

Vom Normalen zum Gesunden Georg Kühlewind

...

4.5. *Ich und Du*

Das Vergangenheitsbewusstsein des Menschen heute ist das egoistische Bewusstsein. Durch das egoistische Bewusstsein wird der Mensch zu *innerer* Einsamkeit verurteilt, weil *zusammen*, in einer Gemeinschaft nur Wesen sein können, die *gegenwärtig* sind, die überwiegend in einem Gegenwartsbewusstsein leben und nach den »Gesetzen« dieses Bewusstseins ihr Zusammensein gestalten und pflegen. Die *innere* Einsamkeit bedeutet, dass der Mensch sie mit sich herumträgt. Vergeblich ist er in Gesellschaft, vergeblich ist er in der nächsten Nähe zu einem anderen Menschen. Das intimste Gespräch zwischen beiden ist noch immer so, als ob sie z.B. miteinander telefonieren würden.

So ist es nicht erstaunlich, dass die meisten Menschen ihre Einsamkeit fühlen und beklagen, auch nicht, dass sie durch Ersatzmittel und Ersatzhandlungen sie zu durchbrechen versuchen.

Zugleich mit dem drückenden Gefühl der Einsamkeit ist die Neigung zur Flucht derselben Menschen zu beobachten; die Flucht aus der Gesellschaft, weg von den anderen Menschen. Ein Widerspruch, der aber unschwer zu verstehen ist. Er kommt aus Resignation: aus der Erfahrung, dass das Zusammensein ohnehin nicht gelingen wird. Dann ist es besser, auch seine äußeren Möglichkeiten zu vermeiden.

Es ist im Lichte der vorangehenden Gedanken unschwer zu erkennen, dass der Mensch viel mehr – auch im anderen Sinne als die Tiere – ein gesellschaftliches Wesen ist und zwar *durch das Wort*. Dieses hat nur Sinn und Existenz im Einblick auf andere Ich-Wesen, setzt diese geradezu voraus. Wenn man spricht, spricht man individuell, aber die Sprache ist Allgemeingut eines Volkes, und das Denken, das hinter der Sprache steht, ist Allgemeingut der ganzen Menschheit. Der Mensch bringt individuell das Allgemeinste hervor: man kann nicht gemeinsam sprechen oder denken.

Die Gemeinschaften heute, große oder kleine, sind selten auf das gemeinsame Wesen, auf das Wort gebaut, auch nicht auf das Denken, das ja ein höheres Wort ist. Die Gemeinschaften sind viel eher auf »Bedürfnisse« und die Befriedigung der Bedürfnisse gegründet, auf Egoität, und damit ist ihr Zerfall schon bei der Geburt gegeben. Ihr Grund sind gemeinsame Interessen, wirtschaftliche oder die der Ansichten, Familienzugehörigkeit – in abnehmendem Maße – oder Anziehung der Geschlechter. In jedem dieser Fälle ist das Motiv, das einen bewegt, ein egoistisches. Man will etwas haben. Das bringt Partner zusammen. Aber durch die ihnen innewohnende Gesetzmäßigkeit der Egoität werden sie durch dasselbe Motiv wieder auseinandergebracht.

Selbst wo eine Beziehung – Liebe, Freundschaft, Familie – aus unegoistischen Motiven *entsteht*, muss sie heute *bewusst* gepflegt werden, damit sie nicht abstirbt, sondern erhalten bleibt. Pflege bedeutet, dass die Beziehung durch intuitiv erfasste Möglichkeiten täglich neue Nahrung bekommt, dass sie nicht zur Gewohnheit wird, dass sie täglich neu geboren wird. Denn das Worthafte und somit auch die menschliche Liebe hat die Eigenschaft, immer sterben und auferstehen zu müssen, um nicht ganz und endgültig zu sterben.

Weil das den meisten Menschen unbekannt ist, gehen so viele schön beginnende Beziehungen zugrunde: Ehen, Liebesverhältnisse, Freundschaften oder Arbeitsgemeinschaften. Äußere Gefahr, Gegnerschaft, Schwierigkeiten können sie eine Weile am Leben erhalten. Ohne schöpferisches Bemühen verblassen sie früher oder später und vergehen. Dieses Gebiet der Bewusstseinsentwicklung erfordert individuelle Tätigkeit, denn die institutionellen Einrichtungen, wie die kirchlichen oder staatlichen, reichen längst nicht mehr aus.

Damit der Mensch auch nur mit *einem* anderen oder mit mehreren Zusammensein kann, muss sowohl die individuelle wie auch alle Gruppenegoität zum Schweigen gebracht oder wenigstens teilweise umgewandelt werden. Eine Gruppe, deren Glieder sich unter Absage von individuellen Egoitäten zusammenschließen, aber sich als Gruppe von anderen Menschen und Gruppen abschließen oder sich sogar *gegen* andere Menschen, andere Gruppen richten, ist ebenso dem Zerfall ausgesetzt wie die, die auf individuelle Egoitäten gebaut sind. Die Egoität hat die Eigenschaft, dass sie sich teilt und vermehrt. Zuerst ist die Gruppe nach innen friedlich zusammen, dann entstehen Fraktionen, Parteien, Unterfraktionen, bis es zur völligen Vereinzelung kommt.

Die Übung der Positivität ist hierbei maßgebend: *erkennen*, was im anderen Menschen wertvoll ist, und erkennen, dass *er* dieses Positive ist. Schwächen, Unterbewusstes ist in jedem vorhanden, aber dies ist nicht der Mensch. Das ist gerade das, was ihm entwendet, nicht von ihm geformt und beherrscht ist, obgleich er sich auch mit den Zielsetzungen des Unterbewussten mehr oder weniger identifiziert. Die analytische Psychologie zeigt vor allem dem Menschen, was er *nicht* ist, was nicht *er* ist. Nicht dass man mit den Schwächen eines Menschen nicht rechnen muss – das wäre eine Illusion. Aber wie eine Grippe oder eine Lungenentzündung nicht zum Ansprechbaren in der Persönlichkeit gerechnet wird, so ist auch alles das nicht mit ihm identisch, was dem autonomen Menschen als seelisches Gebilde fremd, widerspenstig, feindlich ist. Es ist natürlich eine schwierige Situation, wenn der Betreffende sich mit seinen Krankheiten identisch fühlt und *erklärt*. Dann kann der Ansprechbare in ihm nur indirekt berührt werden.

Man kann fragen, wodurch der Bereich des Unterbewussten seine Macht über den Menschen, über die Seele hat. Geht man der Frage nach, so findet man »Verlockungen«, den Wunsch, sich »etwas Gutes zu tun« im egoistischen Sinne, »Genüsse« verschiedener Art. Ein Teil der Genüsse benutzt den Körper, seine biologischen Funktionen als ihr Mittel. So wird aus der Befriedigung des Durstes Trinksucht, so ist es auch mit dem Rauchen, in dem Geschmack, Geruch und Atem zusammenwirken. Es gibt auch rein seelische Genüsse, wie die Befriedigung der Eitelkeit. Keine Genusssüchtigkeit geht vom Körper aus. Alle sind »Bedürfnisse« der Seele. Dem lebenden Körper sind die Befriedigungen dieser »Bedürfnisse« der Seele mehr oder weniger schädlich. Die seelischen egoistischen »Freuden« sind oft durch eine scheinbar ganz unegoistische Hülle schwer erkennbar gemacht. So kann z.B. jemand einem anderen Menschen materiell, seelisch oder sogar geistig *helfen*, wobei der Helfende eine ganz unegoistische Freude dabei erlebt: bis zu diesem Fall, wo es ihm wichtiger ist, dass *er* es ist, der hilft, als dass überhaupt geholfen wird. Natürlich wird dadurch auch die Qualität der Hilfe fragwürdig. Befriedigte Eitelkeit, Ehrgeiz, oder einfach »Erfolg« sind Freuden seelischer Art, die keineswegs weniger egoistisch sind als körperliche Freuden.

»Freude, schöner Götterfunken,
Tochter aus Elysium ...«

Schiller hat sicherlich nicht die bisher charakterisierten »Genüsse« oder Freuden gemeint. Hinter ihnen steht immer eine Begierde, ein Gefühl, das mit einem Willensimpuls verbunden ist: etwas, das man mit Recht »die *Außenseite* des Seelischen« nennt (R. Steiner). Dies wirkt auf den Menschen, weil er sich darin nicht artikulieren, sich damit innerlich nicht identifizieren, es nicht von innen erleben kann, wie etwa einen Gedanken, der ganz »*Innenseite*« ist, wenn er Gedanke für mich ist und ich ihn, soweit wie möglich, verstehe.

Er kann mir nicht eine Außenseite zeigen, wie eine Begierde oder ein Gefühl, die auch dann »außen« bleiben, wenn ich mich voll ihrer Befriedigung widme, mich mit ihnen eins fühle: ich erleide sie, ich weiß nicht, woher und warum sie mich überkommen und übermannen – *Nescio!*¹ Der Gedanke hat keine Außenseite. Er ist *Wort*. Die Begierden, Genüsse, Gefühle egoistischer Art sind *Wirkungen*.

Das »Nescio«, das Nichtwissen wird durch das Geschäft mit den Genüssen genährt: »Befriedige deine Begierden, damit du sie los wirst« oder »Befriedige sie, damit sie befriedigt werden und sich gleich neu bilden« – das bleibt sich gleich. Die »körperlichen« Begierden, die nie dem Körper dienen, und die »seelischen« Erregungen, die auf das Vorstellungsleben durch Vorstellungsbilder wirken und somit auf das Gefühl, verursachen mehr oder weniger »Lücken« im Bewusstsein, durch die der Mensch den Blick oder den Gesichtspunkt seiner *ganzen* Lebensführung, die Ganzheit seines Lebens teilweise oder völlig verliert. Die »Lücken« weiten sich mit der Zeit aus, falls der Mensch ihnen und ihren Ursachen nicht entgegenwirkt. Man spricht dann von dem »Herunterkommen« des Betreffenden. Dies kann manchmal durchaus auch von einem »Aufstieg« im äußeren Leben begleitet sein.

Das »Entgegenwirken« kann nicht einfach aus Askese, Entwöhnung oder dem Verzicht auf Befriedigung bestehen. Die Kräfte, die in einer menschenwidrigen Form als Sucht, als Begierde, als Leidenschaft gebunden sind, müssen aus dieser Form befreit und dem Ich zugeführt werden. Unsere ganze Hygiene beruht auf diesem Prinzip. *Die* Maßnahmen, welche zum Abbau des Übermaßes an ungesunden Genüssen führen, können unter dem Namen »Reine Wahrnehmung« zusammengefasst werden. Sie ist im Vergleich zu den vorangehend aufgezeigten schwieriger zu verwirklichen. Daher sei hier nur ein Umriss von ihr gegeben, mehr die Richtung andeutend, während eine ausführlichere Beschreibung im nächsten Kapitel folgt. Am Beispiel der Feinschmeckerei kann festgestellt werden, dass die Empfindungs- und Gefühlserlebnisse, die »Freude« oder Wohlgefühle beim Essen dem Genießenden keine Erkenntnisse – etwa wie die Kunst – vom Gegessenen, noch von den Vorgängen selbst bringen. Es bleiben typische selbstfühlende Empfindungen, auch dann, wenn der Feinschmecker über einen »künstlerisch« differenzierten Geschmack verfügt. Es wird nicht das Genossene erkannt, sondern die Geschmacksorgane werden gebraucht, um ein Wohlgefühl seelischer Art zu erleben. Man kann fragen: was ist daran »schädlich«, warum soll das etwas »Schlechtes« sein? *Wenn es doch auf der anderen Seite gerade »gut« ist?* Man muss das Phänomen der Genüsse sehr objektiv anschauen, wenn man entdecken will, warum heute noch viele, vor hundert Jahren fast alle Menschen gefühlsmäßig mindestens das extreme Maß der Genüsse für schädlich gehalten haben und sich ihrer *schämten*.

Man kann manche für alle Genüsse kennzeichnenden Eigenschaften schon bemerken. Der Mensch wird bei diesen Genussarten wie auf einem Punkt gefesselt. Aus der Trinksucht führt kein Weg heraus. Sie ist eine Sackgasse. Das andere Merkmal ist, dass der Mensch bei diesen »Freuden« ganz passiv ist, er lässt das Geschehen über sich ergehen. Das Modell hierzu könnte etwa das Einnehmen von Chemikalien sein, das im Bewusstseinsleben bestimmte Vorgänge auslöst, ohne dass der Mensch die Wirkungsweise verfolgen oder den Wirkungen bewusstseinsmäßig widerstehen kann. Weiterhin sind die Genuss-Erlebnisse eindeutig egoistisch: der Mensch will etwas für sich. Wenn man diese Erlebnisse einreihen will in das Inventar der Seele, dann muss man sie als *Wahrnehmungen* registrieren. Nur unterscheiden sie sich beträchtlich von den gewöhnlichen Wahrnehmungen. Die letzteren sind meistens fast frei von Gefühlsgehalt: Es sind nicht die begleitenden, von den Wahrnehmungen verursachten Gefühle gemeint, sondern die im Wahrnehmen selbst erfahrbaren. Auf der anderen Seite von den gewöhnlichen Wahrnehmungen stehen die künstlerischen Wahrnehmungen: fast ganz Gefühl, aber aktiv, unegoistisch; die Gefühle beziehen sich nicht auf den Erlebenden, sondern auf

¹ "Odi et amo. Quare id faciam, fortasse requiris. \ Nescio. Sed fieri sentio et excrucior."

"Ich hasse und liebe. Warum ich's tue, fragst du vielleicht. \ Ich weiß nicht. Doch ist's so, ich fühl's und bin gekreuzigt in Pein." Distichon des Catullus.

das Erlebte. Genüsse sind solche Wahrnehmungen, die aus ganz aus unterbewussten Gründen aufsteigenden Gefühlen und Empfindungen bestehen. Der Mensch steht den gewöhnlichen Wahrnehmungen als Betrachter gegenüber: das erfahrende Wesen, das Ich wird nicht oder nur wenig einbezogen. Eben dadurch kann es das erfahrende Prinzip sein. Beim Genießen gelangen die »Wahrnehmungen« gar nicht an das Ich heran, sie bleiben im empfindenden Wesen stecken, reißen das Ich mit, so dass der Mensch in diesen Wahrnehmungen wie in einer »wohlschmeckenden« Ohnmacht untergeht. Genüsse sind solche Wahrnehmungen, an die sich das Ich verliert. Damit ist ein weiterer wesentlicher Charakterzug zur Erscheinung gekommen: eine Funktion, eine Kraft – hier das Wahrnehmen – arbeitet eine Ebene tiefer als gewöhnlich. Anstatt zum Ich als Wahrnehmendem zu gelangen, erreicht die Wahrnehmung nur die Empfindbarkeit. Damit verliert die Wahrnehmung ihren Wort-Charakter, der zum Ich gehört. Anstatt Wort zu sein, wird aus ihr *Wirkung*. Nachdem gezeigt wurde, wie das gewöhnliche Gefühl den Menschen in die Passivität lockt und drängt, ist es nicht verwunderlich, dasselbe in bezug auf die besonders starken Empfindungsgedanken feststellen zu müssen.

Obwohl das Ich bei den Genusserelebnissen sich in einer Art Ohnmacht befindet, können Süchte – Genusssucht – doch nur beim Menschen, bei Ichwesen, nie beim Tier auftreten. Von Haustieren, die durch die Menschennähe in ihrer Empfindungsstruktur gestört sind, soll hierbei abgesehen werden. Zur Sucht ist das Ich notwendig. Doch wird seine Wirksamkeit eben im Genuss ausgeschaltet oder herabgemindert. Die Notwendigkeit und die gleichzeitige Verdrängung des Ich besagt, dass es sich hier nicht um eine gesunde Funktion handelt. Dass sie krankhaft ist, mag heute vielleicht komisch klingen, weil das Krankhafte als das Normale akzeptiert wird. Aber es ist schon zu sehen, dass bei dieser Struktur manches in die Richtung des Tierischen geht: als ob durch das *Abdanken* der ichhaften Funktion ein unterbewusst gebildetes seelisches Tierwesen auf Kosten der Ich-Kräfte sein parasitäres Leben fristen würde. Unterbewusst ist sicherlich die Herkunft, das »Warum?« der Sucht, sowohl der »körperlichen«, durch den Organismus bewirkten als auch der seelischen Genüsse.

...