei (vgl. „Das Sein und das Nichts“, S. 764). Doch Sartre vertritt keine absolute Freiheit, auch wenn ihm das nicht selten unterschoben wird. „Freiheit“ ist ein vieldeutiger Begriff, und Kierkegaard hat vorgegeben, was existenzphilosophisch unter Freiheit zu verstehen ist - nämlich nicht jene Freiheit, für sich zu erreichen, was man erstrebenswert findet, sondern jene andere, viel basalere Freiheit, die darin besteht, sich zu allem, was man hat und ist, so oder anders einstellen zu können. Sartre hat dieses Freiheitsverständnis von Kierkegaard übernommen. Denn bei Kierkegaard heisst es am Anfang der Schrift „Die Krankheit zum Tode“: „Der Mensch ist Geist, doch was ist Geist? Es ist das Selbst. Doch was ist das Selbst? Das Selbst ist das Verhältnis, das sich zu sich selbst verhält.“ Und weil Kierkegaard weiss, dass man das Wesentliche dieser Aussage gerne überhört, doppelt er nochmals nach: Das Selbst ist nicht das Verhältnis, sondern dass sich das Verhältnis zu sich selbst verhält“ (vgl. Krankheit zum Tode, S. 13).

Aus dieser Bestimmung des Selbst als einem Selbstverhältnis gewinnt man zwar wenig für das Verständnis von „Schicksal“ und „Machbarkeit“, aber umso mehr für die beiden Phänomene von „Schicksalsglaube“ und „Machbarkeitswahn“, weshalb ich diesen Satz kurz anhand von Beispielen erläutern möchte. Sie sind gekommen und jetzt in diesem Saal anwesend, um meinem Vortrag zuzuhören. Dass Sie dem Vortrag zuhören, ist nach Kierkegaard das „Verhältnis“, in dem sie jetzt gerade stehen. Wichtig ist nun, dass sie sich unweigerlich zu diesem Verhältnis, nämlich dem Zuhören, *noch einmal* verhalten, indem sie zum Beispiel froh sind oder aber bedauern, hier zu sein, mit einem gewissen Interesse zuhören oder innerlich schon abgeschaltet haben. Ein „Selbst“ sind sie und jeder Mensch nach Kierkegaard nicht schon deshalb, weil sie sich ständig zu irgendetwas verhalten, sondern weil sie sich zu all dem, wozu sie sich verhalten, *noch einmal* verhalten, indem sie so oder anders dazu Stellung nehmen. Das gilt schon für die elementarsten Bedürfnisse, die sie verspüren: den Hunger, die Müdigkeit, und natürlich auch die sexuellen Bedürfnisse. Unweigerlich nehmen sie zu jedem Bedürfnis noch einmal Stellung, sind froh oder verärgert oder auch beschämt darüber, dass es auftaucht, taxieren es als berechtigt oder unberechtigt, versuchen es zu ignorieren, zu fördern, auszuleben oder aber zu unterdrücken. Dasselbe gilt auch für alle ihre Beziehungen zu anderen Menschen. Sie sind nicht schon ein

Selbst, weil sie mit anderen interagieren, sondern weil sie zu jeder Beziehung, die sie eingehen, noch einmal Stellung nehmen, indem sie beispielsweise hoffen, diese Beziehung möge ewig dauern, oder aber bereuen, sich auf diese Beziehung überhaupt eingelassen zu haben.

Kurz: Zu dem, was man (mehr oder weniger bewusst) ist und tut, wie auch zu allem, was man (mehr oder weniger bewusst) nicht ist und unterlässt, *noch einmal Stellung zu nehmen*, ist jene *Freiheit*, die wir immer haben und auf die wir nicht verzichten können. Darum bleibt uns diese Freiheit auch unserem Schicksal gegenüber, und wir sind frei darin, *wie* wir dazu Stellung nehmen. In diesem Sinne muss man die provokative These Sartres hören, der Behinderte *wähle* seine Behinderung, oder auch: jeder Mensch „wähle“ seine eigene Geburt (vgl. SN, S. 581; 954). Denn auch der Behinderte bleibt frei, sich zum Schicksal seiner Behinderung so oder anders einzustellen. Analog können wir nicht anders, als nachträglich zur Tatsache, geboren zu sein, irgendwie Stellung zu nehmen, sei es so, dass wir dafür dankbar sind oder darin eine uns aufgezwungene Zumutung sehen, für die wir die Eltern anklagen. Zu dieser Freiheit, zu allem, was uns *geschieht* und auch zu allem was wir selber *machen*, so oder anders Stellung zu nehmen, sind wir Menschen verurteilt.

Damit sind wir nun beim Thema Schicksalsglaube und Machbarkeitswahn angekommen.

Denn bei beidem handelt es sich um spezifische Stellungnahmen zu den beiden anthropologischen Grundgegebenheiten von Schicksal und Machbarkeit. Es gehört zum Menschen, nicht einfach ein besonderes Schicksal zu haben, sondern dazu so oder anders Stellung zu nehmen, und analog; nicht einfach sein Leben irgendwie zu gestalten, sondern auch zu seiner Lebensgestaltung Stellung zu nehmen. Zuerst einmal nimmt jeder von uns entweder positiv oder aber negativ Stellung zu dem, *was* ihm konkret schicksalshaft widerfahren ist und analog, *was* er konkret selber gemacht, durch eigenes Tun bewirkt hat. Wir können uns vom Schicksal begünstigt oder aber benachteiligt fühlen, und entsprechend dafür dankbar sein oder damit hadern; und wir können analog das, was wir aus unserem Leben bisher gemacht haben, hoch oder niedrig einstufen, stolz auf uns sein oder uns als Versager sehen. Doch das ist nicht alles. Wir nehmen nämlich auch zum puren Faktum Stellung, überhaupt in Bedingungen geworfen zu sein, die wir nicht gewählt haben, und ebenso zum puren Faktum, dass wir durch unser eigenes Machen überhaupt etwas bewirken und dass dieses Wirken Folgen hat, für die wir verantwortlich sind.

Hier haben nun Schicksals*glaube* und Machbarkeits*wahn* ihren Ort - denn mit beidem nehmen wir Stellung zur Tatsache, dass wir sowohl durch schicksalshafte Ereignisse bestimmt werden als auch aktiv eingreifend das eigene Leben gestalten können und müssen. Schicksalsglaube und Machbarkeitswahn sind zwei Stellungnahmen, die sich gegenseitig ausschliessen. Denn sowohl im Schicksalsglauben wie im Machbarkeitswahn wird die schwer erträgliche *Zweideutigkeit* des „Sowohl als auch“ zugunsten einer *Eindeutigkeit* aufgelöst, wird entweder das Schicksal auf Kosten des Machens oder umgekehrt das Machen auf Kosten des Schicksals bedingungslos bejaht und damit einseitig verabsolutiert.

Ich wende mich jetzt zuerst dem Schicksalsglauben zu. Auch wer das eigene Schicksal erträgt, ohne zu murren, ist deshalb noch lange nicht schicksals*gläubig*. Der Schicksalsglaube ist mehr als nur die Bereitschaft, sich ins Schicksal zu ergeben. Der sogenannte Fatalist braucht noch nicht schicksalsgläubig zu sein. Auch wer froh ist um alles, was ihm geschieht, weil ihm damit der eigene Entscheid und damit auch die Verantwortung abgenommen ist, ist noch nicht schicksalsgläubig. Er zieht es lediglich vor, Opfer statt Täter zu sein, weil er vor der mit aller Täterschaft verbundenen Schuld zurückschreckt. Schicksals*gläubig* ist erst, wer im Schicksal mehr sieht als blossen Zufall, nämlich etwas, was ihm, wie das Wort sagt, zu-geschickt ist, mag er auch nicht wissen, woher es ihm geschickt ist, wer der Absender ist und warum und wozu es ihm geschickt wird. Der Philosoph Odo Marquard verwendet in seinem Aufsatz „Ende des Schicksals?“ das Adjektiv „schicksalszufällig“, um damit zu sagen, dass man oft, wenn man von Schicksal spricht, das meint, was einem zufällig getroffen hat. Für den Schicksalsgläubigen aber ist das Schicksal dem Zufall gerade entzogen, und das macht nun einen grossen Unterschied. Es ist etwas ganz anderes, ob man das, was einem schicksalshaft trifft, als puren Zufall einschätzt, oder ob man glaubt, was einen getroffen hat, sei für einen bestimmt, man sei also damit als diese Person XY *gemeint*. Das Unbarmherzige des puren Zufalls liegt ja darin, dass er ohne Sinn ist. Der Schicksalsgläubige braucht den Sinn in dem, was ihm geschieht, gar nicht zu kennen, es genügt ihm, daran glauben zu können, dass alles, was ihm geschieht, gerade auch das Leidvolle, eben Schicksal und also mehr als blosser Zufall ist. Diesen Unterschied hat Nietzsche im berühmten Aphorismus über das Leiden hervorgehoben: „Der Mensch, das tapferste und leidgewohnteste Tier, verneint an sich *nicht* das Leiden, er *will* es, er sucht es selbst auf, vorausgesetzt dass man ihm einen *Sinn* dafür aufzeigt, ein *Dazu* des Leidens“ (Nietzsche, Zur Genealogie der Moral, S. 899).

Wenn man in Weinfeldern, wo ich aufgewachsen bin, den Friedhof verlässt, fällt das Auge unwillkürlich auf den folgenden Satz, der neben der Ausgangstüre angebracht ist: „Mein Vater, ich verstehe dich nicht, aber ich vertraue dir.“ Für den gläubigen Christen liegt das Schicksal jedes Einzelnen in der Hand von Gott-Vater. Man kann auch sagen, dass hier das Schicksal personifiziert ist. Durch diese Personifizierung ist der Schrecken noch einmal besänftigt, denn nun hat das Schicksal nicht nur einen verborgenen Sinn, sondern man kann darauf bauen, dass das Schicksal, auch wenn es noch so grausam daher kommen mag, doch von einem gütigen Gott zugeteilt wurde und darum letztlich einen positiven Sinn hat.

Es macht für das Lebensgefühl eines Menschen einen grossen Unterschied, ob er davon ausgeht, dem blinden Zufall ausgeliefert oder aber von einem sinnhaften oder sogar gütigen Schicksal geführt zu sein. Es ist schwerer, sich in den sinn-baren Zufall als in ein sinnvolles Schicksal zu fügen. So kann man den Schicksalsglauben auch als Flucht vor der schwer erträglichen Zumutung, dem puren Zufall ausgeliefert zu sein, verstehen. Hinzu kommt, dass der Schicksalsgläubige sich auch nicht mehr mit dem Gedanken herumquälen muss, wie anders doch alles hätte sein können, wenn nur nicht das oder jenes passiert wäre - denn für ihn ist alles so gekommen wie es kommen musste.

Welche Einstellung hat der Schicksalsgläubige zu Machen und Machbarkeit? Für den Schicksalsgläubigen hebt sich der fundamentale Unterschied zwischen Geschehnis und eigenem Machen auf, weil nun das, was er selber macht, keine eigenständige Grösse mehr ist, sondern *hineingehört* in den umfassenden Schicksalszusammenhang, dem sein ganzes Leben untersteht. Das muss nicht heissen, dass der Schicksalsgläubige die eigenen Entscheide nicht mehr wichtig nimmt und sich für die daraus entstehenden Wirkungen nicht mehr verantwortlich fühlt, aber er braucht sich vor seinen Entscheiden und ihren möglichen Folgen nicht mehr zu fürchten, weil er sich auch in ihnen insgeheim vom Schicksal geführt und geleitet weiss.

Nun zum *Machbarkeitswahn*. Auch er ist mehr als nur eine positive Einstellung zu Machen und Machbarkeit. Auch hier geht es um ein bestimmtes Verhältnis zum Zufall, das hier ebenfalls darin besteht, den Zufall um jeden Preis zu negieren, das Leben dem Zufall zu entreissen, nur dass hier nicht zum Schicksal Zuflucht genommen wird, sondern zum Machen, zum unbedingten Willen, alles der Machbarkeit zu unterwerfen. Der Machbarkeitswahn erweist sich damit als die grosse und spezifisch moderne Alternative zum vormodernen Schicksalsglauben. Er ist, wie der Mythos vom Turmbau zu Babel zeigt, vermutlich so alt wie die Menschheit selber. Nur waren

dem menschlichen Machen über lange Zeiten hinweg enge Grenzen gesetzt. Der Philosoph Odo Marquard sagt dazu im bereits erwähnten Vortrag: „Wir leben im Zeitalter der Machbarkeit. Erst wurde nichts gemacht, dann wurde einiges gemacht, heute wird alles gemacht“ (S. 67). Und weiter: „Das Unverfügbare, zu dem kein Machen zukann, gibt es nicht mehr: das Unabänderliche - scheint es - hat ausgespielt. Das Schicksal ist zu Ende“ (S. 69).

Dennoch wäre es ein Kurzschluss, den heute verbreiteten Machbarkeitswahn nur daraus erklären zu wollen, dass heute fast alles machbar erscheint. Denn auch diese Entwicklung, die Marquard unter den Titel „vom Schicksal zur Machsals“ bringt, lässt sich noch als Schicksal interpretieren - ich verweise hier nur auf Martin Heidegger, der das zunehmende Überhandnehmen der Technik in seinen Spätschriften als ein „Seinsgeschick“ und damit als ein „Weltschicksal“ gedeutet hat (vgl. Heidegger: Brief über den Humanismus, S. 87).

Zum *Wahn* wird die Überzeugung, alles sei machbar, dann, wenn sie die Lücke füllen soll, welche der in der Moderne zunehmend unglaubwürdig werdende Schicksalsglaube hinterlassen hat. Und unglaubwürdig ist der Schicksalsglaube geworden durch die geistige Bewegung der Aufklärung. Was ist Aufklärung, fragte 1784 Immanuel Kant und gab darauf die berühmte Antwort: „Aufklärung ist der Ausgang des Menschen aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit.“ Und zum „Wahlspruch der Aufklärung“ erklärte Kant die Aufforderung: „*Sapere aude!* Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!“ Aus rationaler Sicht erscheint der Schicksalsglaube kindlich naiv und damit als ein Zeichen von Unmündigkeit. Naiv erscheint es, all das, was uns geschieht und worüber wir keine Macht haben, als uns zugeschickt zu deuten, und naiv erscheint es insbesondere, zu glauben, das eigene Leben sei in einem transzendenten Sinngeganzen aufgehoben und von ihm getragen. Sich „des eigenen Verstandes zu bedienen“ heisst zu erkennen, dass wir für jeglichen Sinn, sei er positiv oder negativ, selber zuständig sind.

„Sinn“ ist seit der Aufklärung zu einer oder gar zu der Kategorie menschlicher Freiheit geworden. Das heisst, dass nun der Mensch, genauer jeder Einzelne dafür zuständig wird, seinem Leben Sinn zu geben. Dieses moderne Verständnis von Sinn, das Sinn nicht mehr als gegeben, sondern als uns auf-gegeben auffasst, hat schwerwiegende Folgen für das Lebensgefühl. Denn wenn die Sinngebung in unseren eigenen Händen liegt, dann sind wir nicht mehr in Sinn eingebettet, weil dann der Sinn nur noch so weit reicht wie unser sinnstiftendes Machen. Wo aber unser sinnstiftendes Machen nicht hinreicht, wo etwas geschieht, über das wir nicht

verfügen können, da sind wir wieder dem puren Zufall ausgesetzt. Eben darum bleibt nach dem Schwinden des Schicksalsglaubens und dem damit verbundenen Wandel der Sinnkategorie zu einer Kategorie menschlicher Freiheit nur noch der andere Fluchtweg offen: die Flucht ins Machen - das heisst der Wahn, dass sich der Zufall besiegen lasse dadurch, dass alles der Machbarkeit unterworfen wird.

Die Angst, dem Zufall ausgeliefert zu sein, führt jetzt unweigerlich in einen Aktivismus. Denn weil ich dort, wo ich selber mache, wo ich, wie man sagt, das Schicksal selber in die Hand nehme, dem Zufall entgehe, ist alles Machen besser als nichts zu machen. Das Machen ist nun nicht mehr nur ein Mittel, um etwas zu erreichen, sondern es ist zum Selbstzweck geworden, weil es den Sinn hat, über den Zufall zu triumphieren.

2. Zu Schicksal und Machbarkeit im seelischen Leiden

Wenn ich mich jetzt der Psychopathologie zuwende, dann nicht in einem diagnostischen Sinne. Ich kann und will nicht beurteilen, welche Stellungnahme zum Schicksal oder zur Machbarkeit als normal bzw. als seelisch gesund gelten kann und welche das Etikett ‚pathologisch‘ verdient. Mich interessiert vielmehr die Frage, wieweit man von einem „seelischen Leiden am Schicksal“ einerseits, von einem „seelischen Leiden an der Machbarkeit“ andererseits reden kann.

Zuerst ein Wort zum hier von mir verwendeten Begriff „Leiden“. Er meint nicht ein bloss passives Er-leiden, sondern er impliziert eine aktive Stellungnahme zu etwas Leidvollem. Darum beinhaltet auch das „*Leiden am Schicksal*“, genauso so wie der *Schicksalsglaube*, eine *Stellungnahme* zur Tatsache, dass man während des Lebens unvorhersehbaren und unberechenbaren Ereignissen ausgesetzt ist, und analog beinhaltet das „*Leiden an der Machbarkeit*“ eine *Stellungnahme* zur Tatsache, dass Leben immer auch heisst, selber handelnd ins Geschehen einzugreifen. Glauben und Leiden sind gegensätzliche Stellungnahmen: der positiven, bejahenden Stellungnahme im Glauben ans Schicksal steht *die negative, ablehnende Stellungnahme im Leiden daran* entgegen, und dasselbe gilt bezüglich der Machbarkeit. Der Mensch leidet immer an dem, was er als negativ, als leidvoll empfindet, und wo wir an etwas leiden, wünschen wir zumindest in der Regel, dass das Leiden aufhören möge, gemäss dem kurzen Bonmot von Nietzsche: „Weh sagt Vergeh“.

Man kann also *nicht* zugleich ans Schicksal „glauben“ und am Schicksal „leiden“. Denn wer am Schicksal leidet, leidet eben darum an ihm, weil er sich nicht mehr damit trösten kann, es werde trotz allem sein Gutes haben, dass ihm dieses Unrecht oder jene Unbill widerfahren sei. Wer am Schicksal leidet, empfindet das, was ihm widerfahren ist, als eine inakzeptable Zumutung, mit der er hadert. Dasselbe gilt für den, der an der Machbarkeit leidet: auch das Leiden an der Machbarkeit kann nur auftauchen, wenn jemand weder glaubt, sein Machen sei durch eine höhere Macht geleitet, noch glaubt, durch sein eigenes Handeln Positives bewirken zu können, und schon gar nicht glaubt, zu handeln sei per se besser als nichts zu tun.

Zum *Leiden am Schicksal* fallen mir als Daseinsanalytikerin als erstes zwei kurze Selbstzeugnisse einer Patientin ein, über deren Leiden *Ludwig Binswanger*, der Begründer der Daseinsanalyse, unter dem Titel „Der Fall Ellen West“ 1944 eine Studie verfasst hat. Es handelt sich dabei um eine junge Frau, die er 1921, also 23 Jahre bevor er die Arbeit darüber schreibt, während drei Monaten im Sanatorium Bellevue in Kreuzlingen behandelt hat. Seine Fall-Studie basiert denn auch nicht auf jener Behandlung, sondern auf den Tagebuchaufzeichnungen, Briefen und Gedichten, welche diese literarisch begabte Patientin verfasst hat. Die beiden Aussagen von Ellen West lauten zum einen: „Ich gehe zugrunde im Kampf gegen meine Natur. Das Schicksal wollte mich dick und kräftig haben, ich aber will dünn und zart sein“ (S. 102), zum andern: „Schöpfer, Schöpfer, nimm mich zurück! Schaff mich ein zweites Mal, und schaff mich besser“ (S. 83). In beiden Aussagen wird deutlich, dass Ellen West am Schicksal verzweifelt, einen Körper zu haben, der ihr hässlich vorkommt, weil er nicht ihrem ätherischen Ideal von Schlankheit und Leichtigkeit entspricht. Über längere Zeit will sie das, was ihr das Schicksal vorenthalten hat, durch eigenes Machen erzwingen, sie läuft ständig herum, um durch Bewegung Gewicht zu verlieren, sie fastet, sie erbricht, was sie mit Heisshunger jeweils gegessen hat, sie nimmt Unmengen Abführmittel. Das Leiden am Schicksal verbindet sich hier also mit einem Machbarkeitswahn. Als sie das Aussichtslose ihres Machens erkennt und einsehen muss, dass der Hunger täglich wiederkehrt und auch ihre körperliche Konstitution unabänderlich gegeben ist, wird der Todeswunsch übermächtig und führt zum Suizid als der einzigen Möglichkeit, sich von ihrem verhassten Schicksal, als eine körperlich robuste Frau geboren zu sein, zu erlösen.

Auch die Hypochondrie lässt sich als ein Leiden am schicksalhaft so und nicht anders beschaffenen Körper verstehen, nur dass der Hypochonder nicht wie die Anorektikerinnen an der vorgegebenen körperlichen Gestalt leidet, sondern an der Tatsache, als Mensch in einem

prinzipiell krankheitsanfälligen und letztlich zum Tode bestimmten Körper zu leben. Noch etwas ist anders: während Ellen West am individuellen Schicksal leidet, diese und keine andere, schönere, schlankere, zartere Körpergestalt zu haben und darum neidisch auf ihre schlanken und also vom Schicksal begünstigten Freundinnen blickt, leidet der Hypochonder an dem, was für uns alle gilt, weil unser aller Körper von Geburt oder wohl genauer schon von der Zeugung an krankheitsanfällig und darum ständig von möglichen Krankheiten bedroht ist. Worin unterscheidet sich also der Hypochonder von uns nicht-hypochondrischen Menschen? Eigentlich nur darin, dass er nicht vergessen kann, was uns alle ständig bedroht, und uns alle auch ängstigen würde, könnten wir diese Wahrheit nicht so gut vergessen. In den Briefen Sigmund Freuds an seinen Schüler und Freund Ludwig Binswanger finden sich diesbezüglich zwei treffliche Stellen. Beide beziehen sich auf Binswangers Mitteilung an Freud, dass bei ihm ein Tumor diagnostiziert worden sei, der eine Operation nötig gemacht habe. Darauf reagiert Freud am 14. April 1912 mit der Bemerkung: „Sie sind nur auffälliger an die Unsicherheit erinnert worden, in der wir alle schweben und die wir so bereitwillig vergessen.“ Und am 12. Dezember desselben Jahres kommt Freud nochmals in einem Brief auf Binswangers Operation zurück und sagt: „Sie haben recht, von der Unsicherheit, die noch über Ihnen schwebt, so zu abstrahieren wie wir Leichtsinigen alle von der unsrigen“ (Brief 16. Dez. 1912; Fichtner S. 119).

Was dem Hypochonder fehlt, ist offensichtlich dieser „Leichtsinn“ und darum drängt sich ihm ständig die Angst auf, die ihn an jene Unsicherheit, in der wir alle jederzeit schweben, erinnert. In den hypochondrischen Befürchtungen, im ständigen ängstlichen Kontrollieren des eigenen Körpers hinsichtlich möglicher Krankheitsanzeichen, im Insistieren auf ständig neuen medizinischen Abklärungen liegt also immer ein wahrer Kern, gegen den der Hypochonder mit seinem „Machbarkeitswahn“ verzweifelt ankämpft.

Gibt es auch ein *Leiden an der Machbarkeit*? Gewiss. Wo wir zumindest in unserer Zeit und Gesellschaft Menschen antreffen, die ohne äussere Not in Passivität verharren, oder die sich freiwillig in die Abhängigkeit von anderen begeben, die also die Fremdbestimmung suchen, alles eigene Entscheiden wenn immer nur möglich vermeiden, immer lieber blosses Ausführungsorgan von Befehlen oder Anweisungen anderer bleiben, da können wir vermuten, dass sie an der Machbarkeit leiden. Dieses Leiden an der Machbarkeit lässt sich auch als ein Leiden am modernen Schicksal, das Leben als ein Subjekt führen zu müssen, auffassen, und zu diesem *Leiden am eigenen Subjektsein* gehört der mehr oder weniger starke Wunsch, blosses Objekt in der Hand anderer Subjekte zu sein.

Kein Zweifel, dass auch jenen, die an der Machbarkeit leiden, ein „Leichtsinn“ fehlt, dass auch sie etwas nicht vergessen können, was wir, die wir darauf erpicht und auch stolz darüber sind, möglichst selbstbestimmt zu leben, in der Regel auszublenken vermögen. Wer an der Machbarkeit leidet, kann nicht vergessen, dass er mit allem Machen etwas bewirkt, dessen Folgen er gar nicht abschätzen kann und für die er doch verantwortlich ist. Wer an der Machbarkeit leidet, leidet daran, als Subjekt unweigerlich schuldig zu werden, und das erscheint ihm unerträglich - nicht etwa deshalb, weil er weniger Verantwortung zu tragen bereit wäre als der entscheidungsfreudige Macher, sondern weil er die Last der Verantwortung, die mit allem Machen verbunden ist, aufgrund einer besonderen Sensibilität besonders stark empfindet. Wer an der Machbarkeit leidet, kann nicht mehr glauben, dass sein eigenes Machen von einer höheren und gütigen Macht geleitet ist, er kann aber auch nicht in typisch moderner Art vergessen, dass in allem Machen eine potentielle Schuld liegt. Darum ängstigt ihn die pure Tatsache, ein handelndes Subjekt zu sein, und aufgrund dieser Angst ist für ihn ein abhängiges, unmündiges Leben leichter zu ertragen.

Doch das Leiden an der Machbarkeit ist nicht nur ein Leiden an der Last der Verantwortung für die unberechenbaren Folgen des eigenen Tuns. Vielen, die am Machen leiden, und gerade den besonders sensiblen unter ihnen, spricht jenes oft zitierte Bonmot von Karl Valentin aus der Seele, das sagt: „Mögen täte ich schon wollen, aber dürfen habe ich mich nicht getraut.“ Es geht hier um das Gefühl der eigenen Berechtigung. Es gibt Menschen, die darum an der Machbarkeit leiden, weil das Machen für sie kein legitimer Akt darstellt. Während die entscheidungsfreudigen Macher ganz selbstverständlich für sich den Anspruch erheben, einfach mal etwas ausprobieren zu dürfen und dann halt zu schauen, was dabei herauskommt, sogenannte Kollateralschäden inklusive, und während sie sich erst noch etwas auf ihre sogenannte Risikofreudigkeit einbilden, kommt anderen Menschen dieser Anspruch hybrid vor, als eine Anmassung sondergleichen. Sie können weder glauben, dass sie von irgendeiner höheren Instanz zum eigenen Handeln und Wirken ermächtigt sind, noch können sie sich das Recht dazu einfach nehmen, weil das für sie ein illegitimer und also schuldhafter Akt wäre.

Während ich bis jetzt zu zeigen versucht habe, dass es unter den mannigfaltigen Formen seelischen Leidens auch solche gibt, die man als ein Leiden am Schicksal, und solche, die man als ein Leiden an der Machbarkeit verstehen kann, möchte ich noch einen Schritt weitergehen

und fragen, ob sich nicht *alles* seelische Leiden als ein „Leiden am Schicksal“ deuten lässt, das *entweder* mit einem Machbarkeitswahn *oder* aber mit depressiver Resignation einhergeht.

Ich nehme an, dass Sie Sigmund Freuds Deutung seelischen Leidens als einem „*Leiden an Reminiszenzen*“ kennen. Freud stellte diese Bestimmung zwar zuerst nur für die Hysterie auf, er hat sie aber bald verallgemeinert und war überzeugt, dass es sich bei allem seelischen Leiden um ein „Leiden an Reminiszenzen“, das heisst an verdrängten Kindheitserinnerungen handle (vgl. Freud, GW I, S. 86; XVI, S. 56). Was das heisst, ist schon bei Freud selber vieldeutig, aber sicher will er damit nicht einfach eine kausale Theorie von den *Ursachen* seelischen Leidens geben, sondern einen hermeneutischen Zugang zum verborgenen *Sinn* im Leiden gewinnen. Darum sagt Freud ja auch nicht, der Neurotiker leide „*aufgrund* von Reminiszenzen“, sondern er leide „*an* Reminiszenzen“.

Ich beanspruche jetzt nicht, genau Freud zu folgen, wenn ich das „Leiden an Reminiszenzen“ als ein Leiden daran verstehe, *wie* es, das eigene Leben, angefangen hat - also als „ein Leiden am Schicksal“ oder vielleicht besser „an der Zufälligkeit des eigenen Anfangs“, ein Leiden an der Zumutung, mit dieser und keiner anderen, besseren Vergangenheit leben zu müssen. *Das Leiden am Schicksalszufall des eigenen Anfangs* hat zwei Aspekte: Der eine, der meist im Vordergrund steht, betrifft die Art und Weise, *wie* es mit mir als diesem konkreten Individuum angefangen hat - nämlich ausgerechnet so und nicht ganz anders. Wer am Schicksalszufall des eigenen Anfangs leidet, kann keinen Sinn darin sehen, ausgerechnet in *diese* und keine andere Familie und damit auch in diese und keine anderen sozialen Verhältnisse hineingeboren zu sein, und auch, dass ausgerechnet die eigene Kindheit von bestimmten familiären oder auch ausserfamiliären Schicksalsschlägen oder aber Taten überschattet wurde. Am Wie des eigenen Anfangs zu leiden heisst dann, daran zu leiden, dass man schicksalszufällig diese bestimmten negativen Erfahrungen machen musste, die vielen anderen in der Kindheit erspart geblieben sind. Der andere Aspekt betrifft die Tatsache, dass nicht ich selber angefangen habe, sondern dass es mit mir angefangen hat. Am Schicksal des eigenen Anfangs zu leiden heisst darum immer auch, daran zu leiden, dass es kein *eigener* Anfang war, sondern ein aufoktroiyierter.

Beide Aspekte lassen es als eine Zumutung erscheinen, den eigenen, aber durch und durch fremdbestimmten Anfang übernehmen zu müssen und von diesem Anfang ein Leben lang geprägt zu sein. Diese Zumutung erscheint noch grösser, wenn man das Schicksal des eigenen Anfangs mit dem Schicksal anderer vergleicht und dabei zum Schluss kommt, man habe das

schlechtere Los als viele andere gezogen. Es ist also nicht verwunderlich, wenn viele mit dem Schicksal des eigenen Anfangs hadern. Im „Leiden an Reminiszenzen“ liegt nach Freud immer auch eine geheime Auflehnung dagegen, wie das eigene Leben angefangen hat, und mit der Auflehnung verbindet sich der Wunsch nach einem anderen, besseren Anfang. Es gibt zwei Möglichkeiten, den real unerfüllbaren Wunsch nach einem besseren Anfang auszuleben: nämlich das Tagträumen, das Phantasieren einerseits, und das von Freud als „Agieren“ bezeichnete neurotische Handeln andererseits. In der kurzen Schrift „Der Familienroman der Neurotiker“ beschreibt Freud jene Menschen, die in sich die heimliche Überzeugung nähren, in Wahrheit das Kind anderer, besserer, liebevollerer oder auch einfach sozial höher stehender Eltern zu sein (vgl. GW VII, S. 227-231). Noch radikaler sind diesbezüglich wahnhaftige Phantasien von Psychotikern, denen der französische Psychoanalytiker Paul-Claude Racamier ein Buch gewidmet hat (1992): hier tritt an die Stelle des Wunsches nach besseren irdischen Eltern die Gewissheit, entweder göttlichen Ursprungs zu sein oder aber sich selbst gezeugt zu haben.

Gewiss hat auch der „Ödipus-Komplex“ alle Züge eines Leidens an der Schicksalhaftigkeit des eigenen Anfangs, nur dass es sich hier nicht um ein individuelles Schicksal handelt, sondern um jenes allgemeine Schicksal, dem kein Kind entgeht. Schauen wir uns kurz den ödipalen Wunsch an und fragen, ob er nicht nur schicksalshaft bei jedem Kind auftritt, sondern auch auf eine jedem Kind zugemutete schicksalshafte Erfahrung antwortet. Aus existenzphilosophischer Warte lässt sich diese Frage bejahen: der ödipale Wunsch lässt sich als eine verzweifelte Auflehnung gegen das Schicksal verstehen, ab einer bestimmten Entwicklungsphase aus der frühkindlichen Dualunion mit der Mutter ausgestossen zu werden. So verstanden insistiert das Kind mit dem ödipalen Wunsch auf dem bisherigen (vermeintlichen) Alleinanspruch auf die Mutter, um auf diese Weise dem Schicksal der *Subjektwerdung* und der damit verbundenen *Vereinzellung* zu entgehen. Am Ödipus-Komplex zu leiden heisst dann, daran zu leiden, dass dieser Wunsch unerfüllbar ist - und das heisst nun auf unser Thema bezogen, daran zu leiden, dass man nicht immer in jener ‚dualen‘ Anfangsphase verharren kann, sondern dass man - mit Schiller - „hinaus muss ins feindliche Leben.“

Nun habe ich schon erwähnt, dass in *allem* Leiden ein Wunsch nach Aufhebung des Leidens steckt. Das gilt auch für das Leiden am Anfang. Wer daran leidet, wie es mit ihm schicksalszufällig angefangen hat, der wünscht, von diesem Anfang *erlöst* zu werden oder selber nachträglich diesen Anfang *revidieren* zu können. Freud spricht vom „Wiederholungszwang und auch davon, dass der Patient nicht gesund werden wolle. Aber Freud ist selber unentschieden, ob

er hier einen Zwang ausmachen soll, der das leidende Subjekt von hinterrücks determiniert, oder aber ein zwanghaftes Insistieren des leidenden Subjekts auf jener „Ersatzbefriedigung“, welche ihm das Wiederholen der Symptome gewährt. Wenn in „Das Unbehagen in der Kultur“ die Neurose als die „letzte Lebenstechnik“ bezeichnet wird, die dem Individuum „wenigstens Ersatzbefriedigung verspreche“ (GW XIV, S. 443), dann wird das „Machen“ betont, das allerdings etwas verspricht, was realiter unmöglich ist, nämlich den damaligen Anfang durch endlose Reinszenierung in der Gegenwart doch noch im Sinne der eigenen Wünsche abzuändern.

Weil der Wunsch, das, was damals war, nachträglich ungeschehen zu machen oder abzuändern, unmöglich realisierbar ist, muss man hier dem seelisch Leidenden auch einen *Machbarkeitswahn* unterstellen. Es ist der Wahn, sich nachträglich doch noch einen *akzeptableren Anfang* verschaffen und dadurch doch noch *selber* anfangen zu können.

Ist, wer daran leidet, wie es schicksalhaft mit ihm angefangen hat, einseitig rückwärtsgewandt? Hat er vielleicht einfach übersehen, dass man das Leben nicht rückwärts, sondern nur vorwärts, in die Zukunft hinein leben kann. Muss er in einer Psychotherapie lernen, endlich vorwärts zu schauen und seine wahren Ressourcen zu entdecken? Mir scheint es plausibler anzunehmen, dass wer am Anfang leidet, sich der Tatsache, dass die Zukunft auf ihn wartet, ganz besonders bewusst ist, dass er aber emotional überzeugt ist, dafür mit dem Schicksal dieses und keines besseren Anfangs zu schlechte Karten zu haben. Seine leidvolle Arbeit am Anfang würde so gesehen der Angst vor der Zukunft entspringen und im Dienste der Zukunft stehen, sie würde den (allerdings illusionären) Sinn haben, die rechte Basis zu schaffen, um dann vorwärtsgewandt wirklich selber anfangen zu können.

3. Schicksal und Machbarkeit in der Psychotherapie

Die Idee der Machbarkeit hat in den letzten zwei Jahrzehnten innerhalb der Psychotherapie zweifellos enorm an Boden gewonnen, nicht zuletzt aufgrund der Forderung nach mehr Wissenschaftlichkeit sowie nach mehr Effizienz. Beides verbietet es, noch irgendetwas innerhalb der Psychotherapie dem Zufall zu überlassen. Die Vorstellung, Psychotherapie sei ein *technisches Verfahren* in der Hand des *Experten*, hat jene andere Vorstellung von Psychotherapie als einem *Prozess* abgelöst hat - einem Prozess, in den Therapeut und Patient involviert sind und in dem sich Veränderungen ereignen, die nicht einfach steuerbar sind und die ihre Zeit brauchen.

Doch ich will nicht länger bei diesem Punkt verweilen, sondern möchte den Blick abschliessend auf zwei Konzepte richten, die dann wahlweise oder zusammen ins Spiel kommen, wenn sich Psychotherapie nicht nur als Symptombehandlung oder Krisenmanagement versteht, sondern auf eine ganzheitlichere Veränderung des Patienten zielt. Dann nämlich tauchen unweigerlich Themen auf, die um das kreisen, was man als „Selbstfindung“ oder „Selbstverwirklichung“ sowie als „Sinnfindung“ und *Sinnerfüllung* zu bezeichnen pflegt.

Es ist nicht schwierig zu zeigen, dass sowohl das *Selbstverwirklichungskonzept* wie auch das *Sinnfindungskonzept* sich immer entweder mit einem Schicksalsglauben oder aber mit einem Machbarkeitsglauben verbinden. Das ist deshalb möglich, weil sowohl der Begriff des Selbst wie der Begriff des Sinns in zwei konträren Bedeutungen verwendet werden.

Zum Selbstkonzept: das Selbst ist dann schicksalsgläubig konzipiert, wenn man es als eine innere Gegebenheit vorstellt. Diese Vorstellung ist auch unter Psychotherapeuten noch weit verbreitet und drückt sich etwa in den folgenden Parolen aus: „Werde der du bist“, oder auch: „Erkenne, wer du bist“ im Sinne von: „Erkenne dein wahres Wesen“, oder: „Finde dein wahres Selbst“, oder: „Finde zu deiner Mitte“, oder: „Lebe authentisch“. Die hier zugrundeliegende Auffassung von Selbst und Selbst-sein wird oft als *essentialistisch* oder als *substanziellistisch* bezeichnet, weil hier das Selbst als ein innerer Wesenskern oder als eine das Zentrum des Menschen bildende seelische Substanz vorgestellt wird. Hierher gehört die Entgegensetzung von „wahrem“ und „falschem Selbst“, oder auch „eigentlichem“ und „uneigentlichem Selbstsein“, hierher gehören Begriffe wie „Selbstkongruenz“ und „Selbstentfremdung“, hierher gehört auch die Vorstellung, durch eine falsche Erziehung sei einem ein falsches Selbst adressiert worden. Ziel der Psychotherapie ist es dann, zu helfen, das, was oder wer man in Wahrheit ist, wirklich zu *werden*, zu *realisieren*, zu *aktualisieren*, also dem wahren Selbst, das in einem verschüttet schon bereit liegt, zum Durchbruch zu verhelfen und auf diese Weise mit sich selbst eins zu werden.

Dieses Konzept von Selbstrealisierung impliziert deshalb einen psychologisch verbrämten Schicksalsglauben, weil hier angenommen wird, dass es in jeder Person schicksalhaft einen Kern gibt, der sie wahrhaft ausmacht, und den es zu suchen gilt, um auf diese Weise als Person zu sich selbst zu finden. Dieses essentialistische Selbstkonzept hat sowohl für Therapeuten wie für Patienten auch heute noch eine hohe Anziehungskraft, weil es mit dem Versprechen verbunden ist, tief in jedem Menschen drin liege jener ersehnte Halt, der innere Sicherheit und zugleich innere Orientierung gebe. Das ist in einer Zeit, die aufgrund ihres Pluralismus kaum

Orientierung anbietet, besonders attraktiv. Die Psychotherapie hat hier die Aufgabe, Hebammendienst zu leisten, damit man der oder die werden kann, der oder die man eigentlich immer schon ist bzw. immer schon gewesen wäre, hätten einem schlechte Umstände nicht daran gehindert.

Die dazu konträre Vorstellung von Selbst und Selbstverwirklichung ist *konstruktivistisch* und setzt ganz auf die Machbarkeit. Hier lautet die Devise nicht mehr: „Finde zu deinem wahren Selbst“, sondern: „Erfinde dich neu“, „kreiere ein neues, anderes, besseres Selbst - und zwar nicht nur als Spiel in der virtuellen Welt des Internet, sondern in der realen Alltagswelt. Die Vorstellung, im Menschen gebe es so etwas wie einen wahren inneren Wesenskern, ist hier als naiv verabschiedet und durch die Vorstellung ersetzt, dass es sich beim eigenen Selbst immer um eine Konstruktion handelt, die man daraufhin betrachten sollte, ob sich mit dieser Konstruktion gut oder aber schlecht leben lässt. Der Konstruktivismus macht sich die *hermeneutische* Erkenntnis zunutze, dass wir Menschen als grundsätzlich verstehende Wesen immer schon alles interpretieren, weshalb wir es nie mit puren Fakten, sondern immer schon mit interpretierten Fakten und also mit subjektiven Konstruktionen zu tun haben. Das gilt auch für das eigene Selbst: Wir geben Antwort auf die ewige Frage „Wer bin ich“, und diese Antwort ist immer eine Konstruktion, oder wie man heute gerne sagt, ein *Narrativ*: Das eigene Selbst konstituiert sich in den *Erzählungen*, die anfangs andere Personen und später man selbst über sich selbst generiert. Jeder ist also der, zu dem er sich macht, indem er entweder die Erzählungen von anderen über sich selber übernimmt oder aber eine eigene Erzählung erfindet.

Orientiert sich die Psychotherapie an einer konstruktivistischen Narrationstheorie, dann kann ihre Aufgabe nicht mehr darin bestehen, Hebammendienst zu leisten, sondern darin, zuerst einmal im Sinne des Philosophen *Jacques Derrida* die alte, krankmachende Erzählung über sich selbst zu „dekonstruieren“ und in einem zweiten Schritt eine Selbsterzählung auf den Weg zu bringen, mit der sich *anders*, nämlich *besser* leben lässt. Nach konstruktivistischer Auffassung ist es unsinnig, zu fragen, ob eine Selbsterzählung wahr oder falsch ist, weil es ja gar kein Selbst gibt vor der jeweiligen Erzählung darüber. An die Stelle der Frage nach dem wahren Selbst tritt darum die Frage, wie die Erzählung über das eigene Selbst beschaffen sein kann und soll, mit der sich besser, leichter, erfolgreicher, zufriedener, konfliktfreier, lustvoller usw. leben lässt.

Es ist klar, was die Vor- und Nachteile einer narrativen Psychotherapie sind, die davon ausgeht, dass jeder der ist, wozu er sich durch seine eigene Erzählung selber macht. Der Vorteil liegt im Versprechen, sich auch von einem üblen Schicksal durch eine neue Selbsterzählung befreien zu

können, der Nachteil liegt in der Last der Verantwortung, die man dadurch auf sich lädt, denn nun gibt es für das, wer und wie man selber ist, keine Entschuldigung mehr.

Nun noch zum Sinnkonzept. In der Suche nach dem wahren *Selbst* steckt immer auch die Suche nach jenem *Sinn*, der das eigene Leben lebenswert macht. Hinzu kommt, dass in der Zeit nach Freud viele namhafte Psychotherapeuten seelisches Leiden nicht mehr als ein „Leiden an Reminiszenzen“ definiert haben, sondern als ein Leiden am fehlenden Sinn. C.G. Jung erklärte bereits 1932, „die Psychoneurose“ sei „im letzten Verstande ein Leiden der Seele, die ihren Sinn nicht gefunden hat.“ (Jung Ges. Werke Bd. 11, S. 340). Medard Boss sprach um 1960 verschiedentlich von der „Sinnlosigkeitsneurose“ als der „Schicksalskrankheit“ unserer Zeit, die alles der technischen Machbarkeit unterwerfe und damit eine Sinnleere erzeuge, an welcher gerade die sensiblen Menschen zunehmend zu leiden beginnen würden (vgl. Boss 1971, S. 574). Aus dieser Zeitdiagnose folgt, welche Aufgabe die Psychotherapie zu übernehmen hat, nämlich dem Patienten bei seiner Sinnsuche zu helfen.

Doch ein sinnerfülltes Leben: wovon hängt es ab? Woher kommt denn jener Sinn, der das eigene Leben zu einem sinnvollen zu machen vermag? Sobald man sich dem Sinnbegriff zuwendet, stößt man auf dieselbe Doppeldeutigkeit wie schon beim Selbstbegriff. Dabei klammere ich den rein hermeneutischen Sinnbegriff von vornherein aus, der strikt dem Verstehen zugeordnet ist, sodass man den „Sinn“ immer dann gefunden hat, wenn man zum Beispiel einen zunächst unverständlichen Text verstanden oder auch das zunächst verborgene Motiv einer Handlung aufgedeckt hat. Wenn Jung sagt, die Seele habe ihren Sinn noch nicht gefunden, dann zielt er nicht auf den hermeneutischen, sondern auf den *lebenspraktischen* Sinnbegriff, der in den Adjektiven *sinnvoll* und *sinnlos* oder auch *sinnwidrig* zum Ausdruck kommt. Diesen lebenspraktischen Sinnbegriff, der immer mit einer positiven oder negativen Wertung verbunden ist, kann man nun ebenfalls entweder essentialistisch oder konstruktivistisch verwenden. Man kann entweder davon ausgehen, dass das, was einem Leben Sinn gibt, etwas Vorgegebenes ist, das man zu suchen hat, um ein sinnerfülltes Leben führen zu können, oder man kann davon ausgehen, dass es jedem Menschen *auf*-gegeben ist, das Leben für sich so zu entwerfen, dass es für ihn Sinn macht. Hier muss jeder seinem Leben den Sinn selber geben, ihn für sich erfinden. Ich habe schon im ersten Teil meines Vortrags darauf hingewiesen, dass in der Moderne „Sinn“ zunehmend zu einer Kategorie der Freiheit geworden ist. Es passt zur zunehmenden Herrschaft des Machbarkeitsdenkens, dass auch der Sinn des Lebens produziert wird. Vielen Menschen ist das aber

unheimlich, sie fühlen sich in seinem solchen selbst hergestellten Sinn nicht geborgen und gehalten, und sie greifen darum zurück auf einen vormodernen, essentialistischen Sinnbegriff.

Ich wende mich jetzt kurz *Viktor Frankl* zu, hat er doch unermüdlich betont, dass der Mensch nicht, wie Freud noch meinte, nach Lust strebe, sondern nach Sinn. Logotherapie betreiben heisst darum, jedem am Sinn verzweifelnden Menschen zu zeigen, dass auch sein Leben einen Sinn hat. Doch ist dieser „Sinn“, von dem Frankl spricht, gegeben und ich muss ihn nur finden oder muss ich ihn selber erfinden? Frankls These ist, dass jede Situation, mag sie noch so sinnlos oder gar ausweglos erscheinen, noch einen Sinn in sich trägt. Frankl fühlte sich als ehemaliger KZ-Häftling befugt zu dieser These, weil er auch unter solchen Extrembedingungen seinen Sinn glauben nie verlor und Mithäftlingen dadurch Halt geben konnte. Daraus zog Frankl den Schluss, dass man auch „äussere Tragödien in innere Triumphe verwandeln“ könne (Frankl, S. 35), wenn es einem gelinge, auch im schlimmsten Schicksal noch einen Sinn zu erkennen. Es geht also immer um die „*Fähigkeit*, den Sinn in jeder Situation aufzuspüren“ (vgl. ebd. S. 156).

Die Rede vom „den Sinn aufspüren“ weist in die essentialistische Richtung. Doch nun stellt sich die Frage, wie jemand sicher sein kann, den richtigen Sinn gefunden zu haben, wenn doch, wie Frankl unermüdlich betont, nur jeder selber den ganz persönlichen Sinn, der in einer Situation für ihn selber bereit liegt, aufspüren kann: „Kein Psychiater kann [dem Patienten] sagen, *was* der Sinn ist, nur *dass* das Leben einen Sinn hat, unter allen Bedingungen und Umständen“ (ebd. S. 158). Mit der Frage, was der Sinn ist, bleibt also jeder allein, weil es sich um einen je individuellen Sinn handelt, der sich erst noch ständig wandelt. So sagt Frankl nicht nur: „Für jeden gibt es einen besonderen Sinn“, sondern auch: „Jeder Tag, jede Stunde wartet mit einem neuen Sinn auf“ (ebd. S. 157).

Ob der Sinn zu finden oder zu erfinden ist, wird hier zur müssigen Frage, weil es sich ohnehin um einen individuellen und also auch einmaligen Sinn handelt, sodass *Sinnfindung* und *Sinngebung* zusammenfallen. Dazu passt, dass Frankl die Worte „Sinn“, „Aufgabe“ und „Leistung“ oft synonym benutzt, so etwa wenn er sagt, „keine Person, für die das Leben nicht eine *Aufgabe* bereit hielte (ebd.), oder, es gehe darum, „eine ausweglose Situation in eine *Leistung* zu verwandeln“ (ebd. S. 160).

So ist denn Frankls Sinnverständnis eher auf der Machbarkeitsseite zu orten - mit allen Vor- und Nachteilen. Der Patient erhält hier zwar die positive Zusicherung, dass es gar keine menschliche

Situation geben kann, in der nicht noch ein Sinn zu finden ist. Weil es aber ein je individueller Sinn ist, ist die Möglichkeit, einem nur vermeintlichen Sinn nachzurrennen, der sich nachträglich als purer, ja gar schädlicher Unsinn herausstellen könnte, nie auszuschliessen. Frankl scheint diese Gefahr nicht zu sehen, und jene Menschen, die Freud im Brief an Binswanger als die „Leichtsinnigen“ titulierte hat, mag diese Gefahr auch nicht kümmern. Die weniger Leichtsinnsigen aber fühlen sich gerade durch diese Unsicherheit bedroht, und sie sehnen sich darum nach einem Sinn, den nicht sie selber zu stiften haben, sondern den sie finden können und in den sie das Vertrauen legen können, dass er sie nicht in die Irre führt.

Gibt es eine Psychologie, welche eine zumindest in der Tendenz *schicksalsgläubige Variante von Sinnfindung* vertritt? Gibt es eine Psychologie, die eine mögliche „innere Führung“ postuliert, der man sich anvertrauen kann? Trotz nur begrenzter Kenntnis des Werks von C.G. Jung meine ich dort zumindest starke Ansätze in dieser Richtung zu sehen. Dass „das Ich nicht Herr ist im eigenen Hause“, hat uns Freud gelehrt. Während aber Freud überzeugt war, dass darin ein Negativum liegt, das den modernen Menschen bedroht und auch kränkt, wendet Jung diese Erkenntnis ins Positive. Denn worauf es ankommt, ist ja nicht, was das (oberflächliche) Ich, sondern was „*die Seele*“ zu leisten vermag. „Die Seele“ umfasst mich, sie ist zwar *in* mir, aber sie ist doch unendlich grösser, tiefer und weiter als mein „Ich“. Zweierlei zeichnet diese Seele, ganz im Gegensatz zu Freuds Unbewusstem, das ja im Wesentlichen der Ort von chaotisch nebeneinander existierender Illusionen ist, aus: Erstens ist die Seele immer auch der Hort des archetypischen Wissens der Menschheit über sich selbst. Die Seele in mir beherbergt also einen unermesslichen Schatz an allgemeingültigen Wahrheiten, sie ist somit ein *Hort der Weisheit* und als solcher *eine unerschöpfliche Quelle von Sinn*. Zweitens bekommt die Seele bei Jung alle Qualitäten eines *autonom handelnden Subjekts*: die Seele vermag zu „denken“, sie vermag „sich in Bildern auszudrücken“, sie vermag „Absichten zu verfolgen“ und „Lösungen vorzubereiten“. Wenn man die Auffassung, dass die Seele Lösungen vorbereitet (GW 9/1, S. 43), und dass „die Zukunft sich im Unbewussten auf lange Sicht vorbereitet“ (Erinnerungen, S. 238), zusammennimmt mit der anderen Auffassung, wonach „die unbewussten Einflüsse oft wahrer und klüger sind als das bewusste Denken“ (GW 9/1, S. 299), dann ergibt sich daraus eine psychologisch-schicksalsgläubige Variante von Sinnfindung. Denn dann weiss ja die Seele qua autonomes Subjekt in mir, was für mich gut ist, und meine Aufgabe liegt nur darin, auf ihre Stimme zu hören und ihr zu folgen. Von daher wird verständlich, warum zumindest ein Teil der Jungianer angesichts schwieriger Entscheidungen zum Legen von Tarotkarten greift, um so herauszufinden, welche Lösung denn die Seele schon lange vorbereitet und welchen Sinn sie

also für mich vorgesehen hat. Das macht die Jungsche Psychologie für all jene attraktiv, die einen Halt suchen, ihn aber nicht mehr in vormodern-religiösen Sinndeutungen zu finden vermögen. Diesen verspricht die Jungsche Psychologie, dass in der eigenen „Seele“ jene „hilfreichen Kräfte“ schlummern, denen man sich anvertrauen kann.

Literatur

- Binswanger L. (1944/45): Der Fall Ellen West. in Ausgew. Werke Bd. 4, Heidelberg (Asanger) 1994, S. 73-209.
- Boss M.: Grundriss der Medizin, Bern (Huber) 1971.
- Fichtner G. (Hg.): Sigmund Freud - Ludwig Binswanger, Briefwechsel, Fischer 1992.
- Frankl V.E.: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, München Zürich (Piper), 6. Aufl. 1988.
- Freud, S.: Gesammelte Werke (GW), Bände I - XVIII, Hg. von A. Freud, E. Bibring, W. Hoffer, E. Kris, O. Isakower, Frankfurt/M. (Fischer Taschenbuchverlag) 1999
- Heidegger M.: (1927): Sein und Zeit, 19. Aufl. Tübingen (Niemeyer) 2006.
- Heidegger M.: (1929) Was ist Metaphysik? Frankfurt/M (Klostermann) 16. Aufl. 2007.
- Heidegger M.: Platons Lehre von der Wahrheit. Mit einem Brief über den Humanismus, Bern (Francke), 2. Aufl. 1954.
- Jung C.G.: Gesammelte Werke (Sonderausgabe), Solothurn (Walter) 1995.
- Jung C.G.: Erinnerungen, Träume, Gedanken, aufgez. A. Jaffé (1961), Sonderausgabe (Walter) 1999.
- Kierkegaard S. (1844): Der Begriff Angst, Stuttgart (Reclam) 1992.
- Kierkegaard S. (1849): Die Krankheit zum Tode, Stuttgart (Reclam) 2005.
- Marquard O.: Ende des Schicksals? In: Abschied vom Prinzipiellen, (Stuttgart (Reclam) 1981
- Nietzsche F.: Zur Genealogie der Moral, 3. Abh., Aph. 28, in Werke in 3 Bänden, Hg. von K. Schlechta, Bd. 2, S. 899.
- Racamier, P.-C.: Le Génie des origines. Psychanalyse et psychose, Bibliothèque scientifique, 1992.
- Sartre J.-P.: Das Sein und das Nichts - Versuch einer phänomenologischen Ontologie, Hamburg (Rowohlt) 1997.
- White, M.: Therapie als Dekonstruktion, in: J. Schweitzer, A. Retzer, H.R. Fischer (Hg.): Systemische Praxis und Postmoderne, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1992, S. 39-63.