

Prof. Dr. Baldur Kirchner:

Selbst-Entfremdung und Empathieverlust in unserer Gesellschaft

Vortrag bei den Salzburg-Tübinger-Rhetorik-Gesprächen am 01. Juni 2019

Vorbemerkungen:

Während nahezu fünfzig Jahren durfte ich vielen Tausend Personen in Seminaren und persönlichen Einzelgesprächen begegnen. Oftmals habe ich sie über einen längeren Zeitraum hinweg begleitet, so dass mir stets auch ihr seelisches Befinden anvertraut wurde. Vor allem waren und sind es Führende der Wirtschaft, Politik und Kirche, – Menschen also, die Organisationen leiten und in ihnen wohnen – die sich im Laufe der Jahre von sich selbst entfernt haben und zum Opfer ihrer eigenen Initiativen geworden sind. Einige Beobachtungen, in denen sich ein seelisch belastetes Geformtsein und Befinden manifestiert, will ich in diesem Vortrag darstellen.

Weil ich mich in meiner Arbeit mit der menschlichen Persönlichkeit von dem Schweizer Psychoanalytiker Arno Gruen (1923 – 2015) in besonderer Weise bestätigt finde, will ich meine Überlegungen mit einem Zitat aus seinem Buch „Der Wahnsinn der Normalität“ beginnen. Zunächst meine Erfahrung: Wer seine Innenwelt nicht kennt, ist seelisch verarmt und der Chance zur Reifung seiner Persönlichkeit beraubt. Arno Gruen drückt es so aus: „Hat man den Bezug zum eigenen Inneren verloren, dann kann man sich nur auf ein verfälschtes Selbst beziehen: auf das Image, das sich an bestimmtem Verhalten und an Gefühlslagen orientiert, die der Umwelt gefallen...Die Unfähigkeit, in sich selbst zu wurzeln, ruft zerstörerisches und böses Verhalten hervor.“(1)

Doch ich will zunächst, verknüpft mit der ausgetrockneten Seelenlandschaft vieler Menschen, einen kurzen Blick auf das Phänomen „Macht“ werfen. Ich tue dies deshalb, weil Führende nicht selten noch immer ihre persönliche Selbstvollendung in einem Machterleben begreifen, das sie über die Notwendigkeit zu tieferer Selbstreflexion hinwegzuheben scheint. Dieses psychische Immungewordensein gegen jegliches kritische Selbstbegreifen hat Arno Gruen veranlasst, ein Kapitel seines schon zitierten Buches mit „Die Machtpolitik mächtiger Männer als Ausdruck innerer Leere“ zu betiteln. (2) Und weiter führt er aus: „Alle Vertreter der Macht als einer Ideologie des falschen Selbst fürchten sich vor innengeleiteten Menschen. Und sie verachten sie, weil sie diese Angst nicht zugeben können.“(3) In der Tat geht das innengeleitete Agieren von einer seelischen Oase als jenem Ort der Geborgenheit aus, an dem weitgehendes Freisein von Angst wohnt und Zuversicht in das eigene gegenwärtige und künftige Sein das Lebensgefühl prägt. Doch in vielen seelischen Katakomben bleibt es dunkel, weil ihnen der Zugang zu einer frohen kinderbunten Erlebniswelt verschlossen geblieben ist.

Macht macht unfrei! Die triebgesteuerten sexuellen Missbrauchshandlungen etwa in weltlichen und klerikalen Einrichtungen, aber bereits die Übergriffe in privaten und wirtschaftlichen Lebensräumen bezeugen die sittliche Hilflosigkeit des Täters, sein Verlorensein an die Profanität seines Handlungszwanges. Die im Wesen der Macht lauende Besessenheit versperrt den Blick zu wahrer Einsicht in die seelischen Abgründe des unersättlichen Begehrens. Das Destruktive wird zur Helferin des Mächtigen. Sie diktiert die Realität und erhält sie rücksichtslos aufrecht und riskiert sogar eine nur begrenzte Realitätswahrnehmung. Treffend sagt die amerikanische Journalistin und Autorin Barbara Tuchman (1912 – 1989) in ihrem 1984 erschienenen Buch „Die Torheit der Regierenden“ über die eingeschränkte Realitätswahrnehmung von Machtorientierten: „Torheit ist ein Kind der Macht...Weniger bewußt ist uns, daß die Macht

häufig auch dumm macht und Torheit erzeugt; daß die Macht, Befehle zu erteilen, häufig dazu führt, das Denken einzustellen..."(4) Für einige politisch Führende gilt auch gegenwärtig das pathologisch verhängnisvolle Selbstverständnis: Wer die Macht hat, hat auch das Recht!

Hierher gehört auch die Beobachtung des Psychoanalytikers Hans-Jürgen Wirth, die er in seinem Buch „Narzissmus und Macht – Zur Psychoanalyse seelischer Störungen in der Politik“ trifft. Er schreibt: „Macht übt deshalb gerade auf solche Personen eine unwiderstehliche Anziehungskraft aus, die an einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung leiden. Ungezügelter Selbstbezogenheit, Sieger-Mentalität, Karriere-Besessenheit und Größenphantasien sind Eigenschaften, die der narzisstisch gestörten Persönlichkeit den Weg in die Schaltzentralen der Macht ebnen.“(5) Ich werde bei meinen Ausführungen über das narzisstische Gebaren dieses Psychogramm noch näher thematisieren.

Aus der Sicht der Persönlichkeitsentwicklung bedeutet Macht nicht nur eine Flucht vor der Angst, sondern auch ein Vermeiden von Schmerz! Sei es der Schmerz einer beruflichen Niederlage, etwa in einem Konflikt, eines gesellschaftlichen Ansehensverlustes, etwa der Niederlage einer Partei, oder eines Unvermögens auf Grund körperlicher Schwäche – stets dienen Machthandlungen im Alltagsgeschehen letztlich der Kompensation innerer Disharmonien. Die eingetübte Realitätswahrnehmung des eigenen Wesens fördert die bedenkliche Selbst-Entfremdung des machtbehafteten Menschen. Er wird wohl niemals zu seiner persönlichen Tiefe gelangen können.

In den subtilen Gefilden der Macht finden wir aber auch das scheinbar sittlich Wertvolle, dessen Maske sich nicht gleich öffnet. So beschreibt der indische Philosoph Jiddu Krishnamurti (1895 – 1986) die Beziehung zwischen Macht und Tugend wie folgt: „Man kann sich durch Bescheidenheit, durch Tugend, durch eine Partei, ja sogar durch Selbstverleugnung Macht verschaffen, dann aber sollte man sich nicht darüber täuschen, daß einem auch das Gute nur als Mittel und Vorwand dient...Tugend allein macht den Menschen frei, aber sie läßt sich nicht erwerben wie Geld oder Macht.“(6)

Drei Beobachtungen nun möchte ich hervorheben, die das Zusammenleben im privaten und beruflichen Alltag erheblich belasten. Diese psychischen Spannungen sind deshalb bedenklich, weil vor allem Führungskräfte stets Einflussnehmende sind, die das Lebensgefühl von Organisationen und ihrer Mitglieder, aber auch die Privatsphäre beschädigen und oftmals existenziell zerstören können.

Ich werde im Einzelnen folgende Verhaltensweisen betrachten:

1. Rationalisierung als Konfliktabwehr
2. Narzisstisches Gebaren
3. Entfernung von der persönlichen Innenwelt

Zu 1)

Über dem Eingang zu seinem Arbeitszimmer hatte unser Freund, der als Missionar in Argentinien wirkte, ein Plakat angebracht, auf dem sich ein Schimpanse in fauler, ausgestreckter Pose räkelt. Die Sprechblase aus seinem Mund verkündete folgende Klage: „Jetzt, da ich alle Antworten auf die Fragen des Lebens auswendig gelernt habe – da hat man mir die Fragen geändert!“ Dem Schimpansen möchte man zurufen: Bedenke bitte, die Moderne hat nicht nur die Welt verändert, sondern auch die Beziehung zu uns selbst! Der Angriff auf die Trägheit und Starrheit eingeübter Lebensmuster löst Ängste aus. Auch Tradition ist ja nicht angstfrei! Die Angst vor Veränderungen, die Verlustangst, ist deshalb eine der tiefsten Ängste in der mensch-

lichen Persönlichkeit. Das Schimpansen-Selbst mag symbolisch für viele auf sich selbst fixierte und zwanghaft Gewordene stehen. Rationalisierende sind von emotional initiierten Veränderungen überfordert, weil sie ihr Lebenskonzept in früher verordneten Denkverpflichtungen aufbewahren mussten.

Was meint nun „Rationalisierung“ in diesem Kontext? Wir betreten hier das psychische Feld der Konfliktfähigkeit eines Menschen. Allerdings nicht im Sinne einer Streitkultur, wie wir sie allenthalben in den Trainingsangeboten für Führende vorfinden. Nein, das Schimpansen-Muster liegt tiefer in der Persönlichkeit jener Menschen, deren unbewusst gewordene Lebensstrategie Absicherung und Abwehr heißt. Rationalisierende leben in der Angst vor ihren eigenen Gefühlen und in der Angst vor Ablehnung. Das lässt sie einsam sein und hindert sie daran, ihre Fluchtborg zu verlassen. Weil jede Entwicklung auch den Einflüssen der Außenwelt unterliegt, bleibt das Festhalten an kognitiven Erfahrungen und kontrollierbaren Selbstbewertungen für sie unter allen Umständen das rettende Prinzip.

„Deshalb macht das Seelische gerade auch Menschen Angst, die alles nur rational begreifen und bestimmen wollen. Die Flucht in eine intellektuell verstandene Welt soll die Vielschichtigkeit und Unerklärbarkeit der Seele vergessen lassen.“(7)

Wer den emotionalen Kern von Konflikten nicht erfahren hat, weil seine Gefühlswelt abgespalten wurde, hat zu seiner Selbstrettung den Weg des Verstandesmäßigen eingeschlagen. Das aber ist verhängnisvoll für seine Interaktionen. Wo sich die emotionale Selbsterfahrung nicht entfalten durfte, verharrt der so geprägte Mensch in der Spur der vorgegebenen Lebenslinien. Die Selbst-Entfremdung, in der ihm das Eigene, zu ihm Gehörnde genommen wurde, verhindert ein wirkliches Eingehen auf emotionale Anliegen seiner Mitmenschen. Der Rationalisierende wäscht sich argumentativ rein und bemerkt dabei nicht, dass er durch diese kühle Abwehr seine Vertrauensfähigkeit verspielt. Wer für jede kritische Bemerkung zu seiner Person eine Erklärung findet, entmutigt seine Mitmenschen, jemals einen offenen wesensbezogenen Dialog führen zu wollen. Auch solch ein Verhalten macht Rationalisierende einsam. In seiner unerkannt gebliebenen Selbsttäuschung und Selbstmanipulation entfernt er sich von menschlich nahen Angeboten. Seine Lebenslüge, sein gepflegter Selbstbetrug, gedeiht prächtig. Vielleicht gerade deshalb finden wir unter den Führungskräften zahlreiche Personen solcher Prägungsmuster. Oder bietet eine rationale Welt gerade ihnen einen kosmischen Spielraum, in dem die Zahl als kleinste rationale Einheit ihre Kreise zieht?

Rationalisierende enttäuschen ihre Umwelt, weil sie Gefühle nicht erwidern können. So etwa lädt ein Vorgesetzter seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum jährlichen institutionalisierten Gespräch ein. Er bittet darum, ihm offenes Feedback zu seinem Verhalten während des vergangenen Jahres zu geben. Von diesem Vertrauensangebot beflügelt, äußern sich die Geführten offener, freundlich und freimütig kritisch ihrem Chef gegenüber. Doch die kritische Ehrlichkeit überrascht und überfordert ihn. Er erträgt es nicht, als ein Mensch zu erscheinen, dessen Fremdbild in einigen Zügen so gar nicht seinem Selbst-Ideal entspricht. „Ich habe Ihnen gut zugehört“, sagt er schließlich; „doch ich meine, derjenige bin ich nicht, den Sie gerade beschrieben haben. Das müssen Sie so sehen und anders interpretieren...!“ reklamiert er weiter und verliert mit jedem Wort seiner Rechtfertigung ein Stück persönlicher Souveränität. Ja, noch mehr: Es schwindet das Vertrauen der Mitarbeiter in die menschliche Authentizität ihres Chefs. Ist er wirklich daran interessiert, zu erfahren, wie er menschlich wahrgenommen wird? Weshalb umgibt er sich mit einer Führungseleganz, die doch nur Maskenhaftes zur Schau trägt?

Wir kennen in der Führungsethik die Maxime: Führungskrisen sind stets Vertrauenskrisen. Wenn die Bundeskanzlerin vor laufender Kamera die Trennung von einem Minister damit begründet, dass eine vertrauensvolle Zusammenarbeit nicht mehr gegeben sei – so gleicht diese Verabschiedung einer öffentlichen Hinrichtung des in Ungnade gefallenen Ministers. Mit dieser seelischen Tätowierung akzeptabel sinnvoll weiterleben zu können, setzt voraus, dem

Selbstvertrauen im Wesensinneren eine Schutzzone bewahrt zu haben. Denn: Neben der Liebe bildet das Vertrauen das bedeutendste emotionale Phänomen im menschlichen Zusammenleben schlechthin.

Auch so manche Partnerbeziehung ist zerbrochen, weil die Vertrauensangebote des Einen der argumentativen Dominanz des Anderen weichen mussten. „Du hast mich mit deiner Rhetorik wieder einmal niedergebügelt“, heißt es da häufiger, aber doch nur argumentativ, nicht jedoch emotional. Dauerhaft lassen sich ja emotionale Wünsche nicht ignorieren, ohne holprige Seelenfurchen zu hinterlassen. In therapeutischen Familiensitzungen werfen Pubertierende ihrem Vater lautstark vor, endlich einmal menschlich greifbar zu werden und nicht dem Kult innerbetrieblicher Kommunikation zu huldigen, der persönliches Ansehen aus hierarchischer Autorität ableitet. „Wir sind nicht deine Mitarbeiter! Hör' endlich auf, dich hier vor uns aufzuspielen und zu profilieren!“

Zurück zur Rationalisierung und ihrer Entstehung. Sie ist eine psychische Abwehrhaltung mit Fluchtcharakter, einer Flucht vor dem Konflikt zunächst im eigenen Seelenlager. Die inneren Kämpfe stören die Harmoniewünsche des psychisch belasteten Menschen. Dagegen bereitet ihm die erprobte Verstandesarbeit den Weg zu einer klaren und sachlichen Lebensgestaltung vor – doch leider um den Preis der Selbst-Entfremdung und der Empathievernabung. „Indem das abstrakte Denken, das Kognitive, das Empathische in uns ersetzt, entfernen wir uns immer mehr von jeder unmittelbar gefühlten Wirklichkeit.“(8)

Eine Hinführung und treffende Antwort auf das intrapsychisch Konflikthafte nun gibt der englische Dichter Edward Young, der von 1683 bis 1765 gelebt hat. Sein Wort hat Einzug in die Persönlichkeitsanalyse gehalten, weil es die Fehlentwicklung vieler Menschen knapp beschreibt. Er sagt: „Wir alle sind als Originale geboren – warum geschieht es, dass so viele als Kopien sterben?“ Eine andere Modifikation dieses Gedankens lautet: „Da wir nun als Originale geboren werden, wie kommt es doch, dass wir als Kopien sterben?“ (9) In England gilt Edward Young nach William Shakespeare als einer der bedeutendsten Kenner der menschlichen Seele. (Übrigens: Shakespeares Dramen werden heute in englischen Vollzugsanstalten psychotherapeutisch zur seelischen Öffnung bei pathologisch schwer belasteten Verbrechern eingesetzt. Mit den Theaterrollen, die die Insassen spielen, wächst in ihnen eine so intensive Identifikation mit dem dramatischen Geschehen und seinen Protagonisten heran, dass sie seelisch aufgebrochen werden. Emotional gepanzerte Mörder beginnen zu weinen, können Leid und Schmerz nachspüren, die sie ihren Opfern zugefügt haben. Der therapeutische Erfolg liegt in der Erfahrung, dass die zugelassene Nähe zu sich selbst den Weg zu einem harmonischen menschlichen Miteinander öffnet.)

Die dichterische Seelenführung Edward Youngs vermag in sehr subtiler Weise die Last des Gehorsams zu berühren. Denn der Gehorsam als „Pathologie unserer Kultur“ (Arno Gruen) lässt uns als Kopien durch das Leben gehen und die Originalität unseres Wesens weitgehend verkümmern. „Denn als wir in der Kindheit eigene Gefühle, unsere Bedürfnisse und unsere empathischen Wahrnehmungen erlebten“, so die Überlegungen von Arno Gruen, „gerieten wir oft in einen Konflikt mit unseren Eltern. Sie konnten, wollten oder durften unser Eigenes nicht erkennen, denn dies hätte sie selbst bedroht. Sie hätten nämlich erkannt, dass auch sie in ihrer Kindheit nicht erleben durften oder sollten, was sie erlebt haben...Mit dem Gehorsam geben wir unsere eigenen Gefühle und Wahrnehmungen auf.“ (10)

Wer sich seinen Gefühlen nicht in ausreichendem Maße stellen durfte, weil elterliche Autorität sie verboten hat, wehrt sie mit den Mitteln des Verstandes ab. Diese Abwehr ist im Laufe seiner Persönlichkeitsentwicklung in das Unbewusste hinabgesunken und steuert seine seelischen Umgangsformen. So bewahrt er sich vor einer emotionalen Überforderung, der er nicht gewachsen wäre. Dass er im Laufe seines Lebens brillante Abwehrstrategien entwickeln kann,

beweisen Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens, wenn sie aufgefordert werden, ihr Fehlverhalten zu begründen.

Dennoch bleibt in solchen Menschen die Angst vor dem Blick in die eigene Wesenstiefe präsent. Sie aber verhindert eine wirkliche Begegnung mit sich selbst! Vielleicht vermag eine Lebenskrise sein starres Selbstverständnis zu erschüttern. Wahre Empathie aber setzt immer das Zulassen eigener Gefühle voraus! Wie peinlich und ironisch zugleich mögen dann solche hierarchischen Appelle wirken: „Jetzt seien Sie doch mal etwas empathischer. Sie heulen doch sonst bei jeder Kleinigkeit!“ Manchem Manager musste ich deshalb sagen, wie ekelhaft und zynisch diese Worte die Wesenszartheit verletzen.

Mit der Rationalisierung gelingt Konfliktbewältigung nicht wirklich, weil sie im Mitmenschen einen emotionalen Restwiderstand schafft, der eine versöhnliche Vertrauensbildung blockiert. Daher gilt auch künftig die therapeutische Empfehlung:

Offene Kommunikationsfähigkeit bildet die Voraussetzung für Konfliktfähigkeit!

Zu 2)

In meinen bisherigen Ausführungen habe ich das Selbstwertgefühl nur indirekt angesprochen. Im Hinblick auf das narzisstische Gebaren gewinnt nun dieses seelische Fundament eine besondere Relevanz. Um den gegenwärtig zu oft inflationär zitierten Sprachgebrauch des Narzisstischen zu seinem wahren mythologischen Ursprung zurückzubegleiten, sei zunächst das Sagenhafte in Erinnerung gerufen.

Der römische Dichter Ovid (43 v. Chr. – 17. n. Chr.) hat in seinem Werk „Metamorphosen“ – „Verwandlungen“ – den literarisch-psychologischen Grundstein zum Narzissmusdisput in der Psychoanalyse gelegt. Es ist eine zeitlose Geschichte, weil sie ein interkulturelles Urmuster menschlichen Geprägtseins enthält. Ovid beschreibt zunächst die Geburt und den frühen Habitus dieses einmalig schönen Jünglings. „Hochberühmt in den Städten Böotiens, gab jener (gemeint ist der Seher Teiresias) dem bittenden Volke unwiderlegbar Bescheid. Den ersten Beweis seiner Glaubwürdigkeit und Sehergabe erhielt Liriope, eine Nymphe der blauen Gewässer. Kephisos (der Name des Flussgottes) hatte sie einst in einer Windung seines Stroms gefangen und ihr, die die Wellen umschlossen, dann Gewalt angetan. Schwanger von ihm, gebar die wunderschöne Nymphe einen Knaben – man mußte ihn damals schon lieben – und nannte ihn Narziß. Gefragt, ob diesem lange Lebenszeit und hohes Alter bestimmt sei, sprach der schicksalskundige Seher: ‚Wenn er sich selbst nicht erkennt.‘ Lange hielt man des Wahrsagers Worte für nichtig, doch was am Ende wirklich geschah, die Art, wie Narziß dann starb und seine unerhörte Leidenschaft, das erwies die Wahrheit. – Denn zu dreimal fünf Jahren hatte der Sohn des Kephisos noch eines zugelegt und konnte ebensogut als Knabe wie schon als Jüngling erscheinen. Viele Jünglinge begehrt ihn, auch viele Mädchen, doch bei seiner zarten Schönheit besaß er einen so spröden Stolz: Ihn hat kein Jüngling gerührt und keines der Mädchen.“ (11) In das seelische Porträt des 16-jährigen Jünglings zeichnet Ovid nun weitere Ereignisse, die den Lebensweg turbulent, schmerzlich und untröstlich erscheinen lassen. Er beschreibt die Liebe der Nymphe Echo, die für ihn erglühte, die aber schließlich in ihrem Hinschwinden an unerhörter und unerfüllter Liebe zerbricht. Der Theologe und Psychotherapeut Eugen Drewermann sagt dazu: „Es ist gerade die Unbedrohlichkeit, die Narkissos ausstrahlt, von welcher Echo sich angezogen fühlt. Endlich ist da jemand, der nicht als Frauenheld und als Nymphenjäger von Zeusschem Format sich hervortut! Ein Narkissos wird nie einer Frau sexuelle Gewalt antun. Für eine schüchterne Frau wie Echo bietet diese Gewißheit den unentbehrlichen Schutzraum, um ihre Gefühle festmachen zu können...“ (12)

Im Laufe der Zeit nun hatte Narziss Scharen von Liebhabern enttäuscht, so dass einer die Göttin der Rache bat, er möge selbst ein unter der Liebe Leidender werden. Diese Bitte des Verschmähten wurde erhört. Es heißt bei Ovid weiter: „...und während er seinen Durst löschen wollte, entbrannte ein anderer Durst in ihm, denn während er trank berückte ihn der Anblick

seiner schönen Gestalt; er verliebte sich, doch körperlos ist der Gegenstand seiner Hoffnung; was er für ein lebendes Wesen hält, ist ja nur Wasser! ...Alles entzückt ihn, wodurch er entzückt. Töricht begehrt er sich selbst, er, der prüft, prüft sich selber, sein Sehnen sehnt sich nach ihm, ihn verzehrt die eigene Flamme...Das da, was du siehst, ist dein Spiegelbild, ein Schatten ohne eigenes Ich. (13)

Über das Ende des schönen Jünglings Narziss erfahren wir von Ovid einen knappen Sterbedialog mit der Nymphe Echo. „Die letzten Worte des Narziß, der in die vertraute Quelle blickte, waren folgende: ‚Ach, du hoffnungslos geliebter Knabe!‘ Jedes Wort kam zurück! Er setzte noch hinzu: ‚Lebe wohl!‘ – ‚Lebe wohl!‘ erwiderte Echo. – Dann ließ er sein müdes Haupt ins grüne Gras sinken, und der Tod schloß die Augen, die noch die Schönheit dessen bestaunten, dem sie gehörten. Selbst dann, als ihn die Unterwelt aufnahm, betrachtete er sich noch im Wasser der Styx. Es beklagten ihn seine Schwestern, Najaden, und weihten ihrem Bruder die abgeschnittenen Locken, es beklagten ihn auch die Dryaden, und in die Klage stimmt Echo mit ein. Schon wollten sie den Scheiterhaufen richten, dazu Fackeln aus Kienholz, die Bahre – da war nirgends ein Leichnam. Statt des Leichnams finden sie eine safrangelbe Blume, deren Kelch rings weiße Blütenblätter umgeben.“ (14)

Mit diesem literarischen Werk hat Ovid einen zeitlosen Mythos geschaffen. Fast könnte man sagen, dass es ein belasteter Archetyp sei. Erst durch seine Frustrationen, die er weithin auslöst und verbreitet, widmen wir Heutige uns dem Wesen der narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Der deutsche Psychiater Paul Näcke hat dem Narzissmus-Mythos 1899 ein erweitertes Begriffsverständnis verliehen, als ihn lediglich zu einer sexuellen Perversion zu degradieren. Das neue narzisstische Charakteristikum heißt danach in seiner Kurzform: Selbstbewunderung. Während Sigmund Freud noch meinte, der Narzissmus sei ein Bestreben, „bei welcher das erwachsene Individuum den eigenen Leib mit all den Zärtlichkeiten bedenkt, die man sonst für ein fremdes Sexualobjekt aufwendet“. (15)

Gewiss gehören gesunder Narzissmus und Eitelkeit zur psychischen Grundausstattung der menschlichen Persönlichkeit. Sie begründen ja Eigenwürde und Selbstachtung für uns alle. Doch wenn ich mich in diesen Ausführungen dem mehr pathologisch-narzisstischen Gebaren zuwende, dann will ich vor allem die konfliktbeladene Seite dieses Persönlichkeitsbildes beleuchten. Denn der Narzissmus richtet erhebliche seelische Schäden an, weil er Leiden im eigenen Leben und im Lebensgefühl der Mitmenschen hervorruft. So gilt es, zunächst einmal den seelischen Habitus dieser Persönlichkeitsstörung zu betrachten. Ich lehne mich dabei an die Publikationen des Psychiaters Otto F. Kernberg an, der in seinem therapeutischen Bestseller „Borderline-Störungen und pathologischer Narzißmus“ folgende Beobachtungen niedergeschrieben hat: „Das Hauptproblem liegt in einer Störung des Selbstwertgefühls...Narzißtische Persönlichkeiten fallen auf durch ein ungewöhnliches Maß an Selbstbezogenheit im Umgang mit anderen Menschen, durch ihr starkes Bedürfnis, von anderen geliebt und bewundert zu werden und durch den eigenartigen Widerspruch zwischen einem aufgeblähten Selbstkonzept und gleichzeitig einem maßlosen Bedürfnis nach Bestätigung durch andere. Ihr Gefühlsleben ist seicht; sie empfinden wenig Empathie für die Gefühle anderer und haben – mit Ausnahme von Selbstbestätigungen durch andere Menschen oder eigene Größenphantasien – im Grunde sehr wenig Freude am Leben; sie werden rastlos und leiden unter Langeweile, sobald die äußere Fassade ihren Glanz verliert und momentan keine neuen Quellen der Selbstbestätigung zur Verfügung stehen...Die Hauptkennzeichen narzißtischer Persönlichkeiten sind also Größenideen, eine extrem egozentrische Einstellung und ein auffälliger Mangel an Einfühlung und Interesse für ihre Mitmenschen...Sie empfinden starken Neid auf andere, die etwas haben, was sie nicht haben...es mangelt diesen Patienten an Gefühlstiefe...die Emotionen flackern rasch

auf und flauen gleich wieder ab. Was besonders auffällt, ist das Fehlen echter Gefühle von Traurigkeit, Sehnsucht, Bedauern..." (16)

Das Pathologische an diesem Persönlichkeitsbild ist, dass die Kompensationen und Sublimationen seine tief liegenden Mindergefühle nicht beruhigen können. Es bleiben Unzufriedenheit und Unausgeglichenheit als Begleiter seines Leidensgefühls. Der Narzisst lebt in einer großartigen Einsamkeit. Ich weiß aus den Gesprächen in den letzten fünfzig Jahren, dass nach dem letzten Ton der Nationalhymne, nach dem Einholen der Vereinsfahne und dem Enden des Beifalls dem inneren Tränenfluss alle Schleusen geöffnet wurden. Wer sein ganzes Streben darauf ausgerichtet hat, verehrt oder umjubelt zu werden, wird alles tun, um diese Erlebniswelt zu retten. Ist der letzte Vorhang gefallen, breitet sich der Schatten des Verlassenseins aus. Janis Joplin etwa beklagte sich, dass sie immer einsam sei.

„Ich habe mit Tausenden Leuten Liebe gemacht“, rief sie weinend dem Publikum von der Bühne zu, „aber ich werde allein nach Hause gehen.“ (17)

Worauf kann sich der innerlich Gefangene sonst stützen, wenn die Zuwendung durch das Außen wegbricht?

Die Medienheiligen, denen der Fernsehzuschauer in den Reality Shows begegnet, erfüllen die Kriterien von Narzissten besonders auffallend. So ironisiert der Göttinger Psychiater Borwin Bandelow seine Eindrücke in folgender Weise: „Es macht ihnen nichts aus, wenn Millionen von Fernsehzuschauern sie beobachten, wie sie im Container relaxen, Dummlichkeiten von sich geben, nackt in der Badewanne sitzen, ihre Freunde unflätig beschimpfen, sich in der Nase bohren oder um Frischkäsebrötchen streiten. Und sie finden es in Ordnung, wenn einer von ihnen, der am gekanntesten abhängen kann, am Ende eine halbe Million absahnt.“ (18)

Ist hier nicht auch das Niveau der Zuschauer recht flach, etwa so wie der Bildschirm ihres TV-Gerätes? In flachen Gewässern kann man wohl kaum geistig ertrinken.

Dennoch sei auch gesagt: Narzissten machen Karriere. Sie sind fleißig, können Höchstleistungen vollbringen. Allerdings zur eigenen Ehre! Deshalb finden wir in den oberen Hierarchieebenen sehr viele Narzissten, die ihren Selbstwert durch die Führungspositionen definieren. Zu den antriebsstarken Persönlichkeitseigenschaften, die diesen hierarchischen Erfolgsweg pflastern, gehören vor allem: oberflächlicher Charme, eitle Selbstverwirklichung, manipulative Fähigkeiten, suchtartiges Arbeitsverhalten, radikales Durchsetzen des eigenen Standpunktes und überdurchschnittlicher Ehrgeiz. Etliche psychiatrische Gutachten übrigen bescheinigen auch kriminellen Psychopathen diese und ähnliche Charaktere. Es besteht kein Zweifel daran, dass das Talent zur Selbstinszenierung, die Überzeugung, etwas ganz Besonderes zu sein, eine elitäre Bewusstseinshaltung wachhält. Reinhard Haller, Chefarzt einer psychiatrischen Klinik für Abhängigkeitserkrankungen, schreibt: „Diese Triebfedern des Fortschritts und des Erfolgs sind in leitenden Positionen gefragt. Es verwundert nicht, dass Führungspersönlichkeiten höhere Narzissmuswerte aufweisen. Selbstverliebte werden leichter als natürliche Führer akzeptiert, zumindest kurzfristig, während langfristig Beziehungskonflikte und destruktives Verhalten überwiegen.“ (19)

Die narzisstische Persönlichkeit ist kaum bindungs- und liebesfähig. Ihre zwanghafte Eitelkeit ist viel zu wesensimmanent verwurzelt, als dass sie fähig wäre, einem Liebespartner herzliche Zuwendung zu schenken. Zuwendung zu geben, heißt ja auch, sich selbst mit seinen Bedürfnissen zurückzunehmen. Wie sollte sie das auch können, da sie selbst in ihren seelischen Grundfesten keine Verankerung verspürt? Der Narzisst ist seelisch heimatlos; sein Vertrauen in die eigene Wertigkeit ist tief erschüttert. Fast mag man hier gar nicht von einem Empathieverlust sprechen, da die Selbstfixierung des Narzissten, gepaart mit dem Wunsch nach ständigem Beifall, den Blick für die Empfindungswelt des anderen untersagt hat.

„Denn Narzissmus ist eine Selbstbespiegelung ohne Du, eine reflektorische Selbstbezogenheit, die kein Ende findet.“(Daniel Hell)

Aus dem geschilderten Psychogramm geht auch hervor, dass Narzissten nicht gut miteinander umgehen können. Die Angst vor Kränkung durch den Mitmenschen belastet sein fragiles Selbst in erheblichem Maße. Eine einzige kritische Stimme genügt, um seine Innenwelt zu erschüttern, auch wenn alle übrigen Zuhörer von seiner Kunst beeindruckt sind. Der Perfektionismus, das Beobachtbare seines Tuns, ist zu seinem Leitwert geworden, an den er sich klammert, weil sein inneres Leersein ihn nicht beglücken kann.

Selbst in klerikalen Kreisen toben narzisstische Neid- und Geltungskämpfe, die wahrlich nicht vom Heiligen Geist erfüllt sind. Ich kenne Beispiele, in denen die Eitelkeit die Triebfeder war, die hierarchische Jakobsleiter gegen alle Mitbrüder für sich zu erobern. Auch hinter Klostermauern und in Pfarrgemeinderäten treiben Mobbing, Intrigen und Hochmut ihr ungesegnetes irdisches Spiel. Vielleicht wirkt hier mehr die Schläue einer diabolischen Kreativität? Auch das sei noch gesagt: In unserer christlichen Welt leiten zahlreiche Gläubige ihre narzisstische Selbsterhöhung aus der Zugehörigkeit zu bestimmten religiösen Gemeinschaften ab. So wächst ein neurotisches Bewusstsein heran, das sich mit den Worten rühmt: „Ich bin heiliger als du“ – oder: „Meine Demut ist mein ganzer Stolz!“

Ist Narzissmus heilbar? Letztlich nicht! Wer seine Identität nicht gefunden hat, wird sie auch nur mühsam in therapeutischen Sitzungen erarbeiten. Auch Empathie kann man nicht befehlen. Vielmehr setzt sie eigenes Verstehen voraus, das die emotionale Selbsterfahrung öffnet. Nur sie, die Selbsterfahrung, bildet das psychische Fundament für die Beziehungsqualität zwischen Eltern und Kindern. „Wer sichere Bindungen erfahren hat, wird sich mehr zutrauen und sich weniger ängstigen.“ (Daniel Hell) Es ist nicht die Flut von Ratgeberbüchern, die lediglich intellektuelles Wissen bereichern. Was im Inneren fehlt, kann nur noch durch peripheren Status aufgefüllt werden. Die Selbst-Entfremdung der narzisstischen Persönlichkeit ist für sie schicksalhaft geworden, weil sie niemals durch das Tor der ehrlichen Selbstreflexion gegangen ist. Der narzisstische Mensch hat sich (noch) nicht begriffen. Es ist fraglich, ob ihm dies jemals gelingen wird.

Zu 3)

Nach meinen Vorträgen 2009 und 2011 in Salzburg, in denen ich die emotionale Dimension des „movere“ und „delectare“ und schließlich die psychische Verwurzelung der „captatio benevolentiae“ angesprochen habe, ist es mir gerade gegenwärtig ein Anliegen, mich in der Innenwelt der menschlichen Persönlichkeit noch eingehender umzuschauen – dort, wo das eigentliche seelische Befinden geboren und unser Lebensgefühl betreut wird. Es ist schon bemerkenswert, weil nicht selbstverständlich, von einem Psychiater eine spirituell-metaphysische Definition von „Seele“ gesagt zu bekommen. Daniel Hell schreibt in seinem Buch „Die Wiederkehr der Seele“, dass die menschliche Persönlichkeit mehr sei als Gehirn und Geist. Seine Auffassung von „Seele“ lautet: „Die Seele steht für die Einmaligkeit und Unverwechselbarkeit des Menschen. Es gibt keinen anderen Begriff, welcher der Individualität des Menschen und seiner Teilhabe an einem Umfassenderen so gerecht wird wie die Seele.“ (20)

Wenn ich über die Entfernung von der persönlichen Innenwelt spreche, so meine ich damit den Verlust des Identitätsgefühls. Im Allgemeinen verstehen wir unter „Identität“ das innere Heilsein der menschlichen Persönlichkeit, ihre innere Harmonie und Ausgeglichenheit. Die Wesenseinheit mit sich selbst, die das Wissen um die eigene Person auszeichnet. Sie bildet das tragende Sein als Grundwert der eigenen Existenz. So kleidete Balthasar Staehelin seine tiefenpsychologisch-spirituelle Erfahrung in die Worte: „Heilung beginnt von innen.“ Die Persönlichkeitsforschung spricht von Identität, wenn sie das subjektive Vertrauen in die innere Wesenhaftigkeit meint. Wer seine Identität nicht kennt, sucht ihr gelegentlich in einer psychedelischen Inhalation oder in einer Scheingeborgenheit anderer Surrogate zu begegnen. „Ein geistig gesunder Mensch bleibt dem Abgrund fern“, sagt Jiddu Krishnamurti in einem seiner

Meditationsvorträge. Wer einer destruktiven, daher falschen Identität erliegt, unternimmt ideologisch-fanatische religiöse Raubzüge und beabsichtigt, die Seelenlandschaft im Anderen zu zerstören. Diese Zersetzungsvorhaben finden ihren Widerhall in der privaten und außerpersönlichen Sphäre. Wir sind gerade Zeitzeugen dieser nahezu täglichen weltweit vollzogenen verbrecherischen Vernichtungsakte, die sich des Wesensinneren anderer zu bemächtigen erlauben. Es ist der personifizierte Diabolismus, der Zerstörer und Zerstreuer, die satanische Krönung des Destruktiven in der Welt. Aber auch diese paranoide Inthronisation des Bösen muss scheitern, weil alles Vernichtenwollen bereits den Keim der Selbstvernichtung in sich trägt. „Die Verachtung anderer wird zur Basis einer Identität, der das Eigene fehlt, die haßt... und die deshalb das Fremde braucht, um dort das eigene Fremde bestrafen zu können.“ (21) Identitätslose sind von ihrer empathischen Entwicklung getrennt worden, deshalb kultivieren sie das Destruktive im Anderen und im Suizid an sich selbst.

Identität wohnt im seelischen Innenraum. Wenn Teresa von Avila (1515 – 1582) von einer „Seelenburg“ und gar von den „Sieben Wohnungen“ als einem Weg zur Vollkommenheit schreibt, so greift sie damit die Identität des Menschen in seiner originären Wesensbestimmung auf. Teresas geistige Schwester, die vom Judentum zum Katholizismus konvertierte und im KZ Auschwitz ermordete Karmelitin, die Edmund Husserl-Schülerin Edith Stein, (1891 – 1942) sagt, die Seele sei das Zentrum der Person, der „Ort“, wo sie bei sich selbst ist. Und der Schweizer Psychiater und Psychoanalytiker Balthasar Staehelin (1923 – 2005), dem ich persönlich viel verdanke, nennt die Seele die Begegnungsstätte zwischen Gott und Mensch, in der sich Zeit und Ewigkeit berühren. Erst in der wirklichen Stille können eigene Tiefen aufbrechen, möglicherweise aber auch ungeahnte Untiefen.

„Was ich bin, hat fast nichts damit zu tun, wer ich bin. Es hat vielmehr nur mit der Fehlbildung zu tun, wie jemand glaubt, erscheinen zu müssen, um Status und Macht gegenüber anderen zu behaupten.“ Arno Gruen (22)

Manchem Manager war lange nicht bewusst, dass er seine Identität aus der Imagepflege abgeleitet hat. Erst beim Ausscheiden aus dem Unternehmen spürte er: Imageverlust bedeutet zugleich Identitätsverlust. Daniel Goedevert, früheres Mitglied im Vorstand von VW, hat nach seinem Konzernabgang das Buch „Wie ein Vogel im Aquarium“ geschrieben. Einige Zeilen seien hier zitiert: „Der Mächtige weiß oft genug nichts von der schweren Goldkrone, die er trägt, und die Beziehungen zu seinen Lakaien scheinen ungetrübt – solange er auf dem Thron sitzt. Er bekommt alles, was er will. Er umgibt sich mit einer Entourage nach seinem Geschmack und empfängt Menschen aus aller Welt, die den Kontakt zu ihm suchen. Im Glauben, daß das alles mit seiner eigenen Person zu tun habe, entfernt er sich weiter und weiter von der Realität des menschlichen Lebens. Sein Schatten wird übergroß, bis dahinter alles verschwindet: die Wirklichkeit, die anderen und auch er selbst – bis er im wahrsten Sinne des Wortes ein Schatten seiner selbst wird.“ (23)

Nicht selten bildet Statusverlust die tragische Ursache für einen Identitätsverlust und damit für viele Menschen auch für ihren Sinnverlust. Sinnleere und Selbst-Entfremdung belasten das Lebensgefühl in quälender Weise. Es bleibt die bittere Erfahrung für jene, die ihren Selbstwert auf Erfolg, Status und materiellen Gewinn gründen, dass ihr Fremdgewordensein die Vorherrschaft in der Innenwelt unverrückbar übernommen hat. Menschen jedoch, die ihr Identitätsgefühl aus innerer Geborgenheit erfahren, verlieren auch unter Frustrationserlebnissen nicht ihr Vertrauen und ihren Glauben an sich selbst. Ich habe deshalb den von Balthasar Staehelin mehrfach publizierten Begriff des „Urvertrauens“ erweitert zum Überzeugtsein vom Sinn des eigenen Daseins hin. Im Urvertrauen schwingt auch die Hoffnung mit, dem Kommenden mit mehr Zuversicht zu begegnen. Das Seelische ist unzerstörbar. Diese Gewissheit hilft dem Einzelnen, zu seiner eigenen Persönlichkeit ein Verhältnis aufzubauen. So hat das Seelische stets

etwas mit Beziehung zu tun. Ein Mensch darf sich nicht an eine Fremdsteuerung seines Lebensgefühls verlieren. Diese Gefahr aber ist umso größer, je weniger erkennbar eine einheitliche Wertordnung unser Leben trägt. Also wird es notwendig sein, für sich selbst einen Weg zu finden, der die Selbstverwirklichung nicht zu einem kollektiv verordneten Kult, sondern zu einem individuellen kreativen Akt werden lässt. Ohne das Bewusstsein Selbstfürsorge allerdings gelingt dieses Vorhaben nicht. Es besteht kein Zweifel, dass zahlreiche Menschen keine innerlich gereifte Selbstfürsorge entwickelt haben. Aus diesem Grunde sind sie auch keine psychisch autonome Persönlichkeiten!

Für die wartenden Lebensaufgaben jedoch hinreichend gerüstet zu sein, setzt einen guten Kontakt zum eigenen Inneren voraus. Wer den Tiefenkontakt verloren hat, lebt meistens oberflächlich und fremdgesteuert. Er lebt an der Peripherie seines Lebenskurses.

„Der Instabilität der äußeren Welt kann der Mensch nur durch innere Stabilität begegnen“, sagt der amerikanische Psychotherapeut Nathaniel Branden (1930 – 2014) in seinem Werk „Die 6 Säulen des Selbstwertgefühls“. Eine identitätsstarke Persönlichkeit hat erfahren dürfen, dass sie die Ströme des Lebens letztlich nicht fortgerissen haben. Ihr inneres Gehaltenwerden verdankt sie einer „seelischen Hand“, die sie vor einem Geborgenheitsverlust bewahrt hat. Eine Kultur der Innenwelt wird notwendig sein, sich geistig-seelische Wohnräume zu schaffen und sich in ihnen aufzuhalten. Mit der Nähe zu sich selbst kann auch der erwachsene Mensch einer schmerzlichen Selbst-Entfremdung entgegentreten, die ihm durch einen destruktiven Gehorsam auferlegt wurde. Seelische Stabilität wird für lange Zeit von einer Innerlichkeit gespeist, die gegen depressive Anflüge existiert. Eine solche Selbsterfahrung hat Albert Camus in die Worte gekleidet: „Mitten im Winter habe ich erfahren, dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt.“

Sich nach der Selbst-Entfremdung wieder zu finden und der Emotionalität in unserem Leben Raum zu geben, bedeutet, unser Menschsein neu zu begreifen.

Auch wenn unser Leben so manches Fragment aufweist. Dennoch verkündet es eine Botschaft. Rilke hat sie empfangen, als er von 1905 bis 1906 für acht Monate bei Rodin in Paris angestellt war. Immer wieder ging er an dem Torso Apollos vorbei. Schließlich entstand einige Zeit später, 1908, dieses Sonett „Archaischer Torso Apollos“:

Wir kannten nicht sein unerhörtes Haupt
darin die Augenäpfel reiften. Aber
sein Torso glüht noch wie ein Kandelaber,
in dem sein Schauen, nur zurückgeschraubt,

sich hält und glänzt. Sonst könnte nicht der Bug
der Brust dich blenden, und im leisen Drehen
der Lenden könnte nicht ein Lächeln gehen
zu jener Mitte, die die Zeugung trug.

Sonst stünde dieser Stein entstellt und kurz
unter der Schultern durchsichtigem Sturz
und flimmerte nicht so wie Raubtierfelle;

und bräche nicht aus allen seinen Rändern
aus wie ein Stern: denn da ist keine Stelle,
die dich nicht sieht. Du mußt dein Leben ändern. (24)

Rilke hat uns diese Botschaft aus Stein weitergegeben. Sie lautet: Auch ein torsogebiebenes, unvollkommenes Leben ist lichterfüllt und verliert nichts von seinem inneren seelischen Glanz.

Anmerkungen:

- (1) A. Gruen: Der Wahnsinn der Normalität. dtv München 2018, S. 9
- (2) Ebenda, S. 139
- (3) Ebenda, S. 143
- (4) B. Tuchman: Die Torheit der Regierenden. Von Troja bis Vietnam. Fischer, Frankfurt 1986, S. 47
- (5) H.-J. Würth: Narzissmus und Macht. Zur Psychoanalyse seelischer Störungen in der Politik. Psychosozial-Verlag Gießen, 2003, S. 9
- (6) J. Krishnamurti: Ideal und Wirklichkeit. Gedanken zum Leben. Humata Verlag Bern o. J., S. 90 – 91
- (7) D. Hell: Die Wiederkehr der Seele. Wir sind mehr als Gehirn und Geist. Verlag Herder Freiburg im Breisgau 2009, S. 31
- (8) A. Gruen: Dem Leben entfremdet. Warum wir wieder lernen müssen zu empfinden Klett-Cotta Stuttgart 2013, S. 11
- (9) E. Young: Gedanken über die Original-Werke. Faksimiledruck nach der Ausgabe von 1760, Conjectures, Nachwort, S. 16
- (10) A. Gruen: Wider den Gehorsam. Klett-Cotta Stuttgart 2014, S. 78 – 79
- (11) Publius Ovidius Naso: Metamorphosen. Artemis & Winkler Düsseldorf 2004 S. 141 – 143
- (12) E. Drewermann: Liebe, Leid und Tod. Daseinsdeutung in antiken Mythen. Patmos Verlag Ostfildern 2013, S. 76
- (13) Ovid: Ebenda, S. 147
- (14) Ovid: Ebenda, S. 152 –153
- (15) S. Freud: Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse.

Gesammelte Werke Bd. XI, Fischer Verlag Frankfurt 1969

S. 430 – 431

- (16) O. F. Kernberg: Borderline-Störungen und pathologischer Narzißmus
Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1978, 261 – 262
- (17) zitiert aus B. Bandelow: Celebrities. Vom schwierigen Glück,
berühmt zu sein. Rowohlt Verlag GmbH, Reinbek bei Hamburg 2006
S. 51
- (18) Ebenda: S. 26
- (19) R. Haller: Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen-und Selbstkenntnis
Ecowin Verlag Salzburg 2013, S. 150
- (20) D. Hell: Ebenda, S. 65
- (21) A. Gruen: Der Fremde in uns. Klett-Cotta Stuttgart 2000, S. 190
- (22) A. Gruen: Dem Leben entfremdet. S. 15
- (23) D. Goeudevert: Wie ein Vogel im Aquarium. Rowohlt Berlin 1996, S. 12
- (24) R. M. Rilke: Werke in vier Bänden, Insel Verlag Frankfurt am Main und Leipzig 1996
Bd. I – S. 513