

PETER F. SCHMID

Heil(ig)werden durch Selbstverwirklichung?

Seelsorge als Herausforderung

Selbstverwirklichung gilt in der Psychotherapie und im Selbstbewußtsein des heutigen Menschen als mehr oder weniger selbstverständliches Ziel und findet sich auch in den Konzepten heilender Seelsorge. Dieser Beitrag geht der Frage nach, was Selbstverwirklichung psychologisch, philosophisch und theologisch eigentlich meint und inwieweit ihre Förderung ein legitimes Ziel von Seelsorge sein kann. Unser Autor arbeitet als Praktischer Theologe, Pastoralpsychologe und Personzentrierter Psychotherapeut in Wien und Linz. (Redaktion)

Selbstverwirklichung
was für ein scheußliches Wort
überall dieses widerliche Wort
Selbstverwirklichung
es gibt nichts Abstoßenderes
es gibt nichts Dümmeres
es heißt gar nichts
das Wort Selbstverwirklichung
aber alle plappern es nach
gleich was und wer einer ist
er ist ja verwirklicht
und er ist er selbst
und alle gebrauchen es fortwährend
es gibt kein unsinnigeres
und kein abstoßenderes Wort
als das Wort Selbstverwirklichung

Thomas Bernhard¹

Das Schlagwort von der Selbstverwirklichung ist in den humanistischen Ausprägungen der Psychotherapie, in den

Konzepten heilender Seelsorge und im Selbst-Bewußtsein vieler Menschen heute oft nahezu allgegenwärtig. Häufig wird Selbstverwirklichung dabei als Ziel von Psychotherapie und ganz allgemein von Persönlichkeitsentwicklung, auch hinsichtlich der religiösen Dimensionen des Lebens, angegeben. Nicht selten wird sie (ebenso wie die Selbsterfahrung) als Prozeß und Ziel aber auch deshalb kritisiert, weil damit die Beziehungsdimension des Menschen und seine gesellschaftliche Bedingtheit nicht ernstgenommen und letztlich einem Egoismus gehuldigt werde.

Der Begriff stammt aus der Aufklärung: Herder (1744–1803) verstand darunter das Bestreben, „daß man sich selbst in Seelen- und Leibeskräften zu dem bilde, was Leben heißt, an sich [...] nichts roh, nichts ungebildet lasse, sondern dahin arbeite, daß man ein ganz gesunder Mensch fürs Leben und für eine uns angemessene Wirksamkeit im Leben werde.“²

Die Kritik an der heutigen Begriffsverwendung verweist darauf, daß die Ausrichtung des Lebens auf die Verwirklichung des Selbst einem durch und durch individualistischen Verständnis des Menschen entspringe, das jeden Außenbezug, die Mitmenschen, die Gesellschaft und letztlich auch

¹ T. Bernhard, Ritter, Dene, Voss, Burgtheater Programmbuch 2, Wien 1986. Vgl. W. Kabelka/P.F. Schmid, Selbstverwirklichung oder Hamlet geht in Therapie., in: P.F. Schmid/W. Wascher (Hg.), Towards Creativity. Ein personzentriertes Lese- und Bilderbuch, Linz (edition sandkorn) 1994; P.F. Schmid/T. Schweinschwaller, Begegnung oder Faust macht eine Ausbildung, Wien (Manuskript) 1997.

² J.G. v. Herder, Sämtliche Werke, Bd. 30. Berlin 1977, 271.

Gott, ausklammere und für transzendierende Sinngebung blind mache. Sie sei zudem völlig apolitisch und entziehe sich der Auseinandersetzung mit den sozialen Bedingungen des Selbst-Seins. Sie sei unchristlich, weil sie einem einseitigen „Rette deine Seele“ entspreche, das die gemeinschaftliche Bedingtheit des Glaubens ignoriere. Einem solchen Konzept wird dann entgegengehalten, daß der Mensch ein „zoon politikon“ und anstelle einer individualistisch-psychologischen daher einzig eine sozialpsychologische Betrachtungsweise angemessen sei. Politisch wird geltend gemacht, daß mit individualistischer Selbstverwirklichung eine gesellschaftsstabilisierende statt einer gesellschaftskritischen Haltung gefördert werde. Anthropologisch wird zur Kritik die Begegnungsphilosophie ins Treffen geführt und der Selbstverwirklichung beispielsweise Bubers Verständnis des „Zwischen (-menschlichen)“ entgegengehalten³ beziehungsweise auf den Begriff des Anderen und das dialogische Verfaßsein des Menschen verwiesen. Theologisch wird unter anderem der normative Charakter der Offenbarung, die „Selbst-Entäußerung“ Gottes oder die kirchliche Bezogenheit des Glaubens als Gegensatz betont. Pastoral beziehungsweise pastoraltheologisch wird eine Orientierung an zeitgeistigen Trends und am Leistungsdruck, der durch den allgemeinen Zwang zur Selbstverwirklichung entstehe, geortet, und dies wird mit dem Vertrauen auf Gott und der Selbstannahme auch und vor allem in bezug auf das eigene Scheitern konfrontiert.

Ganz allgemein wird also eine dialogische Konzeption, die den Menschen aus dem Gegenüber-Sein und dem Miteinander-Sein versteht, einem Menschenbild gegenübergestellt, das den Menschen und seine Entwicklung einseitig aus sich selbst und von sich heraus versteht. Dabei wird auch dem Totalitätsanspruch von (perfekter) Selbstverwirklichung die Akzeptanz des Fragmentarischen⁴ und so der Selbstbezogenheit die Angewiesenheit aufeinander und damit die Ergänzungsbedürftigkeit entgegengesetzt. Dem (bloßen) Verwirklichen des Selbst wird dabei von vornherein ein negativer, egozentrischer Charakter zugeschrieben.

Man wird zweifellos solche Tendenzen in beträchtlichem Ausmaß konstatieren und kritisieren müssen und jenen zustimmen, die anstatt der unbestritten notwendigen Individualisierung des mündigen Menschen einen Individualismus diagnostizieren.⁵ Aber es erhebt sich die Frage, ob damit auch schon getroffen ist, was Selbstverwirklichung, recht verstanden, eigentlich meint.

Verwirklichung von selbst – Verwirklichung des Selbst

Nach dem heutigen Sprachgebrauch gilt es zunächst zwischen einem Verständnis von „Selbstverwirklichung“ als „Verwirklichung von selbst“, das heißt aus eigenem, aus sich heraus, und andererseits als „Verwirklichung des Selbst“ zu unterscheiden. Das erste bedeutet, der Mensch könne sich aus sich selbst heraus verwirklichen, das

³ Zum Beispiel: M.D. Friedman, *Der heilende Dialog in der Psychotherapie*, Köln (EHP) 1987; H. Beck, Buber und Rogers. *Das Dialogische und das Gespräch*, Heidelberg (Asanger) 1991.

⁴ H. Poensgen, *Alles ist Fragment. Kritische Anfragen zu Konzepten heilender Seelsorge in der Pastoral*, in: ThPQ 2 (1997) 155–167.

⁵ Ebd.

zweite meint, der Mensch könne sein Selbstbild, seine Vorstellung von sich selbst, verwirklichen.

Die humanistischen Konzepte der Psychologie sind einer Anthropologie verpflichtet, die dem Menschen ein unermessliches Potential an Möglichkeiten zur Gestaltung seines Lebens und, den jeweiligen Bedingungen entsprechend, zur Entwicklung von Fähigkeiten (also zur Selbstverwirklichung im ersten Sinne) zumißt. Hier spricht die Gestalttherapie (Perls) von „Selbstaktualisierung“ (üblicherweise mit „Selbstverwirklichung“ übersetzt), der Personzentrierte Ansatz (Rogers) von „Aktualisierung“ (korrekt mit „Verwirklichung“ zu übersetzen). Dieses dem aristotelisch-thomasischen Akt-Potenz-Denken verpflichtete Menschenbild wandte sich ursprünglich gegen die deterministischen Konzepte von Lernpsychologie (Verhaltenstherapie) und Tiefenpsychologie und gegen die Vergangenheitsorientierung regressiv-retrospektiver Ausprägungen der Psychoanalyse und betonte die Freiheit und Zukunftsorientierung des Menschen. Der Mensch ist demnach nicht nur, was er geworden ist, er ist vielmehr vor allem, was er noch werden kann: Er kann sich selbst mehr und mehr verwirklichen. Dabei – und damit ist die zweite Bedeutung von Selbstverwirklichung angesprochen – ist allerdings zu unterscheiden zwischen der Verwirklichung seiner angeborenen, „mitgegebenen“, „organismischen“ Fähigkeiten und der Verwirklichung jener Vorstellungen, die der Mensch für sich entwickelt hat, also seines Selbstbildes oder Selbstkonzepts (das in diesem Zusammenhang kurz

„das Selbst“ genannt wird). Dieses Selbst entsteht entwicklungspsychologisch aus der Beziehungserfahrung, bezeichnet also die Sicht des Menschen von sich selbst, wie er sie aus den Interaktionen mit anderen ausgebildet hat. (Bereits hier wird deutlich, daß das Selbst und seine Verwirklichung durchaus nicht individualistisch konzipiert sind.)

Selbstverwirklichung aus der Begegnung: der Personzentrierte Ansatz

Nach dem Verständnis des Personzentrierten Ansatzes⁶ entstehen Konflikte (und in der Folge oft psychische Leidensprozesse, die traditionellerweise „Krankheiten“ oder „Störungen“ genannt werden) aus der Diskrepanz zwischen der Tendenz zur Aktualisierung und jener zur Selbst-Aktualisierung, also zwischen der „organismischen“ Tendenz zur konstruktiven Verwirklichung des Potentials einerseits und jenen Bestrebungen, die dem Selbst(bild) entspringen, andererseits. So kann eine Mutter mit einem Selbst, das den eigenen Erfahrungen entfremdet ist, beispielsweise aggressive Impulse ihrem Kind gegenüber als solche erst gar nicht wahrnehmen, weil das nicht in ihr Bild von sich selbst als liebevoller Mutter paßt. Weil sie Aggressionen ablehnt, wird sie vielleicht, ihrem Selbst entsprechend, es für eine notwendige Erziehungsmaßnahme halten, wenn sie ihr Kind scharf anfährt oder schlägt, statt die eigenen Aggressionen korrekt zu symbolisieren. Solche Selbst-Entfremdung kann durch den Lernprozeß der Selbst-Er-

⁶ Zum Beispiel: C.R. Rogers (1959a), Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen, entwickelt im Rahmen des klientenzentrierten Ansatzes, Köln (GwG) 1987, 1989; ders. (1977a), Die Kraft des Guten. Ein Appell zur Selbstverwirklichung, München (Kindler) 1978.

fahrung unter geeigneten Beziehungsbedingungen revidiert werden, bei dem die Selbst-Aktualisierung mehr und mehr an der organismischen Erfahrung überprüft werden kann.

Nach diesem Verständnis ist die Tendenz zur Selbstverwirklichung (Selbstaktualisierung) Teil der umfassenden Aktualisierungstendenz und kann mit letzterer in Einklang oder in Widerspruch stehen. Konstruktive Persönlichkeitsentwicklung bedeutet demnach nur insofern Selbstverwirklichung, als diese mit der Aktualisierung korreliert. Worum es eigentlich geht, ist in umfassendem Sinn die Aktualisierung, die Verwirklichung der konstruktiven Möglichkeiten des Menschen, für die Rogers zufolge die oft zitierten Beziehungsbedingungen von Wahrhaftigkeit, bedingungsfreier Wertschätzung und empathischer Haltung⁷ erforderlich sind, damit sich dieses Potential entwickelt.

Was bereits in der ursprünglichen, oft als einseitig amerikanisch-individualistisch kritisierten Konzeption der frühen Ausprägungen Klientenzentrierter Psychotherapie – parallel zu Abraham Maslows⁸ Konzept vom „selbstverwirklichenden Menschen“, der nach der Befriedigung der Mangelbedürfnisse und jener der Wachstumsbedürfnisse schließlich nach Selbstverwirklichung strebt – enthalten ist, hat der spätere Rogers⁹ im Personzentrierten

Ansatz explizit und immer deutlicher ausformuliert: Solche Aktualisierung ist auf Beziehungserfahrungen angewiesen und ohne sie undenkbar. Auf eine Formel gebracht: Persönlichkeitsentwicklung geschieht durch Begegnung mit anderen. Insofern geschieht Verwirklichung nicht allein aus sich selbst, sondern bedarf des Anderen, des Gegenübers, der Beziehung von Person zu Person. So bekommen die Gruppe und die Gemeinschaft einen entscheidenden Stellenwert für das Verständnis von Verwirklichung. In einem Gespräch mit Paul Tillich meinte Rogers¹⁰, der Mensch sei „unheilbar sozial“; an anderer Stelle bezeichnet er ihn als „social animal“.¹¹ Das Menschenbild des Personzentrierten Ansatzes fußt damit auf zwei Grundannahmen, jener von der Aktualisierungstendenz und jener von der Beziehungsangewiesenheit (interconnectedness), die letztlich zwei Seiten ein und derselben Medaille sind.

Das darin ausgedrückte Verständnis von Begegnung (encounter) weiß sich der Tatsache verpflichtet, daß der Mensch von Anfang an in Beziehungen hineingeboren ist, sich von Menschen an- und aufgenommen erfährt, geliebt wird, noch bevor er selbst zu lieben imstande ist. Begegnungsphilosophisch wird das mit dem (die substantielle wie die relationale Dimension gleichermaßen umfassenden) Person-

⁷ C. R. Rogers (1957a), Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie, in: C. R. Rogers/P. F. Schmid, Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis, Mainz (Grünwald) 1991, 1995, 165–184.

⁸ A. H. Maslow, Motivation und Persönlichkeit, Olten (Walter) 1977, orig. 1954.

⁹ Zum Beispiel: C. R. Rogers (1980a), Der neue Mensch, Stuttgart (Klett) 1981.

¹⁰ C. R. Rogers/P. Tillich (1966), Paul Tillich und Carl Rogers im Gespräch, in: Rogers/Schmid 1991, 257–273, hier 260.

¹¹ C. R. Rogers (1953c), Wege der Therapie, in: Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten, Stuttgart (Klett) 1973, 84–113, hier 103; vgl. W. M. Pfeiffer, Psychotherapie als dialogischer Prozeß, in: M. Behr/U. Esser (Hg.), „Macht Therapie glücklich?“ Neue Wege des Erlebens in klientenzentrierter Psychotherapie, Köln (GwG) 1991, 126–140; G. Zurhorst, Skizze zur phänomenologisch-existentialistischen Grundlegung des personzentrierten Ansatzes, in: M. Behr u. a. (Hg.), Jahrbuch für personzentrierte Psychologie und Psychotherapie, I, Salzburg (O. Müller) 1989, 21–59.

begriff beschrieben, der das Personsein und Personwerden des Menschen als Antwort auf ihm zugesprochenes Wort versteht. Etymologisch verweisen „Be-geg(e)n-ung“ wie „en-counter“ auf das Gegenüber des Anderen, auf dessen prinzipielle Unverfügbarkeit und Andersheit. So muß Begegnung als ein Widerfahrnis verstanden werden, das ein prinzipielles Moment der Überraschung und des Neuen enthält, als Anruf an die Person „von außen“, nicht „von selbst“, ihr Sosein zu überdenken und von neuem aufzubrechen. Die Personzentrierte Psychotherapie, die von diesem Personbegriff ihren Namen hat, und die Arbeit in Encounter-Gruppen nach diesem Ansatz, die einem solchen Begegnungsbegriff ihre Bezeichnung verdankt, verstehen sich daher als un-mittel-bare Beziehung von Person zu Person, die einerseits mit dem Selbstverständnis des Psychotherapeuten oder Gruppenleiters als eines Experten, andererseits mit der Anwendung von therapeutischen Techniken und Mitteln unvereinbar und daher bestrebt ist, auf sie gänzlich zu verzichten. Es stellt einen radikalen Paradigmenwechsel in der Psychotherapie dar, von der Einstellung „ich helfe dir“ oder „ich heile dich“ und damit von einem prinzipiellen Machtgefälle (weil einer für den anderen weiß, wo's langgeht) zu „wir trauen einander zu, in Begegnungen zu wachsen“ beziehungsweise „wenn wir einander annehmen, wie wir sind, ändern wir uns durch unsere Beziehungserfahrungen“ und damit zu einem dialogischen und offenen Verständnis von Psychotherapie und Beratung zu kommen.

In dieser prinzipiellen Abkehr davon, andere heilen zu wollen, und im Vertrauen auf die Aktualisierungstendenz, die aufgrund förderlicher Begegnungserfahrungen eine Herausforderung erfährt, liegt ebenso ein kritisches Potential für den Status quo der Person wie für den Status quo der Gesellschaft, also eine emanzipatorische, therapeutische wie politische Herausforderung. Diese weiß allerdings sehr wohl um die Begrenztheit solchen Tuns und der Möglichkeiten und schätzt gerade deswegen das wahrhaftige Bemühen um sensible Einfühlung in das Erleben des Anderen ebenso wie die bedingungsfreie Wertschätzung des Soseins jeder Person als Bedingungen für konstruktive Entwicklung. Carl Rogers¹² hat für seinen Ansatz ausdrücklich den durch das traditionelle medizinische, diagnoseorientierte Modell vorbelasteten Begriff des „Heilens“ zugunsten von Förderung oder Freisetzung von Entwicklung und Wachstum zurückgewiesen.

Aus personenzentrierter Perspektive geht es weder um Verwirklichung allein von selbst, noch um Verwirklichung des Selbst ohne Rückbindung an die Person. Es geht bei der Verwirklichung vielmehr um den Prozeß der Übereinstimmung zwischen Selbst und Erfahrung auf der Ebene des Organismus, die die Person als eine wesenhaft auf Beziehungen ausgerichtete ausweist: So wird auch Selbstverwirklichung zu einem der umfassenden Aktualisierung kongruenten Vorgang. Daher gilt: Selbsterfahrung ist Beziehungserfahrung. Selbstverwirklichung erwächst aus Begegnungserfahrung. Sie wird damit als ein dialogischer Vorgang des

¹² C. R. Rogers (1992a), Die beste Therapieschule ist die selbstentwickelte. Wodurch unterscheidet sich die Personzentrierte Psychotherapie von anderen Ansätzen, in: P. Frenzel/P. F. Schmid/M. Winkler (Hg.), Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie, Köln (EHP) 1992, 1996, 21–38, hier 22, 32.

Angesprochenwerdens und des Antwortens in Selbst-mit-teilung begriffen. Personwerden wird verstanden als ein kreativer Prozeß der Verwirklichung von Möglichkeiten in der Gemeinschaft. Die Annahme des Anderen ist die Bedingung der Möglichkeit für die Annahme seiner selbst, somit für Selbstverwirklichung in einem solchen personalen Sinn. Selbstverwirklichung fällt so letztlich zusammen mit der Hingabe an den Anderen – aus der dialogischen Spannung von Ganz-auf-den-Anderen-Bezogen-Sein und Ganz-selbst-Sein.¹³

Ähnliches ist auch schon mit einfachen Worten gesagt worden: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“. (Mt 22,39)

Selbstverwirklichung als dialektischer Prozeß: philosophische und theologische Ansätze

In Philosophie und Theologie¹⁴ findet sich ein ähnliches Verständnis von Selbstverwirklichung. Sie ist, etwa bei *Romano Guardini*¹⁵, ein dialektischer Prozeß der Begegnung, in dem der Mensch nicht in seinem Selbstsein starr bei sich verharret, sondern, sich loslassend, auf den Anderen zugeht und von dort wieder zu sich zurückkommt, sich findet, womit er voller „Er-selbst“ geworden ist. Bei einem solchen Akt der

Begegnung ändert sich die Struktur der Beziehung, sie „zentriert im Anderen“, wie Guardini formuliert.

Der Etymologie entsprechend kommt Guardini aufgrund einer phänomenologischen Analyse zu einem Verständnis von Begegnung als einem „Betroffenwerden vom Wesen des Gegenüberstehenden“. Begegnung ist ihm zufolge mehr als ein Antreffen oder Entgegennehmen, sie ist ein Zusammentreffen mit der *Wirklichkeit* eines Andern – sei es ein Gegenstand oder ein Mensch – durch einen Menschen. Dazu sind eine nicht zielbestimmte Offenheit, ein Abstand, der staunen macht, und die Initiative des Menschen in Freiheit unabdingbare Voraussetzungen: Man muß nicht, man kann in eine solche Beziehung treten; sie kann nicht gemacht werden, sie ist ein Ergriffenwerden und ein Ergreifen zugleich. Dann sind nicht Funktion und Zweck des Anderen, sondern „das Alles, das Ganze, der Inbegriff“ des Andern präsent. Handelt es sich um eine zweiseitige Begegnung von Mensch zu Mensch, wird gleichzeitig die Verwandtschaft und die Fremdheit erfahrbar. Guardini betont besonders diesen substantialen Aspekt: daß die Unaufhebbarkeit der Individualität und eine letzte Unerreichbarkeit der anderen Person in der Begegnung deutlich werden. Begegnung ist ein Abenteuer, das einen

¹³ Vgl. P.F. Schmid, Souveränität und Engagement. Zu einem personenzentrierten Verständnis von „Person“, in: Rogers/Schmid 1991, 15–164; ders., Solidarität und Autonomie. Personenzentrierte Gruppenpsychotherapie, I, Köln (EHP) 1994; ders., Die Kunst der Begegnung. Personenzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis, II, Paderborn (Junfermann) 1996. – Im übrigen hatte bereits Moreno, der Begründer des Psychodramas, die Partizipation des Menschen als „homo creator“ am schöpferischen Geschehen im Kosmos, ausgelöst durch den Schöpfungsakt Jahwes, als Merkmal seiner kreativen Selbstverwirklichung verstanden. Die Begegnung von Gott, Mensch und Kosmos geschieht, Moreno zufolge, im schöpferischen Akt der Selbstintegration. (J.L. Moreno, *The future of man's world*, Psychodrama Monographs 21; Beacon (Beacon House) 1947).

¹⁴ Schon für Augustinus (De Trinitate; BKV² II/13, II/14) war im übrigen in seiner „psychologischen Trinitätsanalogie“ die Dreieinigkeit Gottes das Vorbild der menschlichen Selbstverwirklichung. Dem Menschen als Ebenbild Gottes entspricht Augustinus zufolge ein Bild von Gott, das im Selbstvollzug der Seele beziehungsweise des menschlichen Geistes zu suchen ist.

¹⁵ R. Guardini, Die Begegnung. Ein Beitrag zur Struktur des Daseins, in: *Hochland* 47 (1955) 224–234.

schöpferischen Keim, den Durchbruch zu Neuem in sich enthält. Im Wagnis, „nicht in sich selbst und für sich selbst“ zu verharren, sondern „auf-hin“ zu leben, auf den Anderen hin sich loszulassen, „sozusagen nach vornhin“ von sich wegzugehen, und der dabei gewonnenen Erfahrung, auf sich selbst „von anderswoher“ wieder neu zu stoßen, liegt der dialektische Charakter der Begegnung: Nur wer sein Selbst losläßt, wird es neu finden – so geschieht Selbstverwirklichung¹⁶, die eng mit der „Annahme seiner selbst“¹⁷ zusammenhängt. Sie ist bezeichnenderweise etwa im Kontext von Freundschaft zu finden. Guardini zitiert dazu Mt 16,25 („Jeder, der sein Leben retten will, wird es verlieren; wer sein Leben verliert um meinetwillen, der wird es finden.“) und übersetzt aufgrund der Doppelbedeutung von „psyche“ als „Leben“ und „Seele“ mit: „Wer sein lebendiges Selbst festhält, wird es verlieren; wer es aber weggibt, wird es finden.“

Weitere Beispiele sollen erwähnt werden: Ähnlich wie Guardini verwendet der Moralthologe Hans Rotter¹⁸ den Begriff: „Der einzelne verwirklicht sich nur dann selbst, wenn er sich auf den Mitmenschen hin öffnet und bestrebt ist, nicht nur sich selbst, sondern auch der Verwirklichung des Mitmenschen zu dienen.“ Nur auf diese Weise kann er „in einem tieferen Sinn, nämlich durch die Vertiefung seiner Beziehung

zu anderen, zu sich selbst finden und sich selbst verwirklichen“.

Der Pastoraltheologe und -psychologe Hermann Stenger¹⁹ spricht ausdrücklich von der „Verwirklichung“ des Lebens aus der Kraft des Glaubens beziehungsweise „unter den Augen Gottes“. Ausführlich untersucht hat der Philosoph Michael Theunissen²⁰ den Begriff der Selbstverwirklichung. Er unterscheidet zwischen einem teleologischen Modell (Verwirklichung auf ein klares inneres oder äußeres Ziel hin), einem experimentellen Modell (als dauerndes Experimentieren mit sich, wie es etwa im Existentialismus zu finden ist) und schließlich einem kommunikativen Modell. Nach letzterem ist Selbstverwirklichung Selbstbestimmung als Vorgang der subjektiven Realisierung von Allgemeinheit. Demnach geht es bei der Selbstverwirklichung um die Realisierung „in sich vernünftiger Sachen“ und um Verallgemeinerbarkeit. Auch hier wird Selbstverwirklichung dialektisch in einem gesamt-gesellschaftlichen Kontext gesehen.²¹

Nach dem „Denker des Anderen“, wie der litauische Begegnungsphilosoph Emmanuel Lévinas²² genannt wird, ist die Begegnung im Dialog Voraussetzung der Möglichkeit des Selbstbewußtseins. In „Totalité et Infini“ legt er dar, daß der Mensch, solange er sich allein aus sich selbst entwickelt, in den Grenzen seiner „Totalität“, seiner

¹⁶ Ebd. 232f.

¹⁷ R. Guardini, *Annahme seiner Selbst*, Mainz 1987; orig. 1960.

¹⁸ H. Rotter, *Person und Ethik. Grundlegung der Moralthologie*, Innsbruck (Tyrolia) 1993, 35f.

¹⁹ H. Stenger, *Verwirklichung unter den Augen Gottes. Psyche und Gnade*, Salzburg (O. Müller) 1985.

²⁰ M. Theunissen, *Der Andere. Studien zur Sozialontologie der Gegenwart*, Berlin (de Gruyter) 1965, 1977.

²¹ Dies läßt sich auch mit einer Aktualisierungstendenz als auf Selbstbestimmung angelegte biologisch-gesellschaftliche Entwicklungspotenz zusammendenken (vgl. Zurhorst 1989, 28–31).

²² É. Lévinas, *Totalität und Unendlichkeit. Versuch über die Exteriorität*, Freiburg (Alber) 1987 (orig. 1961); ders.: *Jenseits des Seins oder anders als Sein geschieht*, Freiburg (Alber) 1992 (orig. 1974); ders., *Die Spur des Anderen. Untersuchungen zur Phänomenologie und Sozialphilosophie*, Freiburg (Alber) 1983, 1992.

**„Ein Handlungsprogramm für die
Einzelseelsorge, weil unendlicher
Handlungsbedarf besteht...angesichts**

Stefan Knobloch

**Wieviel ist ein
Mensch wert?**

Einzelseelsorge –
Grundlagen
und Skizzen



Verlag Friedrich Pustet

218 Seiten, kart.
DM 34,-/sFr 31.50/öS 248,-
ISBN 3-7917-1361-2

der Entsolidarisierung
des Menschen und
Pluralisierung seiner
Lebenswelten. Denn
der einzelne braucht
Hilfe, um seine Indivi-
dualität im Lichte des
Glaubens neu zu ent-
decken. K. fordert, die
pastorale Praxis auf die
Grundlage *der einmaligen
Würde des Men-
schen* zu stellen.
Freilich absolut greifende
Verfahrensmodi können
nicht geliefert werden,
doch Trendangaben, An-
regungen gibt es viele,
damit hat dieses Buch
schon Wesentliches ge-
leistet.“ *Anzeiger für die
Seelsorge*

VERLAG FRIEDRICH PUSTET · REGENSBURG



Ganzheit gefangen bleibe. Nur wenn er mit dem Anderen zusammentrifft, bricht die Totalität auf und öffnet sich für das Unendliche („Infini“). Selbstverwirklichung und Begegnung hängen Lévinas zufolge eng zusammen. Liebe ist weder im Ich noch im Du allein gegeben. Der Vollzug personaler Existenz ist nicht ein monologisches Sich-selbst-Verwirklichen unter Einbeziehung des Anderen als eines Objekts. Die Selbstannahme führt vielmehr auf die Dialogik, auf die Selbstannahme in Intersubjektivität hin. Die personale Existenz ist daher insofern Selbstannahme und damit Selbstverwirklichung in diesem Sinne, als für sie die nicht machbare, freie Zuwendung eines Du lebensnotwendig – Lebensnotwendend – ist. Nur so kann das bisherige von Lévinas als „Egologie“ charakterisierte Philosophieren (man wird die Psychologie und viele theologische Richtungen dazuzählen dürfen) überwunden werden. Die daraus entstehende Verantwortlichkeit nennt Lévinas „Diakonie“.²³

Seelsorge als Begegnung: Wechselseitige Förderung und Heraus-Forderung

Versteht man Seelsorge nicht als Belehrung, Betreuung oder Beratung – allesamt Auffassungen, die ein Machtgefälle zwischen dem Seelsorger und seinen Adressaten implizieren –, sondern, dem Konzil entsprechend, die Gemeinde als Subjekt der Seelsorge und das gemeinsame Priestertum aller

Getauften (1 Petr 2,5.9) ernstnehmend, als Begegnung und somit als wechselseitige Hilfe im Christsein und als Verkündigung aneinander, so ist sie als ein dialogischer Vorgang zu begreifen.²⁴ (Man kann sie, wenn man will – Autonomie und Solidarität, somit die substantiale wie die relationale Dimension des Personbegriffs mitbedenkend – „personale Seelsorge“ im Sinne personaler Begegnung nennen.) Das Konzil spricht ausdrücklich von der „actuosa participatio“ des ganzen Gottesvolkes (zum Beispiel SC 14) im Rahmen des gemeinsamen Priestertums (LG 10; vgl. a. CIC, c. 208). Die Partizipation impliziert ein Verständnis von Seelsorge, bei dem alle ihr Subjekt sind. Keiner ist Experte im Glauben, keiner der Fachmann, der von vornherein weiß, was für alle am besten ist, oder anderen mit Sicherheit sagen kann, was das Evangelium in einer konkreten Situation je persönlich zu bedeuten hat.²⁵ Alle sind vielmehr aufgerufen, einander wechselseitig beim Christsein zu unterstützen, bei der Arbeit im Reich Gottes zu helfen und solcherart Seelsorger und Seelsorgerinnen füreinander zu sein.

Von daher ist auch ein Verständnis von Seelsorge zu überwinden, das vielfach als „beratende Seelsorge“ bezeichnet wurde und sich aus einem Konzept von Psychotherapie und Beratung entwickelt hat, welches vor dem Rogerianischen Paradigmenwechsel, der mit Expertenmacht und Technikorientierung gebrochen hat, anzusiedeln ist. Viele Tendenzen im Rahmen der Seel-

²³ Lévinas 1983, 224.

²⁴ Vgl. P.F. Schmid, Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge, Würzburg (Echter) 1989, 1995.

²⁵ Dies schließt weder die Notwendigkeit von Fachleuten, von den Theologen bis zu den Administratoren, aus, noch macht es die Amtsträger überflüssig. Die Aufgabe etwa der hauptamtlichen Seelsorger und Seelsorgerinnen kann dann unter anderem darin gesehen werden, die Charismen und die Tätigkeit der Seelsorger zu fördern und zu koordinieren sowie modellhaft und „repräsentativ“ in der Nachfolge Jesu und im Sinne der Kirche zu zeigen, wie Seelsorge gemeint ist.

sorgebewegung waren diesem Konzept verpflichtet und sind nach wie vor anzutreffen. Bei allen unbestreitbaren Verdiensten, die diese Richtung für ein Ernstnehmen des einzelnen und seiner Glaubenserfahrungen in der Seelsorge und für eine Abkehr von einer Verkündigung, welche an den konkreten Personen und ihren Lebensumständen vorbeigeht, ebenso aufweist wie für die Theologie insgesamt – sie bleibt letztlich doch einer Auffassung verpflichtet, die durch die weitere Entwicklung der Psychotherapie genauso überwunden sein sollte wie durch die theologische Reflexion pastoraler Praxis im Gefolge des Konzils. Wo immer „therapeutische“ oder „heilende Seelsorge“ mit dem Anspruch auftritt, Ziele für das Heil des einzelnen vorgeben zu können, muß sie sich mit Recht die Frage gefallen lassen, ob sie nicht einem Menschenbild und einer (im Grunde unchristlichen) Theologie verpflichtet ist, die, vielleicht unbemerkt, neue, letztlich unterdrückende Normen (vom Leistungszwang über den Allmachtswahn einer Heilungsideologie²⁶ bis zum Perfektionsideal) aufstellt und so versklavt statt befreit. Wo Psychotherapeuten oder Seelsorger handeln, „um zu ...“, etwa um von Leid oder Sünde zu befreien, werden Beziehung und Glaube instrumentalisiert und an Effizienz orientiert.

Der christliche Glaube weiß um die gebrochene Wirklichkeit des Menschen, seine Vorläufigkeit und sein Versagen. Sein Symbol ist der Gekreuzigte und scheinbar Gescheiterte, nicht der sich selbst und die anderen beherr-

schende, „voll verwirklichte“ Mensch. Das oben beschriebene dialogisch-dialektische Verständnis von Selbstverwirklichung als umfassende *Verwirklichung* (der gottgegebenen Möglichkeiten zur Lebensgestaltung nach dem Modell, wie Jesus sein Leben verwirklicht hat) *aus der Begegnung* kann dabei durchaus als legitimes Ziel einer personalen Seelsorge angegeben werden. Gerade im Bewußtsein um das Geschaffensein aus Gott und in der Begegnung mit Gott, dem absoluten Gegenüber, dem Anderen schlechthin, findet sich der Mensch als ein Antwortender, Aufgerufener und Herausgeforderter. Seelsorge kann bedeuten, einander diese Herausforderung zu bieten.

Im Licht der Heilsgeschichte bedeutet Verwirklichung somit eine je neue Exoduserfahrung: Nämlich Herausgerufensein aus den Sicherheiten des Erreichten und Aufbruch in neues, unbekanntes, aber verheißenes Land. In einem solchen Aufbruch ereignet sich der Prozeß der Identitätsfindung, wie Israel den Prozeß seiner Volkwerdung aus seiner Erfahrung mit Gott erlebt hat – mit einem Gott, der den Namen Jahwe trägt, weil er sich als einer erwiesen hat, der für die Seinen da ist (Ex 3). Seelsorge ist einem solchen Exodus im Vertrauen auf den Heil zusagenden Gott verpflichtet. Die Exoduserfahrung Israels kann paradigmatisch als Erfahrung der Verwirklichung aus der Begegnung und damit als Modell von Befreiung, Selbstfindung und Selbstverwirklichung verstanden werden.²⁷

²⁶ Vgl. Baumgartner 1990, 36f.

²⁷ Hier ist auch der Begriff der Autonomie relevant, deren Erringen im Anschluß an das Verständnis der Aktualisierungstendenz als Kreativität als ein Stück Co-Kreativität mit dem Schöpfer im Prozeß des Werdens von Mensch und Welt verstanden werden kann (P.F. Schmid, Im Anfang ist Gemeinschaft. Personzentrierte Gruppenarbeit in Seelsorge und Praktischer Theologie. Beiträge zu einer Theologie der Gruppe, III, in Druck).

Daß die Exoduserfahrung nicht die Erfahrung eines einzelnen, sondern die eines ganzen Volkes ist, verweist auf die gesellschaftliche, politische und – im Lichte des Konzils und der ihm nachfolgenden Gemeindeftheologie – auf den gemeindlichen Charakter dieser Verwirklichung des Menschseins aus dem Glauben.

Zum Verhältnis von Psychotherapie und Seelsorge

Hier ergibt sich auch ein Anknüpfungspunkt für eine saubere Unterscheidung von Psychotherapie und Seelsorge: Seelsorge ist nicht einfach Psychotherapie oder Beratung im kirchlichen Kontext²⁸, wenngleich viele Einstellungen, Prozesse und Erfahrungen ähnlich sein mögen und daher für die Seelsorge von der Psychotherapie eine Menge zu lernen ist (wie umgekehrt). Selbstverständlich gilt es, physisches wie psychisches Leid zu heilen oder zu lindern, wo immer es möglich ist. Jesus, „der Heiland“, hat dies getan.²⁹ Aber er hat es als Zeichen der Zuwendung Gottes verstanden, nicht als machbare Technik. Sein Platz war daher an der Seite der Sünder, der Kranken und der gesellschaftlichen Randfiguren, an der Seite derer, die wohl heute kaum als „selbstverwirklichte Menschen“ bezeichnet würden. Seelsorge und Diakonie gehören schon von daher untrennbar zusammen, die Diakonie ist sozusagen der Ernstfall

der Seelsorge. Therapie wie Diakonie bedeuten im übrigen ursprünglich dasselbe, nämlich „Dienst“. Sie stellen jenen Dienst dar, den wir – zur Verantwortung durch den Anderen aufgerufen – einander schulden, um noch einmal Lévinas zu zitieren.

Die etymologische und inhaltliche Nähe der Begriffe, wie etwa auch jener von Heilung, Ganzwerden (englisch: „whole – ganz“)³⁰, Heil und Heiligung darf aber über die Unterschiede nicht hinwegtäuschen.³¹ Auch „Psychotherapie“ und „Seel-Sorge“ bedeuten eigentlich Ähnliches. Der Unterschied liegt im Menschenbild und seinen Voraussetzungen. Das Menschenbild der Psychotherapie muß sich aus ihrem Selbstverständnis und ihren Voraussetzungen heraus mit dem Erfahrbaren und Erforschbaren begnügen; weder Wirklichkeiten, die dies transzendieren, noch Offenbarung können ihr Gegenstand sein. Voraussetzung des christlichen Glaubens ist die Wirklichkeit Gottes und seine Selbstmitteilung. Er geht davon aus, daß Gott es ist, der das Heil des Menschen schafft. Daß wir schon erlöst sind und es nicht mehr nötig haben, uns selbst zu erlösen. Daß wir uns selbst und einander annehmen können, weil Gott uns angenommen hat. Daß es Sinn macht, uns selbst zu verwirklichen, weil wir als seine Ebenbilder von Gott dazu angelegt sind. Der Name Jesus bedeutet „Gott hilft“, und damit ist der Angelpunkt eines christlichen Verständnisses von Helfen,

²⁸ Vgl. D. Stollberg, *Therapeutische Seelsorge. Die amerikanische Seelsorgebewegung. Darstellung und Kritik*, München (Kaiser) 1978.

²⁹ Vgl. I. Baumgartner, *Pastoralpsychologie, Einführung in die Praxis heilender Seelsorge*, Düsseldorf (Patmos) 1990, 37.

³⁰ Wobei der Ganzheitsanspruch der Humanistischen Psychologie nicht einen Totalitätsanspruch im Sinne allumfassender Verwirklichung geltend macht – auch eine zugegebenermaßen mißverständlich klingende Vorstellung, wie etwa jene der „fully functioning person“, bezeichnet nur einen hypothetischen Grenzbegriff –, sondern „den ganzen Menschen“ (mit Leib, Seele und Geist) als unteilbare Einheit im Gegensatz zu einer „Psycho“-„Analyse“ meint.

³¹ Zum gemeinsamen Ursprung von Theater, Therapie und Liturgie vgl. Schmid 1994, 320–329.

Heilen und pastoraler Tätigkeit insgesamt markiert: Gott ist es, der heilt. Wir können diese Tatsache einander zusprechen und uns herausfordern, sie durch unser Leben plausibel werden zu lassen.

Daraus ergibt sich eine Facette in der Differenzierung von Psychotherapie und Seelsorge. Es mag plakativ klingen, aber es läßt sich letztlich sehr einfach sagen: Der Therapie geht es um Heilung (oder wenigstens Linderung) – und zwar in einem umfassenden Sinn, der hier in keinsten Weise abgewertet werden soll –, der Seelsorge geht es um das Heil, das von Gottes Gnade geschenkt wird. Heilender Seelsorge, wenn man den Begriff beibehalten möchte, geht es um mehr als um Heilung, um mehr als um Selbst-Verwirklichung: Es geht ihr um Heil, das heißt um Verwirklichung dessen, wie der Mensch erschaffen ist: als Ebenbild Gottes. Die Psychotherapie sieht den Menschen als einen Handelnden, der sein Leben zu bewältigen und zu gestalten hat, die Seelsorge sieht ihn als einen, der die Chance hat, zu ergreifen, was Gott für ihn bereitet hat. Zwei beträchtlich unterschiedliche Perspektiven, die natürlich andererseits in vielem konvergieren und einander sehr wohl befruchten können (eine Tatsache – das sei in Richtung Psychotherapie kritisch angemerkt –, von der Seelsorge und Theologie viel mehr Gebrauch machen als die Psychotherapie in Praxis und Theorie).

Aus einer umfassenden Perspektive scheint mir damit auch die Konzentration der Seelsorge auf die Lebenskrisen des Menschen, wie sie in einer heilenden Seelsorge nicht selten zu finden ist, einseitig zu sein. So selbstverständlich sie dazugehört und so wichtig sie ist, so selbstverständlich bedeutet Seelsorge die wechselseitige

Begleitung des ganzen Lebens, nicht nur seiner Problembereiche. Die Gesunden brauchen zwar keinen Arzt (es sei denn zur Vorbeugung), sehr wohl aber einen Seelsorger. Wer das Heilen betont, impliziert das Unheilsein, das Kranksein. (Wer in Psychotherapie geht, tut dies in der Regel, weil er mit einem Problem nicht fertig wird.) Wer nur vom „Heilen“ spricht oder nur an dieses denkt und sein Handeln nur unter dieser Perspektive reflektiert, gerät in die Gefahr, nur vom Unvollkommenen, Unfertigen, Heillosen und Hilfsbedürftigen her zu denken. Wer nur damit beschäftigt ist, anderen zu helfen, vergißt das „normale“ Zusammenleben, gerät in Gefahr, die pastorale Variante des Helfersyndroms zu entwickeln, und muß sich daher die Frage gefallen lassen, ob er nicht vor allem sich selbst damit helfen will. Ohne die Bedeutung zu übersehen, die es hat, hervorstreichen, daß der Mensch in seinem ganzen Leben der Heilung bedarf, und ohne die Wichtigkeit der Zuwendung gerade in den Krisen des Lebens zu mindern – zu einem christlichen Verständnis fehlt, wenn das Heilen einseitig betont wird, das bereits angebrochene Heil, die geglückten Momente, das in Ansätzen Gelungene und Verwirklichte. Das gemeinsame Feiern gehört daher beispielsweise ebenso zur Seelsorge wie das gemeinsame Trauern; das Erzählen gelungener Lebensgeschichten ebenso wie das Ernstnehmen von Scheitern und Leid.

Wie einer Psychotherapie, die von einer Krankheitslehre ausgeht, statt ihr Verständnis vom Menschen als solchem zu nehmen, Einseitigkeit und Defizitorientierung vorgeworfen werden muß, so muß sich ein Seelsorgekonzept, das für den Seelsorger nur Maß am Psychotherapeuten nimmt,

den gleichen Vorwurf und zudem jenen der Verkürzung gefallen lassen. Seelsorge in der Tradition von Jesus

bedeutet zu glauben und zu verkündigen, daß das Reich Gottes schon mitten unter uns ist.