

„Nur dagegen sein stiftet keinen Sinn“

In einer krisenhaften Welt findet die Logotherapie von Viktor Frankl viel Anklang. Über Sinnsuche, Drogen und die Gefühle der Wutbürger.

JOSEF BRUCKMOSER

Im SN-Gespräch zeigt der Logotherapeut und Inhaber des Viktor-Frankl-Lehrstuhls in Liechtenstein, Alexander Batthyány, auf, wie die Welt durch jeden Menschen besser werden könnte.

SN: Derzeit haben viele Menschen das Gefühl, dass sie zu kurz kommen. Ist das berechtigt?

Batthyány: Ja und nein. Das Gefühl, zu kurz zu kommen, ist weniger dem geschuldet, was wir nicht bekommen, als dem, was wir nicht geben. Und wenn alle nur darauf warten, dass die anderen etwas tun, dann warten wir ewig und fühlen uns nicht nur verarmt, sondern auch abhängig von anderen.

Die Lösung wäre verhältnismäßig einfach: Einer muss den ersten guten Schritt tun. Das ist nicht schwer – es ist sogar höchst bereichernd und befreiend, wenn man merkt, dass man Kettenreaktionen des Guten in die Welt setzen kann.

Hinzu kommt: Das Geistige hat eine ganz eigene und höchst heilsame Ökonomie. Die sieht so aus: Alle materiellen Ressourcen sind begrenzt. Ich gehe mit 10 Euro durch die Stadt und gebe jedem Bettler einen Euro. Bald habe ich nichts mehr. Aber sobald Geistiges im Spiel ist, gelten andere Spielregeln. Wenn ich Zuspruch, Ermutigung und Freundlichkeit schenke, dann habe ich davon nicht weniger zur Verfügung. Im Gegenteil: Wenn das Herz sich einmal öffnet, hat man umso mehr, je mehr man gibt. Die Liebe scheint also buchstäblich wie ein Füllhorn zu sein. Je mehr man herausholt, desto mehr ist in der Welt. Wir sitzen da auf schier unerschöpflichen Ressourcen. Die Frage ist nur: Warum sie nicht anzapfen?

SN: Steht jeder Mensch vor der Wahl, seine helle oder seine dunkle Seite zu leben?

Beide Seiten sind in uns und beide haben ihre Berechtigung. Es wäre nicht klug, die dunkle Seite einfach auszublenden. Entscheidend ist vielmehr, wie, warum und wofür ich die Vielfalt meiner Eigenschaften zur Geltung bringe.

Nehmen wir eine gute Fähigkeit: Musikalität ist uns teils schon in die Wiege gelegt, aber sie singt nicht, sie komponiert nicht, sie spielt nicht Klavier. Das hängt von uns ab. Auch Jähzorn mag uns in die Wiege

gelegt sein. Aber auch Jähzorn wird nicht wütend, sondern jemand lässt sich dazu hinreißen. Immer ist die Person im Spiel und immer steht sie auch in der existenziellen Verantwortung für ihre Wahl.

Aber manchmal ist es auch gut, seinem Jähzorn Ausdruck zu verleihen – etwa wenn etwas wirklich schiefliegt in der Welt und Empörung verdient, vielleicht sogar braucht. Es gibt Zeiten, da braucht es nicht Gelassenheit, sondern eine Revolte des Gewissens.

SN: Im Moment regen sich die sogenannten Wutbürger auf. Kann diese Wut etwas bewegen, zum Besseren wenden? Oder richtet sie Schaden an?

Die Frage ist vor allem, worum es beim Ärger geht: für etwas oder nur gegen etwas. Bei den Wutbürgern von heute kann man schwerlich von einer Revolte des Gewissens



BILD: SN/PRIVAT

„Der Mensch ist zum Teilen auf der Welt.“

A. Batthyány, Leiter Frankl-Institut Wien

sprechen. Die gab es etwa 1989, als die DDR-Bürger auf die Straße gingen. Hier verwirklichte sich ihr Ärger in einer Revolte für die Freiheit.

Der heutige Wutbürger klagt dagegen auf sehr hohem Niveau. Vielleicht ist Überfluss auch genau sein Problem. Dumpfe Ablehnung und Abschottung und die Absage an Hilfsbereitschaft ist jedenfalls keine Revolte des Gewissens. Eher ein Armutzeugnis für eines der reichsten Länder Europas.

SN: Ist das der wesentliche Unterschied, dass damals das Für im Blick war und jetzt vor allem das Gegen?

Ja, ein reines Dagegen ist Ausdruck von Unsicherheit und Orientierungslosigkeit, die von manchem sehr geschickt gegen die Schwächsten und Ärmsten gelenkt werden. Das funktioniert sogar wahltechnisch, aber psychologisch ist das höchst fahrlässig. Wir wissen aus der Forschung, dass es dem Menschen noch nie guttat, wenn er sich isoliert und abgeschnitten hat. Das funktioniert schon biologisch nicht – und psychisch und geistig ist es gegen seine bessere Natur. Der ausgeglichene und ich-reife Mensch ist

von seinem ganzen Wesen her auf andere ausgerichtet, er ist zum Teilen bereit und er kann über seine Ängste hinauswachsen.

SN: Aber finden Wutbürger nicht ihren Sinn im Dagegensein?

Sinn ist immer für etwas, nicht gegen etwas. Zu wissen, was ich nicht will, heißt eigentlich: nicht wissen, was ich will. Trotzdem fühlt sich der Wutbürger momentan stärker, vor allem in der Gruppe. Aber eigentlich treiben ihn Angst und Autoritätshörigkeit an, nicht Sinn und Freiheit. Dabei richtet sich die derzeitige Proteststimmung radikal gegen etwas, aber niemand kann wirklich benennen, wogegen genau. Diese Wut hat immerhin so wenig gute Gründe, dass auf Facebook laufend neue Meldungen erfunden werden müssen, um sie am Leben zu erhalten: Es ist ein pathologisches Alarmzeichen, wenn die Wirklichkeit Opfer unserer Ängste und Ablehnung wird.

Das Problem ist zudem: Selbst wenn eine Falschmeldung korrigiert wird, bleibt die Aggression. Wie bei einem Albtraum, bei dem die Angst anhält, wenn ich längst aufgewacht bin. Wer mit diesen Mechanismen spielt, spielt mit dem Feuer und sollte zur Verantwortung gezogen werden.

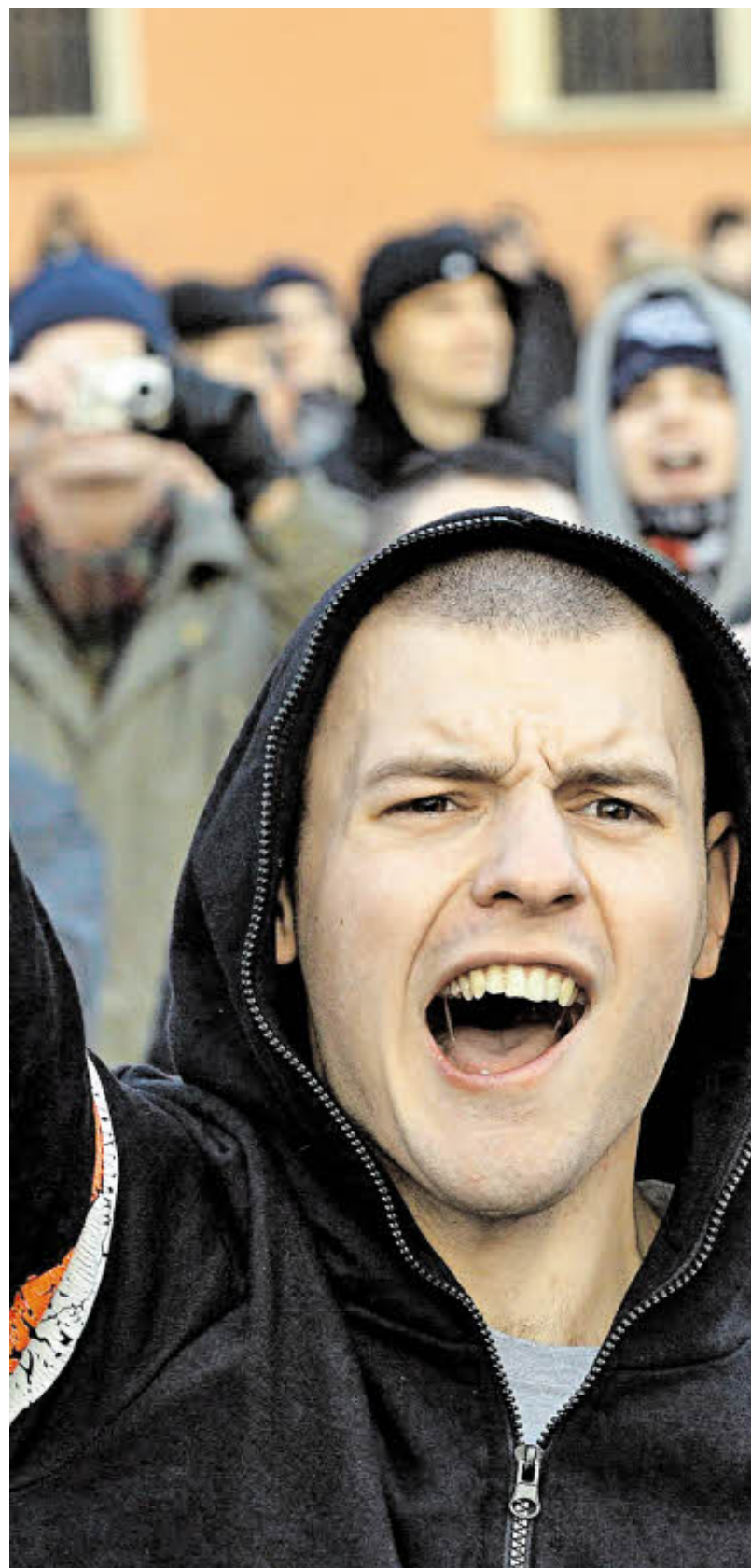
SN: Ist uns die Suche nach Sinn in die Wiege gelegt?

Ja. Dieses Sinnstreben ist durch mehr als 630 Studien quer durch alle demografischen Variablen belegt. Daraus folgen drei Erkenntnisse: Erstens, die Suche nach Sinn ist eine eigene, universelle psychologische Größe. Zweitens, wenn das Sinnstreben unerfüllt bleibt, fühlt man sich leer und ist anfälliger und verführbarer für Drogen, Massenbewegungen, Egozentrismus usw.

Drittens: Der Mensch ist ohne Sinn auch nicht leidensfähig. Aber das sollte er besser sein, denn keinem von uns bleiben Schuld, Leid und Tod erspart. Ohne Blick auf den Sinn ist Leiden nicht nur Leid, sondern Verzweiflung. Und Glück nicht Glück, sondern bloß die Abwesenheit von Leid.

SN: Viktor Frankl sieht Sinn im Kleinen. Wie geschieht Sinn im Großen, für die Welt?

Sinn ist immer Sinn im Kleinen und bewährt sich im Alltag. Jede noch so kleine Tatsache in der Welt ist irgendwie unvollendet. Sie ruft



Bei Pegida entlädt sich die Wut vor allem gegen etwas. BILD: SN/AFP / JANEK SKARZYNSKI

nach unserem Beitrag. Der Mensch ist das einzige Wesen, das in die Welt tritt und sieht: Ich sehe ihre und meine Schwächen, lass uns daran mitwirken, dass es ein besserer Ort wird. Der Mensch hat Glauben, Hoffnung und er hat Liebe – nur der Mensch. Das sagt schon viel über unsere Sinnbestimmung aus.

Der Mensch kommt mit zwei freien Händen und sprachfähig in die Welt. Damit kann er zerstören oder die Welt ein wenig besser machen. Wenn ich nur einem Menschen helfe oder ihn ermutige, ohne etwas zu erwarten, empfangen ich einen Schatz, der dem Destruktiven verborgen bleibt: das Wissen, dass es gut ist, dass ich da bin. Diese Gewissheit kann mir niemand nehmen – egal ob ich eine Gegenleistung erhalte oder nicht. Eben darin liegt der Reichtum der Person.

Logotherapie: „Was wirklich trägt“

Univ.-Prof. Dr. Alexander Batthyány ist Inhaber des Viktor-Frankl-Lehrstuhls für Psychologie in Liechtenstein und Leiter des Viktor-Frankl-Instituts Wien.

Am Mittwoch, 23. November, um 18.30 Uhr sprechen Alexander Batthyány und der Leiter des Sinnezentrums Salzburg, Christoph Schlick, zum Thema „Was wirklich trägt: Den Alltag als Ort der Erfüllung entdecken“. Ort: Sinnezentrum Salzburg, Berchtesgadner Straße 11, Sbg. Information und Anmeldung: WWW.SINNEZENTRUM.AT E-MAIL: OFFICE@SINNEZENTRUM.AT

KURZ GEMELDET

Kardinal besorgt über Wahlkampfplügen

MÜNCHEN. Kardinal Reinhard Marx hat junge Christen aufgerufen, sich gegen eine „Kultur der Unbarmherzigkeit und des Hasses“ einzusetzen. Der Erzbischof von München kritisierte bei einem Gottesdienst mit Jugendlichen eine um sich greifende feindselige Sprache. Er sei besorgt über die Art und Weise, wie im Internet gesprochen werde, und darüber, „dass in Wahlkämpfen und Kampagnen gelogen wird – folgenlos“. SN, KAP

Franziskus wendet sich gegen Diskriminierung

VATIKANSTADT. In seiner letzten Sonderaudienz zum Heiligen Jahr der Barmherzigkeit kritisierte Papst Franziskus die Diskriminierung von Minderheiten. „Wir dürfen Menschen nicht nach dem sozialen Hintergrund, nach ihrer Sprache, ihrer Herkunft, ihrer Kultur oder ihrer Religion beurteilen“, sagte er vor Zehntausenden auf dem Petersplatz. Gott schließe ausnahmslos alle Menschen in seine Liebe ein. SN, KAP

„Islamverbände sind keine Religion“

Grüne in Deutschland wenden sich gegen Anerkennung.

MÜNSTER. Die Grünen wollen die vier großen Islamverbände in Deutschland derzeit nicht als Religionsgemeinschaften anerkennen. Ditib, Islamrat, Zentralrat der Muslime und VIKZ seien religiöse Vereine, beschlossen die Delegierten in Münster. „Die gläubigen Muslime und ihre Gemeinschaften haben den rechtlichen Anspruch auf Gleichstel-

lung“, sagte der religionspolitische Sprecher der Bundestagsfraktion der Grünen, Volker Beck. „Aber Verbände, die ihre Identität nicht der Religion, sondern der Politik der Heimatländer verdanken, haben mit Religionsgemeinschaft nichts zu tun.“ Mehrere islamische Verbände streben in Deutschland eine Anerkennung als Körperschaft des öffentlichen Rechts an. Dadurch

würden sie die gleichen Rechte erhalten wie die großen Kirchen. Dahinter steht auch das Problem, wer islamischen Religionsunterricht an Schulen verantworten soll.

Burka und Gesichtsschleier seien oft Ausdruck eines frauenfeindlichen Gesellschaftsbilds, heißt es im Beschluss weiter. Aber auch: „Nicht alles, was man falsch findet, kann man verbieten.“ SN, dpa