

Elisabeth Lukas

Der Schlüssel zu einem sinnvollen Leben

ELISABETH LUKAS

Der Schlüssel
zu einem
sinnvollen Leben

Die Höhenpsychologie
VIKTOR E. FRANKLS

Kösel



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier

Munken Premium Cream liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Copyright © 2011 Kösel-Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlag: Kaselow-Design, München

Umschlagmotiv: gettyimages; Fotograf: Sam Bloomberg-Rissman

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pöbneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-466-37003-0

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten

lieferbaren Programm finden Sie unter

www.koesel.de

*Wo ist jene therapeutisch interessierte Psychologie,
welche die höheren Schichten menschlicher Existenz
in ihren Aufriss einbeziehen würde und in diesem
Sinn – und im Gegensatz zum Worte von der Tiefen-
psychologie – den Namen Höhenpsychologie verdienen
würde?*

Viktor E. Frankl 1938 im
»Zentralblatt für Psychotherapie«

Inhalt

Vorwort von Viktor E. Frankl zum ersten Buch der Autorin (1980)	11
Ein psychiatrisches und ein psychotherapeutisches Credo	14
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Menschenbild</i>	
Die Sehnsucht des Menschen nach einem erfüllten Dasein	29
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Motivationstheorie</i>	
Die Bedeutung der Orientierung am »Sinn des Augenblicks«	48
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Entscheidungsproblem</i>	
Mehr Angst als Liebe – der Modus der neurotischen Existenz	67
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Krankheitsentstehung</i>	
Befürchtungen lachend »den Wind aus den Segeln nehmen«.....	87
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Krankheitsbehebung</i>	
Wenn vernünftige Argumente an ihre Grenzen kommen	101
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Paradox</i>	
Man muss sich von sich selbst nicht alles gefallen lassen.....	112
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Impulskontrolle</i>	
Sexuelle und partnerschaftliche Harmonie sind unerzwingbar	131
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Luststreben</i>	

Genügt ein Leidensdruck als »Motor« im Genesungsprozess?	143
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Suchtbekämpfung</i>	
Was nicht mit Antidepressiva zu heilen ist: das Wertevakuum	158
<i>Logotherapeutische Gedanken zum »leeren Leben«</i>	
Auch kein »Fall« für Psychopharmaka: die reaktive Depression	172
<i>Logotherapeutische Gedanken zu Werteverlusten</i>	
Wo die Machbarkeit zu Ende ist – über das wahre Heldentum	183
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Leidbewältigung</i>	
Die »Kraft zur Verwandlung«, und wie man sie mobilisiert	201
<i>Logotherapeutische Gedanken zum lohnenden Leben</i>	
Der Einsatz von Weisheitsgeschichten in der Psychotherapie	219
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Lesevergnügen</i>	
Das Wundermittel »finale Vorleistung« im Familienstreit	243
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Friedensschluss</i>	
Pathologische Anklagen und vorbelastete Dialoge – was tun?	268
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Kommunikation</i>	
Das Borderline-Syndrom in dimensionalontologischer Perspektive	286
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Psychose</i>	
Wenn die geistige Person sich nach innen transzendiert	304
<i>Logotherapeutische Gedanken zum »Unbewussten Gott«</i>	

Mein Leben ist ein Denkmal, hat der Professor gesagt	325
<i>Logotherapeutische Gedanken zum Sterben</i>	
Das Zeitfluss-Modell, eines der genialsten Konzepte Franks	334
<i>Logotherapeutische Gedanken zur Ewigkeit</i>	
Verwendete Literatur	359
Über die Autorin	363

Vorwort von Viktor E. Frankl zum ersten Buch der Autorin (1980)

»Schon wieder ein Psycho-Buch – haben wir noch zu wenig von diesem Zeug?« Solche Ausrufe müssen wir uns heutzutage vom Leser erwarten. Und gestehen wir es uns doch ein: Die Psychotherapie zerfällt auf der einen Seite immer mehr in Sekten, und auf der anderen Seite wächst sie sich immer mehr zu einer Art Industrie aus. Mit anderen Worten, sie wird immer mehr ideologisiert und kommerzialisiert.

Als bald wird der Leser aber merken, wie erfreulich, wie erfrischend das Buch von Elisabeth Lukas absticht vom Gros dessen, was an einschlägiger Literatur heute auf den Markt geworfen wird: Welche Menschlichkeit strahlt doch dieses Buch aus! In welcher einmaligen Weise versteht es Elisabeth Lukas doch, auch noch im desolatesten »Fall« Menschlichkeit zu entdecken – und zu erwecken! Was sie uns da in ihren Fallschilderungen und Behandlungsprotokollen vor Augen führt, ist rehumanisierte Psychotherapie im besten Wortsinn.

Für Elisabeth Lukas gibt es kein Menschenwesen, das nicht noch immer irgendeine Chance hätte, über sich selbst hinauszuwachsen; keine Lebenslage, in der sich nicht noch irgendein Funke von Sinn entdecken und entfachen ließe. *Wie* das geschieht und in welcher dramatischer Weise es mitunter geschieht – davon wird der Leser immer wieder ergriffener Zeuge.

Dieses Aufleuchten-Lassen von Sinnmöglichkeiten gehört zur großen Kunst von Elisabeth Lukas. Da steht sie ganz in der Tradition der Logotherapie, die sich als »sinnzentrierte Psychotherapie« versteht und als solche dem Menschen Hilfestellung geben will in seinem Ringen um Sinn, wohl dem menschlichsten aller menschlichen Anliegen. So muss die Logotherapie denn auch den Kampf ansagen jenem Sinnlosigkeitsgefühl, das sich heute in weltweitem Maßstab nachgerade zu einer Massenneurose auswächst. An dieser Aktualität knüpft das vorliegende Buch an; Elisabeth Lukas schöpft darin aus der reichen,

jahrelangen zeit- und lebensnahen Erfahrung in ihrer logotherapeutischen Praxis und als Leiterin eines großen psychologischen Beratungszentrums in München, in dessen Rahmen ihr Tag für Tag Menschen gegenüber sitzen, die sich mit den typischen Problemen und Krisen des Lebens in unserer Welt, in unserer Zeit und in der, wie die Amerikaner sagen: anbrechenden »Post-Petroleum-Gesellschaft« auseinandersetzen haben.

Was ihr bei alledem noch zugute kommt, ist die wissenschaftliche Fundiertheit ihrer Aussagen. Auf Schritt und Tritt merkt man ihr die empirische Kinderstube an; begann sie doch ihre Laufbahn mit experimenteller Forschung und statistischen Untersuchungen. Sie ist es auch, der wir den ersten deutschsprachigen logotherapeutischen Test, den »Logo-Test«, verdanken, den sie am Wiener Universitätsinstitut für experimentelle Psychologie entwickelt hat. So erscheinen denn bei Elisabeth Lukas praktische Erfahrung und empirische Forschung in einem produktiven Rückkoppelungsprozess miteinander vernetzt.

Ihre Beiträge zur Logotherapie beschränken sich aber nicht auf die Grundlagenforschung, sondern auf diesem soliden Fundament aufbauend hat sie bezüglich der logotherapeutischen Technik erfinderisch und schöpferisch gewirkt. Ich erwähne nur die von ihr selbstständig entwickelte »Sinnzentrierte Familientherapie« oder ihren eigenständigen Beitrag zur Weiterentwicklung der logotherapeutischen Methode der Dereflexion. Wenn man ihre einschlägigen Fallschilderungen verfolgt, wird einem das Erlebnis zuteil, in ihrer Begleitung einen Schritt in die Zukunft der Logotherapie mitzuvollziehen.

Vielleicht am meisten wird der Leser ihr danken, dass sie ihm in so instruktiver und illustrativer Weise Einblick gewährt in die Werkstatt des Logotherapeuten. Verdeutlicht sie doch alles anhand konkreter Fallbeispiele, ja, mit Ausschnitten aus Dialogen, wie sie sich wirklich abgespielt haben. Damit kommt Elisabeth Lukas einem ganz modernen Trend entgegen, näm-

lich Möglichkeiten für eine psychotherapeutische Selbsthilfe zu schaffen. Tatsächlich gibt sie dem Leser immer wieder eine Handhabe, logotherapeutisches Gedankengut auch auf sich selbst anzuwenden, und es ist kaum zu glauben, welche Erfolge sich auf diesem Wege erzielen lassen.

Dass sich die Logotherapie für die Verwendung zum Zwecke solcher Selbsthilfe in besonderem Maße eignet und anbietet, ist jedoch auf einen besonderen Umstand zurückzuführen, auf die Tatsache nämlich, dass die Standardwerke über Logotherapie gar nicht so sehr an den Psychotherapeuten adressiert sind, um ihm diese oder jene Technik beizubringen, als vielmehr an den Patienten selbst – und auch an den (noch) gar nicht neurotischen Leser: Beide können, was die Logotherapie ihnen zu sagen hat, direkt den Büchern entnehmen und auf sich anwenden, sodass unter Umständen der Umweg über den professionellen Therapeuten sich erübrigen mag. Mit einem Wort: Ein Buch *über Logotherapie ist Logotherapie*.

Als ich vor Jahren einmal in Freiburg im Breisgau einen Vortrag von Elisabeth Lukas hörte und von der für sie so charakteristischen Legierung von Menschlichkeit und Wissenschaftlichkeit tief beeindruckt war, meinte ich in einem anschließenden Gespräch mit ihr: Irgendwie kann ich jetzt leichter sterben – wissend, dass mein Vermächtnis in solchen Händen ruht. Als ich Jahre später ihr Manuskript zu diesem Buch in meinen Händen hielt, wiederholte und vertiefte sich dieses gute Gefühl; denn ich hatte das Manuskript auf dem Krankenbett gelesen, in Krankenhäusern zwischen München und Wien, vorübergehend sogar auf Intensivstationen liegend, und ich legte das Manuskript aus der Hand mit Stolz auf eine Schülerin, in Hinblick auf die ich zu hoffen wage: non frustra vixi.

Boston, an meinem 75. Geburtstag

Viktor E. Frankl

Ein psychiatrisches und ein psychotherapeutisches Credo

Logotherapeutische Gedanken zum Menschenbild

Vorbemerkung

Es gibt drei Wiener Schulen der Psychotherapie. Die erste mit dem Namen »Psychoanalyse« wurde von *Sigmund Freud* (1856–1939) begründet. Die zweite mit dem Namen »Individualpsychologie« wurde von *Alfred Adler* (1870–1937) begründet. Die dritte mit dem Namen »Logotherapie« wurde von *Viktor E. Frankl* (1905–1997) begründet. Die drei Begründer kannten sich gut, standen miteinander in regem Gedankenaustausch und ergänzten einander in ihren Forschungsergebnissen.

Sigmund Freud suchte nach der Verursachung neurotisch-hysterischer Symptome in der eher prüden Gesellschaft seiner Zeit und entdeckte das unbewusste Seelenleben des Menschen. Er entwickelte seine Verdrängungslehre, wonach heimliche sexuelle Begierden oder schwerwiegende Kindheitstraumata aus dem Bewusstsein verdrängt werden und sich im Laufe des späteren Lebens als krank machend erweisen.

Alfred Adler setzte zunächst nicht wie Sigmund Freud in der psychischen, sondern in der biologischen Ebene des Menschen an, nämlich an den sogenannten Organminderwertigkeiten wie Kleinwüchsigkeit, schiefe Nase, dicke Beine und Ähnlichem. Er entdeckte, dass solche Defekte Minderwertigkeitsgefühle erzeugen, die nach Kompensation drängen

und oft neurotisch in einer Art Machthunger überkompensiert werden.

Viktor E. Frankl bezweifelte derlei pathologische Prozesse nicht. Er bezweifelte aber, dass der Mensch ihnen total ausgeliefert sei und kein Wörtchen »Mitspracherecht« habe. Auf der Suche nach fundamentalen heilen Seelenkräften, die es ermöglichen könnten, falls nötig auf so manche Begierden zu verzichten und manch Schweres bzw. eigene Unzulänglichkeiten versöhnlich anzunehmen, stieß er auf die geistige Ebene des Menschen – wobei er unter Geistigkeit nicht das logische Denkvermögen oder den Intellekt verstand. Für Frankl bedeutete Geistigkeit Humanität schlechthin: Entscheidungsfreiheit, Verantwortlichkeit, Wertesensibilität, Liebesfähigkeit, personale Würde. Sie bedeutete den spirituellen Funken, mit dem ein zweibeiniges Säugetier einst zum Menschen begnadet worden ist.

Viktor E. Frankls Logotherapie ist der spannende Versuch, diesen »Funken« zum Zwecke der Leidverminderung und Krisenbewältigung immer wieder neu anzufachen, und insofern ist sein geistiges Erbe einer »Höhenpsychologie« heute aktueller denn je.

Immanenz und Transzendenz

Um das Menschenbild der Logotherapie nachzuzeichnen, bedarf es eines kleinen Rekurses auf das Begriffspaar Immanenz – Transzendenz. Die Immanenz wird allgemein definiert als die Beschränkung auf das innerweltliche Sein und das darin Erkennbare und Erfahrbare. Was aber ist erkennbar und erfahrbar im innerweltlichen Sein? Ein Mehrfaches: Raum, Zeit, Materie und Kausalität (Naturgesetze). Das Spiel des Zufalls dazugerechnet, brauchte die Evolution nicht mehr, um in einem unendlich langsamen doch steten Prozess lebendige Zellen, Pflanzen, Tiere und schließlich den Menschen hervorzu-

bringen. Innerweltliches Leben ist somit Leben in Raum und Zeit, auf der Basis von Materie, vom Zufall geschüttelt und durchkomponiert in kausalen Zusammenhängen.

Im Unterschied dazu wird die Transzendenz definiert als das jenseits von Erkenntnis und Erfahrung Liegende, Bewusstseinsgrenzen Überschreitende, einer Überwelt Zugehörige, theologisch ausgedrückt: das Göttliche. Über die Transzendenz gibt es – von Offenbarungen abgesehen – mangels Erkenntnis und Erfahrung keine Aussagen außer solchen, die beschreiben, was sie *nicht* ist und sein kann. Sie ist *nicht* in Raum und Zeit (sondern »ewig«, überall oder nirgends), sie ist *nicht* aus Materie entstanden oder ableitbar (sondern eher der Ursprung aller Materie) und sie unterliegt *keiner* zwingenden Kausalität (weil sie selber und ihrerseits die »Causa prima« darstellt). Auch spielt der Zufall wohl nicht mit ihr (sondern ist vermutlich ihr eigenes »Spiel«).

In der Logotherapie wird nun davon ausgegangen, dass der Mensch von immanenter und transzendenter Herkunft ist, poetisch formuliert, Wurzeln im Himmel und auf Erden hat. Die »Erdwurzeln« repräsentieren die psychophysische Gebundenheit des Menschen: seine Körperlichkeit und die Funktionen seiner Körperlichkeit bis hin zu den hochkomplexen Vorgängen im Zentralnervensystem, die jedwedes leib-seelische Wechselgeschehen steuern. Die »Himmelswurzeln« repräsentieren im Kontrast dazu die geistige Freiheit des Menschen: sein durch Körperlichkeit Bedingt-, aber nicht Bewirkt-Sein, sein durch evolutionäre Entwicklung Ermöglicht-, aber nicht Erschaffen-worden-Sein und sein durch Schäden des Zentralnervensystems Behindert-, aber nicht Ausgelöscht-werden-Können.

Psychophysische Gebundenheit und geistige Freiheit in Einheit und Ganzheit – *das* ist das Bild des Menschen in der Logotherapie, wobei sich Viktor E. Frankl an *Nicolai Hartmann* anlehnte, der als Charakteristikum des Menschen so treffend von einer »Autonomie trotz Dependenz« gesprochen hat.

Verglichen mit anderen psychotherapeutischen Denkansätzen besteht in Hinblick auf die psychophysische Gebundenheit des Menschen Übereinstimmung. Keine seriöse Humanwissenschaft negiert die »Erdwurzeln« des Menschen mit ihren starken biologischen, psychologischen und soziologischen Determinanten. Weniger Übereinstimmung besteht jedoch hinsichtlich der Einschätzung, ob dem Menschen über jene psychophysische Gebundenheit hinaus ein Rest an geistiger Freiheit verbleibt, ja, ob seine Existenz aus transzendenten Wurzeln mitgespeist wird und ob diese am Ende gar das Eigentliche und Wesentliche des Menschen ausmachen. Hier nimmt die Logotherapie im Reigen der verschiedenen Lehrmeinungen die entschiedenste Ja-Position ein. Sie ordnet dem Menschen eindeutig »Himmelswurzeln« zu, was auch für die angewandte Psychiatrie und Psychotherapie nicht ohne Belang ist. Diese Position der Logotherapie soll anhand von Original-Textstellen aus den »Metaklinischen Vorlesungen«, die Viktor E. Frankl 1949 an der Wiener Universität gehalten hat und die in seinem Buch »Der leidende Mensch«, (Huber, Bern, ³2005) abgedruckt sind, belegt werden.

Die »Himmelswurzel« des Menschen

Gemäß Viktor E. Frankl ist der Mensch eine geistige Person:

Woher rührt die menschliche Schichtstruktur? Das gestufte Gefüge des Menschen? Nicht daher, dass er sich aus Leib, Seele und Geist zusammensetzt, sondern daher, dass sich das Geistige mit dem Leiblichen und dem Seelischen auseinandersetzt: Immer nimmt der Mensch als Geist zu sich als Leib und Seele Stellung, immer steht der Mensch als Geist sich selbst als Leib und Seele gegenüber. Was er sich selbst gegenüber »hat«, ist Leib und Seele; was Leib und Seele gegenüber »ist«, ist Geist ... Der Mensch »hat« Leib und Seele – aber er »ist« Geist.

Hier werden die »Erd- und Himmelswurzeln« voneinander getrennt. Der Mensch *hat* Haare, Zähne, Augen, Arme usw. Er *hat* Ängste, Träume, Gedanken, Triebe usw. Er hat Physis und Psyche, aber er *ist* Geist. Das von ihm zu Habende ist raum- und zeitgebunden. Haare und Zähne befinden sich an einem Ort, Ängste und Träume finden zu einer bestimmten Zeit statt. Was aber der Mensch *ist*, ist raum- und zeitübergreifend:

... das Hinauslangen von Existenz ist niemals eines in der Zeit, vielmehr immer eines über die Zeit hinaus – ins Überzeitliche hinein ...

und:

Mein Geist »ist« tatsächlich »bei« allem, woran er jeweils denkt, woran er »rührt«. Nur, dass dieses Bei-Sein nicht räumlich vorgestellt werden darf ... geistig Seiendes ist nämlich der Raumkategorie überhaupt nicht unterstellt. Geist – als wesentlich Unräumliches – ist im Raume nirgends, und so denn auch nicht »im Leibe« ... er »ist bei« den Dingen.

Die geistige Person, die ein Mensch ist, kann sich sonach aus dem Hier und Jetzt entfernen, kann sich aufschwingen in Zeiten und Räume, denen der psychophysische Organismus nicht zu folgen vermag. Sitzt beispielsweise jemand an seinem Schreibtisch und studiert die geologische Formation des Meeresbodens im Pazifik, dann »ist« er geistig am Meeresboden des Pazifiks, auch wenn er physisch an seinem Schreibtisch sitzt und psychisch erste Ermüdungserscheinungen verspürt. Oder gedenkt jemand liebend seines verstorbenen Vaters, dann »ist« er geistig bei seinem Vater, auch wenn er physisch in einem Jahr lebt, in dem sein Vater längst nicht mehr lebt und in dem er psychisch über das Nicht-mehr-Leben des Vaters trauert.

Die Unversehrtheit der Person

Wie ist nun die Wirklichkeit des Geistigen zu verstehen? Viktor E. Frankl erteilte dem Materialismus eine klare Absage:

Das Wesen des Materialismus erblicken wir darin, dass er die geistigen Phänomene als bloße Epiphänomene der Materie hinstellt. Mit anderen Worten: Alles Geistige wird aus der Materie abgeleitet. Dieser »spiritus ex materia« ist und bleibt so recht ein Deus ex machina: denn niemals lässt menschlicher Geist sich auf den »homme machine« zurückführen.

Hier kommt ein weiteres Kennzeichen der »Himmelswurzel« des Menschen zum Ausdruck: Die geistige Person ist nicht nur nicht gefesselt in Raum und Zeit, sie ist auch nicht von materieller Art. Die Attribute der Immanenz gelten nicht für sie:

Die leibliche Erkrankung schränkt die Entfaltungsmöglichkeiten der geistigen Person ein, und die somatische Behandlung gibt sie ihr zurück, gibt ihr wieder Gelegenheit, sich zu entfalten: dies lehrt uns die klinische Praxis ... Was wir vom Klinischen her erklären können, das ist nur die Einengung der Möglichkeiten des Geistigen, aber die Wirklichkeit des Geistigen verstehen – das vermögen wir einzig und allein von einem Metaklinischen her.

Aus dem bisher Gesagten ergibt sich in einem nächsten Schritt, dass die geistige Person des Menschen nicht krank werden kann. Krankheit setzt ja Materie in Raum und Zeit voraus, eine Materie, die ihr Werden und Vergehen hat. Krankheit braucht eine Entstehungsgeschichte und eine Verfallsgeschichte. Eine Blume zum Beispiel, die am Verwelken ist, besteht aus Materie, die sich im Laufe der Zeit verändert hat, etwa von saftigen grünen Blättern zu dünnen braunen infolge von Wassermangel. Geistiges Sein jedoch, das sich aus Raum und Zeit heraushe-

ben kann, vermag seiner eigenen Geschichtlichkeit zu entrinnen. Und: Geistiges Sein, das nicht aus Materie aufgebaut ist, geht auch nicht mit Materie unter.

Was von der leiblichen Erkrankung gilt, gilt von den leibseelischen Erkrankungen analog, zu deren schwersten die Psychose zählt. Viktor E. Frankl, Experte auf dem Gebiet der Psychiatrie, verfasste ein eindringliches Plädoyer für die Unversehrtheit der geistigen Person selbst noch in der Psychose:

Das Psychophysikum und nicht der Geist ist krank. Dies kann nicht genug unterstrichen werden; denn wer die Psychose nicht dem Psychophysikum »zurechnet«, sondern sie in die Person verlagert, der kommt leicht in Gefahr, einem »Geistes«-Kranken das Menschentum abzusprechen, und kommt leicht in Konflikt mit ärztlichem Ethos. Vor allem wird er keinen hinreichenden Grund mehr sehen, eine ärztliche Tat zu setzen; denn die ärztliche Tat setzt ein Etwas voraus, um dessentwillen sie gesetzt werde – oder besser gesagt: sie setzt nicht »etwas« voraus, sondern »jemand«, eben eine Person, und zwar eine nach wie vor – prä- wie postmorbid – existente Person ...

Die geistige Person ist störfähig aber nicht zerstörbar – durch eine psychophysische Erkrankung. Was eine Krankheit zerstören, was sie zerrütten kann, ist der psychophysische Organismus allein. Dieser Organismus stellt sowohl den Spielraum der Person als auch deren Ausdrucksfeld dar. Die Zerrüttung des Organismus bedeutet demnach nicht weniger, aber auch nicht mehr als eine Verschüttung des Zugangs zur Person – nicht mehr. Und das möge unser psychiatrisches Credo sein: dieser unbedingte Glaube an den personalen Geist, dieser »blinde« Glaube an die »unsichtbare«, aber unzerstörbare geistige Person. Und wenn ich diesen Glauben nicht hätte, dann möchte ich lieber nicht Arzt sein.

Das also ist das berühmte »psychiatrische Credo« aus der Logotherapie, welches besagt, dass die geistige Person zwar

krankheitsbedingt hilflos und unsichtbar werden kann, aber niemals verloren gehen kann.

Wenn sie »hilflos« ist, ist sie nicht mehr mächtig, Kunde von sich selbst zu geben. Sie kann ihren Spielraum in der Immanenz nicht mehr nützen, kann die Welt nicht mehr mitgestalten auf ihre ganz besondere Weise. Das geschieht bei schweren psychotischen Schüben, im Drogenrausch, bei Altersdemenz, bei hirnorganischen Läsionen und sonstigen gravierenden Beeinträchtigungen an Leib und Seele. Gleichzeitig wird die geistige Person von außen so gut wie »unsichtbar«; ihre Mitmenschen, Freunde, Bekannten und Ärzte »sehen« sie nicht mehr, dringen nicht mehr zu ihr vor, werden ihrer Existenz nicht mehr gewahr. Was sie stattdessen als ihr Gegenüber erkennen, ist bloß noch die Maske der Krankheit, etwa ein verzerrtes Gesicht, sinnlose Worte lallend, ein starrer Mensch, desorientiert, ein infantiler Greis.

Überlegen wir: Wie werden jene Mitmenschen, Freunde, Bekannten und Ärzte mit dem Kranken verfahren? Eine Tat setzt ein »um Jemandes willen« voraus, haben wir gehört. Um wessentwillen werden sie den Kranken achtungs- und würdevoll versorgen? Wenn da nicht das psychiatrische Credo wäre, der Glaube an die trotz allem unversehrte geistige Person »hinter« und »über« (nicht räumlich!) der vordergründigen organischen Ruine, die sie vor Augen haben, woraus könnten sie dann die Achtung vor dem Kranken schöpfen, die allein eine würdevolle Pflege garantiert? Wer pflegt schon eine irreparable Ruine?

Das Wunder der Menschwerdung

Die »Himmelswurzel« Unzerstörbarkeit der geistigen Person weist an ihrem anderen Ende die Unzeugbarkeit der Person auf. Viktor E. Frankl nahm dazu folgendermaßen Stellung:

Die Eltern geben bei der Zeugung eines Kindes die Chromosomen her – aber sie hauchen nicht den Geist ein. Die Chromosomen bestimmen einzig und allein das Psychophysikum, aber nicht den Geist; sie bestimmen jeweils den psychophysischen Organismus, aber nicht die geistige Person. Mit einem Wort: Durch die überkommenen, von den Eltern her übernommenen Chromosomen wird ein Mensch nur darin bestimmt, was er »hat«, aber nicht darin, was er »ist«.

Mit dieser Aussage wird die geistige Person wiederum ein Stück aus der Zeitlichkeit und Geschichtlichkeit herausgerückt, sie ist keine »Fortsetzung« des Geistes ihrer Ahnen, sondern ein absolutes Novum, das »irgendwie« zum fortgepflanzten Organismus dazutritt – aus der Transzendenz. (Woraus übrigens ersichtlich wird, dass die Frage: »Wo ist die Person vor der Zeugung?« eine falsch gestellte Frage, nämlich nach dem Wo, nach Raum ist. Analog könnte man fragen: »Wo ist das elektrische Licht vor dem Einschalten einer Lampe?« Eine Analogie, die deswegen zulässig ist, weil auch das Betätigen des Schalters das Licht nicht erzeugt, sondern nur ermöglicht. Auf falsch gestellte Fragen gibt es keine vernünftige Antwort.) Viktor E. Frankl bekannte sich zum »Wunder« der Menschwerdung:

In Wahrheit erzeugen wir keinen Menschen – wir bezeugen nur ebendieses Wunder; personale Existenz, als geistige, die sie ist, lässt sich ja überhaupt nicht erzeugen, sondern nur ermöglichen. Verwirklichen gar muss sie sich selbst – in geistigem Selbstvollzug. Zu solcher Selbstverwirklichung können wir, wir Eltern, nur beitragen, und zwar dadurch, dass wir geistiger Existenz das physiologische Existenz-Minimum beistellen.

Hiermit wird ein neues logotherapeutisches Kapitel aufgeschlagen: die Lockerung der kausalen Zusammenhänge, wie

sie im Rahmen der Immanenz klassisch beobachtbar sind, in Bezug auf den Menschen. Nicht mehr ist der Mensch ein Erbprodukt. Und er ist, wie sich in der Weiterführung des Gedankens zeigt, auch kein Erziehungsprodukt. Zur Endo- und Exogenese tritt ein Drittes hinzu, eben die sich selbst verwirklichende geistige Person. Die Person, die Möglichkeiten vorfindet, viele oder wenige Möglichkeiten, Möglichkeiten zum Guten und zum Schlechten, leib-seelische Möglichkeiten aus ihrer Veranlagung und dargebotene Möglichkeiten aus der Umwelt, und *die selber wählt*, welche sie davon ergreift und welche nicht. Die Person, deren Handeln nicht restlos kausal aufschlüsselbar ist, weil die geistige Entscheidungsfreiheit in all ihr Handeln mit einfließt.

Viktor E. Frankl schrieb dazu:

Was wir betonen, das ist die Tatsache, dass der Mensch als geistiges Wesen sich der Welt – der Umwelt wie Innenwelt – nicht nur gegenübergestellt findet, sondern ihr gegenüber auch Stellung nimmt, dass er sich zur Welt immer irgendwie »einstellen«, irgendwie »verhalten« kann, und dass dieses Sich-Verhalten eben ein freies ist. Sowohl zur naturalen und sozialen Umwelt, zum äußeren Milieu, als auch zur vitalen psychophysischen Innenwelt, zum inneren Milieu, nimmt der Mensch in jedem Augenblick seines Daseins Stellung.

Das »Wunder« der Menschwerdung, das sich also in jedem Menschen wiederholt, hält insofern ein Leben lang an, als es den Menschen befähigt, ein Leben lang *mehr* als Opfer und Ausgeburt des Schicksals zu sein. Der Geist durchstößt Kausalketten, indem er auf Selbigkeiten unterschiedlich reagiert.



Elisabeth Lukas

Der Schlüssel zu einem sinnvollen Leben

Die Höhenpsychologie Viktor E. Frankls

Gebundenes Buch, Pappband, 368 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-466-37003-0

Kösel

Erscheinungstermin: März 2011

Egal, ob es um Zeitmanagement, Entscheidungen oder Konflikte geht, um Krankheitsentstehung oder Leidensbewältigung: Kein anderes Buch zeigt so konkret, wie vielfältig und alltagstauglich die Konzepte der Logotherapie sind. Wer sich an Werten und Sinn orientiert, findet sein Lebensglück – das belegt die bekannteste Frankl-Schülerin mit eindrucksvollen Beispielen aus ihrer therapeutischen Praxis.