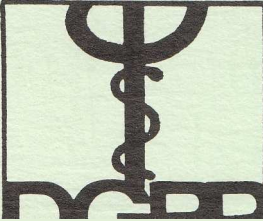


# Zeitschrift für Positive Psychotherapie

Organ der Deutschen Gesellschaft für Positive Psychotherapie e.V. (DGPP)

left 3 - 3. Jahrgang - Dezember 1981 - DM 6,



— v —

Erziehung  
S e l b s t h i l f e  
Psychotherapie  
Transkulturelle Probleme

► SINN DES LEBENS

► ENT-TÄUSCHUNG IST BESSER ALS  
~~TÄUSCHUNG~~ PSYCHOLOGISCHE  
ASPEKTE DES TODES

► LEBEN NACH DEM TODE? EINE  
HISTORISCHE BETRACHTUNG



## **DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR POSITIVE PSYCHOTHERAPIE E.V.**

### **Impressum**

Zeitschrift für positive Psychotherapie  
Organ der Deutschen Gesellschaft für  
Positive Psychotherapie e.V. (DGPP)

#### **Herausgeber**

Dr. med. N. Peseschkian  
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie,  
Psychotherapie

#### **Redaktion**

Dr. med. N. Peseschkian (verantwortlich)  
Dipl.rer.pol. Ingrid Hofmann  
Diplom-Psychologe Hans Deidenbach

#### **Beirat**

Willi Köhler, Frankfurt a.M.  
Stud. Prof. Adolf Kärcher, Böblingen  
Prof. Dr. Werner Müller, Mainz  
Diplom-Psychologin Isabel Müller-Zahn, Wiesbaden  
Dr. med. Ortrun Werner, Alsfeld  
Dr. med. W. Ritter, Bad Sooden

#### **Anschrift der Redaktion**

Dr. med. N. Peseschkian  
An den Quellen 1  
6200 Wiesbaden  
Telefon (0 61 21) 37 37 07

#### **Erscheinungsweise**

einmal jährlich

#### **Bezugsbedingungen**

Für Mitglieder der Deutschen Gesellschaft für  
Positive Psychotherapie (DGPP): frei Einzelheft  
DM 6,— zuzüglich Zustellgebühren.

Bestellungen und Anzeigenaufträge  
an die Redaktion.

Zahlungen an: Nassauische Sparkasse, Wiesbaden,  
Konto-Nr. 111 125 848, BLZ 510 500 15

---

# ZEITSCHRIFT FÜR POSITIVE PSYCHOTHERAPIE

## Erziehung - Selbsthilfe - Psychotherapie - Transkulturelle Probleme

---

### Inhalt

	Seite
Einführung des Herausgebers .....	1
Geschichte: Eine Geschichte auf den Weg .....	2
Sinn des Lebens .....	3
Dr. med. N. Peseschkian	
„Ent-täuschung ist besser als Täuschung!“ .....	20
Dipl.-Psychologe Hans Deidenbach	
Psychologische Aspekte des Todes .....	30
Krankheitsbefürchtungen und existentielle Angst	
Dr. med. Wolfgang Ritter	
Leben nach dem Tode? .....	36
Eine historische Betrachtung	
Dipl.rer.pol. Ingrid Hofmann	
Sinn des Lebens für Kinder und Jugendliche .....	44
Ergebnisse der Kinder- und Jugendarbeit	
anlässlich der 4. Studentagung der DGPP	
Stud. Prof. A. Kärcher	
Geschichte: Vom ewigen Leben.....	45
Konzept — Gegenkonzept .....	46

Alle Menschen wollen in den Himmel,  
aber keiner will sterben.  
Lebensweisheit

## **Einführung des Herausgebers**

Ein interessantes Phänomen, das als Zeitphänomen gelten kann, ist die Tatsache, daß viele in nichts mehr einen Sinn sehen können. War früher die Frage nach dem „Woher“ aktuell, ist es heute die Frage nach dem „Wozu“. Diese wird immer mehr in allen Lebensbereichen gestellt. Eine Antwort auf sie zu geben ist nicht einfach. Erst recht nicht in einer Epoche, in der das bis dahin anerkannte Menschenbild in Zweifel gezogen wird.

Die allgemeine Bedeutung dieses Problems zwingt uns, es im allgemeinen Rahmen der Situation der Menschheit zu sehen.

In der psychotherapeutischen Praxis spiegelt sich dieses Problem in der Frage nach dem Sinn und Unsinn der Religion, der Partnerschaft, des Berufes und letztlich des Lebens.

In gewissem Umfang hängt die Antwort jeweils von dem Grad der Individualität und Gesellschaft ab, die ein Individuum erreicht hat.

Der Sinn des Lebens ist nicht etwas allgemeines, sondern in der psychosozialen Realität des Menschen an einzelne inhaltliche Aspekte gebunden. So kann der Sinn des Lebens in Frage gestellt werden, wenn Mißerfolge, Ungerechtigkeiten, partnerschaftliche Probleme oder materieller Verlust erlebt werden.

Erst bezogen auf die Inhalte des Sinnes und ihre lebensnahe Bedeutung hat die Frage nach dem Sinn eine Bedeutung, die auch im Alltagsleben eingelöst werden kann. Die Sinnfrage nimmt in diesem Sinne Einfluß auf die Partnerwahl, die Berufswahl, die Beziehung zu anderen Menschen und das Verhältnis zur Zukunft.

Da heute in unserer prestigehungrigen Gesellschaft der Oberwelt (Sinn, Zielsetzung, Weltanschauung, Religion, nicht zu verwechseln mit Institution) wenig Raum gelassen wird, ist eine überkompensatorische Reaktion auf anderen Ebenen, auf Körper, Sexualität und Sozialebene direkt zu erwarten.

Vielleicht hat die heutige Krise, die versteckte und offene Aggression der Jugend auch darin ihren Sinn, darauf hinzuweisen, unsere festgefahrenen Traditionen zu überprüfen.

Die Referenten unserer Tagung haben versucht, die gegenwärtige Situation zu analysieren, die Funktionsstörungen einseitiger Wissenschaft und Religion darzustellen und die Möglichkeiten für eine sinnvolle Zusammenarbeit aufzuzeigen.

Dr. med. Nossrat Peseschkian

## Eine Geschichte auf den Weg

In der persischen Mystik wird von einem Wanderer erzählt, der mühselig auf einer scheinbar endlosen Straße entlangzog. Er war über und über mit Lasten behangen. Ein schwerer Sandsack hing an seinem Rücken, um seinen Körper war ein dicker Wasserschlauch geschlungen. In der rechten Hand schleppte er einen unförmigen Stein, in der linken einen Geröllbrocken. Um seinen Hals baumelte an einem ausgefranselten Strick ein alter Mühlstein. Rostige Ketten, an denen er schwere Gewichte durch den staubigen Sand schleifte, wanden sich um seine Fußgelenke. Auf dem Kopf balancierte der Mann einen halbfaulen Kürbis. Bei jedem Schritt, den er machte, klirrten die Ketten. Ächzend und stöhnend bewegte er sich Schritt für Schritt vorwärts, beklagte sein hartes Schicksal und die Müdigkeit, die ihn quälte.

Auf seinem Wege begegnete ihm in der glühenden Mittagshitze ein Bauer. Der fragte ihn: „Oh, müder Wanderer, warum belastest du dich mit diesen Felsbrocken?“ — „Zu dumm“, antwortete der Wanderer, „aber ich hatte sie bisher noch nicht bemerkt.“ Darauf warf er die Brocken weit weg und fühlte sich viel leichter. Wiederum kam ihm nach einer langen Wegstrecke ein Bauer entgegen, der sich erkundigte: „Sag, müder Wanderer, warum plagst du dich mit dem halbfaulen Kürbis auf dem Kopf und schleppst an Ketten so schwere Eisengewichte hinter dir her?“ Es antwortete der Wanderer: „Ich bin sehr froh, daß du mich darauf aufmerksam machst; ich habe nicht gewußt, was ich mir damit antue.“ Er schüttelte die Ketten ab und zerschmetterte den Kürbis im Straßengraben. Wieder fühlte er sich leichter. Doch je weiter er ging, um so mehr begann er wieder zu leiden. Ein Bauer, der vom Feld kam, betrachtete den Wanderer erstaunt: „Oh, guter Mann, du trägst Sand im Rucksack, doch was du da in weiter Ferne siehst, ist mehr Sand, als du jemals tragen könntest. Und wie groß ist dein Wasserschlauch — als wolltest du die Wüste Kawir durchwandern. Dabei fließt neben dir ein klarer Fluß, der deinen Weg noch weit begleiten wird!“ „Dank dir, Bauer, jetzt merke ich, was ich mit mir herumgeschleppt habe.“ Mit diesen Worten riß der Wanderer den Wasserschlauch auf, dessen brackiges Wasser auf dem Weg versickerte, und füllte mit dem Sand aus dem Rucksack ein Schlagloch. Sinnend stand er da und schaute in die untergehende Sonne. Die letzten Sonnenstrahlen schickten ihm die Erleuchtung: Er blickte an sich herab, sah den schweren Mühlstein an seinem Hals und merkte plötzlich, daß der Stein es war, der ihn noch so gebückt gehen ließ. Er band ihn los und warf ihn, so weit er konnte, in den Fluß hinab. Frei von seinen Lasten wanderte er durch die Abendkühle, eine Herberge zu finden.

---

Geld ist für die Bequemlichkeit des Lebens da,  
und nicht das Leben für das Zusammenraffen des Geldes.  
Glücklich ist, wer erwirbt und genießt  
unglücklich der, der geizt und knausert.

Sadi

Alles, was geschieht und uns zustößt,  
hat einen Sinn;  
doch ist es oft schwierig,  
ihn zu erkennen.  
Auch im Buch des Lebens hat jedes Blatt  
zwei Seiten.  
Die eine, obere, schreiben wir Menschen  
mit unserem Planen,  
Wünschen und Hoffen,  
aber die andere füllt die Vorsehung,  
und was sie anordnet,  
ist selten unser Ziel gewesen.

Orientalische Weisheit

„Jedes Zeitalter hat seine eigenen Probleme  
und jede Seele ihre besondere Sehnsucht.“

Baha'u'llah

## **Sinn des Lebens**

### **Religion — Wissenschaft und Philosophie als Versuche, den Sinn des Lebens zu ergründen**

Von Dr. med. Nossrat Peseschkian

Von jeher ist menschliches Streben ausgerichtet, den Sinn des Lebens zu ergründen. Die Antwort auf seine ihn quälenden Fragen, das gedanklich gefertigte Konzept seiner Vorstellungen, bestimmen sein Leben. Unter strenger Einhaltung sich selbst auferlegter Gebote sucht er nach einem sinnvoll erscheinenden Lebensweg. Dieser scheint durch die gesetzten Ziele und die sich auferlegten Tabus aber eher erschwert als leichtert zu werden.

Der moderne Mensch ist verwirrt und irrt in der Wildnis umher. Er muß den Sinn des Weltalls wiederfinden; dann wird er sein eigenes Ich wiederentdecken, das eine Spiegelung dieses Sinnes ist; dann wird er auch einen Lebensweg finden und verfolgen, der der Realität entspricht. Nur durch ein solches Vorgehen kann unser Planet sinnvoll bewohnbar gemacht werden.

### **Der Mensch als sinnhaftes Wesen**

Die abstrakte Sinnfrage liegt sehr nahe am Umschlagspunkt zur Sinnlosigkeit. Erst, wenn es gelingt, die Sinnfrage in den jeweiligen Lebensbedingungen eines Menschen, eingebettet in seiner Umgebung zu konkretisieren, erhält der Sinn Standhaftigkeit.

Erst bezogen auf die Inhalte des Sinnes und ihre lebensnahe Bedeutung hat die Frage nach dem Sinn eine Bedeutung, die auch im Alltagsleben eingelöst werden kann: Die Sinnfrage nimmt in diesem Sinne Einfluß auf die Partnerwahl, die Berufswahl, die Beziehung zu anderen Menschen und das Verhältnis zur Zukunft.

### **Modelle der Konfliktbewältigung**

Der Aspekt der körperlichen Krankheiten und seelischen Fehlhaltungen mit ihren Auswirkungen steht nicht zu Unrecht im Mittelpunkt des heutigen Interesses.

Die Analyse unserer Situation zeigt ein paradoxes Bild. Einerseits geht es uns wirtschaftlich und von den technischen Möglichkeiten her besser denn je. Andererseits fallen Mißstände auf, die sich trotz — oder gerade deswegen — der einseitigen technischen Orientierung entwickelt haben.

Jedes Zeitalter hat seine eigenen Probleme  
und jede Seele ihre besondere Sehnsucht!

Baha'u'llah

## **Sinn des Lebens**

### **Religion — Wissenschaft und Philosophie als Versuche, den Sinn des Lebens zu ergründen**

Von Dr. med. Nossrat Peseschkian

Von jeher ist menschliches Streben ausgerichtet, den Sinn des Lebens zu ergründen. Die Antwort auf seine ihn quälenden Fragen, das gedanklich gefertigte Konzept seiner Vorstellungen, bestimmen sein Leben. Unter strenger Einhaltung sich selbst auferlegter Gebote sucht er nach einem sinnvoll erscheinenden Lebensweg. Dieser scheint durch die gesetzten Ziele und die sich auferlegten Tabus aber eher erschwert als erleichtert zu werden.

Der moderne Mensch ist verwirrt und irrt in der Wildnis umher. Er muß den Sinn des Weltalls wiederfinden; dann wird er sein eigenes Ich wiederentdecken, das eine Spiegelung dieses Sinnes ist; dann wird er auch einen Lebensweg finden und verfolgen, der der Realität entspricht. Nur durch ein solches Vorgehen kann unser Planet sinnvoll bewohnbar gemacht werden.

### **Der Mensch als sinnhaftes Wesen**

Die abstrakte Sinnfrage liegt sehr nahe am Umschlagspunkt zur Sinnlosigkeit. Erst, wenn es gelingt, die Sinnfrage in den jeweiligen Lebensbedingungen eines Menschen, eingebettet in seiner Umgebung zu konkretisieren, erhält der Sinn Standhaftigkeit.

Erst bezogen auf die Inhalte des Sinnes und ihre lebensnahe Bedeutung hat die Frage nach dem Sinn eine Bedeutung, die auch im Alltagsleben eingelöst werden kann: Die Sinnfrage nimmt in diesem Sinne Einfluß auf die Partnerwahl, die Berufswahl, die Beziehung zu anderen Menschen und das Verhältnis zur Zukunft.

### **Modelle der Konfliktbewältigung**

Der Aspekt der körperlichen Krankheiten und seelischen Fehlhaltungen mit ihren Auswirkungen steht nicht zu Unrecht im Mittelpunkt des heutigen Interesses.

Die Analyse unserer Situation zeigt ein paradoxes Bild. Einerseits geht es uns wirtschaftlich und von den technischen Möglichkeiten her besser denn je. Andererseits fallen Mißstände auf, die sich trotz — oder gerade deswegen — der einseitigen technischen Orientierung entwickelt haben.



Bei einer genaueren Betrachtung stellt man fest, daß diese Schwierigkeiten sich im kollektiven Bereich widerspiegeln. Zu nennen sind hier Kriege, die Millionen von Toten fordern (2. Weltkrieg: 55 293 500 Tote!, Vietnam, Gruppenhaß, religiöse Kriege: Irland, Iran, Irak usw.).

Man fragt sich nach den Ursachen und Bedingungen dieser individuellen Leiden. Zu deren Klärung haben Religion, die Medizin, die moderne Psychologie und Soziologie vieles beigetragen.

### **Die Suche nach der Realität**

Als Psychotherapeut konnte ich beobachten, daß bei vielen Patienten mit körperlichen Beschwerden die Erlebnisverarbeitung eine zentrale Rolle spielt. In diesem Sinn erweist sich eine jede Krankheit — allerdings mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung als psychosomatisch. Richtig verstanden bedeutet Psychosomatik nichts weiter als das Suchen nach körperlichen und seelischen Ursachen, um eine entsprechende Ganzheitstherapie durchzuführen. Dazu zählen nicht nur die klassischen psychosomatischen Erkrankungen wie Migräne, hoher Blutdruck, Bronchialasthma, Magengeschwüre, sondern auch jene Krankheiten, die man für gewöhnlich kaum mit seelischen Faktoren in Beziehung bringt, zum Beispiel Krebs, rheumatische Erkrankungen, Hautkrankheiten, Fetsucht.

Praktisch gibt es kaum eine Krankheit, bei deren Entstehung und Heilung die Seele ausgeklammert werden kann.

Als Entstehungsort der Konflikte konnte ich einmal die berufliche Situation feststellen; oft umschrieben durch den Begriff des Stress dargestellt.

Mit zunehmender Differenzierung bildeten sich Beschäftigungsarten, Berufe, gesellschaftliche Rollenaufgaben, Wissenschaften und Verwaltungsinstitutionen heraus. Diese Aufspaltung der Berufe bringt Probleme mit sich, die in der bewußten Arbeitssituation Berücksichtigung finden müssen. Unsere Zeit hat nämlich Bedingungen geschaffen, die die Entwicklung jedes Menschen beeinflussen, auch wenn wir die Augen davor schließen wollen (Wirtschaftslage, Sozialstatus, Sozialmobilität, Konsumsitten, Werbe- und Modeeinflüsse usw.).

Die Menschen stehen nicht statisch miteinander in wechselseitiger Beziehung wie die Transistoren und Relais eines Elektronenrechners. Vielmehr unterliegen sie den Veränderungen der Zeit und machen als Einzelmenschen und als Gruppen eine Entwicklung durch. Diese Entwicklung schafft neue Gegebenheiten, mit denen jeder Mensch fertig werden muß.

Etwa 20 Prozent aller Kinder und Jugendlichen leben in derart unvollständigen Familien. Das heißt: Vater und Mutter leben zwar, haben aber für die Familie, z.B. aus beruflichen Gründen, keine Zeit und sind mitunter nur stundenweise am Wochenende in der Familie präsent. Die räumliche Dichte der Stadt bietet eine intensivere Beziehung zur sozialen Umwelt. Zwar wird damit die Häufigkeit der Kontakte erhöht; die Fähigkeit, mit ihnen umzugehen, bleibt dagegen eingeschränkt.

Diese ökonomischen Veränderungen betreffen nicht nur diese mittelbaren Lebensformen, sondern auch die dazugehörigen Weltanschauungen und religiösen Vorstellungen. Intuition und Phantasie reichen über die unmittelbare Wirklichkeit hinaus und können all das beinhalten, was wir als Sinn einer Tätigkeit, Sinn des Lebens, Wunsch, Zukunftsmalerei oder Utopie bezeichnen. Ein interessantes Phänomen, das als Zeitphänomen gelten kann, ist die Tatsache, daß viele in nichts mehr einen Sinn sehen können. War früher die Frage nach dem „Woher“ aktuell, ist es heute die Frage nach dem „Wozu“. Diese wird immer mehr in allen Lebensbereichen festgestellt. Eine Antwort auf sie zu geben ist nicht einfach, erst recht in einer Epoche, in der das bis dahin anerkannte Menschenbild in Zweifel gezogen wird.

In der psychotherapeutischen Praxis spiegelt sich dieses Problem in der Frage nach dem Sinn und Unsinn der Religion, der Partnerschaft, des Berufes und letztlich des Lebens.

Mit dieser Frage wird ein Thema berührt, das als kennzeichnend für die heutige Situation angesehen werden kann. Eine Antwort auf diese Frage muß die Vielschichtigkeit des Problems berücksichtigen.

Eine einseitige Betrachtung wäre nichts anderes als das Kurieren eines Symptoms, nicht aber die Behandlung der tatsächlichen Krankheit. Statt zur Heilung führt sie zu einer Rationalisierung, Verdrängung und schließlich zur Flucht in die Einsamkeit, in die Arbeit, in die Krankheit oder in die Phantasie.

### Zivilisation und Kultur

Erziehung und Therapie ist abhängig von dem Menschenbild, das zu einer bestimmten Zeit in einer bestimmten Gesellschaft herrscht. In der Entwicklung der Persönlichkeit eines Menschen spielen nicht nur Körper und Umwelt eine Rolle. Vielmehr sind diese nur zu verstehen, wenn man ihre Veränderbarkeit unter der Dimension der Zeit einbezieht.

### Medizin in Kultur und Weltanschauung

Eine Kultur besteht aus integrierten Systemen von Gebräuchen, Glaubensvorstellungen und Werten, die von Generation zu Generation mehr oder weniger modifiziert weitergegeben werden. Die Medizin besteht ebenso aus komplexem Wissen, Vorstellungen, Ideologien, Gewohnheiten, Werten, Normen und Symbolen, die miteinander verknüpft, sich zu einem gegenseitig beeinflussenden und tragenden System vereinigen. Medizin versteht sich als ein Teil einer Kultur, die durch geschichtliche Überlieferung, Regierungsform, Religion, Erziehungssysteme, ihre ökonomische und soziale Struktur und Kunst repräsentiert wird. Daraus ergibt sich auch, daß die medizinische Forschung besonders in unterentwickelten Ländern alle diese kulturellen Faktoren und Umstände mitzubücksichtigen hat.

Einer der ersten Gelehrten, die die Meinung aussprachen, daß am Ende jeder Kultur der Materialismus wiederkehrt, war der Deutsche Oswald Spengler, der zwischen materialistischer Zivilisation und Kultur unterschied: jetzt", schrieb er „wo die Kultur am Ende ist, beginnt die Zivilisation, und das uralte Barbarentum, jahrhundertlang unter der Formenstrenge einer hohen Kultur verborgen und gefesselt, wacht wieder auf. . . '

Der Ruf nach Lebensqualität gerade in jenen Ländern, in denen ein sozialer und wirtschaftlicher Wohlstand zu verzeichnen ist, erweist sich auch als Aufruf nach einer Zielsetzung menschlichen Lebens. Der Mensch vermag nur zu leben aus Hoffnung heraus. Hoffnungsvolle Orientierung ist Ausdruck gesunden Seelenlebens.

Es sind Philosophen, Soziologen, Wirtschaftler, Therapeuten und Politiker, die aufmerksam werden, nachdem die krassen Formen der Kriminalität, der Rassendiskriminierung, des Rauschgift- und Alkoholmißbrauchs, der Familienkonflikte, der Unsicherheit vor dem Ausbruch eines alles vernichtenden Atomkrieges die Welt unmittelbar an den Rand des Chaos gebracht haben und eine Rettung so gut wie unmöglich erscheint.

Der Mensch aller Zeiten und Kulturen steht der Lösung einer und immer gleichen Frage gegenüber: der Frage, wie die Sinnlosigkeit überwunden, wie man das eigene individuelle Leben und das Leben der anderen sinnvoll gestalten und transzendieren kann. In gewissem Umfang hängt die Antwort jeweils von dem Grad der Persönlichkeitsentwicklung ab, die ein Individuum in einer Gesellschaft erfährt und erlebt.

Viele Riten primitiver Stämme (!) bieten eine lebendige Vorstellung von dieser Art, das Problem zu lösen.

Etwas ganz anderes ist es jedoch, wenn die gleiche Lösung der Sinnfrage von einem Individuum in einer Kultur gewählt wird, die diese gemeinsamen Riten bereits hinter sich gelassen hat. Alkohol und Rauschgift sind die Formen, die das Individuum in einer solchen Kultur wählt.

Leo Tolstoi macht diesen Sachverhalt in ebenso erschütternder wie treffender Weise deutlich, wenn er in seinem Buch „Krieg und Frieden" schreibt: — .. und es sollte ihm scheinen, alle Menschen suchten sich vor den schweren Fragen (nach dem Wozu und dem Warum) des Lebens zu retten. Der Eine durch Ehrgeiz, ein Anderer durch Kartenspielen, ein Anderer durch Abfassen von Gesetzen, ein Anderer durch Weiber, ein Anderer durch Spielereien, ein Anderer durch Pferde, ein Anderer durch die Politik, ein Anderer durch die Jagd, ein Anderer durch den Wein, ein Anderer durch Amtstätigkeit."

Die allgemeine Bedeutung dieses Problems zwingt uns, es in dem allgemeinen Rahmen der Situation der Menschheit zu sehen.

## **Der Weg zum Garten der Menschheit**

„Willst du das Land in Ordnung bringen, mußt du erst die Provinzen in Ordnung bringen. Willst du die Provinzen in Ordnung bringen, mußt du die Städte in Ordnung bringen. Willst du die Städte in Ordnung bringen, mußt du die Familien in Ordnung bringen. Willst du die Familien in Ordnung bringen, mußt du die eigene Familie in Ordnung bringen. Willst du die eigene Familie in Ordnung bringen, mußt du dich in Ordnung bringen.“

Diese alte orientalische Weisheit zeichnet das Beziehungsgefüge nach, in dem wir leben. Wir müssen davon ausgehen, daß bereits kleine Veränderungen in einem Lebensbereich Auswirkungen auf das Gesamtsystem haben. Im Sinne von Konfuzius ist jeder Mensch für Auf-und Abstieg der Menschheit verantwortlich. Ein einzelner korrupter Beamter beispielsweise kann eine gesellschaftliche Einrichtung in Mißkredit bringen und sogar das Vertrauen in dieses Gesellschaftsmodell erschüttern. Meist ist dies dann kein Einzelfall, so daß die jeweilige Gesellschaft insgesamt als korrupt gilt und sich die Korruption als halblegale Möglichkeit des Umgangs mit Behörden einbürgert. Veränderungen des Gesamtsystems beeinflussen andererseits die Bedingungen, die für die Familie und das Individuum gelten.

### **Möglichkeiten der Sinndeutung Die Sinnfrage in der Schöpfungsgeschichte**

Die Sinnfrage ließe sich dadurch relativieren, wenn wir bereit wären, andere Sinnmodelle, die andere Kulturen repräsentieren, einzubeziehen. Diese geben den Sinnfragen unterschiedliche Bedeutung und legen alternative Bewältigungsmöglichkeiten nahe. Wir fragen danach, wie die Sinnfrage mit ihren Symptomen von anderen Kulturen wahrgenommen und bewertet wird, wie andere Menschen der eigenen Kultur damit umgehen und auf welche Inhalte sie sich beziehen. Diese Relativierung der Sinnfrage ist vor allem für die zwischenmenschliche Beziehung wichtig. In ihr erhält jede Handlung eine besondere Funktion. Sie trägt wesentlich zu der Beziehung zwischen den Menschen bei. Dies gilt unabhängig von der Rasse, der sozialen Klasse, dem Geschlecht, dem er angehört, und den psychologischen Typen, denen er zugerechnet wird. Indem man sich klar macht, daß die Sinnfrage in einer anderen Kultur oder zu einer anderen Zeit nach anderen Maßstäben bewertet wird, es dort als sinnvoll oder gar sinnlos gilt, vollzieht sich eine Erweiterung des Horizontes. Man mißt die Sinnfrage nicht mehr allein an den vorgegebenen Wertmaßstäben, sondern vergleicht sie mit anderen Konzepten.

Methodisch bieten sich vor allem  
die transkulturell-historische,  
die metatheoretische  
und die individuelle Umdeutung an:

## 1. Der transkulturelle Ansatz

Es gibt Gemeinschaften, Nationen, Rassen und Völker dieser Welt, die sich durch unterschiedliche Gebräuche, Geschmacksrichtungen, Temperamente und Moralauffassung unterscheiden, wie die Gedanken, Ansichten und Meinungen der Einzelmenschen. Muß dann nicht eine Sinnfrage, die für alle Gültigkeit besitzen will, zu einem Leisten werden, über den alle geschlagen werden? Auf der anderen Seite ist die Vielfalt der gesellschaftlichen und individuellen Bedingungen Anstoß für soziale Konflikte unerhörten Ausmaßes.

Jede Theorie der Sinnfrage muß mit einer Theorie vom Menschen, von der menschlichen Existenz beginnen. Hier stellen sich die grundsätzlichen Fragen:

1. Was haben alle Menschen gemeinsam?
2. Wodurch unterscheiden sich die Menschen voneinander?

Der transkulturelle Ansatz geht davon aus, daß jeder Mensch ohne Ausnahme zwei Grundfähigkeiten besitzt: Die Erkenntnisfähigkeit und die Liebesfähigkeit. Beide Grundfähigkeiten gehören zum Wesen eines jeden Menschen. Die beiden Grundfähigkeiten des Erkennens und des Liebens sind mit dem Zweck und Sinn unseres Daseins verbunden. Folglich bedeutet Selbstverwirklichung die Entfaltung der eigenen Erkenntnis- und Liebesfähigkeit im Dienst an der Menschheit. Alle anderen Fähigkeiten können als Ausdruck verschiedener Kombinationen dieser Grundfähigkeiten verstanden werden.

Die Liebesfähigkeit führt in ihrer weiteren Entwicklung zu primären Fähigkeiten wie Liebe, Geduld, Zeit, Kontakt, Vertrauen, Zutrauen, Hoffnung, Glaube, Zweifel, Gewißheit und Einheit.

Aus der Erkenntnisfähigkeit entwickeln sich die sekundären Fähigkeiten wie Pünktlichkeit, Ordnung, Leistung, Höflichkeit, Ehrlichkeit, Sparsamkeit, Gerechtigkeit und Gewißheit.

Die primären und sekundären Fähigkeiten bezeichnen wir als Aktualfähigkeiten.

Träger der sekundären und primären Fähigkeiten sind Religionen, Kulturen, Ahnen, Eltern und kulturelle Instanzen (Schule, Gesellschaft und moralische Institutionen). Die Aktualfähigkeiten hängen somit ab von den geschichtlichen und gesellschaftlichen Bedingungen, Erkenntnis- und Liebesfähigkeit gehören dagegen zum Wesen eines jeden Menschen. Dies bedeutet nichts anderes als: Der Mensch ist seinem Wesen nach gut. Störungen haben mit den Grundfähigkeiten nichts zu tun. Es gibt keine schlechten Menschen. Wenn wir jemanden nicht ausstehen können, kann dies darauf beruhen, daß er anders aussieht als wir uns gewünscht hatten, daß er eine andere Hautfarbe hat, einen anderen Gesichtsausdruck und bestimmte körperliche Eigenschaften, die wir nicht akzeptieren wollen. Wenn wir jemanden verabscheuen, uns von ihm distanzieren und uns über ihn ärgern, so kann das darauf beruhen, daß der andere nicht unsere Meinung vertritt, uns nicht höflich genug ist, uns warten läßt.

unzuverlässig ist und an uns Verhaltensforderungen stellt, die für uns unbequem und ungewohnt sind. Wenn wir einen Menschen nicht mögen, so kann es daran liegen, daß er uns einmal enttäuschte, andere mit ihm schlechte Erfahrungen machten und wir ihm unser ganzes Vertrauen entzogen haben. Den Häßlichen jedoch können wir nicht hassen, weil er häßlich ist, den Unhöflichen nicht, weil er unhöflich ist und den Unzuverlässigen nicht wegen seiner Unzuverlässigkeit.

Manche, die in unseren Augen häßlich sind, erscheinen in den Augen anderer Menschen schön. Manche, die uns unhöflich erscheinen, haben Höflichkeit, wie wir sie verstehen, noch nicht gelernt. Manche, denen wir das Vertrauen entzogen haben, verdienen unser Vertrauen in anderen Bereichen und zu einer anderen Zeit. Das Schönheitsideal hat sich im Laufe der Zeit gewandelt: die Höflichkeitszeremonien, in früheren Zeiten hochstilisiert, gelten heute als unnatürlich und gekünstelt. Entscheidungen in der Erziehung und Partnerschaft erfordern nicht selten den Mut, das Podest des Objektiven zu verlassen und zu gestehen, ich kann dem Kind, dem Jugendlichen, dem Partner noch nicht helfen, anstatt zu sagen, ihm ist nicht zu helfen.

Alle Menschen verfügen über die beiden Grundfähigkeiten, die Erkenntnis- und Liebesfähigkeit. Für Störungen der Persönlichkeit sind die drei Entwicklungsdimensionen von Körper, Umwelt und Zeit verantwortlich.

### **Die Bedeutung der Grundfähigkeiten für die Sinnfrage**

Die Grundfähigkeiten bilden das Fähigkeitspotential, das jeder Mensch unabhängig von seiner körperlichen und seelischen Gesundheit und seiner sozialen Situation besitzt. Sie sind die Basis der menschlichen Beziehungen und die Bereiche, in denen Menschen trotz aller individuellen und kulturellen Unterschiede Gemeinsames finden können: Jede Störung und Krankheit erfüllt für den Betroffenen und seine soziale Umgebung bestimmte Funktionen: das heißt, sie besitzen positive Züge.

#### **Grundfähigkeiten in der Literatur**

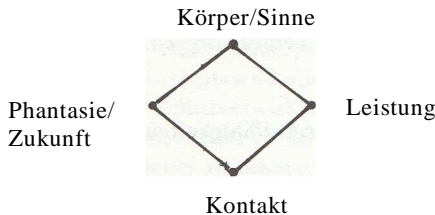
Die Hypothese der Grundfähigkeiten fand ich in ähnlicher Form bereits in der Baha'i-Religion vorgezeichnet (vgl. Peseschkian, 1977, S. 103-136).

Ihr Prinzip zeigt sich in vielfacher Gestalt. S. Freud benutzt die Zweiteilungen von Lustprinzip und Realitätsprinzip. Guilford (1965) spricht von universellen Dispositionen und Wesenszügen. Maslow (1973) verwendet den Begriff der Grundbedürfnisse des menschlichen Seins. Fromm (1974) unterscheidet zwischen den allen Menschen eigenen biologischen Instinkten und existentiellen Bedürfnissen. Erikson (1971) verwendet den Begriff der „basic virtues“, die er in einer Stufenfolge von Grundtugenden beschreibt. Diese Begriffe entstammen verschiedenen wissenschaftlichen Theoriesystemen und lassen sich nicht bruchlos ineinander überführen. Sieht man jedoch von den Unterschieden des theoretischen Bedeutungszusammenhanges ab, finden wir ein Menschenbild, für das Konstrukte gefordert werden, die den Grundfähigkeiten entsprechen (vgl. Peseschkian, 1977).

## Vier Formen der Konfliktverarbeitung

Trotz aller kultureller, sozialer Unterschiede und der Einzigartigkeit jedes Menschen können wir beobachten, daß alle Menschen bei der Bewältigung ihrer Probleme auf typische Formen der Konfliktverarbeitung zurückgreifen. Wenn wir ein Problem haben, uns ärgern, uns belasten und unverstanden fühlen, in ständiger Anspannung leben oder in unserem Leben keinen Sinn sehen, können wir diese Schwierigkeiten in den folgenden vier Formen der Konfliktverarbeitung zum Ausdruck bringen, denen analog vier Medien der Erkenntnisfähigkeit zugeordnet werden. Sie lassen erkennen, wie man sich und seine Umwelt wahrnimmt und auf welchem Weg der Erkenntnis die Realitätsprüfung erfolgt.

1. Körper (Mittel der Sinne);
2. Leistung (Mittel des Verstandes);
3. Kontakt (Mittel der Tradition);
4. Phantasie (Mittel der Intuition).



Diese Formen der Konfliktverarbeitung sind relativ weite Kategorien, die jeder mit seinen eigenen Vorstellungen, Wünschen und Konflikten füllt.

Wenn wir einseitige Formen der Konfliktverarbeitung als eingeschränkten Realitätsbezug ansehen, ermöglicht dieses Modell, den Realitätsbezug zu kontrollieren und zu erweitern.

Wir fragen: Womit beschäftigen Sie sich in Ihren Phantasien: mit dem Körper (Krankheit, Gesundheit, Sexualität, Schlaf, Sport), dem Beruf (Erfolg, Mißerfolge), dem Kontakt mit anderen Menschen, der Zukunft (Wunschvorstellungen, Utopien, Weltanschauung, Religion, Sinn des Lebens, Leben nach dem Tode)?

## Vier Vorbild-Dimensionen

Als günstig hat es sich erwiesen, den Hintergrund der Bevorzugung bestimmter sozialer Beziehungen und der Abhebung anderer Bezüge mit Hilfe der Vorbild-Dimensionen, welche die Entwicklung der Liebesfähigkeit umschreiben.

Die vier Vorbild-Dimensionen beziehen sich auf die Lebensgeschichte der Menschen und dienen als Leitlinie bei der Reise in die Sinnfrage. Die relevanten Informationen beziehen sich auf:

- die Beziehung der Bezugspersonen (Eltern) und der Geschwister (auch der gleichaltrigen Spielkameraden) zum Kind (Ich);
- die Beziehung der Eltern untereinander (Du);
- die Beziehung der Eltern zur Umwelt (Wir);
- die Beziehung der Eltern zur Religion/Weltanschauung (Ur-Wir).

### Bedeutung der Liebesfähigkeit

Wir alle stehen in einem Spannungsfeld von Beziehungen und Zusammenhängen, das durch die vier Medien der Liebesfähigkeit umschrieben wird. Diese Beziehungen gehören zu unserer Wirklichkeit; sie werden aber, abhängig von unseren Erfahrungen, unterschiedlich bedeutungsvoll erlebt. Der Individualist, der sich mit eigenen Belangen und einem dinglichen „Du“ beschäftigt, der auf ein persönliches „Du“ oder ein „Wir“ verzichten möchte, hat dennoch eine charakteristische Beziehung zu diesen Bereichen, die beispielsweise durch Mißtrauen bestimmt ist. Genauso wie es Muster der Aktualfähigkeiten gibt, in denen die Aktualfähigkeiten unter bestimmten Bewertungen verteilt sind, gibt es auch Muster von Medien der Liebesfähigkeit. Ein Dieb, der sich am Eigentum anderer vergreift, ist unter diesem Aspekt in seinen Beziehungen nicht grundsätzlich gestört. Vielmehr weist er charakteristische Merkmale auf, die ihn zu seinem den gesellschaftlichen Spielregeln widersprechenden Verhalten veranlassen. Er kann durchaus ein betontes Verhältnis sowohl zum „Ich“ als auch zu einem bestimmten „Du“, einem ausgewählten „Wir“, ja sogar zum „Ur-Wir“ haben. Ausgespart ist in diesem Verhältnis das „Du“ des Opfers bzw. das gesellschaftliche „Wir“, das den Diebstahl mißbilligt und mit Strafe belegt.

So kann ein Medium der Liebesfähigkeit, selbst eine Form der Beziehung, zum Rivalen der anderen werden: aus Ich-Bezogenheit den Partner vernachlässigen; angesichts der eigenen Familie die anderen Menschen vergessen; unter dem Eindruck von Verpflichtungen und gesellschaftlichen Engagements die Familie und sich selbst vernachlässigen; durch starke Betonung des „Ur-Wir“ die aktuellen Nöte der anderen Bereiche übersehen oder, in Anspruch genommen durch diese Nöte, das Verhältnis zum „Ur-Wir“ vernachlässigen. Die Betonung bestimmter Beziehungen kann somit Symptomcharakter annehmen, da sich aus ihrer Grundlage bei entsprechenden äußeren Einflüssen und Veränderungen Störungen entwickeln können.

Wenn unsere Erkenntnis- und unsere Liebesfähigkeit miteinander im Streit liegen, können wir weder innerlich noch äußerlich geeint sein. Widerstreit zwischen diesen Fähigkeiten kommt äußerlich auch auf einer anderen Ebene zum Ausdruck.

### **Die religiöse Dimension als Ursprung *der Sinngebung* Die wissenschaftliche Dimension als Ursprung *der Sinnfindung***

Die Wissenschaft kann zum Beispiel als ein Ausdruck der menschlichen Erkenntnisfähigkeit, die Religion als Ausdruck seiner Liebesfähigkeit betrachtet werden. Auf der Seite der Religion ist es, dem Menschen Werte, Ziel und Sinn darzustellen (Sinn-, Übung), während Wissenschaft Erklärungen sucht, logische Gesetzmöglichkeiten her-



stellt und neue findet (Sinnfindung). Religion und Wissenschaft sollten, sofern sie dem Menschen nützen wollen, sich ergänzen und eine Einheit bilden. Heute sehen wir, wie die Kenntnis der Kernenergie ohne eine Kompensation durch Liebe eine ständige Bedrohung unserer Lebenschancen erzeugt.

So lassen sich die Kurven der Entwicklung und Verflechtung von Wissenschaft und Religion in ihrem Einfluß auf den Menschen nur in gemeinsamer Betrachtung verstehen, als Ausdruck seiner Geistigkeit, seiner Bewußtheit, wie er seine Welt durch-hellen und verstehen will, sich zur Lust und zum Trost zugleich.

Auch hier sieht Max Planck keinen Widerspruch: „Die Naturwissenschaft erkennt, daß erstens eine von den Menschen unabhängige vernünftige Weltordnung existiert, und daß zweitens das Wesen dieser Weltordnung niemals direkt erkennbar ist, sondern nur indirekt erfaßt, beziehungsweise geahnt werden kann. Die Religion benützt hierfür ihre eigentümlichen Symbole, die exakte Naturwissenschaft ihre auf Sinnesempfindungen begründeten Messungen. Nichts hindert uns also, und unser nach einer einheitlichen Weltanschauung verlangender Erkenntnistrieb fordert es, die beiden überall wirksamen und doch geheimnisvollen Mächte, die Weltordnung der Naturwissenschaft und den Gott der Religion, miteinander zu identifizieren.“ So steht für die Religion Gott am Anfang, für die Naturwissenschaften am Ende allen Denkens: „Der eine bedeutet er das Fundament, der anderen die Krone des Aufbaus jeglicher weltanschaulicher Betrachtung.“

Es ist der gemeinsame Grund aller Religionen, Antwort anzubieten auf die Sinnfrage und auf die Wertfrage: Was ist der Mensch? Was ist der Sinn seiner Existenz? Was ist sein Ziel? Gibt es objektive Werte, nach denen der Mensch zu leben hat? Welche sind dies? Die Antwort auf die Frage nach Herkunft, Wesen und Bestimmung des Menschen war immer wesentliches Element der Religion.“ Der Mensch, so lehren alle Religionen, hat seinen Ursprung und sein Ziel in Gott. Es ist auf Ewigkeit, Vollkommenheit und freie Selbstentscheidung angelegt und Bürger zweier Welten: einer immanenten und einer transzendenten Welt.

Der Psychiatrieprofessor Dr. Ian Stevenson von der Universität Virginia, der seit 20 Jahren die verschiedensten auf ein Leben nach dem Tod hindeutenden Indizien untersucht, erklärt dazu:

„Es verdichten sich die Beweise dafür, daß wir nach dem Tod tatsächlich weiterleben. Ich hielte es für ein Gebot der Klugheit, sich innerlich auf diese Möglichkeit vorzubereiten.“

Die Geschichte erweist, daß sich keine Kultur ohne Religion entwickelt hat. Archäologen und Anthropologen haben selbst in den primitivsten Kulturen religiöse Elemente gefunden. Da die Religion seit Anbeginn der Zeiten, durch alle Epochen und Wechselfälle der Menschheitsgeschichte hindurch bestanden hat, läßt sich logisch schließen, daß sie einem Bedürfnis, einem Zweck, einem Sinn dient und demnach eine Funktion oder sogar eine Vielzahl von Funktionen hat.

Gleichzeitig lehrt die funktionelle Theorie der Soziologie, daß eine institutionelle Struktur gebildet worden ist, um eine Funktion zu erfüllen. Die Institution muß ein praktisches Bedürfnis der Gesellschaft befriedigen. Wenn sie keinen Sinn und keine Aufgabe hat, wird sie aufhören zu existieren.

Auf dieser Basis lassen sich die meisten menschlichen Konflikte als eine Störung der Dimension der Zeit, also als eine mangelnde Integration von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft auffassen. Bleibt die Dimension der Zeit unberücksichtigt, kommt es zu Fixierungen, Abwehr und Indifferenz. Die Folgen finden sich in Religion, Wissenschaft und Politik.

Der Sinn des Lebens ist abhängig von dem Menschenbild, das zu einer bestimmten Zeit in einer bestimmten Gesellschaft herrscht. In der Entwicklung der Sinnfrage spielen nicht nur Körper und Umwelt eine Rolle. Vielmehr sind diese nur zu verstehen, wenn man ihre Veränderbarkeit unter der Dimension der Zeit versteht.

## 2. Der metatheoretisch-historische Ansatz

In der Therapie selber hängt die Sinnfrage wesentlich davon ab, welche diagnostischen und therapeutischen Modelle der Therapeut an den Patienten heranträgt. Dies wird wiederum davon bestimmt, was der Therapeut in seiner Ausbildung als verbindlich gelernt hat, welche therapeutischen Möglichkeiten nach der jeweiligen Theorie gangbar erscheinen und welche Behandlungsformen der Patient durch die Therapeutenwahl anstrebt. Obwohl alle Richtungen sich mit dem Symptom beschäftigen, unterliegen sie — nicht nur vom klinischen Befund, sondern auch von ihrem theoretischen Bezugssystem her — dem Begriff verschiedener Sinngehalte und veranlassen damit unterschiedliche therapeutische Maßnahmen. Dieser Effekt wird um so auffälliger, je mehrdeutiger das Symptom ist.

Der psychotherapeutische Glaubenskrieg spielt sich letztlich auf dem Rücken der Patienten ab. Zwischen den Psychotherapeuten herrscht, sofern sie nicht der gleichen Richtung, besser noch ein und derselben therapeutischen Schule angehören, meist ein gespanntes Verhältnis, in das Mißtrauen und Mißverständnisse hineinspielen. Man spricht andere Sprachen und setzt andere Schwerpunkte.

Die psychotherapeutischen Richtungen befeißigen sich der Einseitigkeit, wenn es darum geht, die fokalen Konfliktbereiche zu bestimmen. Die Psychoanalyse stellt die Sexualität ins Zentrum und betrachtet die anderen Konfliktbereiche lediglich als Epiphänomene. Die Individualpsychologie (A. Adler, R. Dreikurs) betont die Rivalität, den Konkurrenzkampf und legt folglich den Akzent auf den leistungsbetonten (Berufs-) Bereich.

Die analytische Psychologie C. G. Jungs strebt nach Selbstverwirklichung als Therapieziel, während existenzanalytische Richtungen als Ursache von Neurosen die unbefriedigend beantwortete Sinnfrage hinstellen.

Das therapeutische Grundprinzip besteht darin, hinter den Erlebnissen, Verhaltensweisen und Störungen den Sinn, Logos zu finden. Eine wesentliche Technik ist die ‚Paradox Intention‘. Mit der Sinnfrage greift V. Frankl einen Aspekt aus der Zeitdimension der menschlichen Wirklichkeit heraus, die Zukunft.

Wenn alle diese Bereiche bei der Entwicklung des Menschen und bei Konflikten eine Rolle spielen, so ist nicht einzusehen, weshalb wir uns von vornherein dogmatisch für nur einen dieser Bereiche als mögliches Schlachtfeld psychischer und psychosozialer Auseinandersetzungen entscheiden sollen. Ist es nicht vielmehr so, daß diese Entscheidung bei einer patienten-orientierten Betrachtung primär vom individuellen Fall abhängig ist und erst sekundär von der theoretischen Ausrichtung des Therapeuten?

### 3. Der individuelle Ansatz

Jeder Mensch übernimmt unwillkürlich von seiner Umgebung, Familie, Mitschülern und Lehrern nicht nur technische Fähigkeiten, sondern auch das meiste von dem, was man als Lebensauffassung oder Weltanschauung zu bezeichnen pflegt. Die Urteile, die man sich über die Menschen, über die wirtschaftlichen Zustände, über den Staat, die Politik und Religion allmählich zurechtmacht, richten sich in der Hauptsache nach dem, was man in seiner Umgebung zu sehen und zu hören bekommt. Das gilt auch dann noch, wenn man sich in bewußtem Gegensatz zu seiner Umgebung entwickelt.

Der Sinn des Lebens ist in diesem Sinne nicht etwas Allgemeines, sondern in der psychosozialen Realität des Menschen an einzelne inhaltliche Aspekte gebunden. In gewissem Umfang hängt die Antwort jeweils vom Grad der Individualität ab, die ein Individuum erreicht hat.

So kann der Sinn des Lebens in Frage gestellt werden, wenn Mißerfolge, Ungerechtigkeiten, partnerschaftliche Probleme oder materielle Verluste erlebt werden. Wir fragen daher: Auf welche Bereiche der Aktualfähigkeiten richtet sich der Sinn: auf Treue, Leistung, Sparsamkeit, Hoffnung, Glaube, Religion, Sex, Sexualität, Liebe,

### **Sozio-kulturelle Faktoren als Inhalte der Sinngebung und Sinnfindung**

„Ich fühle mich niedergeschlagen und habe starke Depressionen. Nachts kann ich nicht mehr einschlafen, und wenn ich doch einschlafe, wache ich nach etwa ein bis zwei Stunden schreiend und voller Angst wieder auf und weiß nicht, wo ich mich befinde. Erst wenn ich den Lichtschalter gefunden habe, kann ich mich langsam wieder beruhigen. Ich habe das Gefühl, daß mir alles über den Kopf wächst, und ich bin oft sehr gereizt. Begonnen haben die Beschwerden vor zwei Jahren, als mein Mann an einem Herzinfarkt starb. Er war beruflich total überlastet und nahm sich die finanziellen Schwierigkeiten seines Geschäftes sehr zu Herzen. Ein Mitarbeiter meines Mannes, dem er viel anvertraut hatte, führte die Bücher nicht korrekt genug, so daß wir Schwierigkeiten mit dem Finanzamt bekamen. Außerdem verschwanden immer

wieder Waren. Mein Mann kam darüber einfach nicht hinweg. Mit seinem Tod hat er mir das Geschäft und damit die Sorgen zurückgelassen. Ich weiß nicht, wem ich die Geschäftsführung anvertrauen soll. Ich habe zu niemand mehr Vertrauen, auch zu mir nicht, weil ich das niemals gelernt habe und auch jetzt schon total überfordert bin. Die Vorstellung, daß unser Geschäft langsam aber sicher wegen meines Unvermögens in Konkurs geht, bringt mich zur Verzweiflung." (48jährige Geschäftsfrau mit Depressionen und Angstzuständen nach dem Verlust des Ehemannes.) Zugrunde liegen Konflikte, welche die Bereiche der Genauigkeit, Ordnung, Ehrlichkeit, des Zutrauens und Vertrauens betreffen.

Unterschiede in lebensgeschichtlichen, familiären und kulturellen Bedingungen führen zu einer unterschiedlichen Entwicklung. Bemerkenswert ist dabei, daß die Gesellschaft als wesentlicher Träger bewertender und beurteilender Verhaltensnormen wirkt. Verschiedene Gesellschaften zeigen unterschiedliche Wertmaßstäbe, abhängig von der Zeit. Diese Relativierung gewinnt insbesondere in der heutigen Zeit an Gewicht, da es keine allgemein verbindlichen Kriterien für die Richtigkeit eines Wertmaßstabes zu geben scheint. Der Relativismus unserer Zeit findet sich in der Orientierungskrise der Erziehung wieder. Erziehung meint dabei nicht nur den Einfluß der Eltern und Lehrer auf die Kinder zwischen der Geburt und dem 14. Lebensjahr. Erziehung erscheint weitaus komplexer und betrifft den gesamten Entwicklungsverlauf eines Menschen als Einzel- und als Gruppenwesen. Ähnlich wie sich Kulturen unterscheiden, unterscheiden sich die Menschen in ihnen. Es unterscheiden sich Interessengruppen, Familiengruppen, Generationsgruppen und Geschlechter. Es unterscheiden sich aber auch die Einzelmenschen untereinander. Ein gutes Beispiel dafür stellt die Situation der dreiköpfigen Familie St. dar:

Für den Familienvater ist es sehr wichtig, daß Pünktlichkeit und Ordnung herrschen. Die Unordnung von Frau und Kindern bringt ihn in innere Unruhe und Wut. Nicht so genau nimmt er es mit der Ehrlichkeit im ehelichen Leben. Er stellt sich vor, eine Freundin als Zweitfrau zu haben; es würde ihm gar nicht schwerfallen, Gründe zu finden, um sein Verhalten zu rechtfertigen. Die Ehefrau ist ein Musterbeispiel an Reinlichkeit und Sauberkeit. Sie kann kein Staubkörnchen auf einem Möbelstück liegen sehen. Auch die Höflichkeit spielt für sie eine große Rolle. Sagt das Kind einmal einem Besucher nicht ordentlich Guten Tag, ärgert sie sich darüber oder zieht sich von dem Kind zurück. Die Tatsache, daß sie auch auf Ehrlichkeit großen Wert legt, hat zur Folge, daß sich ein immer stärker werdendes Spannungsfeld zwischen Mann und Frau entwickelt, aus dem echte Konflikte und Probleme entstehen können.

Betrachten wir die beiden Eheleute genauer: Der Mann arbeitet für seine Familie, verdient Geld, treibt Sport und kümmert sich um die Kinder. Er meint, damit seinen Aufgaben genügt zu haben und leitet das Recht ab, seine Frau hinters Licht zu führen. Die Ehefrau opfert sich in ihrem Haushalt auf und erwartet die volle Zuneigung ihres Ehemannes und der Kinder. Sie meint, daß die vollkommene Ehrlichkeit ohne jede Kompromisse Grundbestand jeder Ehe sei.

Deutlich können wir hier schon sehen, daß die beiden Partner bestimmte Einstellungen haben, die sie manche Dinge besonders scharf beachten lassen, durch die sie aber für andere Dinge blind werden. Man kann sich gut denken, daß die Kommunikation, die Verständigung zwischen den beiden Partnern, nicht ohne weiteres möglich ist, weil jeder etwas anderes meint. Die Folgen sind Aggressionen, die offen gegeneinander und gegenüber den Kindern ausgetragen werden, und Ängste, die sich nach innen richten. Unehrllichkeit und Pedanterie stellen aber keine Privilegien der Männer dar (Saubereitsfimmel ist keine spezifische Eigenschaft der Frauen).

Ganz ähnliche Verständigungsschwierigkeiten fanden sich in dieser Familie auch in der Beziehung zwischen der Mutter und der achtjährigen Tochter. Die Mutter ärgert, daß sich das Mädchen vor dem Waschen drücken will, die Schulaufgaben so nachlässig gemacht sind, die Ordnung im Kinderzimmer erheblich zu wünschen übrig läßt. Die Tochter dagegen hält ihre Mutter für übernervös und manchmal sogar ekelhaft. Beide verstehen eben etwas anderes unter Ordnung, Sauberkeit und Fleiß. Für die Unordnung und das Schulversagen des Kindes macht nun der Vater, der sich selbst im Recht glaubt, die Mutter verantwortlich, und die sieht die Ursache allein darin, daß sich der Vater zu wenig um die schulischen Belange kümmert.

Die unterschiedlichen Wertmaßstäbe hängen ab vom Alter, vom Geschlecht, von persönlichen Erfahrungen, der Ausbildung, der sozialen Schicht, der sozialen Umgebung, der philosophischen, weltanschaulichen oder religiösen Einstellung, der politischen Meinung und der situationsabhängigen Stimmung. Dabei gibt es verschiedene Maßstabstypen: Man mißt etwas an seinem Geldwert, an seinem Seltenheitswert, an seinem Gebrauchswert, an seinem Prestigewert oder an seinem Gefühlswert. Inhaltlich können alle Aktualfähigkeiten als derartige Wertmaßstäbe fungieren. Die unterschiedlichen Maßstäbe sind die häufigsten Ursachen für soziale Mißverständnisse und zwischenmenschliche Konflikte. Besonders anfällig für solche Konflikte sind Menschen, die feste Wertmaßstäbe besitzen, sie für unwandelbar halten und dabei mit Menschen konfrontiert werden, die andere Wertmuster vertreten. Weiterhin entstehen Probleme dort, wo Wertmaßstäbe innerhalb sozialer Beziehungen im Wandel begriffen sind. Wir stehen diesen unterschiedlichen und sich ändernden Bewertungen oft hilflos gegenüber und setzen unsere Ratlosigkeit in nicht seltenen Fällen in Ängsten, Aggressionen und Sinnlosigkeitsgefühlen um.

### **Strategie einer sinnvollen Lebensführung**

Der Wandel der Umwelt bleibt nicht ohne Folgen für die Gesellschaft und die Menschen, die in ihr leben. Die Sinnfragen, die an Menschen gestellt werden und die sie sich selbst stellen, verändern sich mit den Bedürfnissen und Nöten der Umgebung. Aus dem geschlossenen Weltbild früherer Zeiten ist ein offenes Weltbild geworden. Es kommt also nicht mehr allein darauf an, intakte Strukturen und Umgangsformen zu erreichen. Das pluralistische Zusammenleben vieler Menschen, Familien und Gruppen, die unterschiedlichen Weltanschauungen, ethischen und religiösen Systemen angehören, unterschiedliche Produktionsweisen befolgen und verschiedene Spielregeln

zwischenmenschlichen Zusammenlebens haben, wird zum Maßstab für die Qualität der Sinnerfüllung. Dieser Ansatz macht den transkulturellen Aspekt zum Grundprinzip zwischenmenschlicher Beziehungen. Es durchzieht diese Arbeit wie ein roter Faden. Die Menschen hätten zu lernen, ihr Leben als Kreis zu begreifen und nicht als unabgegrenzte Linie.

Bei der Beobachtung dieser kulturellen Unterschiede kommt uns die Frage: Sucht nicht gerade der moderne Mensch des zwanzigsten Jahrhunderts nach einer Hochkultur, die von gleichberechtigten Partnern getragen wird, eine Kultur, in der jeder alle seine Fähigkeiten entwickelt? Eine Kultur, in der man die Verwandtschaft mit allen anderen Menschen fühlt, die Einheit mit allem Leben und mit dem Schöpfer des Alls? Sucht nicht der moderne Mensch die Gewißheit, das Leben als Kreis zu begreifen und nicht als unabgegrenzte Linie? Sucht nicht der moderne Mensch das Innenleben des Primitiven zurückzugewinnen, aber in Verbindung mit dem äußerlichen Leben der Wissenschaftlichkeit und mit einem neuen Ethos?

Da heute in unserer prestigehungrigen Gesellschaft der Überwelt (Sinn, Zielsetzung, Religion — nicht zu verwechseln mit Institution) wenig Raum gelassen wird, ist eine überkompensatorische Reaktion auf anderen Ebenen, auf Sexualität und Sozialebene direkt zu erwarten. Vielleicht hat die heutige Krise, die versteckte und offene Aggression der Jugend auch darin ihren Sinn, darauf hinzuweisen, unsere festgefahrenen Traditionen zu überprüfen.

Dieses Bewußtsein stellt die höchste Freude dar. Es fördert den Sinn für den eigenen Wert, beseitigt das Bedürfnis nach Aggression und bewirkt ein mitfühlendes Gesellschaftsbewußtsein — alles Voraussetzungen für die Welteinheit und den Frieden.

Dieser Artikel basiert auf dem Manuskript meines Vortrages über den Sinn des Lebens — gehalten anlässlich der 4. Studientagung der DGPP in Oberursel — und einer Stoffsammlung zu meinem geplanten neuen Buch „Sinn des Lebens“.

Verfasser: Dr. med. N. Peseschkian  
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie/Psychotherapie  
An den Quellen 1  
6200 Wiesbaden

## Literatur:

- Abdu'l-Baha, Beantwortete Fragen, Frankfurt 1972
- Abdu'l-Baha, Ansprachen in Paris, Frankfurt, 1973
- Abdu'l-Baha, Das Geheimnis göttlicher Kultur, 1973
- Adler, A., Individualpsychologische Behandlung der Neurosen, in: Praxis und Theorie der Individualpsychologie, Fischer Taschenbuch Nr. 6236
- Baha'u'llah, Ährenlese, Frankfurt 1961
- Baha'u'llah, Das Buch der Gewißheit, 1978
- Baha'u'llah, Worte der Weisheit — Verborgene Worte, Frankfurt 1973
- Battegay, R., Narzißmus und Objektbeziehungen: Über das Selbst zum Objekt, Bern, Stuttgart, Wien, 1977
- Benedetti, G., Der Geistesranke als Mitmensch, Göttingen, 1976
- Deidenbach, H., Verhaltensanalytische Arbeit mit Familien in: E.B. = Kurier, Informationsblatt der Landesarbeitsgemeinschaft Hess. Erziehungsberatungsstellen, Sonderheft 1, 67 - 92, 1978
- Erikson, E. H., Kindheit und Gesellschaft, Stuttgart 1971
- Freud, S., Gesammelte Werke, 18 Bde, Frankfurt seit 1960
- Fromm, E., Freuds Psychoanalyse; Größe und Grenzen, Stuttgart 1979
- Hofstätter, P. R., Einführung in die Sozialpsychologie, Stuttgart, 1973
- Jordan, D. C., Durchbruch zur Selbstverwirklichung, in: Bahai-Briefe, Heft 37, 1969
- Mitscherlich, A., Krankheit als Konflikt, Studien zur psychosomatischen Medizin, Frankfurt 1967
- Peseschkian, N., Positive Psychotherapie des Alltagslebens; Training zur Partnerschaftserziehung und Selbsthilfe, 1967

- Peseschkian, N., Positive Psychotherapie, Theorie und Praxis einer neuen Methode, Frankfurt 1977
- Peseschkian, N., Der Kaufmann und der Papagei, Orientalische Geschichten als Medien in der Psychotherapie, Frankfurt 1979
- Peseschkian, N., Der Körper sagt nein. Ein Beispiel für die Positive Psychotherapie, in Sexualmedizin, 8, 115 - 118, 1979
- Peseschkian, N., Krankheitsmodelle: Jeder sieht etwas Richtiges, aber nicht alles, in: Erfahrungsheilkunde, Bd. 28, 718 - 722, 1979
- Richter, H. E., Patient Familie, Hamburg 1972
- Schaefer, Udo, Der Baha'i in der modernen Welt — Strukturen eines neuen Glaubens
- Schön, D., Psychologie der Generationsbeziehungen — Großeltern, Großelternsurrogat, Tradition, unveröff. Arbeit, 1969
- Shoghi, E., Die Weltordnung Baha'u'llahs, Frankfurt 1973
- Shoghi, E., Der verheißene Tag ist gekommen, Frankfurt 1967
- Spitz, R., Vom Säugling zum Kleinkind, Stuttgart 1967
- Stierlin, H., Von der Psychoanalyse zur Familientherapie, Stuttgart 1975
- Watzlawick, P., Beavin, J. H. u. Jackson, D. D., Menschliche Kommunikation, Formen, Störungen, Paradoxien, Bern 1969



# „ENT-TÄUSCHUNG IST BESSER ALS TÄUSCHUNG“

Hans Deidenbach, Diplom-Psychologe

Dieses Referat wurde unter dem Titel „Psychotherapie und östliche Befreiungswege“ 1) anlässlich der 4. Studententagung der DGPP gehalten. Der Autor versucht, die Funktion von „Selbstverständlichkeiten“, philosophischen Postulaten, „unbewußter Metaphysik“ in der Psychotherapie und im Alltagsleben, eine Parallele zwischen Psychotherapie und östlichen Befreiungswegen und Schlußfolgerungen für das „Spiel unseres Lebens“ aufzuzeigen. Er beginnt sein Referat mit einer Geschichte.

„Ein Gleichnis will ich erzählen. Das Gleichnis von den Korallen der Südsee. — Schön sind sie: wie sie um ihr verletzliches Leben gegliederte Panzer bauen. Purpur und violett oder von zartem Rosa. Vielstrahlig und gefiedert. — Sie regen sich und weben und wirken: solange ihr Leben dauert und das Licht sie berührt. Unter dem Hohlspiegel des südlichen Himmels stocken sie ihre Siedlungen auf. Um das Gemäuer spielen Korallenfische, in einem durchsichtigen Schleier winziger Pflanzen.

Aber wenn sie sterben, werden sie gefährlich. Ihr Totengehäuse erstarrt zum drohenden Riff. Von der Flut geschliffen und von der Flut verschleiert. Messerscharf und hart genug, um den Bug eines Schiffes zu zerfetzen. — Und die Brandung treibt ihnen das Opfer zu.

Ein Gleichnis sind die Korallen. Sie erinnern an den Menschen: an den Menschen und die Geschichte seines Geistes. — Wenn der Geist sich regt und seine Welt deutet, entwirft er das Gehäuse seiner Kultur: farbig, und schön gegliedert. — ‚Wer bin ich?‘ fragt sich der Mensch — und: ‚Wer sind wir?‘ — und ‚Was läßt sich machen?‘

Er macht sich ein Bild von sich, einen Plan, und beginnt sich selbst zu erziehen nach dem Entwurf seiner Sehnsucht. — Er zwingt sich in das Gebot der Hoffnung. — Dann knüpft er die Beziehung zum Nächsten, erfindet die Form des Umgangs und gibt dem gemeinsamen Willen Bestand durch das Gesetz. Er baut sich den Wohnraum des Herzens und sichert ihn durch Brauchtum, Sitte und Ritus. Aus Nutzen und Geschmack erwachsen der Stil des Tempels, der Schnitt des Kleides und die Weise von Handel und Wandel.

Je breiter das Werk sich anlegt, je mehr sich der Geist an der Erfahrung prüft, um so feiner wird das Gefüge seiner Kultur, um so engmaschiger das Gesetz. Denn die Klugheit ist bedacht, das Erworbene zu befestigen. Es gilt, mit der menschlichen Schwäche zu rechnen und ihr durch Stütze und Zwang Halt zu verschaffen. —

Wenn der Geist altert, kommt die gefährliche Stunde. Er vermag sich nicht mehr gewandt in der selbstgeschaffenen Form zu bewegen. Der Panzer — einst

Schmuck und Schutz — wird dem Müden zur Last und zur Fessel. — Mißtrauen zieht ein in das Gehäuse der vergeisten Kultur. Zwang versucht zu erpressen, was das Leben selbst nicht mehr hergibt.

Das ist die Stunde der Versteinerungen. — Der Geist gerinnt zur Formel — das Gesetz würgt, statt zu sichern — die Sitte erstarrt zur Konvention — der Ritus wird zum marionettenhaften Leerlauf. — Noch überdauert das Gehäuse den Verfall. Aber aus dem Palast, dem Werk des lebendigen Geistes, ist über Nacht ein elfenbeinernes Totenhaus geworden.

Das Gleichnis ist eine alte Geschichte. Und doch ist es auch die Geschichte von morgen und übermorgen . . . die Geschichte vom Geist, der sich regt und das Gehäuse seiner Kultur entwirft: immer von neuem ... bis das Werk seinen Meister versklavt, das Gemäuer seine Bewohner erdrückt und die Befestigung zum Kerker wird!

In vielen Masken vollzieht sich das Schauspiel vor verwandelten Kulissen. Es reicht von den „Tabus“ der Primitiven bis zu den Formeln des Atomzeitalters. — Bald spielt es sich fromm ab: bald weltlich — wenn ein Glaube sich im Zeremoniell erschöpft — wenn das Brot der Kultur versteint — wenn eine Zivilisation den Menschen verzweckt — wenn Leidenschaften zur leeren Routine werden. — Es ist eine Tragödie mit vielen Gesichtern ...

... denn der Mensch muß sich: Haus, Gesetz und Ritus schaffen. Geschichtlich leben heißt: eine Erbschaft verwalten! Heißt: sich Erfahrungen nutzbar machen! — Wie sähe es aus, wenn jeder am Anfang beginnen wollte! — Aber geschichtlich leben heißt: das Erbe auf Zukunft hin anlegen. Heißt: ausbrechen nach vorn! — Wer nur konserviert, vergeht sich am Sinn des Erbes! — Es ist schwer — sehr schwer! — beidem gerecht zu werden. Und darum wiederholt sich die Tragödie immer von neuem." la)

Das Gleichnis von den Korallen erzählt nicht nur die Geschichte von Kulturen: es spiegelt auch die persönliche Entwicklung jedes Einzelnen, Vorgang und Ergebnis seiner Sozialisation. Sozialpsychologen haben diesen Prozeß untersucht. HOFSTÄTTER z.B. spricht in diesem Zusammenhang von „Voraussetzungen, die in jede Diskussion mit eingehen, und die sich aus dem Kalkül selbst meistens nicht erweisen lassen“, oder von „Selbstverständlichkeiten in Hinsicht auf das an Alltagsbegebenheiten geknüpfte Denken.“ 2)

G.H. MEAD spricht vom „Ich“ als dem „generalisierten Anderen“ 3), PESECHKIAN von „Konzepten“.4)

Solche Erkenntnisse sind nichts Neues. Schon THOMAS von AQUIN meint: „Von Anfang an sind die Menschen gewöhnt, den Namen Gottes zu hören und anzurufen. Eine derartige Gewöhnung aber wird leicht zur zweiten Natur. Daher kommt es auch, daß wir Meinungen, die in unserer Jugend gelehrt wurden, später als ganz natürlich und selbstverständlich bejahen.“ 5)

## „DAS PHILOSOPHISCHE UNBEWUSSTE“

### 1.1. Postulate

Alan WATTS mag bei manchen Psychologen und Psychotherapeuten Widerspruch hervorrufen, wenn er schreibt: „So geht der Psychotherapeut bei seiner Arbeit von einem nahezu völlig ungeprüften ‚philosophischen Unbewußten‘ aus. Aufgrund seiner hochspezialisierten Ausbildung neigt er nicht nur zu einer mangelnden Kenntnis der Liegenwärtigen Wissenschaftsphilosophie, sondern auch der verborgenen metaphysischen Prämissen, die allen wichtigen Formen der psychologischen Theorie zugrunde-liegen. Eine unbewußte Metaphysik ist aber in der Regel eine schlechte Metaphysik.“ 6)

C. T. TAKT nennt solche verborgenen metaphysischen Prämissen „Postulate“: Jede unserer menschlichen Handlungen und jeder unserer Gedanken beruhen auf einem Postulat, das heißt auf einer für erwiesen gehaltenen Annahme, oder auf Voraussetzungen, die sich für mich von selbst verstehen.“ 7) Im zweiten Kapitel seines Buches „Einige Postulate der orthodoxen Psychologie in der westlichen Welt“ 8) nennt er z.B. folgende Sätze:

- Wirklich ist, was sich mit Hilfe der Sinne oder mit Hilfe eines physikalischen Instruments wahrnehmen läßt, und was sich mit Hilfe der Sinne wahrnehmen läßt, kann von einem physikalischen Instrument festgestellt werden.
- Der Mensch ist Körper und sonst nichts.
- Der Mensch wird durch sein genetisches Erbgut und seine Umwelt vollständig determiniert.
- Selbst wenn wir glauben, das Leben des Menschen sei völlig determiniert, müssen wir doch so handeln, als besäße der Mensch einen freien Willen.
- Die psychische Energie leitet sich vollständig von der physikalischen Energie ab, wie sie in den physiologischen Prozessen des Körpers in Erscheinung tritt.
- Der Mensch hat in einem sinn- und ziellosen Universum keine Funktion.

Der einzig wirkliche Sinn des Lebens besteht darin, daß man ein Höchstmaß an Freude gewinnt und ein Mindestmaß an Schmerzen erleidet.

### 1.2 Hinter-Gründe

Einige Wurzeln solcher Postulate lassen sich bis zu verschiedenen Philosophien zurückverfolgen:

Thomas von Aquin betont, daß alle naturwissenschaftliche Erkenntnis über die Sinne laufen muß, und weiter — er beruft sich hier auf Aristoteles —: wer die Sinne und ihre Wahrnehmung in den „Naturwissenschaften vernachlässigt, fällt in Irrtum“. 9) Auf diesem Hintergrund erscheint das oben zitierte Postulat „Wirklich ist, was sich mit Hilfe der Sinne . wahrnehmen läßt“ . . . als Einengung.

Überspringen wir einige Jahrhunderte bis zu KANT. „Das Entscheidende in seiner Auffassung über die Empirie liegt darin, daß diese vollständig ihrer Möglichkeit, Ausgangspunkt zur philosophischen Wesenserkenntnis zu werden, enthoben ist. Gemäß seiner erkenntniskritischen Lehre ist das Wesen eines Erfahrungsdinges (Ding an sich) der Vernunft schlechthin unzugänglich. 10) Die Erfahrung vermag lediglich die Erfassung der sinnlich wahrnehmbaren Tatsachen zu leisten. Die Vernunft kann allenfalls aus den Erfahrungsdaten durch Vergleich und induktive Synthese gewisse allgemeine Gesetze aufstellen. Aber solche Gesetze können nie zu einer metaphysischen Bestimmung des Erfahrungsdinges führen. Sie haben damit keinen absoluten Wahrheitswert, sondern sind nur vorläufige Resultate, die durch andere, spätere möglicherweise widerrufen werden. Die Erfahrung ‚lehrt mich zwar, was da sei, und wie es sei, niemals aber, daß es notwendigerweise so und nicht anders sein müsse.‘ 11) Wesenserkenntnis der Erfahrungsdinge ist unmöglich.“ 12)

Erst auf diesem Hintergrund wird die Grundüberzeugung des Behaviorismus (z.B. bei WATSON, 1878-1950) verständlich, wonach die Psychologie als empirische Disziplin nur auf Daten aufgebaut werden kann, bezüglich deren mehrere voneinander unabhängige Beobachter untereinander Übereinstimmung erzielen können. Mit der Begründung, bei der Introspektion sei der Gegenstand der Erkenntnis zugleich Instrument der Erkenntnis, es liege also ein unwissenschaftlicher Zirkelschluß vor — Formulierung dieses behavioristischen Einwandes durch A. WELLES: „Introspektion gestattet keine Inspektion“ 13) wird Erfahrung hier noch einmal auf den Bereich der Fremderfahrung eingeengt. Der strenge Behaviorismus weist das „physikalistische Hauptkriterium auf: er bestimmt sich als ‚psychology of the other one‘ und lehnt die Introspektion als legitime Methode wissenschaftlicher Erkenntnisgewinnung ab.“ 14) Die Physik ist die einzige wirkliche Wissenschaft: alle anderen Wissenschaften müssen mit physikalischen Methoden arbeiten und sind letztlich auf Physik zurückführbar. Entsprechend wird denn auch das Denken auf viszerale und Kehlkopfreaktionen, das Fühlen auf Drüsenfunktionen reduziert. BRUNSWIK schlägt eine Umbenennung der Psychologie in „Behavioristik“ vor 15). In diesem Zusammenhang ist die sog. „Wiener Schule“ (SCHLICK, CARNAP, NEURATH) zu nennen. Die oben genannten Postulate „Der Mensch ist Körper und sonst nichts!“ und „Die psychische Energie leitet sich vollständig von der physikalischen Energie ab . . . “ werden von daher verständlich, bleiben jedoch nichtsdestoweniger unbewiesen (und unbeweisbar?).

Nach diesem ausführlichen, als Beispiel gedachten Exkurs seien — aus Platzgründen — lediglich noch einige „Gedankensplitter“ gestattet:

Von einem Postulat wie „Der Mensch ist Körper und sonst nichts“ ist es nicht weit zu einem weiteren Postulat: „Geisteskrankheiten sind Gehirnerkrankheiten“ (GRIESINGER) und seinen Folgen in der Psychiatrie: einer (fast) ausschließlichen Psychopharmakotherapie. „Krankhaft sind für uns die seelischen Störungen, die durch Organprozesse, ihre funktionalen und lokalen Residuen bedingt sind. Wir fundieren also den Krankheitsbegriff in der Psychiatrie ausschließlich auf krankhafte Veränderungen des Leibes ... der unbestreitbare Vorrang der somatischen Therapie (bei den Zykllothymien gibt es keine andere) . . . “ 16)

Dies ist ein Beispiel aus einer bestimmten Schule innerhalb der Psychiatrie.

„Wir müssen uns erinnern . . . , daß die denkende Substanz und die ausgedehnte Substanz eine und dieselbe Substanz sind, die bald unter diesem, bald unter jenem Attribut gefaßt wird.“ 17) Dieser monistische Lehrsatz SPINOZA's läßt sich „materialistisch“ interpretieren — siehe oben; seelische Funktionen sind demnach nur Epiphänomene; auch FREUD hoffte bekanntlich, seine Psychotherapie letztlich auf Physiologie zurückführen zu können —, aber auch „idealistisch“: es sei nur an uralte Vorläufer solcher Richtungen wie an die — vereinfacht wiedergegebenen platonischen und manichäischen Gedankengänge vom Leib als „Gefängnis der Seele“ und deren Folgen für die Psychohygiene erinnert.

„Denkende Substanz“ (res cogitans) und „ausgedehnte Substanz“ (res extensa): interpretiert man diese Begriffe nicht monistisch (wie SPINOZA), sondern im Sinne von DESCARTES' Wechselwirkungslehre 18) mag man schließlich zu einem Verständnis von Therapie im Sinne von „Psycho-Somatik“ gelangen (wobei der soziokulturelle Anteil außen vor bleibt!): hier werden dann beide „Teile“ des Menschen, „Leib und Seele“, „Roß und Reiter“ therapierbar.

PESECHKIAN erweitert das Bild und postuliert vier Bereiche. Sie „entsprechen einem Reiter, der leistungsorientiert (Leistung) einem Ziel zustrebt (Phantasie). Er braucht dazu ein gut gepflegtes Pferd (Körper) und für den Fall, daß dieses ihn einmal abwerfen sollte, Helfer, die ihn beim Aufsteigen unterstützen (Kontakt)“ 19). Seine Unterscheidung in „Liebesfähigkeit“ und „Erkenntnisfähigkeit“ erinnert an Aristoteles, die Aspekte „Körper — Umwelt — Zeit“ an die platonische Dreiteilung „Körper — Seele — Geist“.

Die Beispiele ließen sich fortsetzen. Für jede beliebige Richtung von Psychotherapie läßt sich ein philosophischer (und/oder religiöser) Hintergrund orten. Weiß der Psychotherapeut nicht um seine eigenen Postulate, wird er eine Relativität „seiner“ Theorie und Methode kaum zugeben und seine „Schule“ verteidigen. Hier ist dann eine Zusammenarbeit verschiedener Therapeuten nicht mehr möglich. 19a)

Eine so verstandene Psychotherapie kann kaum als „Befreiungsweg“ fungieren.

## 2. „PSYCHOTHERAPIE UND ÖSTLICHE BEFREIUNGSWEGE“

In seinem Buch mit dem gleichnamigen Titel stellt WATTS folgende These auf: „Eine Hauptähnlichkeit zwischen den östlichen Lebensformen und der westlichen Psychotherapie besteht in dem Anliegen, Bewußtseinsveränderungen herbeizuführen, Änderungen im Empfinden unserer eigenen Existenz und unserer Beziehung zur menschlichen Gesellschaft und zur natürlichen Welt“ 20) näherhin: in der Bewußtmachung von „Selbstverständlichkeiten“, im Aufzeigen von „Spielregeln“, nach denen wir das Spiel unseres Lebens spielen.

Mittels Psychotherapie wird nach WATTS 21) Individuation (C.G. JUNG) Selbstaktualisierung (MASLOW), funktionelle Autonomie (ALLPORT), kreative Erfüllung der eigenen Person (A. ADLER) angestrebt. Verhaltenstherapeuten intendieren eine Erweiterung des Verhaltensrepertoires u.a. durch eine kognitive Umstrukturierung, die Positive Psychotherapie eine Zielerweiterung u.a. durch positive Interpretation von Symptomen. In der Tat werden in diesen und anderen Psychotherapien auch (aber nicht nur) „Bewußtseinsveränderungen“ angestrebt. Der Ton liegt hier auf der „Psyche“: als psycho-sozialen (soziologischen) Anteil solcher Therapien kann man ihr Ziel der „Lösung des einzelnen von Formen der Konditionierung, die ihm durch soziale Institutionen auferlegt wurden“, 22) ansehen.

Sind Religionen als „Befreiungswege“ anzusehen? Treten „östliche Befreiungswege“ im Gewand von Religionen auf?

Wenn Religion im Sinne des Gleichnisses vom Korallenriff, als Kristallisation einer Kultur, als ein System von Dogmen, Moralvorschriften, Konventionen und „Selbstverständlichkeiten“ Macht ausübt, kann sie sicher nicht als Befreiungsweg verstanden werden. WATTS meint, selbst der Wechsel einer Religion sei dann nur der Wechsel eines Systems, die „Ersetzung eines hypnotischen Zustandes durch einen anderen.“ 23)

Versteht sich Religion als Kritik an einer Kultur, an einem erstarrten System, kann sie zum Befreiungsweg werden. Nur zwei große Persönlichkeiten seien stellvertretend genannt: Jesus von Nazareth und Buddha. Mir kommt an dieser Stelle z.B. das Wort Jesu in den Sinn „Der Sabbat ist um des Menschen willen da, nicht der Mensch um des Sabbat willen.“ 24) Buddha wollte nach WATTS die Menschen von der Illusion des „Maya“ erlösen, das sich auf die sozialen Einrichtungen und die in ihnen herrschenden Konzepte und Gedanken beziehe; es gehe um ein „Erwachen (bodhi) aus der sozialen Hypnose“ 25).

### 3. „SPIELREGELN“

Der „Boddhisatva“ (der Erlöste) ist nach WATTS derjenige, der erkennt, daß unsere sozialen Konventionen nicht „Not - wendig“ gewahrt werden müssen. 26) Das Leben ist ein Spiel (nicht eine Spielerei!). In diesem Spiel herrschen bestimmte „Spielregeln“ („Selbstverständlichkeiten“), deren erste „lautet, daß das Spiel ernst, d.h. also kein Spiel ist.“ 27) Hat man einmal durchschaut, daß diese erste Spielregel nicht stimmt, daß alle Spielregeln änderbar sind, — daß also in diesem Sinne das Spiel des Lebens nicht „ernst“ ist —, so ist man auf dem Weg zur Befreiung: so „sieht denn auch der Buddhismus den vollkommen befreiten Menschen als einen Boddhisatva, als einen, dem es ganz und gar freisteht, am kosmischen und sozialen Spiel teilzunehmen. Wenn es heißt, daß er in der Welt ist und nicht von dieser Welt, und daß er zurückkommt, um sich ihrem Treiben ohne innere Bindung anzuschließen, bedeutet das, daß er seine Identität nicht mehr mit seiner sozialen Rolle verwechselt — daß er seine Rolle spielt statt sie ernst zu nehmen. Er ist quasi ein Joker, der jede Karte im Spiel ersetzen kann.“ 28) Diese Beschreibung gibt m.E. ein wesentliches Ziel einiger Psychotherapien wieder.

„In der Welt und nicht von der Welt“: ein altes sufistisches Sprichwort, anklingend an ein Wort Jesu, daß die Jünger „nicht von der Welt sind, wie auch ich nicht von der Welt bin“ 29), oder an den Spruch „Wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz“ 30); an die mittelalterlichen und höfischen „Narren“, an Don Juan's „kontrollierte Torheit“ 31). Diese Menschen wußten offenbar um den Spielcharakter der Spielregeln im Lebensspiel. Wer vermutet bei dem „Rattenpsychologen“ SKINNER diese Sätze? „Es gibt keine Lebensweise, der man nicht enttrinnen könnte. Untersuchen Sie Ihre eigene genau.... Es gibt keine Formen, die unwandelbar sind. Veränderungen können wiederum verändert werden. Akzeptieren Sie keine ewige Wahrheit, experimentieren Sie.“ 32)

Wer um die Tatsache des „philosophischen Unbewußten“ in sich selbst weiß, um seine „unbewußte Metaphysik“, wer erkennt, daß er nach festen Spielregeln (Selbstverständlichkeiten, Postulaten) lebt, kann sich auf den Weg machen, um wenigstens einige von ihnen aufzuspüren. Es wird auf diesem Weg zu „Ent-Täuschungen“ kommen (solche „Ent-Täuschung“ ist besser als Täuschung?), zur Relativierung von Werten. 33) Er wird es fertigbringen, sich ab und an — wie chinesische Weise 34) — auch über seinen eigenen Standpunkt lustig zu machen: eine Form von Humor. Er wird vielleicht sein Leben „sinn-voller“ 35) spielen können. SPIECKER formuliert: „Demut und Humor sind einander verwandt. Beide wissen am Nichtigen das Positive zu schätzen.“ 36)

Anschrift des Verfassers: Hans Deidenbach  
Diplom-Psychologe  
Tulpenweg 4, 6229 Kiedrich

## LITERATUR UND ANMERKUNGEN

1. in Anlehnung an das gleichnamige Buch von Alan WATTS, Psychotherapie und östliche Befreiungswege, München, 1980
  - la. Rochus SPIECKER, Jeanette oder Die gute Verzweiflung, Bonn 1959, S. 144 ff
2. P. R. HOFSTÄTTER, Einführung in die Sozialpsychologie, Stuttgart 1966, S. 57
3. G. H. MEAD, Sozialpsychologie, 1969
4. N. PESECHKIAN, Positive Familientherapie, Frankfurt, 1980, S. 85
5. THOMAS VON AQUIN, Contragent. lib. 1, cap. 11; zitiert in: Deutsche Thomas-Ausgabe, Bd. 1, S. 448f., Heidelberg—Graz—Wien—Köln
6. A. WATTS, aao, S. 27
7. C.T. TART, Transpersonale Psychologie, Olten und Freiburg i. Brg. 1978, S. 99
8. C.T. TART, aa0, S. 99 - 178
9. THOMAS VON AQUIN, in Boeth. de Trin., lect. 2, art. 2; und: Summa theologiae, I, gen. 84, art. 8c
10. I. KANT, Prolegomena, I. Teil, § 13, Anm. 111, Ed. Hamburg, S. 43ff
11. I. KANT, aa0, § 14
12. S. PFÖRTNER, Triebleben und sittliche Vollendung, Studia Friburgiensia, Neue Folge, 22, Fribourg 1958, S. 67
13. A. WELLEK, Vorlesung Mainz 1968, vgl. Ganzheitspsychologie und Strukturtheorie. Zehn Abhandlungen zur Psychologie und philosophischen Anthropologie, Bern 1955
14. K. GOTTSCHALDT u.a. (Hrsg.) Handbuch der Psychologie, 1. Band, 1. Halbband, S. 58, Göttingen

Anmerkung: Auf der Ablehnung der introspektiven Methoden basiert u.a. das „black-box“-Postulat. Wer es wagt, sich solcher Methoden zu bedienen, wird als „Methaphysiker“ beschimpft; oder man verspottet ihn, er wolle in einem rabenschwarzen Keller eine rabenschwarze Katze fangen, die gar nicht drin ist (so etwa einige Verhaltenstherapeuten in den 60er Jahren an die Adresse der Psychoanalytiker). Ob die Spötter bedacht haben, welcher Anteil an „Metaphysik“ in ihren eigenen Ansichten steckt (vgl. oben 1.1.)?



WELLEK beispielsweise apostrophiert solche Denkweisen, von der „Gottesebenbildlichkeit“ sei man inzwischen zur „Rattenebenbildlichkeit“ des Menschen gelangt.

15. BRUNSWIK: Wahrnehmung und Gegenstandswelt, Wien 1934
16. K. SCHNEIDER, Klinische Psychopathologie, Stuttgart 1971, S. 7f.
17. SPINOZA, 2. Teil der Ethik, Anmerkung zum Lehrsatz 7
18. DESCARTES, De pass.an.1
19. N. PESECHKIAN, Positive Familientherapie, Frankfurt/Main 1980, S. 93
- 19a. WATTS, S. 89, vgl. S. 194: „Das Fehlen von Spontaneität bei nahezu jedem Treffen von Psychotherapeuten ist einer der traurigsten Anblicke der Welt.“
20. A. WATTS, S. 15f.
21. ders., S. 33
22. ders., S. 26
23. ders., S. 63
24. Evangelium nach Markus, 2, 27. Es wird nicht behauptet, Jesus habe seine Botschaft ausschließlich oder auch nur primär als „Kritik an seiner Kultur“ verstanden. Erinnert sei an neuere Ansätze christlicher Theologie, so an „politische Theologie“ (J.B. METZ, Zur Theologie der Welt, Mainz, 1968; T.R. PETERS (Hrsg.), Theologisch-politische Protokolle, München — Mainz 1981).
25. A. WATTS, S. 80
26. ders., S. 37
27. ders., S. 38
28. ders., S. 84
29. Johannesevangelium, 17,/4
30. Matthäus-Evangelium 6, 21; vgl. die Geschichte von den goldenen Zeltnägeln: PESECHKIAN, Der Kaufmann und der Papagei, Frankfurt 1979, S. 128.

31. C. CASTANEDA, Eine andere Wirklichkeit, Frankfurt 1978
32. B.F. SKINNER, Futurum Zwei, Hamburg 1970, S. 5
33. N. PESECHKIAN, Psychotherapie des Alltagslebens, Frankfurt 1977, S. 109f.
34. A. WATTS, S. 89; vgl. S. 194: „Das Fehlen von Spontaneität bei nahezu jedem Treffen von Psychotherapeuten ist einer der traurigsten Anblicke der Welt“.
35. „Die Frage nach dem Sinn des Lebens läßt sich dann nämlich verblüffend einfach neu stellen: als Frage nach neuen Möglichkeiten, das Leben sinnlich, das heißt: sinn-voll, mit vollen Sinnen zu erfahren“ (J.v.SCHEIDT, Hilfen für das Unbewußte, München 1980).
36. Rochus SPI ECKE R, Skizzen aus einem Ideentagebuch, a.a.O. S. 7



Das Problem ist nicht, daß Gott uns nicht erhört, sondern daß der Mensch Gott überhört.

B. Siede

## PSYCHOLOGISCHE ASPEKTE DES TODES

### — Psychoanalyse und Positive Psychotherapie

—Dr. med. Wolfgang Ritter

*Der Autor bringt zur Darstellung, was die Psychoanalyse unter Berücksichtigung ich-struktureller, triebökonomischer und triebdynamischer Aspekte im Rahmen psychotherapeutischer Aktivitäten im Hinblick auf psychologische Aspekte des Todes, auf angstgetöntes Erleben schlechthin, leistet*

*Er grenzt die Indikation für dieses Verfahren ein und stellt die Vorzüge der Differenzierungsanalyse (Positive Psychotherapie) bei dem Versuch der Bewältigung der Todesangst dar, insbesondere unter Berücksichtigung des Aspekts, daß der Tod nicht Endpunkt jeder Krankheit, sondern Bezugspunkt in einem Verständnis- bzw. Ordnungssystem ist.*

Im Berufsalltag von Psychiatern und Psychotherapeuten spielt das Krankheitsbild der Neurose eine besondere Rolle, speziell im Hinblick auf angstgetöntes Erleben, sowie psychologische Aspekte des Sterbens und des Todes.

Die Psychoanalyse sieht die Angstsymptomatik generell im Zusammenhang mit Erregungsstau, im Zusammenhang des Konfliktes zwischen Innen- und Außenwelt, im Zusammenhang mit ich-strukturellen, sowie triebökonomischen und triebdynamischen Aspekten.

Die Entwicklungsgeschichte der Angstinhalte hat besonders Geburtsangst, Achtmonatsangst, Angst in der Separations- und Individuationsphase, Kastrationsangst und schließlich die Ober-Ich-Angst herausgestellt. Freud interpretiert auch die Todesangst als ein Geschehen zwischen Ich und Ober-Ich. Die Psychoanalyse versteht also Angst nach dem zuvor Gesagten als Antizipation eines drohenden Traumas, als Wahrnehmung einer Gefahr, verbunden mit einer Triebhemmung, sowohl aggressiver, als auch libidinöser Impulse. Freud spricht bezüglich der neurotischen Angst von verjährten Angstbedingungen. Der Neurotiker verhält sich als Erwachsener gegenüber Gefahren wie ein Kind. Weist die Ich-Entwicklung Defizite auf, so ist der Neurotiker in diesem Punkt infantil geblieben, seine Ängste haben dann ihren guten Sinn, weil ohne die anstoßenden Verdrängungen das schwache Ich überfordert wäre.

Unter Bezugnahme auf das eingangs Gesagte ist wichtig festzustellen, daß Triebe an sich keine Gefahr darstellen, daß sie diesen Charakter erst dann gewinnen, wenn eine Triebäußerung schädliche Folgen von Seiten der Außenwelt nach sich zieht. Die neurotische Angst wird in Realangst verwandelt. Nachdem Freud eine Strukturtheorie mit den Unterscheidungen von Es, Ich und Ober-Ich aufgestellt hatte, wurde es möglich, Angst als Ich-Leistung zu verstehen.

Dieses Verständnis wird nur dann möglich, wenn das Wissen von Affekten begriffen wird, wenn klar ist, daß sie Differenzierungsprodukte des Ichs von Triebimpulsen darstellen. Insbesondere ist es unverzichtbar, den psychoanalytischen Termini Frustration, Trauma und Gefahr die Affekte Unlust, Schmerz und Angst zuzuordnen.

Freud hat das Ich zur Angststätte erklärt und drei für die Angst wesentliche Ich-

Funktionen zur Darstellung gebracht: Wahrnehmung, Erwartungsbildung und Selbsteinschätzung:

Die Wahrnehmung kann eine angstmindernde, aber auch eine angstausslösende Funktion haben. Die Erwartungshaltung hat eine zentrale Bedeutung im Angsterleben. Das Ich führt durch seine Fähigkeit zur Antizipation und zur Erinnerung die Zeitdimension in das Affekterleben ein, erst dadurch kann eine Erwartungshaltung entstehen. Angst ist immer etwas, das über die Gegenwart hinausweist. Diese Fragen nach dem Danach, der Zukunft, schließlich nach dem drohenden Ende des Seins, selbstverständlich unter Berücksichtigung individueller lebensbiographischer Erfahrungen, kann eine angstpotenzierende Wirkung entfalten. Mit der Selbsteinschätzung des Ich in seinen Möglichkeiten der Erregungsbindung und Triebabfuhr und seinen Durchsetzungs- und Bewältigungsmöglichkeiten ist ein entsprechendes Ich-Gefühl von Kompetenz, sich dem Tribleben gewachsen zu fühlen, verbunden.

Mit der Errichtung des Ober-Ichs im Zusammenhang mit dem Untergang des Ödipus-komplexes nimmt die Angst vor äußeren Strafen zugunsten der von innen kommenden Gefahren ab. Von der Latenzzeit an tritt an die Stelle der tatsächlichen Eltern ihr intrapsychischer Vertreter in Gestalt des Über-Ich. Dessen Bedeutung ist in hohem Maße von der eigenen Triebstärke abhängig, insbesondere von der gegen die Eltern gerichteten Aggression. Konflikte werden von nun an zwischen den psychischen Instanzen Es, Ich und Über-Ich ausgetragen. Im Gewissen ist die Angst internalisiert, die Gefahr droht jetzt von innen.

Neben Freud haben sich andere Psychoanalytiker um triebökonomische Aspekte der Angst bemüht. Übereinstimmend wurde festgestellt, daß es ohne Angst keine Triebhemmung gibt, daß Ängste sekundär zu neuen Triebeinschränkungen führen können. Dies setzt natürlich voraus, daß man keinesfalls Angst als Primärursache der Triebhemmung versteht. Entscheidend ist, daß als Ursache der Hemmung z.B. äußere Einwirkung oder direkte Kollision konkurrierender Triebe faktisch oder hypothetisch festgestellt werden.

Zum triebdynamischen Aspekt hat Freud ein Konzept der Mischung und Verschränkung von libidinösen und aggressiven Trieben erarbeitet. Er geht davon aus, das libidinöse Wünsche zu ihrer Realisierung aggressive Annäherungs- und Durchsetzungsanteile benötigen. Auch umgekehrt verlangt die konstruktive Aggression eine libidinöse Triebbeimengung, die das Objekt vor Zerstörung bewahrt. Grundsätzlich soll jeder Trieb, bzw. jeder ausdifferenzierte Affekt in Angst einmünden können.

Über die von der Psychoanalyse postulierten psychodynamischen Zusammenhänge hinaus spielt das Vergänglichkeitsbewußtsein des Menschen bei der Entstehung dieser Erkrankungen eine entscheidende Rolle. Das subjektive Erleben eines neurotischen Patienten wird vor allem durch die Furcht vor dem Sterben, durch die Sorge um das Wie des Lebensendes, durch die Angst vor der Trennung von Bezugspersonen, durch die Ungewißheit der Stunde des Todes, durch das Bewußtsein des Fristcharakters des Lebens bestimmt. Leben und Tod sind die eigentlichen Gegensätze.

Über den Tod, wie der Theologe Jüngel schreibt, können wir nur das Leben befragen. Leben ist für uns mit Bewußtsein, Denken, Fühlen und Handeln verbunden. Leben heißt gegenwärtig sein. Gegenwart aber ist jener momentane Zustand zwischen Vergangenheit und Zukunft, in dem wir existieren, d.h. in dem wir unserer leib-seeli-

scheu Einheit unmittelbar bewußt werden. Ober das Leben des Menschen, im somatischen wie im psychischen Bereich, lassen sich viele Aussagen machen, über den Tod keine, oder, genauer gesagt, keine konkreten. Der Tod ist das Unbekannte, von dem sich nur sagen läßt, daß er die Negation des Lebens oder das Nichtsein ist. Sterben ist die Nahtstelle zwischen Sein und Nichtsein, jener Obergang vom Leben zum Tod, der dem Augenblick vergleichbar erscheint, welcher im Kontinuum des Lebens zwischen Zukunft und Vergangenheit Gegenwart repräsentiert. Während wir im Leben über die Zukunft viele Voraussagen machen und diese danach zumeist leicht nachprüfen können, indem wir sie erleben, gibt es diese Möglichkeit für das Sterben nicht. Dieses gewinnt dadurch eine andere, ganz besondere Dimension. Der kardinale Unterschied zwischen dem Jetzt im Leben, dem stets ein anderes Jetzt folgt und dem Jetzt im Sterben, dem kein anderes Jetzt mehr folgt, macht das Sterben zu einem besonderen Jetzt, nämlich dem des Endes des Zeitkontinuums eines Lebens.

Der Referent glaubt gemeinsam mit vielen anderen Autoren beobachtet zu haben, daß der Mensch der Gegenwart nur aus der sozialen Wirklichkeit heraus im Hier und Jetzt den Sinn seiner Existenz herzuleiten vermag. In diesem Zusammenhang erhebt sich die Frage, ob die ausschließliche Orientierung am Diesseitigen für den sogenannten modernen Menschen nicht die Suche nach dem Sinn des Daseins noch schwerer macht, als sie dies schon immer war. Diese Frage provoziert zwangsläufig folgende Gegenfrage: Wenn so viele Menschen unserer Zeit sich offenbar nur über das Sterben Gedanken machen und nach Wegen zu einem perfekten Sterben suchen, liegt die Annahme nahe, daß es die Todesangst, Angst vor dem Nichtmehrsein gar nicht mehr gibt, daß heute an die Stelle von Todesangst Sterbensfurcht getreten ist. Ist also Todesangst nur eine Fiktion, ein Relikt aus der Vergangenheit? Gibt es am Ende menschlichen Lebens überhaupt etwas zu fürchten außer dem Sterben? Ist der Tod noch etwas, worüber nachzudenken es sich lohnt? Genügt es, mit Freud, Angst, auch Angst vor dem Tod, als Antizipation eines drohenden Traumas zu interpretieren? Ist die Beschränkung, die sich die Psychoanalyse im Hinblick auf diese Hypothese auferlegt, zweckmäßig, ist sie nützlich?

Bei frühen neurotischen Entwicklungen ist die Psychoanalyse unter Berücksichtigung triebdynamischer, triebökonomischer und ich-struktureller Aspekte die Methode der Wahl. Mit Zunahme des Lebensalters muß von einem Verblässen der Triebkonflikte ausgegangen werden, so daß sich an die Psychotherapie die Frage stellt, welches Instrumentarium bei der Therapie von sich spät manifestierenden Neurosen bzw. Altersneurosen Anwendung finden kann. Unter Berücksichtigung der Tatsache, daß sowohl bei Spätmanifestation dieser Neurosen als auch bei genuinen Altersneurosen immer ein Syndromwandel stattgefunden hat bzw. stattfindet, insbesondere unter Berücksichtigung der Tatsache, daß angstgetöntes Erleben in verstärktem Maße im Rahmen depressiver Entwicklungen bzw. Erkrankungen auftritt, bedarf es einer anderen Technik, um den Zugang zur psychischen Situation des Patienten zu ermöglichen.

Der Widerstand, den Psychotherapeuten bei alternden Menschen vorfinden, resultiert aus der reduzierten Bedeutung triebdynamischer und triebökonomischer Aspekte bei

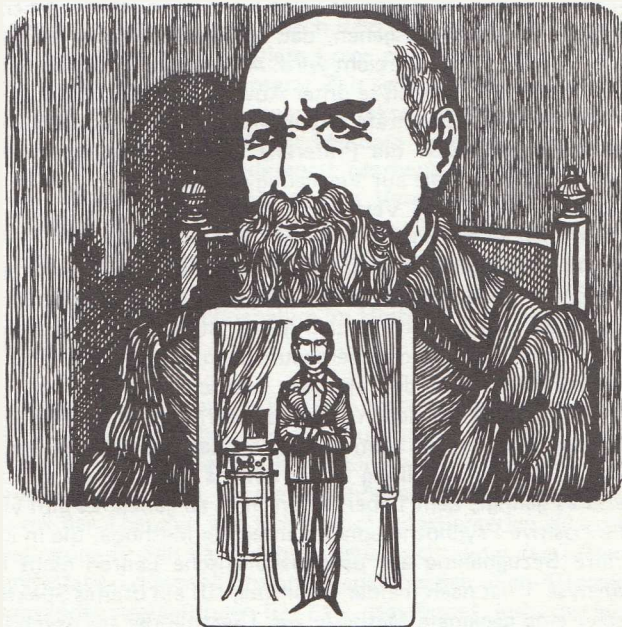
gleichzeitiger perspektivischer Einengung auf Sterben und Tod. Entscheidend wichtig für das therapeutische Vorgehen ist die Frage, in welcher Weise die Auseinandersetzung mit dem Ende des Lebens sich vollzieht, akzeptierend oder verleugnend. Die Positive Psychotherapie hat über den von ihr postulierten positiven Ansatz und über den von ihr ebenfalls in den Vordergrund gestellten transkulturellen Ansatz im Hinblick auf die zuletzt genannte Indikation den entscheidenden Vorzug, daß sie den Zugang zur psychischen Situation des Patienten erleichtert, nicht zuletzt über eine Entdiskriminierung, psychische Aspekte einer Erkrankung betreffend.

Unter erneuter Bezugnahme auf das eingangs Gesagte, sowohl ein akzeptierender als auch ein verleugnender Umgang mit dem Phänomen der Endlichkeit des Lebens sei möglich, verweise ich auf die durch die Positive Psychotherapie zur Darstellung gebrachten vier Bereiche der Konfliktverarbeitung. Die Methode zielt darauf ab, Präferenzen zu vermeiden, zumindest abzumildern oder abzubauen. Es werden alle relevanten Lebensbereiche angesprochen, so daß es zunächst ohne weiteres möglich ist, Verleugnungen in bezug auf die Endlichkeit des Lebens zu tolerieren („Konfliktbearbeitungsbereich Phantasie/Zukunft“), weil andere Konfliktverarbeitungsbereiche („Körper/Sinne, Fleiß/Leistung, sowie Kontakt“) besetzt oder in ihrer Bedeutung verstärkt werden können. In bezug auf den Konfliktbearbeitungsbereich „Phantasie/Zukunft“ kann man davon ausgehen, daß so über kompensatorische Mechanismen eine Stabilisierung der Psyche erreicht wird. Auch besteht die Möglichkeit, nach einer gründlichen Differenzierungsanalyse unter Abwägung aller Möglichkeiten eines Individuums eine Verlagerung einer Präferenz in einen anderen Bereich der Konfliktverarbeitung herbeizuführen, bzw. die Präferenz dort zu etablieren, wo bessere, bzw. größere Entwicklungspotentiale zur Verfügung stehen.

Ein besonderer Vorzug dieses Verfahrens liegt darin, daß Konzepttraditionen und Symptomtraditionen angesprochen werden, d.h. daß nicht nur psychodynamisch, sondern inhaltlich vorgegangen wird, was insbesondere für den alternden Menschen von Bedeutung ist. Dieser reflektiert im Hinblick auf die bewußtseinsmäßige Einengung auf Sterben und Tod tendenziell immer stärker auf eine möglichst konkrete Antwort im Rahmen einer psychotherapeutischen Behandlung. Dies ist nicht zuletzt darauf zurückzuführen, daß der alternde Mensch nicht mit psychodynamischen Hypothesen konfrontiert werden möchte, sondern daß er im Hinblick auf die Endlichkeit des Seins sich verstärkt um seine Identität bzw. die Wiedererlangung seiner Identität bemüht, die Sinnerfüllung seines Lebens hängt davon ab. Angst wird überwunden, wenn es gelingt, dem Leben einen Sinn zu geben. Es gibt viele Wege zu diesem Ziel. Die Positive Psychotherapie als integrale Methode, die in ihrer Differenzierungsphase ihre Bezugnahme auf psychoanalytische Lehren nicht leugnet („Differenzierungsanalyse“ ▶), ist nach meiner Erfahrung auf ein breites Spektrum von Indikationen bezogen eine geeignete Methode zur Therapie der im psychotherapeutischen Berufsalltag häufig vernachlässigten, sich spät manifestierenden Neurosen und genuinen Altersneurosen, speziell im Hinblick auf die perspektivische Einengung auf Endlichkeit des Seins und Tod, besonders deshalb, weil sie, mehr noch, als es Viktor von Frank) mit seiner Logotherapie im Hinblick auf den Sinn des Lebens schon tat, die Zukunftsperspektive in ihr Instrumentarium aufgenommen hat und der Frage nicht ausweicht, wie wir als Sterbliche leben können.

Die Positive Psychotherapie hat die Herausforderung Köhles und Simons', Mitarbeiter v. Uexkülls, angenommen. Sie praktiziert das, was von Weizsäcker postulierte: „Der Tod aber ist nicht ein Ereignis. Er ist umfassende Ordnung und sein Abglanz ruht auf jedem Wandel, jedem Untergang, jedem Schlaf und jedem Abschied. Er, als Gesetz, bestimmt auch die Farbe des Erlebens — er ist die Farbe des Leidens.“ „Der Tod ist nicht der Gegensatz zum Leben, sondern der Gegenspieler der Zeugung und Geburt; Geburt und Tod verhalten sich wie Rückseite und Vorderseite des Lebens, nicht wie logisch einander ausschließende Gegensätze. Leben ist: Geburt und Tod“.

Anschrift des Verfassers: Dr. med. Wolfgang Ritter  
Psychiater  
Leitender Arzt der psychosomatischen Klinik  
Weißes Haus in Bad Soden  
Parkstr. 3, 6232 Bad Soden



Wir sterben viele Tode, solange wir leben. Der letzte ist nicht der bitterste.

Heinrich Waggerl

## Literaturverzeichnis

- Amery, I.                      Über das Altern  
Klett (1971)
- Argelander, H.                Der Flieger  
Suhrkamp (1972)
- Aries, Ph.                    Studien zur Geschichte des Todes im Abendland  
Hauser (1975)
- Balint, M.                    Therapeutische Aspekte der Regression  
Klett (1970)
- Becker, E.                    Die Dynamik des Todes  
Walter (1976)
- Elffade, M.                    Mythen, Träume und Mysterien  
O. Müller (1961)
- Frankl, V.                    Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie  
Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie, Bd. 3  
Urban u. Schwarzenberg (1959)
- Freud, S.                    Zur Einführung des Narzißmus, Bd. X  
Imago Publ. (1940)
- Freud, S.                    Angst und Tribleben, Bd. 15  
Imago Publ. (1940)
- Jüngel, E.                    Tod  
Kreuz-Verlag (1971)
- Jung, C.G.                    Seele und Tod, Ges. Werke VIII  
Rascher (1967)
- Köhle, K.,  
Simons, Cl.,  
Urban, H.                    Zum Umgang mit unheilbar Kranken  
v. Uexküll, Th.: Lehrbuch der psychosomatischen Medizin  
Urban u. Schwarzenberg (1981)
- Meyer, I.E.                    Tod und Neurose  
Vandenhoeck u. Ruprecht (1973)
- Peseschkian, N.              Positive Psychotherapie  
S. Fischer (1977)
- Peseschkian, N.              Positive Familientherapie  
S. Fischer (1980)



## **LEBEN NACH DEM TODE? —** **Eine historische Betrachtung —Ingrid** **Hofmann, Diplom-Volkswirt**

*Wenn wir heute etwas über Menschen wissen, die vor 5000, 8000 oder gar 40 000 Jahren an verschiedenen Plätzen der Erde gelebt haben, so müssen wir immer wieder feststellen, daß die meisten Erkenntnisse aus Grabfunden und Grabbeigaben gewonnen werden konnten. Die Zeugnisse des täglichen Lebens haben durch Zerstörungen, veränderte Besiedlungsformen, Eroberungen und Vermischung mit anderen Völkern nicht immer ausreichende Zeugnisse hinterlassen, um Rückschlüsse auf frühe Kulturen zuzulassen.*

*Wenn nun die Menschen von alters her ihre Toten in bestimmter Weise bestatteten und verschiedene Gegenstände beilegen, so müssen sie doch ganz bestimmte Vorstellungen damit verbunden haben.*

### Religion und Totenkult

Von jeher haben zwei Grunderlebnisse der Menschheit zu Ausprägungen von Religionen geführt.

Es gab Erlebnisse des Grauens, der Angst vor etwas Überwältigendem und es gab Erlebnisse, die Verwunderung, Ehrfurcht ausgelöst haben. Der Tod, ein Urerlebnis für den Menschen, gehört zu der ersten Gruppe der Erlebnisse. Aus dem Erlebnis des unerbittlichen Endes und der Frage danach sind zwei konträre Formen der Religion entstanden. (vgl. Lehmann, Hethiter, S. 141)

#### 1. Lehre von der Wiedergeburt

Der Mensch hat die Möglichkeit, so oft wiedergeboren zu werden, bis er die erforderliche Vollkommenheit erreicht hat, um in das Nirwana eingehen zu können.

#### 2. Tatsache des Todes — Unsterblichkeit der Seele

Mit dem Tode ist nicht alles aus, vielmehr wird die Seele in einer anderen Welt — dem Totenreich — weiterleben. Die Gestorbenen sind nicht eigentlich tot. Sie leben in einer anderen Welt. Daher gab man ihnen Essen und Gegenstände des täglichen Lebens mit auf den Weg.

Beschäftigen wir uns nun mit der zweiten Form der Religion, die in verschiedenen Regionen der Erde ihre Ausprägung gefunden hat, so stellen wir fest, daß in vielen Kulturen das Postulat der Unsterblichkeit der Seele untrennbar mit dem Totenkult verbunden war.

Der Mensch hat anscheinend von Anfang an den Tod nicht als das Ende aufgefaßt. Es haben religiöse Vorstellungen von dem „Danach“ bestanden. Aber erst aus geschichtlicher Zeit sind uns genauere Jenseitsvorstellungen überliefert, z.B. die Unterwelt der

Griechen, in der die Verstorbenen als Schatten existieren oder die oft sehr detaillierten Beschreibungen von Himmel und Hölle.

### Die Einstellung zum Tod in verschiedenen Kulturen

Bei Grabungen in Jericho, Tschatal Hüyük (bei Konja, Türkei), in Lepenski Vir (Donaugebiet) und auf Zypern stellte man fest, daß die Toten im Haus beerdigt worden waren. In Tschatal Hüyük fand man Skelette unter den Lehmbetten eingemauert, die männlichen Verstorbenen unter dem Männerbett und die weiblichen Verstorbenen unter dem Frauenbett. An fast allen Fundorten stellte man fest, daß es sich um sog. Sekundärbestattungen handelte. Das bedeutet, daß man die Toten zunächst an einen gesonderten Ort brachte, meist Totenhäuser, ehe man zu einem späteren Zeitpunkt das Skelett im Haus bestattete. Diese Form der Bestattung ist bis in die Zeit um 6 500 v. Chr. nachweisbar und hat zwei interessante Aspekte:

1. Eine Beisetzung im Haus — Wohnbezirk — setzt voraus, daß man die Toten nicht als feindlich empfunden hat und daß eine positive Einstellung zum Tod bestand.
2. In dieser Form der Doppelbestattung zeigt sich der uralte Gedanke, daß das „Wesentliche, weil Beständigste am Menschen die Knochen sind, während das Fleisch vergänglich ist.“ (Lehmann, Hethiter, S. 149)

So weilte der Tote inmitten seiner Familie und hatte weiterhin Anteil an Geburt, Tod, Freude, Leid und Not.

Erst später hat man versucht, die Toten zu „überlisten“, indem man sie zwar in den Häusern bestattete, die Lebenden sich jedoch dann ein neues Haus bauten. Hier zeigen sich erste Ängste vor dem rächenden Geist der Toten. Und hier liegt auch der Übergang zu dem Brauch, die Toten von vorneherein in einem gesonderten Bereich — einer Totenstadt — zu beerdigen.

Man baute den Toten Wohnhäuser, in denen sie ewig wohnten. Deshalb wurden in allen frühen Kulturen die Grabstätten — wie immer sie auch gestaltet gewesen sein mögen — mit besonderer Sorgfalt und besonderem Aufwand errichtet. So sind die Pyramiden der Ägypter Bauten für die Ewigkeit gewesen, während die Paläste und Häuser der Lebenden längst vergangen sind. Diese Reihe kann man fortsetzen mit den germanischen Hünengräbern. Auch die Gräber in Mykene (das als „Schatzhaus des Artrens“ bekannt gewordene Bauwerk — ein Grab) sind mit einer solchen Sorgfalt errichtet worden, daß sie als einzige Räume komplett erhalten geblieben sind. Seit einigen Jahren finden in der Fachwelt heftige Diskussionen statt, ob nicht der Palast von Knossos eine reine Totenstadt war und keine Stadt der Lebenden. Ebenso sind sich die Archäologen auch bei Lepenski Vir nicht ganz sicher, ob es sich um die Überreste einer Siedlung oder einer Nekropole handelt.

Gegen Ende der Steinzeit findet man plötzlich die Spuren von Feuerbestattungen in Kleinasien. Was hatte das zu bedeuten? Mehr als 3000 Jahre waren die Lebenden be-

strebt, das Wesentliche des Menschen, wenigstens seine Knochen zu erhalten und aufzubewahren und nun eine Verbrennung des Wesentlichsten? Was zunächst wie ein radikaler Bruch mit der Tradition anmutet, hat eine einleuchtende Erklärung. Im Zuge der indogermanischen Wanderungen waren Volksstämme in Kleinasien eingewandert, die viele Generationen lang als Nomaden gelebt hatten. Wenn man stets nur mit beweglicher Habe lebt, warum sollte man dann seinen Toten Häuser bauen? Man selbst lebte ja nicht in Häusern. Eine herkömmliche Erdbestattung hätte aber auch bedeutet, daß jede Sippe, jeder Stamm, seine Toten stets an einem anderen Ort hätte zurücklassen müssen. So entstammt die Verbrennung auch hier dem Gedanken, den Verstorbenen dem Kreise seiner Familie, Sippe, Stamm erhalten zu können, indem man seine Überreste — die Asche — mit auf die Wanderschaft nahm. So konträr die Verbrennung vor dem Hintergrund der aus dem semitischen Völkerkreis entstammenden Erdbestattung auch erscheint, sie birgt den gleichen Grundgedanken, nämlich den Toten nicht von der Familie zu trennen, in sich, zeigt aber die unterschiedlichen Einstellungen zu der Frage, wo die Menschen früher den Sitz ihrer Seele vermutet haben. Die Verbrennung verbreitete sich mit der indogermanischen Wanderung ab der Bronzezeit von Kleinasien aus weiter, bis sie im 9. Jahrhundert v. Chr. ganz Mitteleuropa, den Mittelmeerraum und um 750 v. Chr. Südfrankreich erreicht hat. Die typische Keramik der untereinander verwandten europäischen Kulturen der „Urnenfeldkultur“ weist den Weg.

(Interessant ist, daß die Erdbestattung erst wieder mit der Verbreitung des Christentums in den Vordergrund rückt, da das Christentum dem semitischen Kulturkreis entstammt.)

Kehren wir zurück in das vierte vorchristliche Jahrtausend, nach Mesopotamien. Dort finden wir bei den Sumerern einen ersten Mythos von Tod und Auferstehung. Mit der Sintflut — auch die Sumerer kennen die Überlieferung von einer großen Flut — haben die sumerischen Könige ihre Unsterblichkeit verloren. Sie sind nicht mehr mit dem Stadgott identische Priesterfürsten. Ihr Wirken hat sich auf weltliche Dinge verlagert, damit sind sie als Menschen unter Menschen sterblich geworden. Während in den alten sumerischen Königslisten vor der Flut z.B. 43 200 Jahre für einen König verzeichnet sind, wird Gilgamesch, der König Utnapitschim (den sumerischen Noah) vergeblich nach dem Geheimnis des ewigen Lebens gefragt hat, als fünfter König von Uruk nur noch 126 Jahre alt. „Was ihnen der Mythos nicht mehr verleiht, Unsterblichkeit und Unantastbarkeit, suchen sie in der Folge durch den Kult wiederzuerlangen.“ (Uhlir, Sumerer, S. 116) In den sumerischen Mythen existiert eine Zerteilung der Welt. Die Göttin Inanna ist die Göttin des Himmels, der Erde, der Liebe und der Fruchtbarkeit, ihre Schwester Ereskirgal ist die Herrin der Unterwelt, des Totenreiches, das einen den Damaligen bekannten Eingang hat und das man nach dem Durchschreiten von sieben Toren erreicht.

Der sumerische Mythos von Tod und Auferstehung fand in dem zentralen kultischen Ereignis der „heiligen Hochzeit“ seinen Ausdruck. Er hat wenig mit dem christlichen Gedanken der Auferstehung gemeinsam, er wurzelt vielmehr in der Beobachtung und Verarbeitung der Lebensbedingungen der Sumerer.

Die Götter der Sumerer sind mächtig, aber nicht unsterblich. Das fruchtbare Land gibt im Überfluß, gefährdet diesen aber ständig durch die witterungsbedingten Faktoren im Zweistromland. Die Priesterfürsten waren Sturm und Flut ebenso Schutz- und hilflos ausgesetzt wie die Sklaven. Die Frage der Unsterblichkeit ist bei den Sumerern abhängig von dem Aufenthaltsort eines Wesens, gleichgültig ob Gott oder Mensch. Der Hirte Dumuzi, zentrale Figur der „heiligen Hochzeit“, wird durch die Liebe der Göttin Inanna erhöht und an ihrer Seite zum Gott der Hirten, der sich dadurch auf Erden der Unsterblichkeit erfreuen kann. Anders in der Unterwelt. Selbst die mächtige Göttin Inanna kann dort nicht überleben. Die Überlieferung sagt, daß Inanna ihrer Schwester, der Göttin der Unterwelt, das Reich streitig machen wollte. Aus diesem Grund reist sie in die Unterwelt. Dort kann sie aber dem todbringenden Blick der Schwester nicht standhalten, sie stirbt. Der Gott Enki, Herr des Wassers und der Erde, hilft ihr, die Unterwelt wieder lebend zu verlassen, doch sie muß Ersatz liefern. Zurückgekehrt auf die Erde ist sie empört, daß ihr Geliebter Dumuzi ihren Tod nicht genügend betrauert und schickt ihn in die Unterwelt zur Strafe. Bald erkennt sie die Kurzsichtigkeit dieser Tat, denn wie kann sie als Göttin der Liebe, ein Symbol der Fruchtbarkeit wirken, ohne männlichen Gegenpol? Sie macht ihrer Schwester den Vorschlag, daß jede Dumuzi ein halbes Jahr haben solle. So steigt Dumuzi im Herbst, wenn die Ernte eingebracht ist, hinab in die Unterwelt und kehrt im Frühjahr, mit dem Erwachen der Natur, zurück auf die Erde. Die Rückkehr Dumuzis aus dem Totenreich, seine Auferstehung, ist das wichtigste kultische Ereignis. Im Hochtempel, dem Tempelhaus auf der höchsten Terrasse der Zikkurat (Tempelturm), den man sich als Tor der Götter auf dem Weg vom Himmel zur Erde vorstellte, wird in einem heiligen Gemach die heilige Hochzeit symbolisch vollzogen zur Erhaltung der Fruchtbarkeit von Erde, Mensch und Tier.

Dieser Mythos hat aber auch Eingang in die Begräbnissitten gefunden. In den sog. Königsgräbern von Ur machte man die Entdeckung, daß die Grabkammer, die zu unterst angelegt war, eine rechteckige Öffnung in der Decke hatte, die mit einer Truhe verstellt war. Zu dieser Grabkammer führten schräge Rampen, auf denen man Reste von kompletten Ochsengespannen fand und festlich geschmückte Tote mit Musikinstrumenten, so daß sich der Eindruck ergibt, daß es sich um eine Totenfeier gehandelt hat, die nicht Abschied, sondern Übergang bedeutet hat. Im Glauben an die mythische Überlieferung folgte man dem König in den Tod. Die rechteckige Öffnung wird nun als der Auferstehungsweg gedeutet, da dieser nicht mit dem Bestattungsweg identisch sein kann. Die unterste Grabkammer enthielt keine Überreste eines Toten. Ungeklärt ist die Frage, ob die Entfernung des Toten durch die Öffnung in der Decke noch ein Teil der Feierlichkeiten war oder ob das zu einem späteren Zeitpunkt erfolgte, als Zeichen seiner Rückkehr aus dem Totenreich. Da dieses Grab nahezu unberührt die Zeiten überdauert hat, ist es unwahrscheinlich, daß Grabräuber die Leiche entfernt haben, aber alle die prächtigen, wertvollen Beigaben und den Schmuck in dieser Kammer zurückgelassen haben sollten.

Die Reihe der Beispiele kann beliebig fortgesetzt werden. Wir wissen, daß die Ägypter an ein Leben nach dem Tod glaubten, ebenso die Griechen, über deren Schattenexistenz in der Unterwelt wir nachlesen können. So haben die Ägypter die Mumifi-

zierung zur Kunst entwickelt, um den Körper zu erhalten. Nach dem Tode sollte die Seele des Verstorbenen wieder in seine Hülle schlüpfen können.

Die zahlreichen und z.T. sehr kostbaren Grabbeigaben zeigen, daß man den Verstorbenen mit den notwendigen Gegenständen des täglichen Lebens versorgte, damit er für das kommende Leben gerüstet war. Wäre nicht dieser Glaube fest in den Menschen verwurzelt gewesen, hätten sie sicher nicht den Verstorbenen die damals sehr kostbaren Waffen, Dolche, Schmuck und Gefäße etc. mitgegeben.

Zum ersten Mal erhalten wir aber auch Zeugnis von Gerechtigkeitsgedanken. Die Aufnahme des Verstorbenen durch die Götter ist abhängig von dem Leben, das der Betreffende geführt hat. Wandmalereien in ägyptischen Gräbern zeigen die guten Taten des Verstorbenen, um die Götter bei seiner Ankunft gnädig zu stimmen. Es gibt auch eine Darstellung, bei der im Angesicht des Gottes Horus die Seele eines Verstorbenen mit Federn aufgewogen wird. Kommt die Waage ins Gleichgewicht, war der Verstorbene ein guter Mensch.

Machen wir einen großen Sprung in das erste vorchristliche Jahrhundert, zu den Kelten. Caesar verdanken wir recht ausführliche Berichte über die Kelten, aber sie haben auch andere Zeitgenossen wohl durch ihre Besonderheit dazu angeregt, Aufzeichnungen zu machen. Obwohl den Kelten die Schrift bekannt war — Korrespondenz und wirtschaftliche Aufzeichnungen erledigten sie in griechischer Schrift — haben wir kein originäres Zeugnis über ihre religiösen Vorstellungen und ihre Einstellung zum Tod. Wie Caesar uns überliefert, hielten sie es für Sünde, schriftlich niederzulegen, was sie wissen. Dieses Wissen war den Druiden vorbehalten, die es nur mündlich überlieferten. Dennoch wissen wir heute, daß die Kelten eines der Völker waren, die sich besonders mit der Bewältigung des Todes auseinandergesetzt haben. Dabei erfahren wir, daß ihnen der Tod als das geringere Übel erschien, „das Leben aber als etwas, das unverlierbar ist. Jenseits des Grabes ging es weiter.“ (Herrn, Kelten, S. 234) Die Druiden lehrten, — so Caesar — „daß die Seelen nicht vergehen, sondern von einem zum anderen wandern.“ (S. 234) Und in einem römischen Epos heißt es: „Wenn wir eure Gesänge richtig deuten, dann ist der Tod nur Pause in einem langen Leben.“

Hier finden wir plötzlich den Gedanken der Wiedergeburt, eine einzigartige Erscheinung gemessen an der Zeit und dem geografischen Raum. Dies beleuchtet aber auch einige andere Aspekte. Die Historiker haben oft nach der Ursache geforscht, weshalb die Kelten von allen Zeitgenossen als besonders furchtlose Krieger geschildert wurden, die auch noch nackt in die Schlacht zogen, weil ihnen zu warm war. In vielen Religionen wird körperliche Hitze „als ein Zeichen sakraler Macht und einer unbändigen geistigen Freiheit gewertet.“ (S. 237) Die Kelten haben sich vor dem Kampf durch Tanz- und Kampfrituale in eine hitzige Ekstase hineingesteigert, ehe sie in die Schlacht zogen. Verwurzelt in der religiösen Tradition und gestärkt durch die Selbstversenkung — in der sie den Tod schon vor dem Kampf überwunden haben — vollbrachten sie etwas, was ihnen die Römer als große Tapferkeit und Stärke bezeugten, furchtlos zu sterben.

Fünfhundert Jahre später finden wir in der Gegend des heutigen Illinois, Wisconsin und Ohio indianische Stämme, die pyramidenartige Massengräber gebaut haben. Auch dies ist als ein Phänomen zu werten, denn man weiß, daß diese Völker in ganz kleinen Stammesgruppen zusammengelebt haben, und es steht bis heute nicht fest, wie sie es schafften, die „Mounds“ zu erbauen, der Größte davon ist 30 m hoch, 3 30 m lang und 216 m breit. Man hat Hunderte davon gefunden.

In diesen pyramidenartigen Gräbern wurden entsprechend der strengen Hierarchie dieses Volkes die einfachen Stammesmitglieder verbrannt, die fleischliche Bestattung war ein Privileg der Vornehmen. Die Mounds waren zur Zeit der Benutzung noch teilweise offen, so daß ständig neue Tote bestattet werden konnten. Man hat die voneinander getrennten Bereiche der Verbrennungsstätte, den Aufbewahrungsort der Asche und der vornehmen Toten aufzeigen können. Zu irgend einem Zeitpunkt wurde die Pyramide dann geschlossen. Was dazu ein Anlaß gewesen sein könnte, wissen wir nicht, denn größere und kleinere Mounds liegen in unmittelbarer Nähe zusammen. Auch hier bei den Hopewell-Indianern hat es die Sekundärbestattung gegeben, denn die gefundenen Knochen waren mit Ocker gefärbt. Dies deutet darauf hin, daß auch hier die Toten zuerst an einem gesonderten Ort lagen, bis nur noch das Skelett übrig war, daß dann mit Ocker bestreut wurde. Der Tote wurde in ausgestreckter Haltung auf dem Rücken liegend inmitten von reichhaltigen Beigaben bestattet. Diese Beigaben, die „zeremoniell ‚getötet‘ oder zerbrochen worden waren, vermutlich um ihre Geistwesen freizusetzen, damit sie den Verstorbenen in das Jenseits begleiten konnten,“ (Ceram: Der erste Amerikaner, S. 241) bestanden aus den ausgefallensten und wertvollsten Materialien. Flußperlen, Muscheln, Alligator- und Haifischzähnen, Obsidianmessern, Zähnen und Krallen von Bären und Glimmerscheiben. Man fand Skelette, denen kupferne Nasen eingesetzt waren. Dies alles deutet darauf hin, daß die Lebenden große Arbeitsleistung und Opfer auf sich nehmen mußten, um diesen Totenkult zu realisieren.

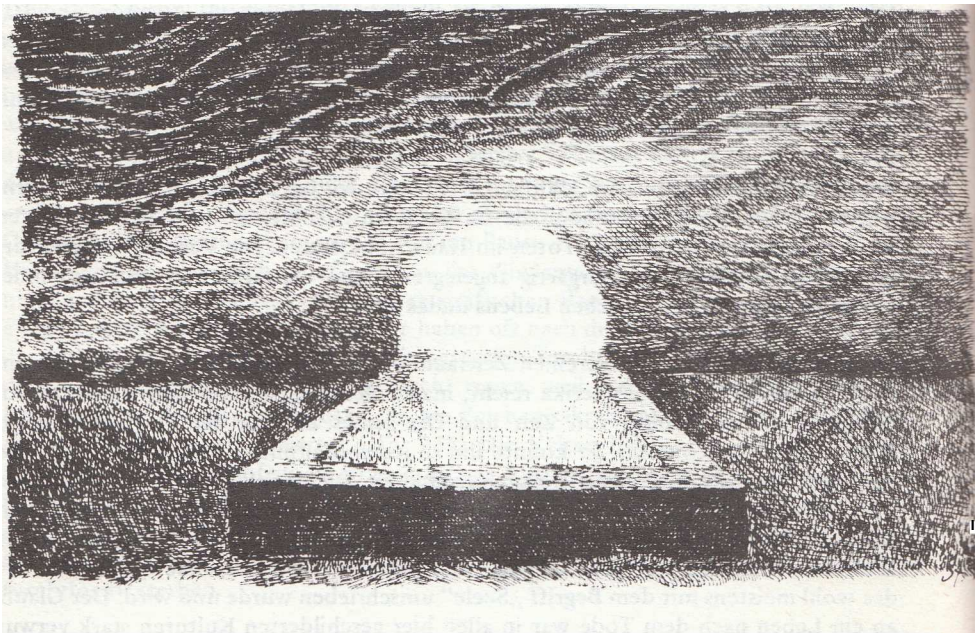
Wieder 800 Jahre später, um 1200 n. Chr., finden wir bei den als „Pueblo-Indianern“ bekannt gewordenen Stämmen, die im heutigen Neu-Mexiko und Arizona lebten, wieder den alten Brauch, die Toten im Haus zu bestatten. Die Verstorbenen wurden unter dem Fußboden der burgartig angelegten Häuser bestattet und man legte ihnen ebenfalls Beigaben des täglichen Lebens in das Grab.

Diese Zusammenstellung, die einen Zeitraum von mehr als 8.000 Jahren umfaßt und von Kleinasien bis nach Amerika reicht, macht deutlich, daß für den Menschen von Anbeginn an unabhängig von Zeit und Ort seines Lebens, der Tod ein zentrales Thema seines Daseins war. Er konnte ihn zu jedem Zeitpunkt ereilen, im Kampf, bei der Jagd, durch Naturereignisse, durch Krankheit. Die Ausprägung der verschiedenen Totenkulte zeigt uns, daß sich jede menschliche Gemeinschaft die Frage nach dem Danach gestellt und verschiedene Antworten darauf gefunden hat. Gemeinsam ist allen diesen Antworten, daß „Etwas“ den irdischen Tod überdauert, ein „Etwas“, das wohl meistens mit dem Begriff „Seele“ umschrieben wurde und wird. Der Glaube an ein Leben nach dem Tode war in allen hier geschilderten Kulturen stark verwur-

zelt und wurde durch kultische Handlungen verstärkt, denn in jedem Falle hat der Totenkult für die Lebenden erhebliche materielle und zeitliche Opfer bedeutet, die man nur aus Überzeugung auf sich nahm.

„Religion ist unter anderem auch der Versuch, Gläubige damit auszusöhnen, daß sie sterben müssen“, schreibt Herrn in seinem Buch über die Kelten. „Das kann dadurch geschehen, daß ihnen ein besseres Dasein jenseits des Grabes versprochen wird oder eine Wiedergeburt oder beides. Es gelingt aber auch dann zuweilen, wenn man den Tod hochstilisiert zum Opfer, zur Lebenshingabe für andere oder eine bessere Zukunft oder eine schönere Welt oder die Welt überhaupt.“ (S. 233) Tun sich die heutigen Menschen vielleicht deshalb so schwer, an das ihnen von den Religionen vermittelte Leben nach dem Tode zu glauben, weil es für uns heutige keinen, die Phantasie ansprechenden Totenkult und damit verbundene Jenseitsvorstellungen gibt? Der Tod ist unpersönlich geworden. Sterben in Kliniken, Beerdigungsinstitute veranlassen alles weitere, der Mensch wird schon vor seinem Tod von der Familie, in deren Gedanken er weiterleben soll, entfremdet. Fehlende oder ausgehöhlte Traditionen vermitteln nicht Stärke und Furchtlosigkeit, sondern Angst und Unsicherheit. Was kommt danach?

Anschrift des Verfassers: Ingrid Hofmann  
Diplom-Volkswirt  
Kaiser-Wilhelm-Str. 11,  
6200 Wiesbaden



Was einmal dagewesen ist, lebt fort, nur nicht in der wirklichen Natur.

Novalis

Literaturverzeichnis:

Johannes Lehmann

Die Hethiter  
Volk der tausend Götter  
C. Bertelsmann Verlag

Helmut Uhlig

Die Sumerer  
Volk am Anfang der Geschichte  
C. Bertelsmann Verlag

Gerhard Herrn

Die Kelten  
Das Volk, das aus dem Dunkel kam  
Econ Verlag

C. W. Ceram

Der erste Amerikaner  
Das Rätsel des vor-kolumbischen Indianers  
Rowohlt-Verlag

---

WELT ist ein SCHACHBRETT, tag- und nacht-geschrägt,  
Wo Schicksal Menschen hin und her bewegt,  
Sie durcheinanderschiebt, Schach bietet, schlägt und  
Nacheinander in die Schachtel legt.

Omar Chajjam

---



## **SINN DES LEBENS**

### **Von Kindern und Jugendlichen erfragt und beantwortet**

Von Studienprofessor Adolf Kärcher

Während der letzten DGPP-Veranstaltung wurde mit Kindern und Jugendlichen dasselbe Thema wie mit den Erwachsenen behandelt.

Zunächst denken wohl die meisten, daß der Sinn des Lebens erst für Menschen in der zweiten Lebenshälfte interessant sein könnte. Die Kinder und Jugendlichen von 8 bis 17 Jahren haben bei dieser Veranstaltung das Gegenteil bewiesen.

Hamid Peseschkian und der Autor dieses Aufsatzes diskutierten mit ihnen drei große Fragegebiete:

1. Wie sieht es in der Welt, in der wir leben, aus? Wie kam es dazu? Hier wurden also die Reiche der Schöpfung behandelt: a) Mineralien b) Pflanzen c) Tiere d) Menschen e) Boten Gottes wie Krishna, Moses, Zarathustra, Buddha, Jesus, Mohammed, Baha'u'llah f) Gott als unbegreifliche Ursache aller Dinge.
2. Welchen Sinn haben
  - a) Essen, Trinken, Reinlichkeit,
  - b) Lernen, Fleiß, Ordnung, Sparen,
  - c) das Miteinander-Sprechen, das Einander-Mögen,
  - d) das Leben, Träume, Phantasie, Märchen, Beten, Religion?
3. Was können oder sollen wir mit dem Körper, der Leistung, dem Kontakt und der Phantasie tun?

Die Kinder und die Jugendlichen haben diese philosophisch-psychologischen Fragen in geradezu ungehemmt forscher Weise mit Brillanz und hinreißender Begeisterung gestellt und beantwortet.

Als sie an praktischen Versuchen herausgefunden hatten, daß sich die Pflanzen von den Mineralien (die Anziehungskraft besitzen) durch die zusätzliche Wachstumskraft und die Tiere durch die zusätzlichen äußeren Sinne unterscheiden, wollten sie sofort wissen, was nun der Mensch an herausragenden Eigenschaften zeige. In lebhaftem Gespräch führte nun der Diskussionsweg zur Frage der Gottesboten und zu Gott. Es läßt sich in diesen wenigen Zeilen nicht darstellen, wie selbstverständlich Kinder und Jugendliche mit dem das ganze bunte Leben umfassenden Entwicklungsgesetz umzugehen verstehen. Auch die Frage, was nun nach dem Leben des Menschen sei, war für sie nicht tabu.

Eine längst verdiente größere Gesprächspause fanden sie unnötig. Sie waren geistig ungemein gefordert, und die prickelnde Spannung, wie es wohl weitergehe, hat sie bis zum Schluß taufisch gehalten. Kein Wunder, daß manche meinten: So sollte es in

der Schule auch zugehen, dann wäre es nicht langweilig. Einige Hinweise, wie man besser lernen könne, nahmen sie mit kritischem Behagen auf.

Wer als nicht mehr ganz Jugendlicher dieses sprudelnde Interesse und die lodernde Begeisterungsfähigkeit dieser jungen Menschen erlebte, konnte vor der Zukunft dieser Jugend keine Bange mehr empfinden.

Anschrift des Verfassers: Studienprofessor  
Adolf Kärcher  
Kopenhagener Str. 12, 7030 Böblingen

## Über das ewige Leben

König Anoschirwan, den das Volk auch den Gerechten nannte, wandelte einst zur Zeit, als der Prophet Mohammed geboren wurde, durch sein Reich. Auf einem sonnenbeschienenen Hang sah er einen ehrwürdigen alten Mann mit gekrümmtem Rücken arbeiten. Gefolgt von seinem Hofstaat trat der König näher und sah, daß der Alte kleine, gerade ein Jahr alte Stecklinge pflanzte. „Was machst du da“, fragte der König. „Ich pflanze Nußbäume“, antwortete der Greis. Der König wunderte sich: „Du bist schon so alt. Wozu pflanzt du dann Stecklinge, deren Laub du nicht sehen kannst, in deren Schatten du nicht ruhen und deren Früchte du nicht essen wirst?“ Der Alte schaute auf und sagte: „Die vor uns kamen, haben gepflanzt, und wir konnten ernten. Wir pflanzen nun, damit die, die nach uns kommen, ernten können.“

---

Drei Dinge suchet nicht, denn ihr sucht sie vergeblich: Einen Wissenden, dessen Taten seinem Wissen gemäß sind, einen Tatkräftigen, dessen Herz mit seinen Taten übereinstimmt und einen Menschenbruder ohne Fehler.

Fozeil Ayaz

---

## Konzept — Gegenkonzept

Gibt sie ihre Kinder in die Kinderkrippe  
—ist sie eine Rabenmutter,  
bleibt sie zu Hause  
verkommt sie hinter dem Kochtopf.

Leistet sie viel  
verliert sie ihren Charme,  
leistet sie wenig  
ihre Stellung.

Verwendet sie Make up  
—trägt sie  
„Kriegsbemalung“,  
verwendet sie keines  
vernachlässigt sie ihr Äußeres.

Verrichtet sie anspruchslose Arbeit  
—hat sie keinen Ehrgeiz,  
erfüllt sie qualifizierte Aufgaben  
—ist sie mit ihrem Beruf verheiratet.

Hat sie studiert  
ist sie ein Blaustrumpf,  
hat sie promoviert  
mußte sie ihren Doktor selber machen.

Zeigt sie ihre Gefühle  
—ist sie eine Heulsuse,  
beherrscht sie sich —ist  
sie ein Eisberg.

Ist sie mit 25 noch ledig  
kriegt sie keinen mehr mit,  
ist sie mit 19 schon verheiratet  
—mußte sie wohl.

Ist sie hilfsbereit  
wird sie ausgenutzt,  
kümmert sie sich nur um ihre eigene Arbeit

Ist sie sehr attraktiv  
hält sie die Kollegen von der Arbeit ab,  
ist sie es nicht  
kümmert sich keiner um sie.

Wirkt sie temperamentvoll  
—„ist sie nicht zu halten“,  
wirkt sie ruhig und besonnen  
—fehlt ihr der „Pfeffer“.

Ist sie intelligent  
darf sie das nicht zeigen,  
ist sie es nicht  
muß sie wenigstens hübsch sein.

Kommt sie mit Grippe ins Büro  
steckt sie die anderen an,  
bleibt sie zu Hause  
legt sie sich mit jeder Kleinigkeit ins Bett.

Trägt sie „mini“  
stört sie den Arbeitsfrieden,  
trägt sie „maxi“  
hat sie wohl krumme Beine.

Ist sie montags müde  
—lästert man  
ist sie taufrisch  
lästert man auch.

Geht sie gerne aus  
ist sie ein Playgirl,  
bleibt sie zu Hause  
gilt sie als Mauerblümchen.

Ist sie trinkfest  
„säuft sie alle Männer unter den Tisch“,  
verträgt sie nichts  
ist mit ihr nichts anzufangen.

Dialog, vorgetragen anlässlich der 4. Student  
1981 von Frau Dr. Margit Hintz

agung der DGPP am 19./20.  
September

## Veranstaltungen

Erste Psychotherapie-Woche in Bad Nauheim

vom 4.-10. Oktober 1982 (Herbstferien) von 10.00 bis 17.00 Uhr  
Nichtmitglieder.

offen für

**Tagungsort:** Akademiegebäude der Landesärztekammer Hessen, Carl-Oelemann-Weg 7, 6350 Bad Nauheim.

**POSITIVE PSYCHOTHERAPIE IN DER ÄRZTLICHEN PRAXIS** - 7 Seminarveranstaltungen mit Fallbesprechungen für: Allgemeinmediziner, Internisten, Kinderärzte, Gynäkologen, Hautärzte, Orthopäden, Augenärzte, HNO-Ärzte, Röntgenärzte und Psychiater.

**LEITUNG UND DURCHFÜHRUNG:** Dr. med. N. Peseschkian und Mitarbeiter, Wiesbaden.

### **Montag, 4. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 1. Seminar:**

Positive Psychotherapie als Bezugspunkt für die Zusammenarbeit von Fachleuten verschiedener Disziplinen — Krankheitsbegriff in der Medizin und Psychotherapie unter dem transkulturellen Gesichtspunkt — Aspekte zur erweiterten Arzt- und Patient-Beziehung: Arzt—Patient, Arzt und andere Ärzte, Arzt und seine Familie — Therapie und Menschenbild — Was haben alle Menschen gemeinsam? Wodurch unterscheiden sie sich? — Das positive Vorgehen in der ärztlichen Praxis — Die positive Symptomdeutung — Übersetzung konventioneller Krankheitsbilder (z.B. Frigidität, Angst, Depressionen, Herzinfarkt, Rheuma...) — Auswirkungen der positiven Symptomdeutung auf die Einstellungsänderungen — Geschichten als Hilfen zum Standortwechsel — Drei Interaktionsmodelle: Verbundenheit, Unterscheidung und Ablösung — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

### **Dienstag, 5. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr --- 2. Seminar:**

Besonderheiten der Diagnose in der Psychotherapie — Befunderhebung — Realitäten — Vier Möglichkeiten der Konfliktverarbeitung und ihre Bedeutung als Beobachtungshilfen — Sozial- und Persönlichkeitsstrukturen — Neurosenlehren der verschiedenen psychotherapeutischen Schulen (Psychoanalyse, Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Existentialanalyse, Individualpsychologie . . .) — Einfluß der Neurosenlehren auf die therapeutischen Möglichkeiten — Standortwechsel und Widerstände in der Arzt-Patient-Beziehung — Psychosomatik — Neurose (z.B. depressive Reaktionen) — Psychose (z.B. Schizophrenie) — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

### **Mittwoch, 6. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 3. Seminar:**

Psychotherapie des Alltagslebens — Befunderhebung — Technik des Differenzierungsanalytischen Inventars (DAI) — Das Beschreibungsmodell — Das Mikrotraumenmodell — Das Konfliktmodell — Das Risikomodell — Das DAI als Methode der Selbsterfahrung — Dialektik von Konfliktdynamik und Konflikthalt — Die Bedeutung der

psychosozialen Normen (Aktualfähigkeiten) in der Pädagogik, Psychiatrie und den verschiedenen Psychotherapeutischen Schulen — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

Donnerstag, 7. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 4. Seminar:

Aktualkonflikt und Grundkonflikt — Techniken zur Beschreibung der aktuellen Konfliktsituation — „Reise in die Vergangenheit“ — Die vier Vorbild-Dimensionen — Symptome und Konzepte in ihrer lebensgeschichtlichen Bedeutung — Praktische Einbeziehung des Grundkonfliktes in die Positive Familientherapie — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

Freitag, 8. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 5. Seminar:

Die fünf Stufen der Positiven Psychotherapie — Das psychotherapeutische Vorgehen in der ärztlichen Praxis — Psychotherapie als Leistung von Fachpsychotherapeuten — Psychotherapie in der nichtpsychotherapeutischen Praxis — Möglichkeiten und Grenzen — Wechselbeziehung von psychotherapeutischer Führung und Selbsthilfe — Ärztliche Kontrolle der Selbsthilfeeinrichtungen — Die fünf Stufen und Erscheinungsformen in verschiedenen psychotherapeutischen Schulen — Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Jakobson-Training) — Psychopharmakotherapie — Ist-Wert-Soll-Wert-Technik — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

Samstag, 9. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 6. Seminar:

Positive Familientherapie: Familientherapie — Elterngruppe — Partnergruppe — Literatur und Dichtung für Therapie (Wer ist Ihr Lieblingsautor?) — Konzepte und Gegenkonzepte — Konzeptstammbaum — Familiäre Fronten und ihre Aufhebung — Arzt und eigene Familie — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

Sonntag, 10. Oktober 1982 von 10.00 bis 17.00 Uhr — 7. Seminar:

Selbsthilfe in der ärztlichen Praxis — Ablösung aus der therapeutischen Situation Übertragung — Gegenübertragung — Selbsterfahrung Balintgruppe und Positive Psychotherapie — Milieutheraeutische Maßnahmen Plenarsitzung — Arzt und Ethik — Psychotherapeutische Probleme in der ärztlichen Praxis (Patientenführung, Fragen der Überweisung von Fachpsychotherapeuten) — Fallvorstellung — Fallbesprechung.

Ziel dieses Seminars ist es, den Kollegen für psychische und psychosomatische Fragestellungen in seiner Praxis zu sensibilisieren, ihm Richtlinien, Indikationsstellungen und die 5-Stufen-Behandlung für den Umgang mit psychisch und psychosomatisch Erkrankten an die Hand zu geben. Dies soll unter den folgenden drei Schwerpunkten erfolgen: Arzt-Patient-Beziehung — Der Arzt und andere Ärzte — Der Arzt und seine Familie.

Die Teilnahme von Angestellten des an diesen Seminaren teilnehmenden Arztes ist möglich.

Von Nichtmitgliedern der Akademie für ärztliche Fortbildung und Weiterbildung der Landesärztekammer Hessen wird ein Unkostenbeitrag pro Seminartag in Höhe von DM 50,— erhoben. Es besteht jedoch auch die Möglichkeit, an den Tagen der Veranstaltungen Mitglied der Akademie zu werden.

Anmeldungen erbeten an die Akademie für ärztliche Fortbildung und Weiterbildung der Landesärztekammer Hessen, Carl-Oelemann-Weg 5/7, 6350 Bad Nauheim, Telefon 06032/6171 oder 6172.

#### Weitere Seminare der DGPP

Psychotherapeutische Erfahrungsgruppe Wiesbaden für Ärzte (PEW 1 — IV)

Selbsterfahrungsgruppe: Schwerpunkt Beruf und Partnerschaft (PEW VI)

Selbsterfahrungsgruppe: (PEW VII)

Information: Geschäftsstelle der DGPP, Wiesbaden

#### **Samstag, 30. Januar 1982 in Wiesbaden**

5. Studentagung der Deutschen Gesellschaft für Positive Psychotherapie e.V. (DGPP)

Thema: Sinn des Lebens, 2. Teil  
Gruppenarbeit und Selbsterfahrung

Ort: An den Quellen 1, 6200 Wiesbaden  
Tel. (06121) 37 37 07

#### **Mittwoch, 20. Januar 1982, Volkshochschule Wiesbaden e.V., 19.00 Uhr**

Thema: Kultur und Krankheit  
(Transkulturelle Psychotherapie)

Referent: Dr. med. N. Peseschkian

Ort: Museum, 6200 Wiesbaden  
Friedrich-Ebers-Allee 2  
(gegenüber der Rhein-Main-Halle)

#### **Samstag, 27. Februar 1982, Volkshochschule Wiesbaden e.V.**

Positive Familientherapie — Zusammenhänge zwischen Beruf, Familie und Partnerschaft

Seminarleiter: Dr. med. N. Peseschkian

Auskunft: VHS, „Villa Schnitzler“, Biebricher Allee 42, 6200 Wiesbaden  
Tel. (06121) 81 24 65

Hierdurch erkläre ich meinen Beitritt als Mitglied in der  
DEUTSCHEN GESELLSCHAFT FÜR POSITIVE PSYCHOTHERAPIE e.V. (DGPP)  
PSYCHOTHERAPIE — SELBSTERFAHRUNG — SELBSTHILFE  
TRANSKULTURELLEPROBLEME

Jahresbeitrag: DM 60,— (ordentliche und außerordentliche Mitglieder)  
DM 90,— (Ehepaare)  
DM 30,— (Studenten)



Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Titel: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

An weiterem Informationsmaterial bin ich interessiert ja — nein

Beitrag als Spende gem. § 1 Ob, Abs. 1, EStG abzugsfähig.

Bankkonto: Naspas Wiesbaden (BLZ 510 500 15) Konto Nr. 1 1 1 1 258448