

Logotherapie und Existenzanalyse bei Viktor E. Frankl

Frankls Logotherapie ist die dritte Wiener Richtung der Psychotherapie (nach Freuds Psychoanalyse und Adlers Individualpsychologie). Viktor E. Frankl, geboren 1905 in Wien, studierte Medizin und Philosophie und ist Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien und zugleich auch für Logotherapie an der US International University in San Diego (Kalifornien). Er hatte außerdem Lehrstühle an der Harvard University, an der Stanford University und an den Universitäten Pittsburgh und Dallas inne. Seine 26 Bücher wurden in 18 Sprachen übersetzt. Vortragsreisen, zu denen ihn insgesamt 174 Universitäten eingeladen haben, führten Frankl in alle Erdteile.

Worum geht es Frankl? Er sagt selbst: „Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn, nach dem Logos. Dem Menschen Beistand zu leisten in der Sinnfindung ist *eine* Aufgabe der Psychotherapie, aber *die* Aufgabe der Logotherapie.“

Das Leiden am sinnlosen Leben

Immer mehr Menschen leiden heute an dem Gefühl einer inneren Leere, einer abgrundtiefen Sinnlosigkeit ihres Daseins, einem „*existentiellen Vakuum*“, wie es Frankl bezeichnet hat. Er erhielt einen Brief, in dem der Schreiber folgendes bekennt: „Ich bin 22 Jahre alt, besitze einen akademischen Grad, einen luxuriösen Wagen, ich bin finanziell gesichert, und es steht mir mehr ‚Sex‘ und Macht zur Verfügung, als ich verkraften kann. Nur daß ich mich fragen muß, was für einen Sinn das alles haben soll.“

Nach einem in Wien und Umgebung durchgeführten Test klagten etwa 20 Prozent der Menschen dieses Gebiets über ein Sinnlosigkeitsgefühl. Dieses existentielle Vakuum nimmt fortwährend zu, nicht so sehr unter den armen, sondern mehr unter den reicheren Völkern und Schichten. In Afrika ist es besonders unter der akademischen Jugend im Steigen begriffen. Die ehemalige Leiterin der Abteilung für Psychotherapie und Neurosenforschung der Psychiatrischen Klinik der Karl-Marx-Universität Leipzig, Christa Kohler, schreibt, daß sie „das existentielle Vakuum in eigenen Untersuchungen häufig feststellen muß“¹. Oswald Vymetal, Professor an der Psychiatrischen Universitätsklinik Olmütz (CSSR), bemerkt, daß das existentielle Vakuum „die Grenzen der kapitalistischen und der sozialistischen Gesellschaftsordnung ‚ohne Bewilligung‘“ überschreite².

Dem Menschen sagen keine Instinkte, was er tun muß, wie das beim Tier der Fall ist. Im Gegensatz zu früher sagen dem Menschen von heute keine Traditionen mehr, was er tun soll. Oft scheint er nicht mehr zu wissen, was er will. Desto mehr sei er darauf aus, nur das zu wollen, was die anderen tun – das führe zum Konformismus –, oder nur das zu tun, was die anderen wollen – das führe zum Totalitarismus. Neben Konformismus und Totalitarismus trete als dritte Folge des existentiellen Vakuums ein spezifischer Neurotizismus. Es komme zu einer neuartigen Neurose, die Frankl „noogene Neurose“ nennt. 20 Prozent der Neurosen sollen nach Crumbaugh, Lukas und Frankl sowohl in Amerika als auch in Europa noogen (sinnbezogen) sein³.

Die zunehmende Ausbreitung des Sinnlosigkeitsgefühls gehe auf den Reduktionismus zurück, der in den angelsächsischen Ländern das Geistesleben mehr als anderswo bestimme. Der Reduktionismus reduziere den Lebenssinn mit der Formel „nichts als“. So sei Elternliebe nichts als Narzißmus, Freundschaft nichts als Sublimation homophiler Regungen, das Leben nichts als ein Oxidationsprozeß. Aus solchen Reduktionen erwachse die Frage: Welchen Sinn hat denn dann das Leben? Der Reduktionismus ist nach Frankl der Nihilismus von heute. Früher sagten die Nihilisten: Das Leben ist ein Nichts. Heute: Das Leben ist nichts als...

Der Einfluß der Indoktrination im Sinn des Reduktionismus muß erschreckende Folgen zeitigen. Bei 64 amerikanischen Ärzten, unter denen sich elf Psychiater befanden, konnte nachgewiesen werden, daß im Lauf ihres Medizinstudiums die menschliche Einstellung zum Leben immer mehr einer zynischen Haltung gewichen war. Erst später habe sich bei etlichen dieser Trend wieder umgekehrt⁴. Reduktionistische Hypothesen untergraben die Begeisterung für Sinn und Werte.

Ein amerikanisches Ehepaar war nach Afrika gezogen, um unter Verzicht und Entbehrungen den Afrikanern soziale Hilfe zu leisten. Nun war es enttäuscht zurückgekehrt. Es hatte dort an Sitzungen einer Gruppe teilnehmen müssen, die von einem Psychologen geleitet wurden. In der ersten Zusammenkunft fand eine Art Verhör statt: *Psychologe*: Warum sind Sie dem Peace Corps beigetreten? *Ehepaar*: Wir wollten Leuten helfen, die es weniger gut haben als wir. *Psychologe*: Das heißt, daß Sie ihnen überlegen sein müssen. *Ehepaar*: Irgendwie. *Psychologe*: Und das heißt, daß Sie es nötig haben, Ihre Überlegenheit unter Beweis zu stellen. Ihr wirkliches Motiv ist also das unbewußte Bedürfnis, sich selbst und anderen zu beweisen, wie überlegen Sie ihnen sind. *Ehepaar*: Wir haben es noch niemals von dieser Warte aus gesehen, aber Sie sind Psychologe. Sie müssen es wissen. – In dieser Art verliefen auch die anderen Gruppensitzungen. Der Enthusiasmus der Mitglieder zerrann allmählich. Es dauerte nicht lange, und man begann sich gegenseitig die angeblich „wirklichen“ Motive ins Gesicht zu sagen. Edle Motive wurden von vornherein nicht ernstgenommen, nicht für echt gehalten.

Die traditionelle Tiefenpsychologie, die hier praktiziert wurde, interpretiert alles als Ausdruck unbewußter Psychodynamik. Es kommt dabei oft zur Hyperinterpretation, die auch dort entlarven will, „wo sie auf echt Menschliches stößt“⁵. Der Reduktionismus schafft ein Gefühl der Sinnlosigkeit.

Einen Sinn für das persönliche Leben zu entdecken und zu erfüllen ist jedoch ein starkes Verlangen der menschlichen Natur. 78 Prozent einer großen Zahl (8000) befragter Studenten hielten es für das Wichtigste, im Leben einen Sinn zu finden. 67

Prozent waren bei ihrer Berufswahl von dem Wunsch bewogen, für andere nützlich zu sein, während nur 16 Prozent ihr Hauptziel darin sahen, einmal möglichst viel Geld zu verdienen⁶. Untersuchungen zeigten, daß diejenigen sich am glücklichsten fühlen, die in ihrem Beruf aufgehen und erfolgreich sind. Bei Alkoholikern fand sich dagegen ein abgrundtiefes Sinnlosigkeitsgefühl⁷.

Der Wille zur Lust, der nach Sigmund Freud im Seelenleben des Menschen von so großer Bedeutung ist, und der Wille zur Macht, den Alfred Adler in seiner Individualpsychologie so stark betont, treten nach Frankl erst in Erscheinung, wenn der Wille zum Sinn frustriert ist. Aus dem Ergebnis einer Untersuchung, die Elisabeth S. Lukas durchführte, geht hervor, daß die Besucher des Wiener Vergnügungsparks existentiell überdurchschnittlich frustriert sind⁸. Wenn der Mensch es aufgegeben hat, für sein Leben noch einen Sinn zu finden, sucht er Ersatz, subjektive Sinngefühle. Solche Sinngefühle bietet der Rausch, wenn auch nur für kurze Zeit. Alkohol und Drogen erfüllen den Berauschten mit dem Gefühl einer großen Sinnfülle. Im LSD-Rausch kann sich der Mensch unsterblich und gottgleich fühlen. Aber Alkohol und Drogen geben keinen wirklichen Sinn, sondern nur Sinngefühle. Bei 90 Prozent der Fälle von schwerem Alkoholismus läßt sich ein ausgesprochenes Sinnlosigkeitsgefühl aufzeigen (Forstmeyer). Stanley Krippner konnte bei 100 Prozent der Fälle von untersuchten Drogenabhängigen ein existentielles Vakuum nachweisen. Die ihnen vorgelegte Frage, ob ihnen das Leben sinnlos vorkomme, wurde von allen bejahend beantwortet. Kriminelle sind nach Black und Gregson (Neuseeland) existentiell wesentlich stärker frustriert als die übrige Bevölkerung⁹. Auch die sexuelle Promiskuität ist ein Versuch, aus der Sinnleere auszubrechen.

Menschen, die mit Hilfe von Rauschmitteln, durch Verbrechen oder isolierte, unpersönliche Sexualität sich subjektive Sinngefühle verschaffen oder verschaffen wollen, gehen und leben an ihren wahren Aufgaben und denen der Gesellschaft vorbei und verfallen früher oder später der Verzweiflung. In Kalifornien hat man in das Gehirn von Ratten Elektroden eingesetzt. Durch Betätigung von Tasten konnte der Stromkreis geschlossen werden, wodurch die Befriedigung des Nahrungs- oder des Geschlechtstriebes ausgelöst wurde. Bald lernten die Versuchstiere, die Tasten selbst zu drücken, bis zu fünfzigtausendmal täglich. Das Futter im Käfig und die Geschlechtspartner wurden von ihnen nicht mehr beachtet. Dieser Test ist wie eine Parabel für Menschen, die aus ihrem existentiellen Vakuum in einen Sinnersatz, in bloße Sinngefühle flüchten.

Dimensionen menschlicher Existenz

Die Logotherapie unterscheidet drei Dimensionen menschlicher Existenz: die biologische, die psychologische und die noologische, die Frankl auch die „eigent-

lich humane“ Dimension nennt. Aber seit Menschen ihre Gedanken niederschreiben, bezeugen sie, daß es noch eine weitere gibt, eine Dimension, die ihrem beschränkten Verstand nicht zugänglich ist. Frankl und seine Schule nennen sie die „suprahumane“ Dimension.

Propheten, Mystikern und Künstlern seien von jeher tiefere Einblicke in die suprahumane Dimension gewährt worden. Alle großen Religionen beruhten ursprünglich auf den Visionen „begnadeter einzelner“. Sie gaben ihre Erkenntnisse weiter an ihre Schüler und diese wieder, bis sie sich schließlich in Dogmen, Regeln und Riten konservierten. Und selbst dieser indirekte Kontakt mit dem Suprahumanen, der durch die religiöse Tradition vermittelt wird, sei dem Gläubigen eine Hilfe bei der Sinnfindung. In kurzen Augenblicken könne sogar jeder Mensch an die Grenzen der suprahumanen Dimension rühren, von der Frankl sagt, es handle sich um die Dimension, in der erst der letzte Sinn des menschlichen Daseins beheimatet ist. Sie sei zwar nicht höher im wertenden oder gar moralistischen Sinn, sondern vielmehr umfassender. So umfasse die suprahumane Dimension die humane, wie die humane die psychische und diese die biologische.

Die Vertreter der Logotherapie sind der Überzeugung, daß der Mensch die Begegnung mit der Transzendenz brauche. Abraham Maslow¹⁰ hat nachgewiesen, daß die „Gipfelerlebnisse“ nicht nur „Auserwählten“ vorbehalten sind. Jeder könne sie haben. Die Intensität solcher Erlebnisse sei lediglich von Mensch zu Mensch verschieden. Und viele unterdrücken sie in der Meinung, es handle sich um Anzeichen geistiger Verwirrung. Andere gehen über solche Erlebnisse hinweg, weil sie nicht in ihr vorgefaßtes, rationalistisches Weltbild passen oder ihrer ultra-konservativen, materialistischen oder mechanistischen Grundhaltung widersprechen.

Die Freiheit des Menschen trotz seiner Determiniertheit

Freiheit ist ein menschliches Phänomen. Aber menschliche Freiheit ist endliche Freiheit. Nach Frankls Überzeugung ist der Mensch zwar nicht frei von Bedingungen, aber frei, zu ihnen Stellung zu nehmen, denn „sie bestimmen ihn nicht eindeutig“. In einem Festvortrag, den Frankl 1969 zur 100-Jahr-Feier der Loyola University in Chicago hielt, erklärte er: „Es gibt einen Spielraum, innerhalb dessen er (der Mensch) sich über sie (die Bedingungen) hinaus erheben kann, womit er ja in die menschliche Dimension überhaupt erst sich aufschwingt.“ Als Überlebender von vier Konzentrationslagern legt Frankl Zeugnis ab „von der Fähigkeit des Menschen, auch noch den ärgsten Bedingungen zu trotzen“. Er widerlegt Freuds Behauptung, daß „eine Anzahl der allerdifferenziertesten Menschen“, die gleichmäßig dem Hunger ausgesetzt würden, nach einiger Zeit „alle individuellen Differenzen“ verlören „und an ihrer Statt die uniformen Äußerungen des einen

ungestillten Triebes träten“¹¹. Frankl erlebte in den Konzentrationslagern das Gegenteil. Die Leidenden differenzierten sich immer mehr. Die Egoisten demaskierten sich, die „Heiligen“ ebenfalls.

Frankl ist davon überzeugt, daß menschliches Verhalten „nicht von Bedingungen diktiert“ wird, „die der Mensch antrifft, sondern von Entscheidungen, die er trifft“¹². Wir sollten uns hüten „einerseits vor einer Verleugnung der deterministischen und mechanischen Aspekte menschlichen Daseins, andererseits aber auch vor der Verleugnung der Freiheit, die es dem Menschen erlaubt...“, sich über all diese Aspekte schon hinauszuschwingen. Eigentlich ist es... nicht der Determinismus, der solche Freiheit leugnet. Vielmehr ist es der ‚Pan-Determinismus‘, der sich die Leugnung der menschlichen Freiheit zuschulden kommen läßt. In Wirklichkeit lautet die Alternative also nicht ‚Indeterminismus oder Determinismus‘, sondern ‚Determinismus oder Pan-Determinismus‘.¹³ Freud vertrat in der Theorie den Pan-Determinismus, hatte aber in der Praxis durchaus einen Blick für die Freiheit des Menschen. In „Psychoanalyse und Libidotherapie“¹⁴ erklärt er sogar, das Ziel der Psychoanalyse sei, „dem Ich die Freiheit zu schaffen, sich so oder so zu entscheiden“.

Freiheit¹⁵ bedeutet für Frankl die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung, die Fähigkeit, zu sich selbst Stellung zu nehmen, sich selbst gegenüberzutreten. Diese Fähigkeit wird vom Pan-Determinismus geleugnet oder mindestens beeinträchtigt, weil er nur Reize, Triebe und Auslösemechanismen gelten läßt. In der Praxis würde das z. B. einem Kriminellen zu einem Alibi verhelfen, denn er könnte dann die Verantwortung auf die Mechanismen abwälzen. Aber er fühlte sich – wie übrigens bereits nachgewiesen werden konnte – bei dieser „Entlastung“ nicht wohl, weil er sich als Opfer von Umständen mit der Schuld auch seiner Würde beraubt sähe. Ohne sein Einverständnis würde ihm seine Schuld und damit ein Stück seiner Persönlichkeit bestritten. Wenn man die Willensfreiheit des Menschen nicht akzeptiert, muß man sich – anthropologisch – einem „geschlossenen System“ verschreiben. Im geschlossenen System werden Sinn und Werte verfügt. Man läßt dem Menschen in einem geschlossenen ideologischen System kein Recht, Sinn und Werte selbst zu finden. So kann man konditionierende Prozesse systematisch und methodisch arrangieren. Man kann den Menschen – den man an einen Pan-Determinismus glauben gemacht hat – mühelos manipulieren.

Die Naturwissenschaft ist für Sinn und Zweck blind. Sie führt einen Querschnitt durch die Realität hindurch, aber es ist, wie wenn eine Kurve auf einer vertikalen Ebene liegt, die von einer horizontalen geschnitten wird. Getroffen werden von der Kurve nur die Schnittpunkte, die in keinem Zusammenhang zu stehen scheinen. Doch in Wirklichkeit werden sie von der Kurve miteinander verbunden. Die Verbindungslinie liegt nur außerhalb der horizontalen Ebene. Übertragen bedeutet dieses Bild nach Frankl: „Im naturwissenschaftlichen Welt- und Menschenbild fehlt das Band, das die einzelnen Phänomene miteinander verknüpft.“¹⁶

Carl Friedrich von Weizsäcker hat einmal gesagt, das physikalische Weltbild habe nicht unrecht mit dem, was es behaupte, sondern mit dem, was es verschweige¹⁷.

Aus dem Wissen um einen Lebens- oder Leidenssinn heraus kann der Mensch entscheiden, wie er sich zu den Situationen und Werten einstellen will. Das ist seine Freiheit. Freilich, Freiheit ist nach Frankl nur die halbe Wahrheit. Freiheit sei nur der negative Aspekt eines Phänomens, dessen positiver Verantwortlichsein heiße. Freiheit schlage in Willkür um, wo sie nicht im Sinn von Verantwortlichkeit gelebt werde.

Das Gewissen – ein Sinnorgan

Frankls Ziel ist es, dem Menschen, der an einer Sinnleere leidet, zur Wahl von Zielen und Werten zu verhelfen. Er soll den Sinn seines Lebens selber finden. Sinngebung liefe auf eine Moralisierung hinaus. Sinnfindung realisiert sich im „Gestalterfassen“, d. h. wirkliche, mögliche und personenbezogene Aufgaben müssen entdeckt und erfüllt werden. Dabei kommt dem Gewissen eine wichtige Aufgabe zu. Wäre das Gewissen des Menschen nicht so abgestumpft, würde er den Sinn seines Lebens finden. Denn auf der Suche nach dem Sinn leitet den Menschen das Gewissen. Das Gewissen ist nach Frankl ein Sinnorgan. Es befähigt den Menschen, Sinn gestalten in konkreten Situationen zu finden. Der Mensch, der die Zehn Gebote nicht mehr kenne, müsse die 10000 vernehmen, die in den 10000 Situationen verschlüsselt liegen, und ihnen gehorchen. Wir müßten hellhörig werden, um aus jeder Situation die ihr innewohnende Forderung herauszuhören. Die Verfeinerung des Gewissens würde den Menschen immun machen gegen Konformismus und Totalitarismus.

Ein Kapitel in Frankls Buch „Der unbewußte Gott“¹⁸ trägt die Überschrift: „Die Transzendenz des Gewissens“. Man spreche gelegentlich von der „Stimme des Gewissens“. Aber das Gewissen habe keine Stimme, sondern es sei eine Stimme, die der Mensch abhöre; doch sie stamme nicht von ihm. Das Gewissen, das dem Menschen etwas sage, sei gewissermaßen das Sprachrohr einer außermenschlichen Instanz von „personaler Seinsart“. So sei der Mensch auch das Ebenbild dieses außermenschlichen Wesens. Wie der Nabel auf die Herkunft vom mütterlichen Organismus weist, so weise das Gewissen auf einen transzendenten Ursprung.

Die außermenschliche Herkunft des Gewissens begründet Frankl mit des Menschen Willensfreiheit. Alle Freiheit habe ein Wovon und ein Wozu. „Wovon“ der Mensch frei sein oder frei werden kann, sei das Getriebensein; „wozu“ der Mensch frei ist, sei das Verantwortlichsein. Der Satz von Marie v. Ebner-Eschenbach: „Sei deines Willens Herr und deines Gewissens Knecht!“ wird von Frankl benutzt, um die Transzendenz des Gewissens darzustellen. Herr unseres Willens seien wir schon, insofern wir Menschen sind, die ihr Dasein als Verant-

wortlichsein verstehen. Der zweite Imperativ – „Sei deines Gewissens Knecht!“ – setze voraus, daß das Gewissen etwas anderes, ja Höheres sein müsse als wir selbst, sonst könnten wir nicht sein Knecht sein. Etwas Höheres als der Mensch müsse etwas Außermenschliches sein. Mit dem Gewissen könne es zu einem „echten Zwiegespräch“ kommen. Viele wichen aber diesem Zwiegespräch mit dem Gewissen aus, z. B. durch die Flucht in subjektive Sinngefühle, in Unrast, Betriebsamkeit und Hektik oder indem sie sich Ideologien unterwerfen, die über eine eigene „perfekte Ethik“ verfügen und der Eigenverantwortung keine Freiheit zugestehen.

Wenn Frankl das Gewissen für transzendent hält, so berührt er damit die Frage nach Gott. Natürlich habe auch der nichtreligiöse Mensch ein Gewissen. Er verkenne nur seine „Jenseitigkeit“. Er frage nicht nach dem Wovor der Verantwortung und nicht nach dem Woher des Gewissens. Er halte es lediglich für ein psychologisches Faktum, vielleicht für die letzte Instanz, vor der er sich zu verantworten zu haben glaubt. Aber das Gewissen ist nach Frankl keine „Letztheit“, sondern eine „Vorletztheit“. Der Irreligiöse bleibe wie ein Bergwanderer auf einem Vorgipfel stehen und wage sich nicht weiter. Der eigentliche Gipfel scheint in Nebel gehüllt zu sein. Der Religiöse durchsteige den Nebel und gelange schließlich auf die sonnige Höhe. Aber dieses Wagnis leiste eben nur er. Frankl ist davon überzeugt, daß es außer den bewußt religiösen Menschen noch sehr viele gibt, die es unbewußt sind.

Die Frage nach dem letzten Sinn, dem Über-Sinn

Logotherapie ist als eine besondere Methode der Psychotherapie eine medizinische Disziplin. Als solche darf sie sich nicht auf den Boden einer bestimmten Weltanschauung oder Religion stellen. Frankl betont selbst, daß sie sich „diesseits des Offenbarungsglaubens“ bewegen müsse¹⁹. Sie hält es aber für legitim, sich mit dem „Phänomen Glauben“, vor allem dem Sinn glauben zu befassen. Wenn sie berechtigt ist, sich dem „Willen zum Sinn“ zuzuwenden, dann darf die Logotherapie auch die Frage nach dem Willen zu einem letzten Sinn stellen.

„Der religiöse Glaube ist letzten Endes ein Glauben an den Über-Sinn, zumindest bietet uns Ludwig Wittgenstein die folgende Definition: ‚An Gott glauben heißt sehen, daß das Leben einen Sinn hat.‘ Es fragt sich nur noch, ob sich dieser Satz auch umkehren läßt. Der Religiöse glaubt an einen Sinn des Lebens; aber ist jemand, der an einen Sinn des Lebens glaubt, auch schon religiös? Tatsächlich wurde eine Umkehrung der These von Wittgenstein einmal gewagt, und zwar von Einstein: ‚Eine Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens gefunden zu haben, heißt religiös sein.‘ So oder so: eine Antwort auf die Frage, ob nicht nur die Frage von Wittgenstein gilt, sondern auch ihre von Einstein gewagte Umkehrung, kann nur vom Theologen verlangt und erwartet werden. Nicht vom Psychiater. Und doch wird auch der Psychiater, wenn er seine Aufgabe, nicht nur Krankheiten, sondern Menschen zu behandeln, ernst nimmt, gelegentlich vor der Frage nach dem Über-Sinn stehen.“²⁰

In Frankls Klinik war eine Frau wegen eines Selbstmordversuchs eingeliefert

worden. Sie hatte kurz vorher ihren elfjährigen Sohn durch Tod verloren. In diesem Schicksalsschlag sah sie keinen Sinn, und ihr ganzes Leben schien sinnlos geworden zu sein. Nun versuchte Frankl ihr zu helfen, indem er mit ihr über den Über-Sinn sprach.

„Stellen Sie sich einmal vor, einem Affen werden schmerzhaft Injektionen gegeben, um ein Serum gegen Poliomyelitis zu gewinnen. Vermöchte der Affe jemals zu begreifen, warum er leiden muß? Aus seiner Umwelt heraus ist er außerstande, den Überlegungen des Menschen zu folgen, der ihn in seine Experimente einspannt; denn die menschliche Welt ist ihm nicht zugänglich. An sie reicht er nicht heran, in ihre Dimension reicht er nicht hinein; aber ergeht es dem Menschen anders, ist die Welt des Menschen eine Art Endstation, so daß es jenseits von ihr nichts mehr gäbe? Müssen wir nicht eher annehmen, daß die menschliche Welt selber... überhöht wird von einer nun wieder dem Menschen nicht zugänglichen Welt, deren Sinn, deren Über-Sinn allein seinem Leiden erst den Sinn zu geben imstande wäre?“²¹

Wer nicht religiös ist und am Sinn des Lebens zweifelt, beginnt zu klagen und anzuklagen. Wem wird die Sinnlosigkeit geklagt, wer wird angeklagt? Setzen Klagen und Anklagen nicht einen Partner, ein Gegenüber voraus? In der Sprache der Religion heißt dieser Partner „Gott“.

Frankl betont häufig, daß der Arzt und Psychotherapeut in weltanschaulichen Fragen seinen Patienten gegenüber zu bedingungsloser Toleranz verpflichtet ist. Aber der religiöse Arzt wird – wenn auch nicht als Arzt, so doch als Mensch, „als selber Gläubiger“ – an der Religiosität des Patienten interessiert sein.

„Er wird das höchste Interesse daran haben müssen, daß die Religiosität zu einem spontanen Durchbruch gelangt. Und diesen Durchbruch wird er daher auch ruhig abwarten. Dies wird er um so leichter können, als ja gerade er, als ebenso religiöser Mensch, von der latenten Religiosität auch der manifest Irreligiösen von vornherein überzeugt sein wird. Denn der gläubige Arzt glaubt ja nicht nur an seinen Gott, sondern ineins damit auch an den unbewußten Glauben des Kranken; er glaubt also nicht nur bewußt an den eigenen Gott, sondern zugleich damit auch an ihn als einen dem Kranken ‚unbewußten Gott‘; an diesen ‚unbewußten‘ Gott aber glaubt er als an einen dem Kranken nur ‚noch nicht‘ bewußt gewordenen.“²²

Welche Bedeutung kommt der unbewußten Religiosität in Frankls Logotherapie zu? Für ihn ist die Religiosität des Menschen eine ewige und allgegenwärtige Realität, und zwar im „strengsten empirischen Sinn; eine Realität freilich, die auch unbewußt bleiben oder unbewußt werden, die auch verdrängt worden sein kann. Gerade dann aber, in solchen Fällen, ist es die Aufgabe der Existenzanalyse, diese unbewußt immer schon gegenwärtige geistige Realität vergegenwärtigen zu lassen. Hat doch die Existenzanalyse dem neurotischen Daseinsmodus auf den Grund zu gehen – auf seinen letzten überhaupt angebbaren Grund; als solcher Grund der neurotischen Existenzweise jedoch wird sich nicht allzu selten die Tatsache nachweisen lassen, daß der neurotische Mensch eine Defizienz aufweist: Seine Beziehung zur Transzendenz ist gestört. Sein transzendenter Bezug ist verdrängt. Aber aus der Verborgenseit seines ‚transzendent Unbewußten‘ hervor meldet sich diese verdrängte Transzendenz mitunter in einer ‚Unruhe des Herzens‘, die gelegentlich sehr wohl auch zu einer neurotischen Vordergrundsymptomatik zu führen vermag, die... unter dem Bild einer Neurose verlaufen kann... Auch die verdrängte Religiosität kann somit eine ‚unglücklich verdrängte‘ sein.“²³

Existenzanalytische und theologische Anthropologie

Nach Paul Tillich sind in jedem echten theologischen Denken drei anthropologische Grundaussagen vereint: 1. Menschliches Sein war ursprünglich gut, so daß auch Gott uneingeschränkt ja zum Menschen sagen konnte (Gen 1,31). 2. Der Mensch ist schuldig geworden, indem er seine Freiheit nicht im Sinn Gottes realisiert hat und deshalb von Gott getrennt ist (Gen 3). 3. Der Mensch darf wieder hoffen, daß Gott die Trennung von ihm, die Unfreiheit, die Schuld, das Leid und den Tod aufhebt (Offb 21,4).

Die biblischen Berichte von der Schöpfung bezeugen eine Mensch-Gott-Beziehung, die frei war von Störungen. Gott schuf den Menschen zu seinem *Ebenbild*. Er hat ihn „als sein eigenes Hoheitszeichen in die Welt gestellt, um seinen – Gottes – Herrschaftsanspruch zu wahren und durchzusetzen“²⁴. Diese Grundaussage bedeutet: Der Mensch hat die Schöpfung verantwortlich zu verwalten und muß sich „als einziges Geschöpf unter allen Kreaturen“ vor Gott verantworten. „Diese Stellung des Menschen zu ihm, seine Verantwortlichkeit ihm gegenüber kennzeichnet seine Gottesebenbildlichkeit, und diese Stellung macht seine Exklusivität gegenüber aller anderen Kreatur aus.“²⁵

Nach Hebr 1, 1 f. hat Gott durch die Propheten und seinen Sohn gesprochen. Adolf Allwohn macht darauf aufmerksam, daß zum Verstehen dieser Worte „eine besondere Erleuchtung hinzutreten“ müsse, weil sonst ihr Sinn den Klugen und Weisen verborgen bleibe (Mt 11,25). „Wir hören die Worte Jesu Christi nur dann wirklich und in rechter Weise, wenn wir sie, ebenso wie es bei den Jüngern der Fall war, im Ergriffensein durch den lebendigen, gegenwärtigen Herrn, der der Geist ist, vernehmen. Die Auditionen, Visionen und Inspirationen der ursprünglichen Gotteszeugen sind also für jeden Offenbarungsempfang konstitutiv. Diese seelischen Geschehnisse gehören nicht jenem Bereich an, der durch bewußte Lenkung der Aufmerksamkeit, des Denkens und Willens charakterisiert ist, sondern jenem anderen, in dem Überwältigungen stattfinden und den die Tiefenpsychologie ‚das Unbewußte‘ nennt.“²⁶ Die Offenbarung vollziehe sich im Bereich des Unbewußten und so stünden das Hören der göttlichen Stimme und das Empfangen von Visionen in der Nähe des von der Tiefenpsychologie besonders erforschten Phänomens des Traums.

Tatsächlich bezeugen Altes und Neues Testament häufig, daß Gott sich Menschen in Träumen und Gesichtern offenbart habe und sich auch künftig so offenbaren wolle (Joel 3,1 f.). Daß jedoch nicht alle in Visionen und Auditionen erhaltenen Wahrnehmungen mit Gott und seiner Offenbarung gleichgesetzt werden können, versteht sich von selbst; denn es gibt ja Selbsttäuschungen (Jer 23,25 ff.). Auf eine kritische Prüfung kann die Theologie deshalb nicht verzichten. „Aber sie wird die erwähnten seelischen Geschehnisse doch als mögliches Material der Manifestation Gottes würdigen und dabei von denjenigen Erkenntnissen der

Tiefenpsychologie Gebrauch machen können, die nicht ihren (der Theologie) eigenen Voraussetzungen widersprechen. Daß dabei die weltanschaulichen, philosophischen und spekulativen Ausdeutungen, die in die psychologischen Einstellungen eingedrungen sind, ausgeschaltet werden müssen, ist seit Thurneysens ‚Lehre von der Seelsorge‘ Allgemeingut der Theologie.“²⁷

Nachdem der Mensch seine Gottesbeziehung selbst zerbrach, indem er versuchte, „eine göttliche Lebenssteigerung jenseits seiner geschöpflichen Grenzen“²⁸ zu erreichen, wuchs die *Sünde* lawinenartig an. Der Mensch wurde zum Rebellen gegen Gott, so daß er selbst sein eigenes Elend heraufbeschwor. Auch davon hat die christliche Anthropologie zu handeln, nämlich daß der Mensch sich von Gott entfremdet hat und in die Gewalt des „Geheimnisses der Bosheit“ (2 Thess 2,7) gelangt ist. Dieses Geheimnis ist nicht Gegenstand tiefenpsychologischer Forschung, sowenig wie es das Geheimnis Gottes ist. Aber das Böse manifestiert sich ebenso im menschlichen Leben wie das Göttliche. So wird es ebenfalls im „immanenten Bereich“ „dem empirischen Erfassen zugänglich“ (Allwohn).

Die Bibel spricht von einer zweifachen Verborgenheit der Bosheit: der Tarnung, mit deren Hilfe der Mensch das Böse unter dem Gegenteil versteckt, und der Unbewußtheit, in der der Mensch nicht weiß, was er tut. Die Tarnung kann durch die tiefenpsychologischen Erkenntnisse von der Spannung zwischen der Maske, die ein Mensch zur Schau trägt, und der „inneren Wirklichkeit“ zutreffend erklärt werden. „Die aus der bewußten Sphäre abgeschobenen Triebe können zwar unter Aufwendung beträchtlicher Energien längere Zeit verborgen gehalten werden, sie werden aber, da sie durch die gewaltsame Unterdrückung nicht ertötet sind, besonders beim Aufwallen von Affekten... zum Vorschein kommen.“²⁹

Das Böse kann aber auch unbewußt und ungewollt getan werden. Das bezeugt Jesus selbst, wenn er am Kreuz betet: „Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun“ (Lk 23,34). Paulus bekennt in Röm 7, 15: „Ich weiß nicht, was ich tue; denn ich tue nicht, was ich will.“ Nach Allwohn hat die christliche Anthropologie auch „ein Handeln ins Auge zu fassen, das seinen Ursprung nicht im bewußten Wollen hat“. Oft sei der Mensch „ein Getriebener, der die Macht, die ihn bewegt, nicht zu erkennen vermag“. Petrus war einmal so von Satan überwältigt, daß Jesus ihn schalt: „Hebe dich weg von mir, Satan!“ (Mt 16,23). Von Judas berichtet Lukas, daß der Satan in ihn gefahren sei (Joh 13,26 f.). Und nach Apg 5,3 war auch das Herz des Ananias von ihm erfüllt. In den Schriften des Paulus finden wir die Figur des Teufels mehr durch Begriffe wie „Sünde“ und „Fleisch“ ersetzt: „So tue nicht ich es, sondern die Sünde, die in mir wohnt“ (Röm 7,20), oder: „Offenbar sind aber die Werke des Fleisches...“ (Gal 5,17). In den Besessenen sieht die Bibel die „stärkste Einwirkung der widergöttlichen Macht“³⁰.

Sowenig nun die Tiefenpsychologie Aussagen machen kann über das Geheimnis Gottes, sowenig kann sie vom Satan oder dem Geheimnis der Bosheit als einer transzendenten Macht sprechen. „Sie weiß aber davon, daß menschliches Handeln

weitgehend der Regulation durch den bewußten Willen entzogen und autonomen Kräften unterworfen ist, die Freud als die Triebgewalten des Es und Jung als unbewußte Komplexe bezeichnet hat.“³¹ Frankl hat dafür kaum einen Blick. Zwar leugnet er nicht die Determiniertheit des Menschen, wie wir oben gesehen haben. Zu diesen Determiniertheiten könnte der Einfluß böser suprahumaner Kräfte gehören. Aber darüber scheint er sich nicht geäußert zu haben. Es ist vielmehr das Verdienst von C. G. Jung, das Unheimliche der Seelentiefe und die Überwältigung durch das Geheimnis der Bosheit aufgedeckt und beschrieben zu haben.

Die dritte anthropologische Grundaussage der Theologie ist nach Tillich die Tatsache, daß der Mensch hoffen darf, Gott werde die Trennung von ihm wieder aufheben. „Jesus Christus Wende der Welt“, das ist das zentrale Thema des Neuen Testaments mit dem Inhalt: Die Wende der negativen Beziehung Gott–Mensch führt nicht der Mensch, sondern Gott herbei.“ Der Glaube, der eine Gabe Gottes an den Menschen ist, vermittelt „die herrliche Freiheit der Kinder Gottes“ (Röm 8,21), die für deren Leben in der Welt eine doppelte Konsequenz hat: „sie befreit einmal zur unverfälschten Erkenntnis der tatsächlichen Situation der eigenen Existenz und des Menschen überhaupt, sie befreit zum anderen zu neuer Verantwortlichkeit, zur Nachfolge dessen, der die Wende herbeigeführt hat: Christus.“³² Den Grund für das menschliche Scheitern sieht Paulus im „Sich-Rühmen“ (Röm 2,17.23) des Menschen. Er glaubt, sich selbst verwirklichen zu können, selbst die Kraft zu haben, seine Schwächen zu überwinden.

Ein besonderes Merkmal biblischer Aussagen über den Menschen ist, daß sie ihn nicht als Menschen „an sich“, sondern in seinem Verhältnis zu Gott beschreiben. Sieht die biblische Anthropologie den Menschen gleichsam „von oben“, so beschreibt die Existenzanalyse den Menschen „von unten“, von seiner „neutralen Ich-Basis“ her. „Ist für das theologisch-personalistische Denken der hiesige, konkrete Mensch... nur insofern von Belang, als Gott an ihm auf das eschatologische Ziel hin handelt, so konzentriert sich die Existenzanalyse auf den gegenwärtigen Menschen in seiner unverlierbaren, grundsätzlich immer vorhandenen Möglichkeit zur Selbst-Transzendenz, Selbst-Distanzierung und Sinn-Findung.“³³

Nun scheint es, als bestünde zwischen Existenzanalyse und Theologie eine unüberbrückbare Kluft. Aber man darf die Interdisziplinarität des Dialogs nicht übersehen. Zwei verschiedene Wissenschaften behandeln zwar die gleichen Phänomene, aber von verschiedenen Voraussetzungen her. Die Theologie hat kein Recht, die existenzanalytischen Befunde einfach mit biblisch-theologischen Maßstäben zu messen. Vielmehr sollten beide Disziplinen für das Gespräch miteinander offen bleiben. Die Existenzanalyse macht ja auch keine theologischen Aussagen. Weil sie die menschliche Existenz nicht unter diesem Aspekt betrachten kann und muß, kommt sie auch zu anderen anthropologischen Ergebnissen als die biblische Theologie, nach der „der Mensch entweder eine ‚sarkische‘ oder eine ‚pneumatische‘ Existenz“ ist, „ein Glaubender oder ein Nicht-Glaubender“³⁴.

Das Thema der Existenzanalyse ist nicht die Ursache und Überwindung der menschlichen Schuld, sondern „die Frage nach den Bedingungen der Möglichkeit der die menschliche Existenz auszeichnenden Selbst-Transzendenz“.

„Wie die Theologie, so sieht auch die Existenzanalyse den Menschen erst dann zur ‚Existenz‘ gelangt, wenn er frei ist zur Verantwortlichkeit, frei zur Hingabe..., frei zur Liebe, die u. U. auch auf die Verwirklichung eigener Möglichkeiten verzichtet, d. h. wenn der Mensch sich selbst transzendiert. Anders als die Theologie sieht sie ihre Aufgabe bereits dann erfüllt, wenn sie dem Menschen ‚die Augen geöffnet‘ hat, so daß er (wieder) ‚sehen‘ und über sich selbst hinaus sein kann. Woraufhin er sich transzendiert – das zu bestimmen ist nicht existenzanalytische oder logotherapeutische Aufgabe; wohin er dann ‚sieht‘ – das zu entscheiden ist ihm selbst vorbehalten.“³⁵

Frankls schon erwähntes Bild ist zutreffend für die Aufgaben der Logotherapie: Sie wolle den Menschen bis zum Fuß des Berges führen und den Weg dahin freimachen, aber der Mensch habe selbst zu entscheiden, ob er den Berg besteigen wolle oder nicht. Mehr könne die existenzanalytische Logotherapie für den geistig Notleidenden nicht tun, und weniger dürfe sie nicht tun.

Psychotherapie und Seelsorge

Karl Jaspers schreibt: „Unsere Zeit hat den Arzt in die Rolle gedrängt, in wachsendem Umfang Aufgaben zu erfüllen, die früher Sache des Priesters waren.“³⁶ In der neueren Theologie sind Pastoralpsychologie und Pastoralmedizin ziemlich vernachlässigt worden. In den 50er und 60er Jahren haben jedoch Alfred Dedo Müller, Otto Händler, Edmund Thurneysen, Walter Uhsadel und Adolf Köberle die Tiefenpsychologie und die Psychotherapie als Hilfswissenschaften in ihren Lehrbüchern der Praktischen Theologie herangezogen. Sie hatten erkannt, daß Psychotherapie „säkularisierte Seelsorge“ ist. Paul Tillich wies darauf hin, daß die Psychologie des Unbewußten für die Theologie von unendlichem Wert sei. Sie könne helfen, die Sünde als universale und tragische Entfremdung des Menschen von seinem wesentlichen Sein zu enthüllen. So könnten die Theologen von den Psychologen lernen, den schuldbeladenen Menschen einfach anzunehmen und nicht moralisch zu verurteilen. Die Therapeuten Rogers, Minsal, Langer, Bastine und Helm formulierten drei Kernvariablen als therapeutisches Basisverhalten: 1. einführendes Verständnis (Empathy) dem Patienten gegenüber, 2. warme, wertschätzende akzeptierende Haltung, und 3. Selbstkongruenz, das heißt, „daß der Therapeut selbst frei von Verteidigung, berufsmäßiger Fassade und Professionalismus ist, daß er fähig ist, sich natürlich, echt und spontan zu geben“³⁷. Tillich meint, daß die Psychotherapie den Theologen den Weg zur Wiederentdeckung der Beichte und der persönlichen Beratung bereiten könnte³⁸. Adolf Köberle tritt dafür ein, daß sich die Theologen diesen Hilfsdienst doch gefallen lassen sollten:

„Der von Krisen aller Art umgetriebene Mensch der Gegenwart lehnt jedenfalls an einem Theologen nichts so sehr ab wie Grobschlächtigkeit und Simplifikation. Darum brauchen wir ... eine umfassende

Kenntnis aller seelischen Zusammenhänge, Gesetze und Abläufe. Wo aber könnte der Theologe solches Wissen sachkundiger vermittelt bekommen als eben durch das Studium der Psychotherapie? Man merkt es einem Seelsorger beim ersten Gespräch bereits an, ob er nur über eine primitive ‚Holzhammerseelsorge‘ verfügt oder ob er einen Zuwachs an seelenheilkundiger Erfahrung besitzt... Mancher kommt nicht wieder in die Sprechstunde des Seelsorgers..., weil er bei der ersten Fühlungnahme gespürt hat: Der Mann ist nicht imstande, meine Träume, meine Phantasien, meine Wunschbilder und Sehnsüchte zu fassen... Er hat sich statt dessen nur moralisch darüber entrüstet. Wäre der Seelsorger, in der Sprache von C. G. Jung geredet, selbst einmal seinem eigenen ‚Schatten‘ begegnet und hätte ihm standgehalten, er hätte aller Voraussicht nach dem in seinem Haus Hilfe Suchenden in einer ganz anderen Weise begegnen und Beistand leisten können.“³⁹

Die Beschäftigung mit der Psychotherapie im allgemeinen und der Logotherapie im besonderen kann dem Seelsorger helfen, in seinem fremdseelischen Einfühlungsvermögen elastischer zu werden und die Hilfe Suchenden besser zu verstehen. In den USA begann man zuerst mit der Einrichtung von Kursen des Clinical Pastoral Training. Sie haben das Ziel, Seelsorger in die Psychotherapie einzuführen. Seit 1968 gibt es solche Lehrgänge auch in Europa⁴⁰. Es bleibt zu hoffen, daß sie in Zukunft noch wesentlich reichlicher angeboten werden.

ANMERKUNGEN

¹ Beiträge zur allgemeinen Theorie der Psychiatrie (Jena 1968).

² Acta Universitatis Palackianae Olomucensis 43 (1966) 265.

³ J. C. Crumbaugh, The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis, in: Journal of Clinical Psychology 20 (1964) 200; ders., Cross Validation of Purpose-in-Life Test based on Frankl's Concepts, in: Journal of Individual Psychology 24 (1968) 74. E. S. Lukas, Logotherapie als Persönlichkeitstheorie (Diss. Wien 1971).

⁴ R. N. Gray, in: Journal Med. Education 40 (1950) 760.

⁵ V. E. Frankl in einem Vortrag am 6. 1. 1970 an der Loyola University von Chicago. Druck: American Journal of Psychoanalysis 32 (1972) Nr. 1, 85ff.

⁶ Study Reports Student Views as Moderate, in: Los Angeles Times, 12. 2. 1971.

⁷ A. v. Forstmeyer, Dissertation, United States International University 1970. ⁸ Lukas, a. a. O.

⁹ V. E. Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben (Freiburg 1980) 20.

¹⁰ A. Maslow, Motivation und Persönlichkeit (1954). ¹¹ S. Freud, Gesammelte Werke, Bd. 5, 209.

¹² Vgl. M. B. Arnold, The Human Person (New York 1954) 40.

¹³ Frankl, Determinismus und Humanismus. Festvortrag 1969 an der Loyola University in Chicago.

¹⁴ Ges. Werke, Bd. 13 (1943) 280.

¹⁵ Zu „Freiheit“ vgl. Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben (Freiburg 1980) 26, 54, 103, 114; Psychotherapie für den Laien (Freiburg 1981) 153ff.; Die Sinnfrage in der Psychotherapie (München 1981) 56, 130ff.; Der Wille zum Sinn (Bern 1972) 72, 83, 101, 141. ¹⁶ Der Wille zum Sinn, 168.

¹⁷ C. F. v. Weizsäcker, Zum Weltbild der Physik, 29. ¹⁸ München ⁵1979, 45ff. Zitate 46.

¹⁹ Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben, 94. ²⁰ Ders., Die Sinnfrage in der Psychotherapie, 75. ²¹ Ebd. 76.

²² Ders., Der unbewußte Gott (München 1979) 65. ²³ Ebd. 61f.

²⁴ G. v. Rad, Theologie des AT, Bd. 1 (Berlin 1963) 160.

²⁵ U. Böschmeyer, Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie (Berlin, New York 1977) 135.

²⁶ A. Allwohn, Evang. Pastoralmedizin (Stuttgart 1970) 105f.

²⁷ Ebd. 106. ²⁸ v. Rad. 169. ²⁹ Allwohn, 109. ³⁰ Ebd. ³¹ Ebd. 110

³² Böschmeyer, 136. ³³ Ebd. 144. ³⁴ Ebd. 147 ³⁵ Ebd.

³⁶ K. Jaspers, Wesen und Kritik der Psychotherapie (München 1955) 47.

³⁷ J. Helm, Gesprächspsychotherapie (Berlin 1981) 22. ³⁸ P. Tillich, Gesammelte Werke, Bd. 8, 313f.

³⁹ A. Köberle, Christliches Denken (Hamburg 1962) 188f. ⁴⁰ Allwohn, 8.